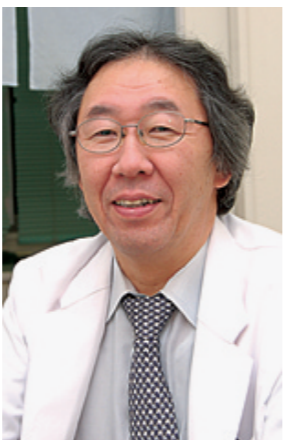


### 坪院長の健康講座

#### 下部尿路通過障害の治療について

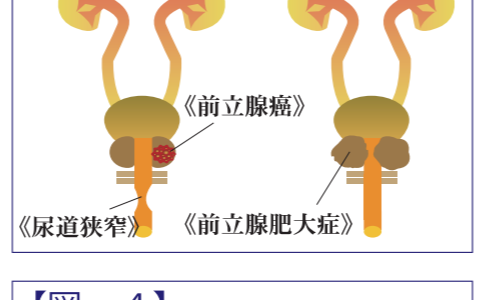
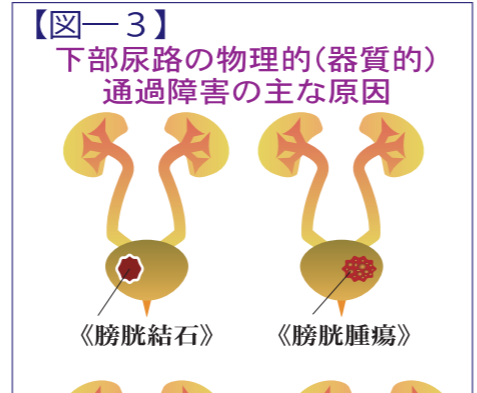
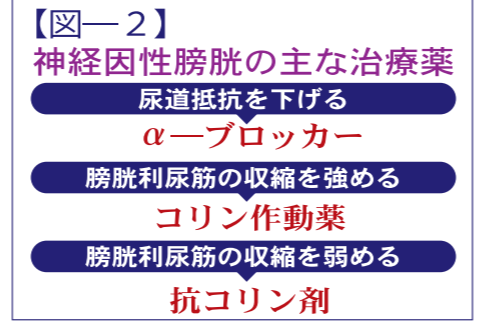
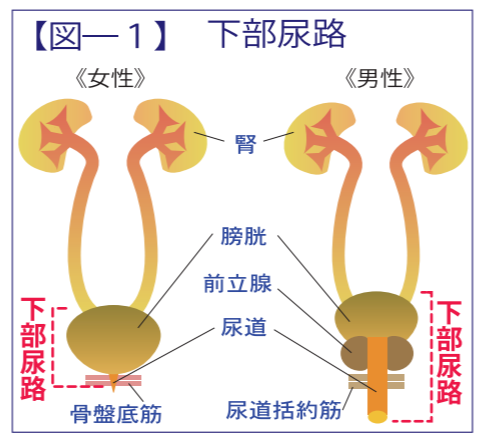
院長 坪 俊 輔



今回は図-1に示す下部尿路の、機能的通過障害と器質的(物理的)通過障害の治療についてお話しします。蓄尿は膀胱利尿筋の弛緩と尿道括約筋の収縮、逆に排尿は膀胱利尿筋の収縮と尿道括約筋の弛緩で成り立っています。この協調運動がくずれ、物理的閉塞がないのに排尿効率が低下し、時には尿がつかつたりします。また排尿は可能ですが、膀胱利尿筋の過反射・尿道括約筋の低緊張などにより、尿失禁が続くこともあります。

これらの状態を神経因性膀胱と呼んでいます。原因としては、脊髄損傷・骨盤内の悪性腫瘍手術後・脳出血・脳梗塞・糖尿病などが挙げられます。治療は、排尿効率が悪ければ間欠導尿を併用するなどして排尿管理をしながら、内服(図-2参照)を続け回復を期待するのが一般的かと考えます。

