



ホスピタル ニュース

水島中央病院 広報誌

vol. 137

2024.9



新棟起工式



新棟建築工事の様子



看護展の開催



糖尿病教室 再開

特集

歯周病と糖尿病の関係

QC サークル活動報告～石川 馨賞 奨励賞を受賞しました～

連載：みずちゅう職員が〇〇やってみた Part1

TAKE
FREE

ご自由にお持ち
帰りください



「糖尿病」について

現在わが国だけでなく、世界的にも「肥満」の割合は増加しており健康脅威として社会問題になっています。「肥満」の増加に伴い、2型糖尿病の人口も増えており、約10年前の2014年の世界での糖尿病有病数はおよそ3億8,670万人とされていました。そして2021年の時点では5億3,700万人と言われており、2045年までに7億8,300万人まで増加することが見込まれています。

日本の糖尿病有病数は2021年で1,100万人と推定されており、約10人に1人は糖尿病に罹患しています。糖尿病患者数だけ見ても世界第9位の糖尿病大国となっています。また、糖尿病が強く疑われる人や糖尿病の可能性を否定できない人の数もそれぞれ約1,000万人いると推計されています。

糖尿病はインスリンというホルモンの不足や作用低下が原因で、血糖値の上昇を抑える働きが低下してしまい、慢性的に高血糖が続く病気です。この高血糖の状態が続き、重篤化すると「糖尿病網膜症」「糖尿病腎症」「糖尿病神経障害」といった**三大合併症**が結果として起こるとされています。

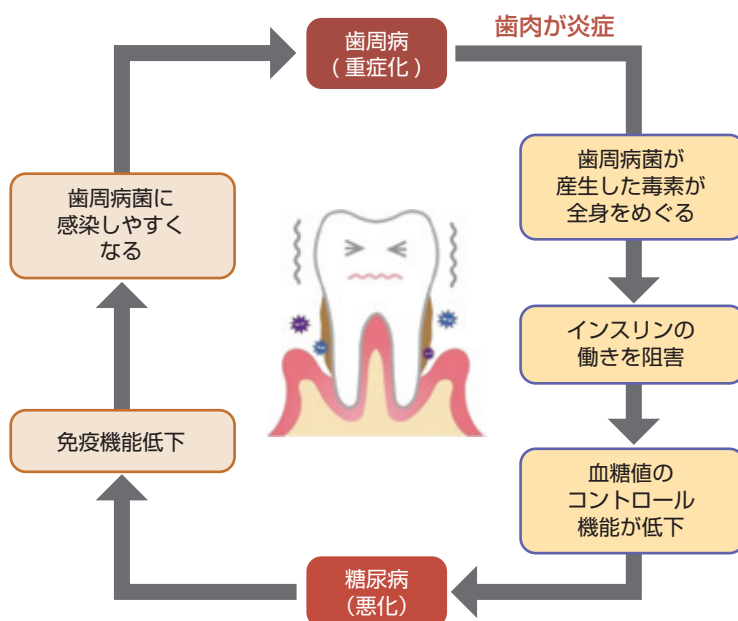
また、この三大合併症の他に細血管障害（歩行障害・下肢切断）、大血管障害（狭心症・心筋梗塞・脳卒中）もあります。

「歯周病」と「糖尿病」

歯科に関係するところとして「**歯周病も糖尿病の合併症の一つとされています**」。以前より糖尿病は歯周病のリスクファクターであり、糖尿病患者に歯周病が高い頻度でみられていました。そして、これまでの「糖尿病」と「歯周病」の両疾患に関する情報が蓄積され、「糖尿病」と「歯周病」は双方向の関係性があると昨今では言われています。そもそも「歯周病」とは、歯科の2大疾患の一つであり、歯と歯肉の隙間である歯周ポケットから侵入した歯周病菌が、歯肉に炎症を引き起こし（歯肉炎）、そして歯を支える骨を溶かしてグラグラさせてしまう状態をいいます。

従来より、糖尿病が悪化すると歯周病も悪化させるという報告があります。糖尿病が悪化すると結合組織コラーゲン代謝異常、白血球の機能低下、微小循環障害による血行不良により、歯周組織の創傷治癒を遅らせ、感染を助長することで歯周病も悪化するとされています。

