



しまたに 健康倶楽部(季節号)



平成29年 4月
第28巻 春号

医療法人信英会 島谷病院, 721-0955, 福山市新涯町 2-5-8, 電話 084-953-5511
ホームページ <http://kaiinhp.fmed.jp/shimatani/>
メール shimatani@fmed.jp



あなたは大丈夫？ 早めに発見、動脈硬化症！ 臨床検査科 吉田浩子

人はみな、年齢を重ねると動脈硬化症になります。動脈硬化症はある種の老化現象とも言えます。しかし、同じ年齢であっても血管の状態には個人差があります。年齢のほかに「高血圧」「高血糖」「脂質異常症」「ストレス」「喫煙」などの生活習慣により進行していきます。動脈硬化症はあまり自覚症状がありません。しかし放置すると狭心症・心筋梗塞・脳梗塞などの命にかかわる疾患の原因となります。動脈硬化症の検査には、次のような検査があります。

①頸動脈エコー検査

この検査では仰向けに寝た状態で、左右の首の部分に、ゼリーを塗りプローブをあてて、頭に繋がる大切な血管を検査していきます。

動脈硬化を起こすと血管壁が厚くなったり、プラーク形成（血管壁内にコレステロールの塊がたまること）が起こります。その様子を画像で簡単に確認できます。プラークの破綻が脳梗塞などを引き起こす可能性があります。

②心機能検査

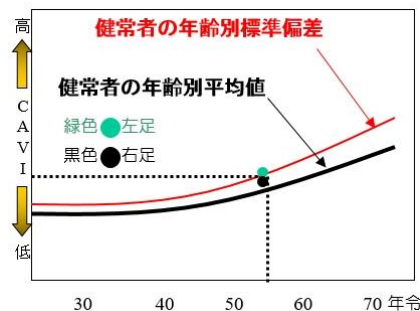
心機能検査は体の中にある血管の硬さや、詰り具合を測定することにより血管年齢もわかります。

この検査は、あお向けに寝た状態で両腕・両足首の血圧と脈波を測定します。時間は5分程度で、血圧測定と同じ感覚でできる簡単な検査です。

動脈硬化の程度は、CAVI と ABI の検査結果でわかります。

春号 トピックス

- 1 あなたは大丈夫？ 早めに発見、動脈硬化症！
- 2 地域包括ケアシステムって？
- 3 平成29年度すこやか倶楽部のご案内



CAVI (心臓足首血管指数)

動脈の硬さの程度を表しています。

年齢が高くなるに従って CAVI の値は高くなります

ABI (足関節上腕血圧比)

動脈のつまりの程度を表しています。

ABI の値が低くなるに従って、狭窄や閉塞の可能性が高くなります。



が、こうなります



定期的検査を受けて、「沈黙の殺人者」と呼ばれる動脈硬化の早期発見と治療に努めましょう！

— 基本理念 —

『患者様と共に悩み、そして
共に歩み続ける病院』



— 基本方針 —

1. 説明と同意の原則に基づき、納得のできる医療を提供します。
2. チーム医療を行い、安全な医療、快適な医療環境を提供します
3. 研鑽を怠らない、変われる自分を目指します。
4. 健全な経営、開かれた経営を行い、地域・社会に貢献します。

ホームページ



医療・療養に関するご質問・ご相談等は、総合案内（受付）または地域連携室・在宅ケア室までお気軽にお問い合わせください。

地域包括ケアシステムって？

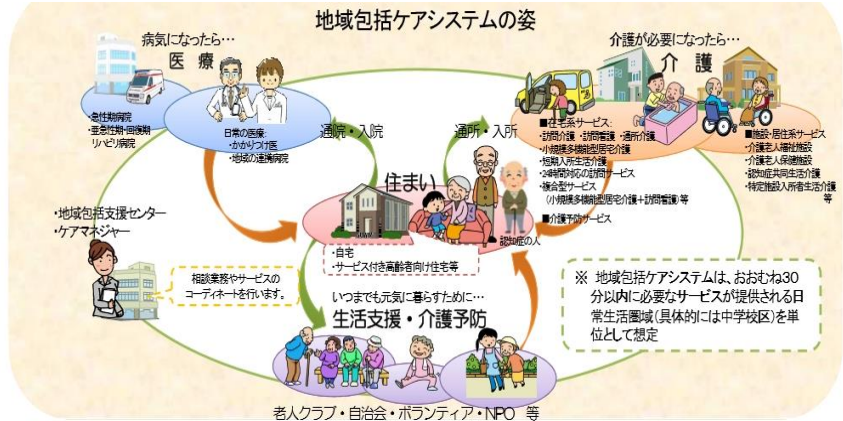
日本はメディア等でも多く報道されているように、諸外国に例をみないスピードで高齢化が進んでいます。その高齢化社会に向けての課題、問題等に対応するために国は 2013 年から医療と介護分野の改革として、2025 年までに地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

その地域包括ケアシステムとは何？ どんなものなの？ ということになるのですが、

厚生労働省のホームページでは、『高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制（地域包括ケアシステム）の構築を推進』となっています。言葉だけでは難しいですね。

要約すると、**高齢者が“住み慣れた地域”で介護や医療、生活支援サポート及びサービスを受けられるように、まずは住まいを確保し生活支援を行った上で、『医療』**

『介護』 『予防』を地域で包括的に支えていこうということになります。



さてこの地域包括ケアシステムですが、では実際にはどうすればいいの？ ということになりますが、**高齢者に介護の必要性が出てきたら、まずは地域包括支援センターに相談してみてください。**

生活・医療・介護・予防に一連の関係性と流れを作り、高齢者が今までと同じ地域で充実した日々を送れるようにする地域ケアシステムを、地域包括支援センターに属するケアマネージャーのアドバイスのもと、一人一人の高齢者に合わせて最適なサポートをナビゲーションしてくれます。

地域包括ケアシステムは 2025 年までの完成を目標として、国や関係機関で新たな法整備や体制が進んでいき、医療や介護も体制が進んでいきます。その中に生きがいや笑いが得られる制度も増えれば、なお幸せな制度だなあとと思います。



今年度もよろしくお祈いします！
くわいの街『すこやか倶楽部』
皆さまのご参加をお待ちしております。

くわいの街『すこやか倶楽部』

「生活習慣を見直そう。サルコペニア（加齢に伴う筋肉量減少症）について」

日時：平成29年5月25日（木）14：00～15：00

場所：ルピナス港南3階

講師：作業療法士 関藤 巧明

参加費は無料です。当日は職員がご案内いたします。
皆さまのご参加をお待ちしております。

くわいの街『すこやか倶楽部』では、ご要望があれば、院外での開催も行います。
お気軽にお声かけください！



－ 患者様の権利 －

1. 良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療について十分な説明を受け、ご自身で選択する権利があります。
3. 個人情報にかかるプライバシーは守られる権利があります。
4. 他の医師の意見（セカンドオピニオン）を求める権利を尊重します。

医療法人信英会 島谷病院

721-0955 福山市新涯町 2-5-8

電話番号：084-953-5511

FAX 番号：084-953-7304

電子メール：shimatani@fmed.jp

