

ふれ愛

公衆衛生だより
No.46
平成30年5月1日
発行
地方独立行政法人
長野市民病院
TEL 026-295-1199

足の傷が 治りにくかったら



長野市民病院
フットケアセンター長
循環器内科副部長
心臓血管センター科長
三浦 崇

なぜ、足の傷のことを循環器内科の
医者が説明するのかと疑問に思う方も
多いと思います。

足首より末梢の傷の約50%は動脈血
流障害が原因と言われています。今回
紹介する、動脈硬化で血管の内側にプ
ラークと呼ばれる脂のかたまりがつい
て、血管が狭窄や閉塞する閉塞性動脈
硬化症もその一つです。その疾患によ
る傷の場合、傷の処置のみでは治癒し
ないことが多く、血流を改善しなけれ
ばなりません。その血流を改善するの
が、循環器内科や心臓血管外科の役割
になります。

具体的には①局所麻酔下にて動脈硬
化で狭窄、閉塞している血管をバルー
ン(風船)やステントという金属のネッ
トを用いて2〜3mm程度のカテーテル
で治療をする。②全身麻酔下にて、狭

窄、閉塞している血管の前後を人工血
管、または自己血管で新しいバイパス
を作る。この2つの方法になります。
そして、血流を改善させる前後で創部
の処置をすることにより、傷は格段に
治りやすくなります。この傷の処置を
してくれるのが形成外科や皮膚科にな
ります。

◆ほかにはどんな原因があるの？

動脈性の次に多いのは糖尿病性にな
ります。糖尿病は動脈硬化の原因にな
りますので、当然、糖尿病の患者さん
は動脈硬化による血流障害の場合も多
いです。また、糖尿病の患者さんは神
経障害で痛みを感じづらくなるので、
傷ができてその傷に気づかず、気づ
いた時には悪化している場合もありま
す。そして、血糖が高い状態はばい菌
と戦う免疫が落ちるので、傷が化膿し
やすくなってしまうます。その他の原
因は、足から心臓に血液を戻す静脈の
血管障害で傷ができてしまうもの、
膠原病などがベースに隠れていること
が多い血管炎などがあげられます。

◆どんな兆候があるの？

閉塞性動脈硬化症の初期には、足が
冷たい(しびれる)といった症状があ
りますが、自覚のない方も多くいます。

長野市民病院
“FUREAI DAY”
ふれ愛デー
2018 6 / 9 9:30~15:00 場所 長野市民病院
申込等は不要です。ご自由にお越しください。
第30回市民健康講座 テーマ「足を守る」 11:00~12:00(会議室4-5-6)
国立循環器病研究センター 臨床栄養部 栄養管理室長 兼 かるしお事業推進室 副室長
特別講演会 平野 和保先生 講演会 テーマ「おいしい適塩食で健康長寿」
14:00~15:00(会議室4-5-6)
各種イベント・体験のご紹介 その他にも楽しいイベントや各種体験が盛りだくさん!!
●脂肪肝チェック ●「放射線を見よう」実験コーナー ●フリーマーケット
●お菓子分包装 ●施設見学ツアー ●長野市農業公社農産物販売
●管理栄養士による栄養相談 ●セラピードッグとのふれあい体験 ●各種お食事、軽食コーナー
●手洗い体験 ●キッズコーナー ●市民病院音楽祭(古楽小、合唱小、予定)
●うるおいブルブルスキンケア ●コメディパーフォーマンス ●がん・すまいるサロン
●QRコードをばらまき(スタンパリー)
※詳細は後日HPやパンフレットで公開します。イベントは変更になる場合があります。
(お問い合わせ) 長野市民病院 教育研修・メディアセンター TEL 026-245-1199(代)

進行してくると間欠性跛行と呼ばれる
「歩くとふくらはぎやふとももが張る、
痛みがでる」といった症状がでてきま
す。さらに進行すればごく短い距離で
も痛みを感じるようになります。また
安静時でも痛みがあり、皮膚の色が悪
い(紫色)、爪が小さくなるといった症
状があらわれます。傷は足の指先や踵
といった血流が一番届きにくいところ
にできやすいです。

◆どんな検査があるの？
閉塞性動脈硬化症かを診断するため
に、足関節・上腕血圧比(ABI)とい
う検査が非常に有効です。この検査で
0.9以下になると足の血流障害が疑
われ、下肢超音波やCT、MRIとい

裏面もご覧ください

った検査をすることになります。ABI
Iの検査は手足の血圧を測るのみの検
査なので、先に示した兆候があると思
われる方はぜひお近くの診療所、病院
でご相談いただければと思います。

長野市民病院
サテライト相談室
第2回: 5月25日(金) 14時~16時(予定)
第3回: 6月29日(金) 14時~16時(予定)
両日ともに
「子どもの健康について」(講話・相談)
●担当: 青沼医師 長野市民病院 小児科部長(小児科専門医)
「がんになる前に考えよう」(講話・相談)
●担当: 横川看護師 長野市民病院がんセンタージェネラルマネージャー
(がん看護専門看護師)
※内容および講師は変更になる場合があります。

イオンタウン長野三輪
2階コミュニティ広場で開催!!

