



秋田労災病院

～地域医療連携室だより～

Vol. **37**
2020.1 発行



地域医療連携室のご案内

当院では、紹介患者の受付と院内各部署との連絡調整、他の医療機関との連絡と情報交換などを中心に、病診・病病連携の充実をはかっております。中でも、紹介元医療機関から予め患者情報を入手し、受診すべき診療科・医師とスケジュール調整をする紹介システムを導入しております。

もくじ

- 病院長新年ご挨拶 病院長 奥山 幸一郎 — 2
- 秋田県北部の健常高齢者の主観的健康感
「健やか人生「(Well-Being)」について 社会福祉士 長牛 広高 — 3
- 秋田県種苗交換会に参加して
- 外来診療のご案内 — 4



HP



FBページ

2020年“人生100年時代” に向けての当院の取り組み



秋田労災病院 院長
おく やま こういちろう
奥山 幸一郎

新年明けましておめでとうございます。

地球温暖化の影響で今年も暖冬です。地球の温度をもう2℃下げないと、と思います。

大館市でも雪が少なくほとんど積雪が見られませんが、一度解けた雪が凍ってしまった

道路での転倒による骨折の患者さんは例年よりも多いようです。

皆さんも転倒には注意しましょう。日頃からの転倒予防が大切です。さて、当院では2020年1月より転倒、骨折と寝たきり予防を目的とした骨粗鬆症・フレイル外来を始めることにいたしました。

これは秋田県では初めての試みになりますが、他県ではすでに広く行われているものです。

✓**骨粗鬆症 (osteoporosis)**：骨量が低下して骨が弱くなり、骨折しやすくなる状態です。

✓**サルコペニア (sarcopenia 筋減少症)**：進行性、全身性に認められる骨格筋量減少と筋力低下であり、身体機能低下、QOL 低下、死のリスクを伴うものです。

✓**フレイル (frail)**：高齢期に起こり易い5つの特徴です。体重減少、筋力低下、疲労感、歩行速度低下、低活動性のうち3つ以上当てはまる場合をフレイルと診断します。

✓**ロコモ (locomotive syndrome)**：骨や関節、筋肉などの運動器の衰えが原因で、歩く、立つなどの移動機能が低下した状態。

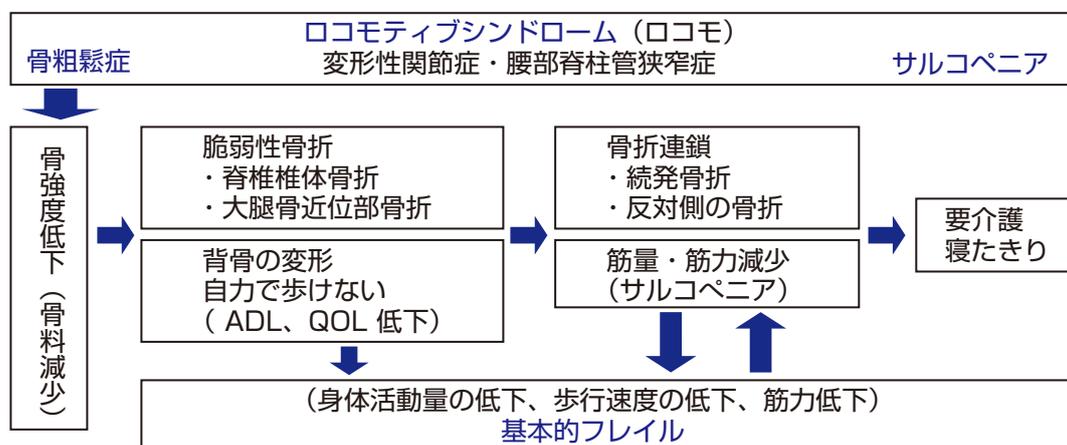


図1 運動障害（ロコモ）の1つである骨粗鬆症から要介護・寝たきりへの経過と身体的フレイルとの関連
日本医師会雑誌 2019 第148巻 p1502 より引用

秋田労災病院の理念

勤労者や地域の人々の健康増進と疾病の予防、治療に組み込み、患者様の人権を尊重し、あたたかく、思いやりのある安全な医療を提供します。

秋田労災病院の使命

当院は、地域住民に良質な医療を提供し、臨床研究では治療と予防の質の改善に寄与する学術的成果を得ることを社会的使命としております。

使命を達成するため「地域医療を基盤とした勤労者医療」、「勤労者の疾病予防や治療に関する臨床研究」、「職場復帰を目指す治療就労両立支援」、「地域包括ケアにおける健康増進事業」に取り組めます。

