

# 順天堂医院ニュース 2024 NO.89



各記事にあるQRコードを読み込むことで、各診療科および各部署のHPを開くことができます。ぜひ、ご活用ください。



順天堂医院HP



## せん妄(もう)について知ろう

### せん妄とは？

せん妄は、脱水、感染、貧血、薬物の副作用など、身体に負担がかかることで生じる一時的な脳の機能の乱れです。入院中の患者さんに特に起こりやすく、意識がぼんやりしたり、時間や場所を混同したり、治療中であることを忘れて点滴チューブなどを抜いてしまうことがあります。また、夜間の不眠などの症状も見られます。

せん妄は、徐々に進行する認知症とは異なり、急に発症するのが特徴で、多くの場合は適切な対応により早期の回復が見込まれますが、一方で治療を困難にさせる一因になることも少なくありません。特に、高齢の方、認知症や物忘れのある方、飲酒量が多い方、全身麻酔手術の前後の方、睡眠障害、視力や聴力の低下がある方などが発症しやすいとされており、せん妄を予防するための専門的な関わりが特に重要です。

### 当院の取り組み

順天堂医院では、せん妄のリスクが高い患者さんに対して、早期から予防対策を行っています。原因疾患の治療や苦痛の緩和に向け、看護師を中心に医師や薬剤師が連携し、チーム全体でサポートしています。何かご不安やお困りのことがございましたら、どうぞ遠慮なく医療スタッフにご相談ください。

## 2024年9月より ご入院の皆様へ 「せん妄について」ご案内文書を提供する取り組みを開始いたしました。

入院中の患者さん・ご家族の方へご案内  
～せん妄について～

**1** せん妄とは？

せん妄は、脱水、感染、貧血、薬物療法など、からだに何らかの負担がかかったときや入院環境への反応で出てくる脳の機能の乱れです。

以下の変化や特徴が起こります

- 意識がくもってぼんやりする
- 日付がわからない、病院と家間違える
- 家族のことがわからない
- 治療していることを忘れて、点滴などのチューブ類を抜いてしまう
- おこりっぽくなる・興奮する・不穏になる
- 見えないものが見えたり(幻視)、ありえないことを言う(妄想)
- もうろうとして話のつじつまが合わない
- 夜に眠れない・眠らない
- 症状は急に生じることが多く、夜になると悪化する

せん妄の症状は認知症と似ていますが、症状は一時的でもとに戻ることが多いです

**2** せん妄になりやすい人は？

- 高齢の方(特に70歳以上)
- 脳器質的障害(脳神経内科/外科・精神科・心療内科的な病気がある方)
- 認知症や物忘れがある方
- 飲酒量の多い方(アルコール多飲)
- せん妄になったことがある方(せん妄の既往)
- リスクとなるくすり(特に睡眠薬の一部)を飲んでいる方
- 全身麻酔を要する手術の前後の方
- 重症身体疾患・脱水・低酸素症の方
- 睡眠障害・視力低下・聴力低下のある方

精神科リエゾンチーム・看護部  
順天堂医院 2024年6月

**3** せん妄の対策

- ・当院ではせん妄のリスクの度合いに応じてせん妄対策を行っています
- ・原因疾患の治療・苦痛の緩和のため、医療者がチームでかわります
- ・生活のリズムをつけることが重要です
- ・なるべく昼間は覚醒を促し、夜は眠れるように配慮します
- ・せん妄になると…
- ・患者さん自身がつらさを感じる(頭が混乱して眠れない不安になるなど)
- ・治療がスムーズに進まない(安静が保てない・必要な治療に同意できないなど)
- ・危険な行動の原因となる(点滴などの器具を抜いてしまう・転倒するなど)
- ・といった不都合を生じるため、対策・早期発見・早期介入が必要です
- ・リスクが高い場合・せん妄を発症した場合は専門的な診療を依頼します

**4** せん妄の治療

せん妄は、からだへの負担を原因とする脳の機能の乱れであるため、負担となったからだの問題を取り除くことが基本となります

これに、**・脳の機能の乱れを改善するくすり**  
**・患者さんが安心できるような環境の調整**を組み合わせます

おくすりについて  
 数多くのデータから、不眠症やうつ病、認知症や失調症の患者さんに対して認知機能を回復するように働くくすりがあり、脳の機能の乱れの改善には有効とされており、当院でもまずはじめに使います。  
 ・効き方は個人差がありますので、基本的に少量から使います  
 ・日中に眠くなくなり、飲み込みが悪くなったりする副作用が出る場合があります  
 ・そのような場合はくすりの量を調節したり、くすりの種類を変更します  
 ・飲み慣れたくすりであっても入院環境での飲み合わせが悪い場合は調整いたします

**5** ご家族の方へ

- ・せん妄状態でも、家族の顔を見たりしゃべったりすると安心できます
- ・ 感染対策にご協力いただき、病棟ルールに沿った面会をお願いいたします
- ・ つじつまの合わないお話があっても、無理に訂正しなくて結構です
- ・ いつともどりの落ち着いた言葉かけをお願いします
- ・ どうしても必要な場合にはご家族の了承を得た上で一時的に身体的抑制を行うことがあります
- ・ 精神科の専門的な診療を依頼することができます