物理的(器質的)閉塞の主な原因



#### 図-5 尿道的前立腺切除術(TUR-P)

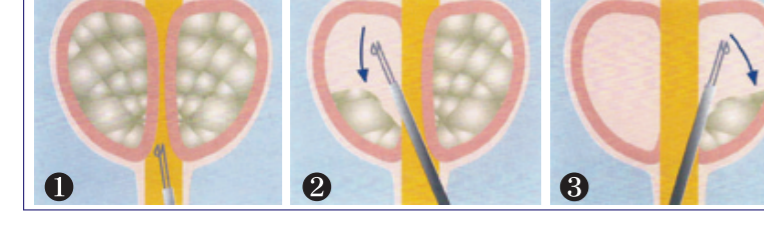


図-3に示しました。それぞれの疾患に対しては、通常経尿道的内視鏡処置で対応可能です。ここでは原因として最も多い前立腺肥大症に対する一般的な治療法についてお話しします。

前立腺肥大症に対する内服薬(図-4参照)としては尿道抵抗を下げる薬、前立腺を縮小させる薬、また排尿効率は保たれているものの頻尿・尿意切迫が強い場合に併用する抗コリン剤・β作動薬があります。投薬による保存的治療が無効で排尿効率の改善がなければ、全身状態が許す限り手術療法を検討します。図-5に示す経尿道的前立腺切除術(TUR-P)が標準的方法と考えます。比較的侵襲が少なく、高齢の方でも安全に受けていただける治療法と思われれます。

以上、今回は下部尿路通過障害の治療についてお話ししました。



### 【主菜】鶏肉のバジルソース～キヌアサラダ添え～

キヌアには食物繊維をはじめ、ビタミン、ミネラル等が豊富に含まれています。また、赤いんげん豆は豆類の中で特に食物繊維が一番多いことで知られています。食物繊維は血糖値の上昇を穏やかにします。

### 【温菜】卵の花入り信田巻き

卵の花や油揚げに含まれる大豆タンパク成分は、内臓についた余分な脂肪を減らす働きがあります。また、不溶性の食物繊維が豊富なため血糖値の上昇を緩やかにし、満腹感も得られます。

### 【冷菜】野菜たっぷりひじきのしそ風味

ひじきに含まれる豊富なカルシウムは乳製品のチーズと組み合わせると吸収率がアップします。また、野菜が豊富に入っている為ボリュームがあり満足感が得られます。はつか大根を加え華やかさを演出しました。

卵の花や油揚げに含まれる大豆タンパク成分は、内臓についた余分な脂肪を減らす働きがあります。また、不溶性の食物繊維が豊富なため血糖値の上昇を緩やかにし、満腹感も得られます。

### 《全体(主食①+主菜②+副菜A③+副菜B④)の値》

	エネルギー量	食塩	たんぱく質	脂質	食物繊維
全体の目安	600～650kcal	2g以内	20～25g	14～18g	6g以上
トータル(1人分)	606kcal	1.3g	23.5g	16.9g	8g

	エネルギー量	食塩	たんぱく質	脂質	食物繊維
主食①(精白ごはん)	269kcal	0g	4g	0.5g	0.5g

【コンテスト開催趣旨】全国には、高血圧の患者が4000万人、糖尿病は950万人いると推定されています。したがって病院や家庭における治療・予防食における摂取エネルギー量や塩分摂取量、脂質、たんぱく質などの適正化は重要です。しかも、予防食として家庭に定着させていくには、食欲を刺激する彩りや美味しさもカギになります。家庭でいつでも手軽に作れる、信頼のおける病院レシピが今後普及していけば、生活習慣病のいち早い改善、あるいは予防に大きな効果を上げるものと期待されます。この度のコンテスト開催は、健康寿命の延伸のきっかけづくりにもなり、社会的意義も大きいと考えます。