秋田県北部の健常高齢者の主観的健康感 ～「健やか人生 (Well-Being) へのチャレンジ」

平成30年度日本職業・災害医学会発表 社会福祉士 長 牛 広 高

【目的】

勤労者に限らず高齢者の健康と生活の質の改善や維持は、国家と地域の健康に関する喫緊の課題である。そこで今回WHOが提唱する高齢者が身体的かつ精神的に健やかに過ごし、そして社会的に健やかな人生 (Well-Being) を築いていけるような地域モデル事業を秋田大学整形外科と共同で立ち上げた。

【対象と方法】

本事業に賛同しアンケートにご協力していただいた、秋田県北在中の65歳以上の健常高齢者（健常高齢者の条件は？ADL自立？認知症なし？一人暮らしは？）に対して、骨粗鬆検診・レントゲン検査・体力測定・血液検査・主観的健康感調査などを実施し、検査後に運動指導・服薬指導・栄養指導を提供した。また初回検査から6ヵ月後に初回同様の検査を再度実施し、6ヵ月間の生活習慣のモニタリングを行った。

主観的健康感の調査は、主観的健康感尺度 (The subjective well-being inventory、以下SUBI) を用いた。SUBIは自己記入式の質問紙の40項目の質問から構成され、心理的・身体的・社会的な側面からの健康感をポジティブな側面である「心の健康度」19項目とネガティブな側面である「心の疲労度」21項目があり、また11項目の下位尺度から心の健康度と心の疲労度を評価する。

「心の健康度」の判定は31点未満を低得点群、31～41点を中得点群、42点以上高得点群とし、得点が高いほど「心の健康度」が良好であり、31点未満の者は心身の変調をきたしている可能性がある。「心の疲労度」の判定は43点未満を低得点群、43～47点を中得点群、48点以上を高得点群とし、得点が高いほど心の疲労度がなく、43点未満の者は心身が疲労している可能性が高いとされている。

【結果】

参加者73人名のうち、初回評価と6ヵ月後評価のSUBIを記入完成した53名（男性13名、女性40名）を対象とした。対象者の年齢は男性73.15±4.72歳、女性72.05±4.95歳であった。

初回評価では「心の健康度」の高得点者13名（24.5%）、中得点者37名（69.8%）、低得点者3名（5.7%）であり、「心の疲労度」の高得点者44名（83%）、中得点者6名（11.3%）、低得点者3名（5.7%）であった。再評価では「心の健康度」の高得点者14名（26.4%）、中得点者35名（66%）、低得点者4名（7.6%）であり、「心の疲労度」の高得点者40名（75.4%）、中得点者10名（18.9%）、低得点者3名（5.7%）であった。

【考察】

今回対象とした65歳以上の高齢者の主観的な健康感には初回評価や6ヵ月後の再評価ともに、「心の健康度」や「心の疲労度」ともに得点が高く、健康感が低い者は少数であった。理由としては対象者が本事業以前より地域内での活動に参加され活動的に過ごされていたため、初回評価時より主観的な健康感が高く、6ヵ月後の再評価でも明らかな生活変化には影響を及ぼさなかった可能性がある。

一方で初回評価や6ヵ月後の再評価ともに「心の健康感」に比べ「心の疲労度」が良好である方が多く、ネガティブな感情を捉われず、ポジティブな感情で行動を行っている姿勢が主観的な健康感を高めている可能性がある。

【まとめ】

今後は地域の高齢者が健やかな人生 (Well-Being) を築いていけるような地域モデルを活性化させて、地域環境を把握しニーズに即した情報提供や、疾病による症状を抱えた人々への関わりに役立てたいと考える。



