

# akane.

あかね

医療を通じて人と地域を結ぶメディカル情報誌

vol.50  
2024 Summer

## ■ 土谷総合病院 心臓リハビリテーション室・大腸内視鏡検査準備室 新しい設備で患者さんを丁寧にしっかりサポート、質の高いケアをご提供



いま求められている医療の最高レベルを目指すとともに、明日の医療のあり方に機能しよう



医療法人あかね会

日頃より当院の広報誌をご愛読いただき、誠にありがとうございます。今回、本誌は記念すべき第50号を迎えることができました。これもひとえに、読者の皆さま、地域の皆さま、そして医療関係者の皆さまのご支援のおかげと深く感謝申し上げます。本誌は、1997年7月に創刊号を発刊いたしました。当時は当院の60周年を記念するものであり、それ以来、多くの方々に支えられながら今日まで続けていくことができました。

当院の歴史を振り返りますと、昭和12年4月1日に祖父・土谷剛治が外科土谷病院として開院したのが始まりです。その後、昭和41年5月19日に父・土谷太郎が医療法人あかね会を設立し、病院は新たな一歩を踏み出しました。土谷太郎は病院の公共性を高めるため、昭和56年4月特定医療法人の認可を受け、その後、人工透析、循環器内科、心臓血管外科など、時代のニーズに応じて進化してまいりました。外科土谷病院から87年の月日が経ち、現在では診療報酬の改定や医療構想、働き方改革といった医療界の試練の時期を迎えております。

今号では、新しく開設した心臓リハビリテーション室を中心に紹介しております。心臓リハビリテーションは、心疾患を抱える患者さんが健康な生活を取り戻すための重要な治療プロセスです。当院の新しい設備が、より多くの患者さんに質の高いケアを提供できることを願っております。

あかね会は一民間病院でありながら、地域医療、特に救急医療においてさらなる貢献を図り、皆さまの信頼に応える病院であり続けるため、スタッフ一同、一層の努力を重ねてまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



## 土谷総合病院 フラワーフェスティバルに出店

5月3日～5日に開催された「ひろしまフラワーフェスティバル」に初出店致しました。ロコモ度チェックによる体力測定・ダーツによる健康促進などを実施し、多くの方に参加していただきました。

ロコモ（ロコモティブシンドローム）とは、骨や関節の病気、筋力の低下、バランス能力の低下によって転倒・骨折しやすくなることで、自立した生活ができなくなり、介護が必要となる危険性が高い状態を指しています。ロコモ度テストは「立ち上がりテスト」、「2ステップテスト」、「ロコモ25」の3つのテストで構成されています。



### 立ち上がりテスト

#### 自分の体重を片足または両足で持ち上げるテスト

台は40cm、30cm、20cm、10cmの4種類の高さがあり、両脚または片脚で行います。反動をつけない為に、胸の前で腕を交差させて行います。

出来そうに見えますが、低い台になるにつれて苦戦していますね。



### 2ステップテスト

#### 2歩分の歩幅を図り身長で割って 平均値と比較するテスト

できる限り大股で2歩歩き、両足を揃えます。下肢の筋力、バランス能力、柔軟性などの歩行能力を評価します。（数値が低いほど移動機能の低下が進行している）



### ダーツで健康促進

ダーツは老若男女・体力関係なく、幅広い世代で楽しめるスポーツの1つです。最初はボードまで矢が届かなかったり、思った場所に矢が刺さらなかったりしますが、腕や軸足など姿勢の改善で矢がまっすぐ飛ばようになります。軽度の運動