知っておきたい ミニ知識

長野市民病院
訪問看護ステーション
看護師長
柳澤 淳子
やなぎさわ じゅんこ



長野市では、団塊の世代が全員75歳以上となる2025年を見据え、高齢者一人一人が住み慣れた地域で自分らしく生活をするために、医療介護・予防・住まい・生活支援サービスが切れ目なく提供される「地域包括ケアシステム」の実現を目指しています。その中で提供されるサービスの一つが訪問看護です。

長野市民病院では、開院の翌年に訪問看護ステーションを開所し、昨年20周年を迎えました。現在では平成28年8月より院内に開設された地域包括ケアセンターの一部として位置づけられ、在宅医療を推進する役割を期待されているところです。

訪問看護は、少しずつ市民の方にも馴染みのある言葉になってきたと思います。実際にご自宅に伺うと「何をしてもらえるのかわからない」「また「どんなことを頼んだらいいのかわからない」などのお話をいただくことがあります。今回は、具体的に訪問看護とはどんなものかQ&Aでご紹介したいと思います。

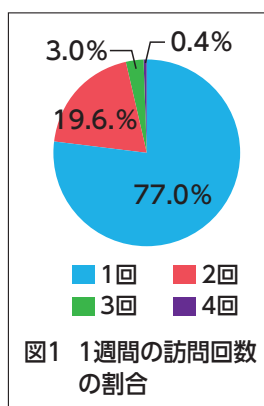
地域包括ケアセンターでの訪問看護ステーションの役割

Q: どんな人が受けられるの？

A: どんな人でも必要があれば訪問看護サービスを受けることができます。介護保険の申請が必要な場合もありますが、他の介護サービスとは違い医療保険を使っている訪問看護ができます。具体的な内容は、地域包括支援センターや病院内のソーシャルワーカーにお尋ねください。

Q: 毎日来てくれるの？

A: 特別な場合を除いて、週3回以内が原則です。通常は週に1回の方が7割以上で、週に2回の方とあわせて9割になります。(図1)療養者の状態に合わせて訪問頻度を変えることができます。

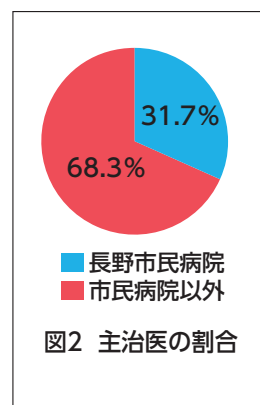


Q: 休日や夜間など困った時はどうするの？

A: 訪問看護ステーションでは、24時間対応体制をとっていますので、土日・祝日・夜間も安心して過ごしていただけます。サービスを開始するときに24時間対応の登録が必要と判断した場合、ご家族やご本人の同意があれば緊急時に訪問看護サービスを受けることができます。

Q: 主治医は市民病院の先生でないといけないの？

A: 市民病院の先生が主治医である必要はありません。現在の利用者の約7割近くの方は、お住まい近所のかかりつけ医が主治医です。訪問看護では、主治医との連携を密にして利用者の看護にあたっています。(図2)



Q: どこに住んでいても市民病院の訪問看護が受けられるの？

A: 訪問看護ステーションでは、訪問看護を提供する地域を事前に長野市に届け出ています。緊急時の対応や訪問までの時間、交通費のご負担などを考慮して、お住まいの近所への訪問看護ステーションをご案内させていただきます。その都度、ご相談に応じています。

現在、ご家族の介護をされている方、一人暮らしをされている方、退院後の生活が心配という方は、お近くの地域包括支援センターやケアマネージャー、病院内のソーシャルワーカーにぜひ一度訪問看護のご相談をしてみてください。

救急センターは緊急時いつでも紹介状不要です

緊急の場合の
受診方法について

Q: 急に具合が悪くなったり、ケガをした時でも、紹介状は必要ですか？



A: 当院の救急センターは、緊急を要する症状の場合、24時間365日紹介状や予約がなくても受診いただけます。来院時には、診察券、保険証、お薬手帳をお持ちください。

【お問い合わせ先】

● 毎日19:00～翌6:00

☎ 0266-29511291 (長野市民病院・医師会急病センター直通)

● 右記以外の時間帯

☎ 0266-2951199 (代表)