また、糖尿病の症状として口腔乾燥も原因としてあり、唾液分泌量が低下することで歯周病菌が増殖しやすい環境となり、歯周病が進行・増悪していきます。



逆に歯周病も糖尿病に影響を及ぼすと考えられています。

歯周病菌が炎症を起こしている歯肉から容易に血管内に侵入し、全身に回ります。基本的には血管に歯周病菌が侵入しても体の免疫機能で死滅しますが、歯周病菌が出していた内毒素は血管内に残り、脂肪組織や肝臓から生じる炎症性サイトカインである TNF- α の産生を促進します。この TNF- α は、血糖をコントロールしている（血糖を下げる）インスリンの働きを妨げます。その結果として血糖値が上昇し、糖尿病のコントロールを困難にします。

また、歯周病が進むと、歯の喪失や動揺により固い食べものが噛みにくくなり、軟らかい食べ物の摂取量が増えてしまい、偏食になりやすいです。この偏食から、糖尿病の悪化やコントロール困難につながるとされています。

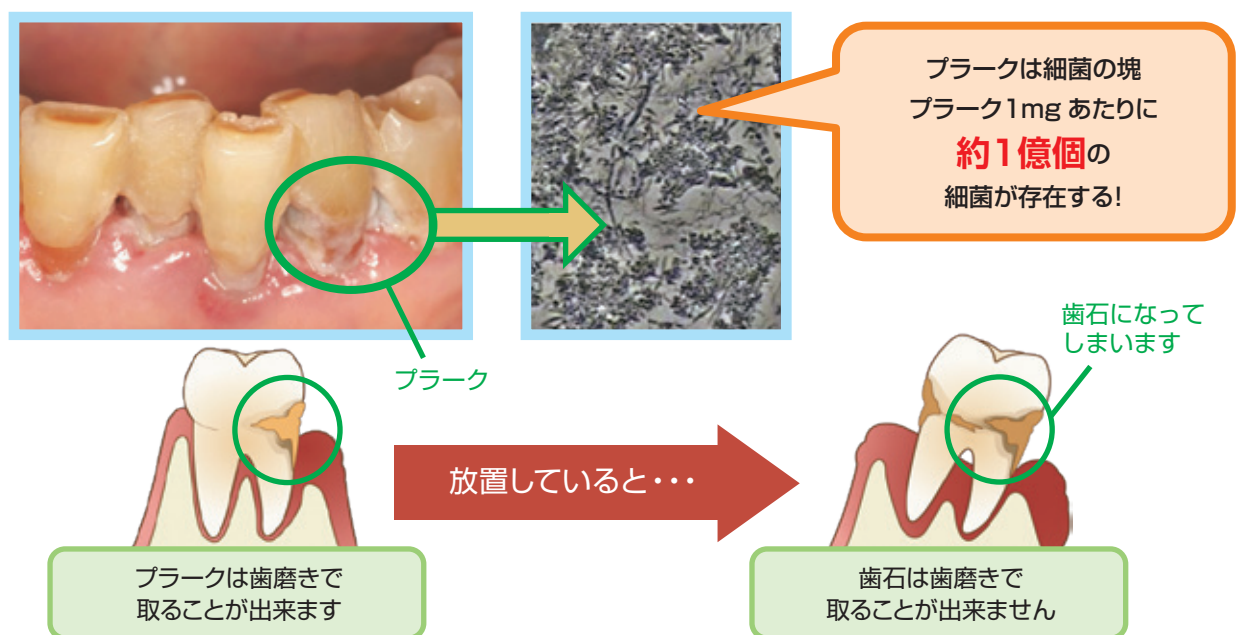
両疾患の患者全員に必ずしもあてはまるとは限りませんが、循環しているということは、糖尿病、歯周病のどちらかが改善すると、もう一方の疾患も改善する可能性もあると言われています。

ある論文の報告では、糖尿病患者で歯周治療を行った群と、行わなかった群を比較して、糖尿病の指標である HbA1c の減少率が高かったという報告もあります。

そのため、**歯周病予防、歯周病治療が重要**になります。

「歯周病」を予防するためには

先ほど述べましたが、歯周病は歯周病菌により生じますが、この歯周病菌が増える原因として一番の原因は口腔清掃不良（口腔環境衛生不良）になります。この口腔清掃不良というのは歯磨き不足であり、歯磨きが不十分だと、歯垢（プラーク）が歯と歯肉の境目に増えていきます。このプラークの中には、1mg あたり 1 億個以上の細菌が含まれているといわれています。



歯磨きといったセルフケアでしっかりプラークを除去すれば、基本的には歯周病の発生、進行を遅らせることができますので、**まずはしっかり歯磨きをすることが重要です。**