になり、点数計算で頭も使って、認知症予防や転倒予防に効果があると注目されています。座ったままでも楽しめるスポーツですのでどなたでも楽しんでいただけます。



# 健康な生活を取り戻すため、 新しい設備でサポートします。

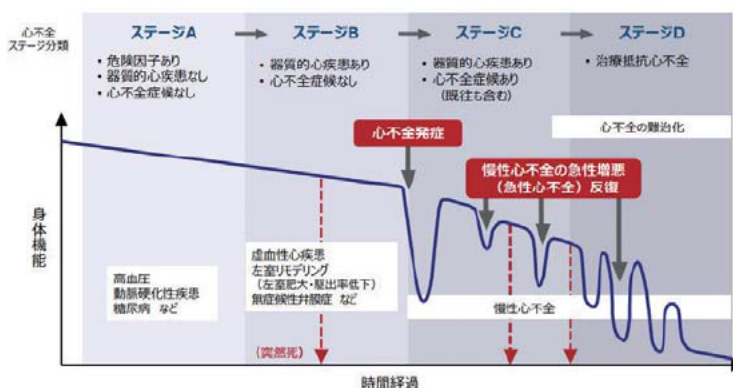
循環器内科 副部長 **石橋 堅**



当院循環器内科では心臓血管外科との協力の下、広島県内を中心に多くの心疾患患者さんの診療を行っております。手術や侵襲的処置が必要な急性心不全、急性心筋梗塞等の緊急入院を要する急性期疾患群、狭心症や不整脈、弁膜症等に対するカテーテル治療が必要な疾患群等を中心に年間1,500～2,000名の入院治療を行っており、その内、心不全という診断で入院される方は300～500名で、年々増加傾向にあります。心不全とは、心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気と一般的には説明されます。日本全体では、心不全患者は約120万人おり、急性心不全退院後1年以内の再入院率、1年死亡率とも約25%と報告されています。生命予後としては癌などの悪性腫瘍と匹敵します。さらに心不全は進行性で、繰り返す度に悪化していくという特徴があります（図参照）。心不全の原因は、高血圧、弁膜症、心筋梗塞、心筋症等多岐にわたりますが、高齢化が進むとますますこのような患者さんが増えていくことが予想されています。

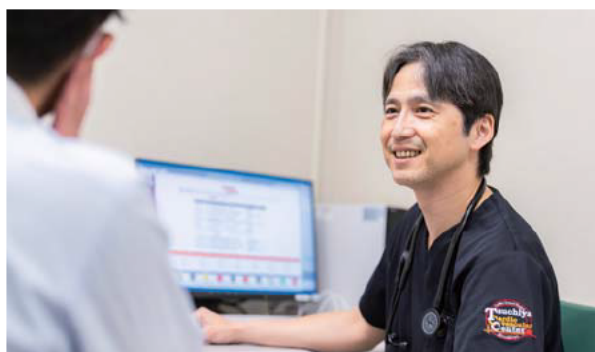
## 心不全とそのリスクの進展ステージ

ステージに応じた適切な治療介入が大切



厚生労働省・脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る診療提供体制の在り方に関する検討会。より改変

当院では従来より、入院中、特に急性期疾患後の心臓リハビリテーションを行ってきました。心臓リハビリテーションとは心不全の改善・予防を含めた包括的介入を示し、その中心的役割を果たすものとして運動療法があります。心臓リハビリテーションはあらゆる原因の心不全に対する予後改善効果が証明されており、これは薬などの治療ではまかなえない効果があります。急性期疾患患者さんの退院後、また重症化予備軍の患者さんの予防も含め、外来心臓リハビリテーションが必要と考えられます。2024年4月、当院ではその運動療法を行うための心臓リハビリテーション室を5階南病棟に開設致しました。エルゴメーターという自転車こぎによる有酸素運動、器具を使用したレジスタンス運動による体幹筋力強化を中心に、心臓専門のスタッフの指導のもと、広いスペースでゆったりと運動療法が行えるのが当院の心臓リハビリテーション室の特徴です。有酸素運動の閾値や運動療法の効果を判定するための心肺運動負荷試験も心臓リハビリテーション室内の一区画で行っております。



入院、外来問わず、心疾患の治療・予防目的の心臓リハビリテーションは、150日間の保険適応となっております。心疾患を持たれた患者さんが平常の生活の継続できるよう御協力致します。適応に関しては、当科外来・地域医療連携室経由にて御相談頂ければ幸いです。

# 土谷総合病院 心臓リハビリテーション室(専用スペース)開設のお知らせ

理学療法士 主任 <sup>たかむら</sup> 剛

当院3階のリハビリテーション室の一部にあった心臓リハビリテーションエリアを新たに5階へ拡大移設いたしました。これにより、従来の45㎡の運動専用スペースが200㎡程に拡大され、広島県下でも最大級の広さを有し、心臓リハビリテーション機能も一層充実いたしました。新しく設置されたトレッドミル<sup>①</sup>やレジスタンストレーニング<sup>②</sup>機器を使用することで、室内でランニングやウォーキング、筋力、筋持久力、筋肉の大きさなど全体的な体力の向上に役立てることが出来ます。心臓リハビリテーションを実施するのに必要な検査も拡充し、心肺負荷試験検査<sup>③</sup> (CPX) の専用検査室も完備しました。リハビリ実施時間に左右されずいつでも検査することができ、より安全かつ患者さん個々に効果的な運動を進めるための運動処方<sup>④</sup>がいつでも作成できるようになりました。