秋田県種苗交換会に参加して・・・（骨粗鬆症検査実施）

当院のブースにも連日大勢の方が訪れ、7日間で計1,082名の方が骨密度の測定を行いました。今後当院ではフレイル（加齢により心身が老い衰えた状態）に取り組んでいきます。高齢者ではサルコペニアや骨・筋肉・関節（運動器）の障害がみられると、容易に歩行能力やバランス能力の低下、筋力低下へと結びつき、フレイルとなりやすくなります。

フレイルは介護が必要となる前段階であり、転倒のリスクや死亡率が高まりやすく、移動能力やADLが低下しやすい状態であり、健康に生活できる健康寿命が短くなる状態です。



診療科別外来担当医師一覧

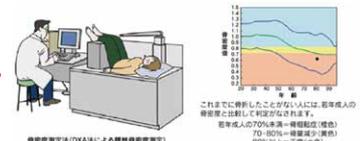
令和2年1月 現在

受付時間	初診 8:15～11:00			再診 8:15～11:30	
曜日	月	火	水	木	金
診療科					
内科・血液内科 [予約制] 受付 11時まで	診療応援医師	休診	休診	診療応援医師	休診
内科(循環器) [予約制]	休診	休診	休診	診療応援医師 [1/16、1/30 13時30分～17時]	休診
内科(呼吸器) [予約制]	診療応援医師 [1/6、1/27 13時30分～16時]	弘前大学 [14時～17時・禁煙外来]	弘前大学 [14時～17時]	休診	休診
消化器科 [内視鏡検査] [予約制]	診療応援医師	診療応援医師	診療応援医師 [第2、4 問合せ要]	休診	休診
総合診療・ 検査診断科	休診	秋田大学 [1/14、1/28]	休診	休診	休診
外科	阿部	佐藤	阿部	佐藤	阿部
皮膚科	休診	弘前大学	休診	休診	弘前大学
整形外科	奥山 [12時30分～] 千葉 木戸 [9時～10時 12時30分～14時] 関 [13時～] 加茂 [13時～] 佐藤 [10時～12時] 高橋 [9時～12時]	奥山 佐藤 高橋	木戸 加茂	関 岡本	奥山 千葉 木戸 関 [9時～10時] 加茂 [10時～] 高橋
スポーツ外来 [予約制]	休診	休診	休診	関 [15時～16時]	関 [14時～16時]
神経内科 [予約制] 受付 13時～15時	休診	休診	休診	診療応援医師 [13時30分～] [1/9、1/16]	休診
脳神経外科	神里	休診	神里	休診	秋田大学 [9時30分～]
泌尿器科	休診	休診	診療応援医師 午前	秋田大学 [曜日変更や休診の場合あり]	
眼科 [予約制]	岩手医科大学 [1/6、1/14、1/20、1/27]	休診	休診	休診	休診
耳鼻咽喉科	休診	休診	秋田大学[午後] [第3水曜 1/15]	秋田大学[午前中]	休診
リハビリテーション科	秋田大学(奥山) [13時～15時]	千葉 [10時～11時]	千葉 [10時～11時]	千葉 [10時～11時]	関 [10時～11時]
歯科口腔外科	今野 下田	今野 下田	今野 下田	今野 下田	今野・下田 秋田大学[1/10 午前中]

◎ 診療日等、都合により変更する場合があります。
※ 整形外科千葉副院長の診療は不定期になる場合があります。あらかじめご了承ください。

【専門外来開設のお知らせ】

骨粗鬆症・フレイル外来を1月より専門外来として開設いたしました。
検診・予防の観点から診療までの一貫した整形外科領域の充実を図ります。



～秋田労災病院の理念～

当院は、勤労者や地域の人々の健康増進と疾病の予防・治療に取り組み、患者様の人権を尊重し、あたたかく、思いやりのある安全な医療を提供します。

お問い合わせ先

独立行政法人労働者健康安全機構 秋田労災病院

〒018-5604 秋田県大館市軽井沢字下岱30
TEL 0186(52)3131(内線2782) / FAX 0186(47)7611
ホームページ <http://www.akitah.johas.go.jp>

診療科目

内科・血液内科、消化器科、総合診療・検査診断科、外科、整形外科、神経内科、脳神経外科、皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、歯科口腔外科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、健康診断部、勤労者脊椎・脊髄治療センター、