しかしながら、完全にこのプラークをセルフケアで除去することは困難です。プラークが長期間残存すると、石のように固くなり（歯石）、歯に強固に付着します。歯石になると、残念ながら歯ブラシでは除去することはできません。また、この歯石は目に見えない歯周ポケットの中（歯と歯茎の隙間）にもでき、ご自身で取ることは不可能です。そのため、糖尿病患者だけでなく普段歯科受診をしていない方も **定期的な歯科受診で歯石除去および歯磨きの仕方を教えてもらうこと**をお勧めします。

当院の取り組み



QC サークル活動報告

TQM活動・業務改善活動(QC)とは

TQM (Total Quality Management) とは、「品質 / 質を中核に、顧客及び社会のニーズを満たす製品・サービスの提供と、働く人々の満足を通じた組織の長期的な成功を目的とし、プロセス及びシステムの維持向上、改善及び革新を全部門・全階層の参加を得て様々な手法を駆使して行うことで、経営環境の変化の適した効果的かつ効率的な組織運営を実現する活動」のことを言います。

引用：一般社団法人日本品質管理学会「TQM の方針」

水島中央病院とQC活動

水島中央病院では、1987 年から医療・サービスの質を向上させることを目的に、部署単位で QC 手法を用いて業務改善活動 (QC 活動) を行っています。年に2回、姉妹病院である倉敷リハビリテーション病院とともに QC 発表大会を開催しています。その中で、最も成果を上げたサークルが岡山地区での大会や、「医療の改善活動」全国大会に出場します。

また新入職員には、新人研修の一環として QC 研修も行っています。今年度の研修の様子は、当院 SNS に投稿していますので興味のある方はぜひご覧ください！



▲ 第1回 QC 大会の様子
(写真上：院内、写真下：院外)



2023年12月
第67回QC大会



2023年10月
岡山地区QCサークル大会



2024年度
新人研修の様子

この度、当院の薬剤部（マープルサークル）が、特色ある活動を進め、QC サークル活動の普及・発展と活性化に貢献したサークルに贈られる「石川 馨賞 奨励賞」を受賞しました。水島中央病院としては4年ぶり6回目の受賞となります。今回はその活動内容を次のページでご紹介します！

いしかわ かおる
石川 馨博士とは・・・日本の品質管理、TQC(全社的品質管理)の偉大な先駆者で、QCサークル活動の生みの親と言われています。特性要因図を創案されたのも石川 馨博士です。約30年間に33カ国を訪問され、国際品質管理大会、国際QCサークル大会などを企画され、国際的にも大きな足跡を残された世界的指導者です。

引用：日本化学技術連盟「QCサークル石川 馨賞」

水島中央病院 薬剤部のQCサークル活動 『石川 馨賞 奨励賞』を受賞しました！



当院薬剤部が、一般財団法人日本科学技術連盟主催の2024年度「QCサークル石川 馨賞 奨励賞」を受賞しました。

5月24日「第6540回QCサークル全国大会－函館－」において授賞式が開催され、受賞者に盾が贈られました。今後も最適な医療を提供できるようスタッフ一同努めていきます。



授賞式の様子



【テーマ】がん化学療法における患者情報を把握できない率の低減(マーブルサークル)

【概要】がん化学療法を行っている患者さんの副作用情報以外に患者さんの詳細な情報を把握する必要があると感じ、医師・看護師と連携を取り改善を行いました。もともと使用していた「治療ノート」を改訂し、外来受診時の指導記録の記載や診察の流れを変更するなど対策を講じました。多職種と連携をとることで医師や看護師だけでなく、患者さんからも喜ばれる改善活動を評価されました。

外来がん化学療法指導記録

期別: 2022/5/6 ~

患者ID: [] 病名: 乳がん術後 薬剤師名: [] レジメン名: FOF

指導日: 2022/5/6

☆特記事項 ☒あり ☐なし
食欲不振あり。倦怠感は常にあり。下痢は一切なかったが、今後出現の可能性あると主治医に言われたとのことで、次回確認を。

☆特記事項 ☐あり ☐なし

☆特記事項 ☐あり ☐なし

社会医療法人 水島会 水島中央病院 薬剤部 2022/04/28

<記入例>

☆特記事項 ☒あり ☐なし
食欲不振あり。倦怠感は常にあり。
下痢は一切なかったが、今後出現の可能性あると主治医に言われたとのことで、次回確認を。

体重: kg (/ 測定) 2021 4 April

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 ②	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1

★気がついたことを何でも記入してください

before

<<記入例>> 体重: 50.5 kg(4/12 測定)

月/日	4/12	/13	/14	/15	/16	/17	/18
投薬日	②						
体の状態	とてもつらい	✓	✓				
つらい				✓			
いつものどおり	✓				✓	✓	✓
食事量(0~10)	7	5	5	5	10	10	10
下痢	-	-	++++	+	-	-	-
だるさ	-	-	++	+	-	-	-
口内炎	-	-	-	+	-	-	-
その他							

気になること・今の気分などを何でも記入してください

4/12 水 4/13 木 4/14 金 4/15 土 4/16 日 4/17 月 4/18 火

after



乗ってみた!!!

