

## 開設30周年を迎えます

平成30年6月13日に当センターがオープンして、30周年を迎えます。

当センターでは開設30周年を記念して、平成30年9月29日（土）に、記念式典・記念講演会の開催、これまでの当センターの足跡を記録した記念誌「30年のあゆみ」の発行に向けて準備を進めています。

記念式典当日は、今年で3年目となります、病院まつり、福祉機器展の開催と同日となりますので、地域の皆様方にも多数ご参加いただければ幸いです。

当センターの沿革をご紹介します。

- |       |     |                                                                         |
|-------|-----|-------------------------------------------------------------------------|
| 昭和63年 | 6月  | 医療・福祉・教育が一体となって障害児・者への支援ができるよう、「奈良県心身障害者リハビリテーションセンター」の名称で開所            |
| 平成10年 | 10月 | 介護保険の創設と時期を同じく「県営福祉パーク」「介護実習・普及センター」が開所                                 |
| 平成18年 | 4月  | 地域の皆様方により身近な病院・福祉施設として認識いただけるよう「奈良県総合リハビリテーションセンター」と名称変更                |
| 平成26年 | 4月  | 運営組織変更により、病院部門は「奈良県総合リハビリテーションセンター」、福祉施設部門は「奈良県障害者総合支援センター」として現在も引き続き運営 |



竣工時



現在

(google Map)

脳卒中には血管が詰まる脳梗塞と血管が破れる脳出血、くも膜下出血があります。

脳梗塞には、以下のようなタイプがあります。

- ・ 脳内の細い血管が詰まるタイプ（ラクナ梗塞など）。
- ・ 脳に入る前までの比較的太い血管が狭くなるタイプ（アテローム血栓性梗塞など）。
- ・ 心臓など他の場所から栓子が飛んでくるタイプ（脳塞栓）。

脳出血は脳内出血とも呼ばれるように、脳内の細い血管が破綻します。

くも膜下出血：脳の表面までの比較的太い血管は、外傷などがなければそうそう切れることはありませんが、先天的に血管壁が薄い（中膜欠損）部分が徐々にふくらみ（脳動脈瘤）、破れることがあります。

脳梗塞と脳出血。脳の血管が詰まるのと破れるのとでは、全く正反対の出来事のような印象を受けますが、脳内の細い血管に関しては、どちらも細小動脈の動脈硬化という共通の背景があります。錆びた鉄の水道管は詰まるのも破裂するのも紙一重、という感じでしょうか。

以前から、麻痺などの症状がないのに、脳ドック等で撮ったCTやMRIで脳梗塞や脳出血が発見されることがあり、無症候性脳梗塞（いわゆる隠れ脳梗塞）や無症候性脳出血と呼ばれ、どう対応するか議論されました。

近年、MRI撮像法の進歩で更に微量な出血の痕が捉えられるようになり、それを微小脳出血（cerebral microbleeds、以下 CMBs）と呼びます。写真の黒い点々がそれです。T2\*強調画像（ティーツースターと読む）や、磁化率強調画像といった撮像法があり、後者の法が鋭敏。当施設のMRI装置でも撮影可能です。

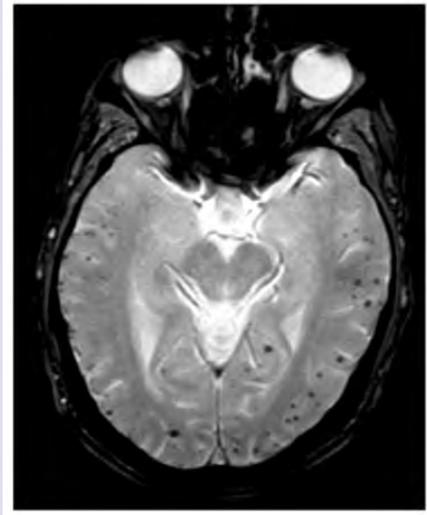
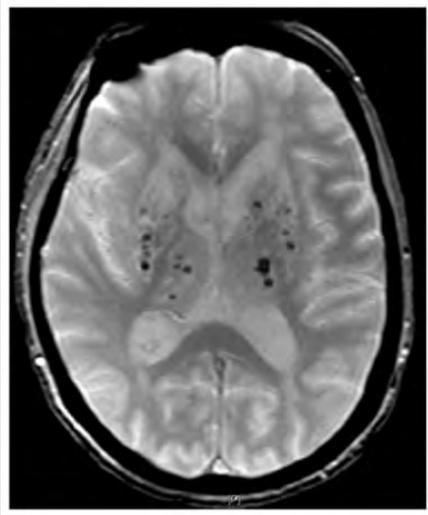
CMBsは高齢になるほど、高血圧や糖尿病や脳卒中の既往があるほど、出現頻度が増えます。

左の写真のように脳深部にCMBsが認められると、アジア人では主に脳出血、西洋人では脳梗塞を、将来発症する確率が高まることが知られています。

脳梗塞再発予防のため抗血栓療法（いわゆる血をサラサラにする薬の処方）を受ける患者さんにCMBsがあると、脳出血を起こす危険性が高まる可能性があります。が、まだ強いエビデンスはありません。