【応募条件】①レシピは夕食1食分(1人分)を想定し、主菜1品、副菜2品、主食の組み合わせとします。尚、主食は白米に統一し、精白ごはん160g(1人分)とさせていただきます。②全国のスーパーなど、何処でも手に入りやすい食材を使用してください。③調理時間は、主菜20分、副菜2品それぞれ15分、合計50分程度(下準備にかかる時間を含む)で調理できることを目安とします。④エネルギー量は、1人分600～650kcal程度とします。⑤材料費は、1人分300～400円程度を目安に作成してください。⑥応募用紙の「作り方」の文字数は1品につき300字以内、日本語表記(カタカナ含む)のみとし、第三者がスムーズに料理できるようにご記入ください。応募用紙の栄養計算書(エネルギー量、たんぱく質、脂質、塩分、食物繊維)を作成してください。

■栄養課 ■安住ノリ子・石掛恵理

発行：いぶりぶ発行委員会 伊達市梅本町2番地151いぶり泌尿器科クリニック内 ☎0142-21-1400 ☎0142-21-1401  
 発行/平成28年4月10日 ■4月・7月・10月・1月の年4回発行 ※本誌掲載の写真、記事の無断転用は固くお断り致します。 ●発行責任者：横井 浩

### 院内看護研究発表会開催

#### ケアの見直しなど発表

今年で11回目を迎えた毎年恒例の「院内看護研究発表会」を去る2月14日(日)、だて歴史の杜カルチャーセンターを会場に開催、看護部スタッフ30人が参加しました。

各発表では、病棟看護からは誤嚥(ごえん)性肺炎を繰り返す高齢の患者様に、食事形態の工夫を行うとともに、生体状況に合わせた支援を実践したことについての具体例が報告されました。

透析室からは、糖尿病のある患者様へのフットケア指導についてをはじめ、アンケート調査に基づいたケア指導の振り返りや、ケアそのものの見直しについての発表がありました。

手術室からは、動画を用いたシミュレーション動画を拡張させる手術の紹介が行われました。

(※シミュレーションとは、透析をスムーズに行わせるため実施される血管)



また、平成26年度から看護部による感染委員会が発足されたことをきっかけに、透析室より院内感染防止策の具体的取り組みについて、発表もありました。

各発表では最善の看護がどうあるべきか、活発な意見交換があるなか、それぞれが充実し、内容のある発表が展開されました。

院内看護研究発表会は腎臓病、泌尿器科の原疾患を抱える患者様との関わりの中で、日々のケアが最善だったのか、いままでの看護はどうだったのかという目的を再認識する機会です。

今後さらに看護研究発表会を充実させ、より安全で安心な看護を患者様に提供できるように精進いたします。また、日々業務を通じて、地域医療発展に向けて貢献できるよう邁進し、努力してまいります。

(透析室看護主任 中井 純子)

### 患者様とのコミュニケーションを大切に...

伊藤 光奈子 透析室看護師

伊藤看護師は伊達市内の病院から縁あって今年3月に当院へ仲間入り、看護師経験は15年を超える。透析看護の経験は全く新人同然とばかり頑張りたいたいと新たな職場でチャレンジ精神を燃やして

市内有珠町の出身で、幼少の頃から地元での豊かな自然に親しんできた。「海や山に囲まれた伊達が好きで、安心感がある」と笑う。最近友人と始めた登山が密かなマイブームで、休日にも低山登山で安全登山を強調していた。

「透析は看護学校時代から専門性の高い看護という認識があり、関心もあつた」とし、重要な役割を担う職責に引き寄せられ、「二日も早く仕事に慣れ、患者様とのコミュニケーションを大切にしたい」と力を込めた。

### 患者様には笑顔で接します...

松田 亜也 透析室看護助手

「友人からはケールと言われ、良い意味で落ち着きを感じさせる」と、和風な安心感が持て味だ。医療に対する関心があり、当院の募集に迷わず応募、3月から勤務することになった。「姉が医療系の仕事で、色々話は聞いていました。実際は大変です」と率直な感想も。「患者様に笑顔で接し、目標を掲げ、動き回っている毎日だ。」