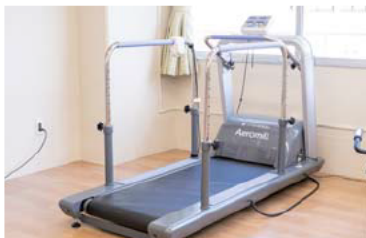
これまでの心臓リハビリテーションは入院患者さんのみに対応していましたが、最近の医療状況により早期退院が進んでいることで、在宅での不安解消や体力の改善の要望に応えるため、外来心臓リハビリテーションも実施することになりました。毎回、循環器内科医師の診察後に心臓リハビリテーション指導士の資格を有する理学療法士が付き添い運動をします。街のフィットネスクラブなどとは違い、心臓手術後で生活に不安がある方、心筋梗塞後や心不全などの患者さんでも積極的な運動の介入が可能となり、安心した環境で運動耐容能<sup>④</sup>の改善や生活の質向上を目指していくことができます。心臓リハビリテーション室は患者さんの社会復帰をサポートし、健やかな生活を取り戻すための大切な場所となります。ぜひご利用いただき、心臓の健康を守っていただければと存じます。



## 文章中の用語の説明

### 心臓リハビリテーション指導士とは

包括的な心臓リハビリの普及を目的として「特定非営利活動法人 日本心臓リハビリテーション学会」によって2000年に発足された認定制度。この認定制度は、心臓病患者の早期離床や社会復帰、心臓手術の技術向上や日々医療が進歩していることに対応できる人材教育の資格制度です。当院では看護師や理学療法士など6名在籍しています。



#### ①トレッドミルとは

ランニングマシンを使って歩いたり走ったりする運動療法。



#### ②レジスタンストレーニングとは

筋肉に抵抗（レジスタンス）を加える動作を繰り返し行う運動。10-15回程度の回数を反復し、それを1-3セット無理のない範囲

で行うことが勧められます。その無理のない運動量を当院では評価して運動することができます。



#### ③心肺負荷試験検査 (CPX)とは

心電図、血圧、呼吸中の酸素や二酸化炭素の濃度を計測しながら運動し運動耐容能（体力）を評価する検査です。

#### ④運動耐容能とは

いわゆる「体力」の事でその人がどれくらいまでの運動に耐えられるかの限界を指します。

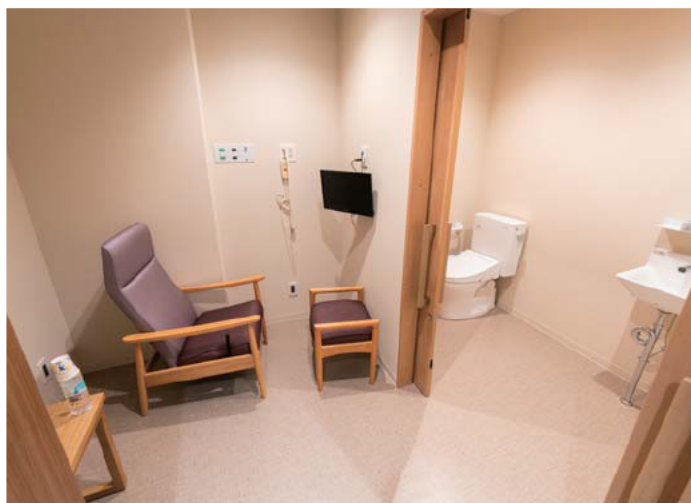
# 大腸内視鏡検査準備室



消化器内科 医長 <sup>た な か と も た か</sup> 田中友隆

このたび、大腸内視鏡検査前処置を快適に行うための個室スペースが5階南病棟内に新設され、4月中旬より運用開始しています。新設されました4つの個室スペースには全室トイレ、リクライニングシート、テレビ、ロッカーが設置されているため患者様のプライバシーが確保され、検査までの時間をリラックスしてお過ごしいただけます。快適にトイレの心配なく大腸内視鏡検査前処置が出来ること概ね好評です。