広報委員会

コミュニティタクシー(コミタク)とは

コミュニティタクシーとは、セダン型（4人乗り）やジャンボ型（9人乗り）のタクシー車両などを用いて、設定されたコース（停留所）を決められた時間に運行する乗合タクシーです。バス路線が廃止されたり公共交通が利用できない交通不便地域の移動手段を確保するため、地域が主体となって運行する乗り物です。小規模地域でも導入でき、利用者のニーズにも対応しやすくなっています。

今回から当院の職員が様々なことに挑戦する「みずちゅう職員が〇〇やってみた！」連載企画がスタートしました。初回は「コミタク乗ってみた!!!」です👍



コミュニティタクシーに携わる方へインタビュー



倉敷市役所
交通政策課
坪井さん

Q. どんな仕事をしていますか

A. 補助金による運行費用の支援、運営主体である地域とタクシー会社との調整を行っています。

Q. 一言お願いします

A. 公共交通機関の皆さんは、非常に厳しい状況の中、運行されています。たくさんの方に公共交通を利用していただきたいです。



平和タクシー
営業部企画課
佐々木さん

Q. どんな仕事をしていますか

A. タクシーの運行サポートをしています。広報として、ラジオ・CM出演、行政などの話し合いに参加しています。

Q. 一言お願いします

A. すいわ号をたくさんの人に利用していただき、この事業が盛り上がって欲しいです。



平和タクシー
ドライバー
大岡さん

Q. 運転時に心掛けている事は何か

A. 安全は、輸送業務の最大の使命であります。日々安全運転に心掛けております。

Q. 一言お願いします

A. お気軽にご利用ください!



実際に乗ってみよう!

今回乗車するルートはこちら↓

連島エリア

⑮「ファミリーマート」→ ⑯「イオン
タウン水島」までのお買い物プラン♪

01



電話で予約をします

TEL

- ・「すいわ号」〇〇エリアを利用する旨
- ・乗車場所
(乗車：乗降所〇番、降車：乗降所〇番)
- ・乗車時間（時刻表参照）
- ・氏名（複数の場合は代表者）
- ・利用人数（大人〇名、子ども〇名）
- ・電話番号（日中繋がるもの）



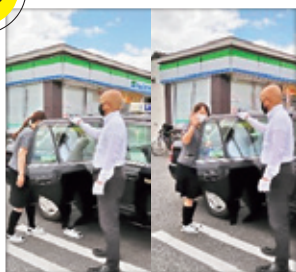
今回挑戦するのは
この2人!

02



停留所にて
タクシー到着♪

03



タクシー乗車
いざ、出発!!!

04



イオンタウン水島が
見えてきました♪

05



目的地へ到着!

06



運賃大人1人500円
を支払います(連島地区)

07



お買い物に
行ってきます♪

通常料金だと1,500円!



通常のタクシーより
かなりお得!!!

乗ってみた
感想

人混みや車通りが多い場所を避け、安全な
道で目的地まで行きました。
また、日中暑いので車内は涼しく快適でし
た。
地域医療連携室・中川

実際にかかる料金よりかなりお得に乗れるので、通
院以外にも買い物や水島駅まで行く際に便利だと感
じました。
医療秘書課・寺田

お知らせ

水島中央病院は現在、病院北側に新棟を建築中です。
2025年秋ごろ竣工予定となっております。



交通アクセス



社会医療法人
水と和

水島中央病院

〒712-8064 岡山県倉敷市水島青葉町4番5号
TEL: 086-444-3311 (代) FAX: 086-446-0993
ホームページ: <https://suiwakai-mch.or.jp/>
休診日: 日曜日・祝祭日・年末年始・病院行事(6月・12月)

診療時間

月～金曜日 8:40～12:00 / 14:00～17:30
土曜日 8:40～12:00 / 14:00～17:00
* 整形外科のみ
月～土曜日 8:40～10:30 / 14:00～16:30