出身は牡鹿町久保内、マチで親戚のような地域と、豊かな自然環境で育った素直さが強み、趣味はドライブと映画鑑賞で洋画特にホラー映画が好きという意外な一面もあり、些細なことでは動じない強さもある。

「覚えることが沢山あり大変ですが頑張りたい」と全力で新たな仕事にチャレンジしている。

### column コラム

#### 自らの功罪

「最近では多額の現金と貴金属を持ち出した若い女性容疑者は自称・モデル、人気コメンテーターの学歴詐称も話題になりました。中には自称・弁護士など信じ難いものから住所不定など、「そんなこと自称するなよ」というまで様々です。

○：いずれも自称による職業が定かではなく、「裏が取れない」ということ、権威に弱い国民性が作用しているともいえますが、世の中にも曖昧な社会になってしまつたのか?と心配になってきます。例えば「音楽家」とか「作家」と自供されても、一方的に「嘘だ」となるのは、ある意味権威問題になりませんか。権威を尊重すべきところから、自称に落ち着いてしまつたのでしょうか。

○：これは事件報道に限った話ではなく、一般記事にも似た現象が見受けられます。「演奏家」とか「作家」など取材対象者を表現すれば、読者視線ではそれを職業とする、いわばプロと写り様々な利害が発生する恐れがあります。一般記事においてもし取れない場合、自称・演奏家とすべきという考え方も当然あるべきです。

○：しばしば、自称・作曲家では小ばかにした感も、難しい面が多いです。欧州では国家資格として厳格に使用が制限されている国もあり、我が国では西洋音楽や美術の歴史が浅く、そんな価値観は、問題がより複雑な状況です。

○：そんな中、明快な解決策を示してくれた新聞記事に、自ら「アマチュア・カメラマン」と呼ぶのがありました。なんと潔い表現でしょう!アマチュアであることを誇りにしている感も伺え、好感が持てます。

○：気になりその方の作品を鑑賞して来ましたが、素晴らしい写真でした。アマチュアの域ではない作品群に圧倒されました。プロがアマの問題などどうでもいいことで、核となるのは出来栄でしょう。評価に拘る前に、日々精進し、演奏力や作品力を高めるのが本筋です。権威に翻弄されることが、「自称・○○」増加の底流にあります。

### 第31回日本静脈経腸栄養学会 学術集会に参加して

薬局長 坂東 昌志

去る平成28年2月25、26の両日に、福岡市の福岡国際会議場などを会場に開催された「第31回日本静脈経腸栄養学会学術集会」に参加しました。

「静脈栄養」に関する講演では、三大栄養素である炭水化物・タンパク質・脂質は、各病態に合わせて組成を決定しますが、日本においては、無菌調製が可能なキット製の開発が進み、処方固定化や不足しているビタミン、ミネラル対策が重要なことを再認識しました。

また「腎疾患の栄養管理」では、タンパク制限をしながら効率よくエネルギーを摂取し、カリウムやリンなどの電解質をコントロールすることを改めて再確認しました。

今後このような知識をさらに高め、実際の医療現場に生かす、少しでも患者様のお役に立てるように活動してまいります。

### 伊達市出身バリトン歌手 近野賢一 バリトンリサイタル ~美しい五月に~

5/14(日) コスモスホール ●入場料 2,000円 ※全席自由 OPEN13:30/START14:00  
 ◎伊達市梅本町39-1  
 ◎チケット取り扱いはカルチャーセンター・ホテルロイヤル・ゴンドラII

Schumann-Lieder オール・シューマンプログラム  
 Dichterliebe Op.48 詩人の恋 作品48  
 Liederkreis Op.39 リーダー・クライス 作品39 ほか

ピノ上野 真

主催:office DATE お問い合わせTEL090-3114-1709(横井)