大腸内視鏡検査の該当患者さんがおられましたら是非お気軽にご相談ください。



外来 看護師長 <sup>さ さ さ おり</sup> 佐々沙織

日本人が一生のうちのがんと診断される確率は、2人に1人とされており、大腸がんの罹患数は男女をあわせて1番多く、また女性においては、がん死亡数の1位となっております。この大腸がんを早期発見するための重要な検査が**大腸内視鏡検査（大腸カメラ）**です。

大腸内視鏡検査は、肛門から内視鏡カメラを挿入して、大腸全体を内部から観察する検査です。この検査は、より鮮明に大腸の内部を観察するために、前日から食事調整や下剤内服等の事前準備が必要であり、検査を受けるまでに時間と体力が必要となる検査です。検査前の処置時間は4～5時間、検査時間は約30分～1時間くらいかかります。これまで検査前に必要な下剤を内服する場所や共同トイレの使用など、環境面やプライバシーに関する問題から大腸内視鏡検査を受けることを決断出来ないなど、多くの意見を頂いておりましたが、このたび検査を受けられる方のプライバシーに配慮し安心して検査を受けていただけるよう、2024年4月より個室で検査前の準備を行える

「大腸内視鏡検査準備室」を新設しました。

検査前の準備中に体調の変化が起きた場合や、検査に関する不安なことや質問などに対応できるよう、各部屋にナースコールを設置し専属の看護師1名が常駐しております。

これまでに、大腸内視鏡検査の準備に不安を抱き、検査を見送られていた方も、大腸内視鏡検査に対する抵抗感が少しでも和らぎ「大腸内視鏡検査を受けてみよう」と思っていたいただければ幸いです。検査や受診に関してご不明点やご質問等ございましたら、北外来スタッフステーションまでご相談ください。

	朝	昼	夕	夜
検査前日	3食 検査食（エニマクリン食）に変更 午後7時以降食べない。水・お茶OK			下剤の内服
				
	間食 			
検査当日	自宅にて：朝食は食べない。水・お茶OK 腸の動きをよくする薬服用			
	病院にて：（午前）下剤の内服 （午後）内視鏡検査 検査終了後帰宅			

詳しい説明は、担当看護師よりさせていただきます。

写真出典元：堀井薬品工業株式会社ホームページより

## 土谷総合病院 日本医療機能評価機構認定病院

土谷総合病院は、日本医療機能評価機構の病院機能評価を受審し、2024年1月4日付けで機能種別版評価項目3rdG: Ver3.0において、「一般病院2」の認定基準を達成していることが認められました。

当院は今後も「いま求められている医療の最高レベルを目指すとともに、明日の医療のあり方に機能しよう」の理念に基づき、医療の質の向上に努力し、地域医療に役立つよう努めて参ります。



## 土谷総合病院 優秀演題賞 受賞

2024年1月27日（土）に開催されました、第41回中部日本手外科学会におきまして、整形外科 部長 蜂須賀裕己医師が優秀演題賞を受賞いたしました。



**【発表演題名】** 「人工骨頭置換術で摘出した大腿骨頭から自家骨移植した上肢骨折の2例」

## 中島土谷クリニック健診センター ホームページリニューアル

akane vol.49 でご紹介いたしました、中島土谷クリニック健診センターのホームページをリニューアルしました。

健康診断の流れ、健診メニュー（コース・オプション・予防接種）をより詳しく掲載致しました。

健康診断のご予約はお電話にてお申し込みください。

スマホからはこちら



082-542-7272 (代)



## 在宅事業部 西広島 事務所移転

土谷訪問看護ステーション西広島・土谷ヘルパーステーション西広島・土谷居宅介護支援事業所西広島は2024年6月1日より事務所を移転いたしました。これを機にこれまで以上に皆様のご期待に添えますようサービスの向上に努めて参る所存でございます。今後ともよろしくお願いたします。