抗血栓療法を実施するかどうかや、どの程度の強さで実施するかは、個々の患者さんの血栓症発症の危険度、合併症、既往歴、生活などを考慮して総合的に判断する必要があります。CMBsの有無や個数はその有力な判断材料のひとつとなり得ますので、研究の進展が待たれます。

ちなみに、無症候性脳梗塞が発見された人に抗血小板剤を処方して症候性脳梗塞の発症率が下がる、というエビデンスはありません。それより高血圧のコントロールが重要とされています。



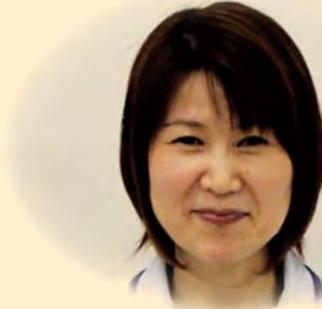
## 「脳卒中患者を支えたい」～回復期における私たちの役割～

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師  
石橋 裕子 山田 祐子

認定看護師とは、ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有することを日本看護協会に認められた者をいいます。当院には、奈良県に5名しかいない脳卒中リハビリテーション看護認定看護師が2名在籍し、院内・院外で活動しています。

脳卒中によって引き起こされる症状は様々で、意識障害、重度の麻痺、高次脳機能障害等の後遺症を抱え入院される方がほとんどです。入院時から患者さんの障害や病状に応じ、患者さん、ご家族とともに話し合いを重ねながら、「その人らしさ」を大事にした退院後の生活ができるようサポートしていく事が私たちの役割です。そのためにスタッフへの指導や相談、また、様々な職種が連携し、それぞれが専門性を発揮して患者さんに関わることができるようパイプ的役割を担っています。また、院外においては、看護職や看護学生への教育を行っています。また、市民を対象にして奈良県介護実習・普及センターでは「脳卒中患者の日常生活の支援」について講師を務めるなどの活動をしています。

今後も認定看護師として、地域とのつながりを大切にし、退院後も患者さんやご家族が安心できる環境を提供できることを目指していきます。自宅に退院された患者さんやご家族から「家に帰れてよかった。」と声を聴くことが私たちのやりがいになっています。一人でも多くの患者さんの「その人らしさ」を大切にし、「生きる希望」を見出せるように、寄り添っていきたいと思います。



# 医療安全推進室

医療安全推進室 副室長  
高島 範子



医療安全推進室は平成26年に設置され、病院の医療安全対策の統括的役割を担っています。『適切かつ安全で患者に信頼される医療サービスの提供と質の向上を図る』ため、組織の壁を越え組織全体の安全文化の醸成に向け活動しています。



医療安全推進室々長  
榊田副院長



各所属セーフティマネージャー

私達セーフティマネージャーは、職種、職位を越えて患者さんに安全な療養環境が提供されているか、取り決めた安全対策が実施されているかなど、医療安全推進のために実働部隊として積極的に活動しています。



院内ラウンド実施中!!



研修会



確認OK!!

具体的な業務としては、医療の安全に関する基準やマニュアルの作成・見直し、インシデント報告の管理と活用、医療事故発生時の対応（原因分析・対策・周知）、医療機器点検の管理、5S活動、医療安全に関する研修などがあり、セーフティマネージャーとともに各部門・部署と連携した継続的な医療安全活動に取り組んでいます。

## 実は知らない？ 野菜の栄養

管理栄養士  
村中 照美

ブロッコリーの栄養がスゴイ！ことをご存じですか？緑黄色野菜の代表的なお野菜で、緑のつぼみの中に栄養がギュッと凝縮されています。今回はそんなブロッコリーの栄養についてご紹介していきます。

- ①ビタミンが豊富で、特にビタミンCの含有量が多くレモンの約2倍。風邪予防効果があります。
- ②がん予防になる。ブロッコリーにはスルフォラファンと呼ばれる物質が含まれていて、発がん性物質や有害物質を体外に出す働きがあります。
- ③血圧上昇を防ぐ。ブロッコリーにはマグネシウムやカリウムなどを多く含んでいるため、血圧を正常に整えて、血圧の上昇を防いでくれます。
- ④アンチエイジング対策になります。ブロッコリーには多くのビタミン類やポリフェノールが含まれていて抗酸化作用が働きます。酸化は老化の一番の原因になるため、抗酸化作用によって老化を防ぐことができるので、アンチエイジング対策に適しています。
- ⑤骨粗鬆症の予防になります。ブロッコリーには骨を作る成分のカルシウムやビタミンKを多く含んでいるので、骨を丈夫にする働きがあります。
- ⑥便秘解消に役立ちます。ブロッコリーには食物繊維がとて多く含まれており、消化機能を正常化させる効果があります。



いかがでしたでしょうか？ブロッコリーって思っていたよりも栄養にすぐれた野菜だったみたいですね！皆様もぜひ、毎日の食事にブロッコリーを取り入れてみてくださいね。

奈良県総合リハビリテーションセンター（地方独立行政法人 奈良県立病院機構）

〒636-0345 奈良県磯城郡田原本町大字多722番地 電話0744(32)0200(代) FAX0744(32)0208  
<http://www.nara-pho.jp>