今回の移転に際し、電話番号の変更はございません。

新住所：〒733-0812 広島市西区己斐本町2丁目7番1号 第2サンケイビル

在宅事業部 西広島 事務所地図



## 留学生 介護福祉士国家試験合格

2024年1月28日に実施された「第36回介護福祉士国家試験」、スリランカからの留学生2名が合格しました。日本語の習得から始まり、学校へ通いながら病院でアルバイトをする生活の中で本当によく頑張りました！4月より資格を生かし、阿品土谷病院・介護老人保健施設シェスタに勤務しています。



## 地域連携医紹介

地域の医療機関との緊密な連携と機能分担を推進し、医療技術の向上を図ります。

# 医療法人千歳 甲斐内科・漢方内科クリニック

診療科目／内科、消化器内科、漢方内科

かい ひろひさ  
理事長 甲斐 広久

当院は、漢方薬を治療に用いており、西洋医学の視点も尊重しながら、ひとりひとりのからだや悩みに寄り添えるクリニックを目指し、平成30年4月に開業致しました。特徴として、漢方本来の飲み方である煎じ薬を扱っており、植物の根や葉といった生薬から煮出したものは、エキス剤では改善が難しい場合にも効果が期待できます。漢方医学は病因のはっきりしない不定愁訴やストレスが関与した病態の治療を得意としますが、適切な診断や専門的な治療が必要となった場合は基幹病院へ協力をお願いしています。土谷総合病院にはよく紹介させていただきますが、諸先生方やスタッフの皆様がいつも快く対応してくださるので、開業医にとって非常に心強い存在です。私自身、土谷総合病院の消化器内科にて10年間勤務しておりましたが、熱意のあるドクターが多く、当時から患者さんの病状について相談させていただくなど、大変お世話になっております。患者さんが安心して医療を受けていただくために、切れ目のない医療連携の充実が求められています。地域のお役に立てるよう、力を尽くしてまいりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。



診療時間／月・火・水・金曜 9:00~13:00・15:00~18:30、土曜 9:00~14:00

休診日／木曜、土曜午後、日曜、祝日

住所／〒730-0051 広島市中区大手町2丁目7-2 Balcom大手町ビル5階

TEL／082-545-7377

FAX／082-545-7388

公式サイト／<https://www.kai-kanpo.jp/>

## 医療法人あかね会

**土谷総合病院** 〒730-8655 広島市中区中島町3番30号 TEL:082-243-9191(代)

■阿品土谷病院 〒738-0054 広島県廿日市市阿品四丁目51番1号 TEL:0829-36-5050(代)

■大町土谷クリニック 〒731-0124 広島市安佐南区大町東二丁目8番35号 TEL:082-877-5588(代)

■中島土谷クリニック 〒730-0811 広島市中区中島町6番1号 TEL:082-542-7272(代)

■介護老人保健施設シエスタ 〒738-0054 広島県廿日市市阿品四丁目51番1号 TEL:0829-36-2080(代)

### ■在宅事業部(介護サービス部門)

#### 土谷訪問看護ステーション

中島 TEL:082-544-2789 西広島 TEL:082-507-0855  
大町 TEL:082-831-6651 出汐 TEL:082-250-1577  
佐伯 TEL:082-925-0771

#### 土谷ヘルパーステーション

光南 TEL:082-545-0311 西広島 TEL:082-507-0877  
大町 TEL:082-831-6654 出汐 TEL:082-250-5080  
佐伯 TEL:082-925-0770 戸坂 TEL:082-502-5205  
可部 TEL:082-819-2250 矢野 TEL:082-820-4825  
阿品 TEL:0829-20-3585

#### 土谷居宅介護支援事業所

光南 TEL:082-504-3202 西広島 TEL:082-507-0866  
大町 TEL:082-831-6653 戸坂 TEL:082-502-5215  
佐伯 TEL:082-925-1550 阿品 TEL:0829-20-3721  
矢野 TEL:082-820-4835

#### 土谷デイサービスセンター

光南 TEL:082-544-2885 大町 TEL:082-831-6600



## スタッフ募集

心豊かな医療を提供し、楽しく時間を共有しながらスキルアップに繋げるために、あかね会では、やる気のある方、経験豊富な方の募集を随時行っています。詳しくはホームページをご覧ください。



土谷総合病院

検索



## 医療法人あかね会 本部事務局

〒730-0811 広島市中区中島町3番25号

TEL:082-245-9274

<http://www.tsuchiya-hp.jp>

2024年7月発行