わからないことやお困りのことがありましたら、遠慮なく医療スタッフにお声がけください  
 精神科リエゾンチーム・看護部  
順天堂医院 2024年6月



## 前立腺癌に対する定位放射線治療 (SBRT)

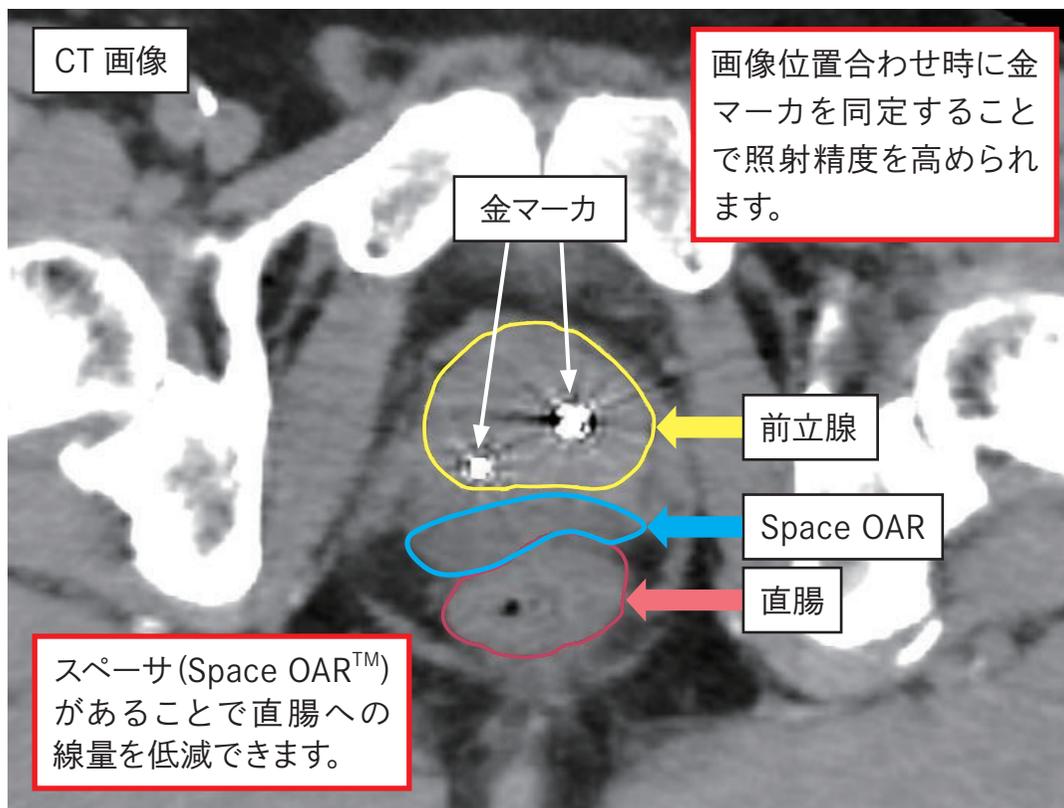
定位放射線治療『SBRT(Stereotactic Body Radiation Therapy)』は通常の放射線治療よりも高線量の放射線を腫瘍に照射する高精度放射線治療です。

前立腺癌に対する SBRT は、従来よりも多くの放射線を一度に照射するため、狙った部分に精度良く放射線を照射することが大切です。

そのため、体に影響が出ない金のマーカを目印として前立腺内に埋め込み、その目印を画像位置合わせ時に同定して照射精度を高めることができます。

さらにできる限り直腸への照射を避けるために、前立腺と直腸の距離を離すスペーサ (Space OAR™) も埋め込みます。

通常の前立腺癌に対する放射線治療は 1 - 2 か月程通院が必要ですが、SBRT では 5 回のみ通院で終了することができ、通院の負担が軽減されます。当院では、低・中リスクの前立腺癌の患者さんにこの方法を用いております。





## グレープフルーツジュースと薬



お薬説明書で見る「グレープフルーツジュースの摂取は避けてください」という文章は何を意味しているかご存じですか？

実は、薬とグレープフルーツジュースを一緒に飲むと、薬の作用や副作用が増強する可能性があります。

### グレープフルーツジュースは体の中でどう影響しているのか？



グレープフルーツジュースを薬と一緒に飲むと・・・

グレープフルーツジュースで薬を飲んだ場合の血中濃度の変化

グレープフルーツに含まれる成分（フラノクマリン）が、役割を果たした薬を体の外に出すために効果のない物質に変える酵素の働きを邪魔してしまいます。

これが問題です！

酵素の働きを抑えてしまうため薬の吸収量が増加  
薬物血中濃度上昇↑  
薬の副作用がでる可能性↑

血中濃度

時間経過

治療に必要な薬の濃度

水で服用した場合の血中濃度変化

※HIRASHIMA, H., et al. : Jpn J Clin Pharmacol Ther ,37 : 127~133, 2006, より引用・追記

薬と同時に摂取しなければ問題ないのか？大量に飲まなければ大丈夫？と、思われがちですが、

- ・グレープフルーツを摂取したら、3～4日は、お薬を外に出す酵素の働きを弱めてしまいます。
- ・コップ1杯のジュースでも、働きを弱める作用があります。
- ・果肉より、果皮に多量に含まれるため、ジュースやジャムは特に注意が必要です。

血圧を下げる薬や、コレステロールを下げる薬、免疫抑制剤等、グレープフルーツとの飲み合わせに注意が必要な薬剤があります。

心配な場合は、薬剤師に確認してください。

### グレープフルーツ以外の柑橘類と薬について

#### その他の柑橘類について

◆ 果肉にフラノクマリンが含まれる柑橘類  
(接種を控えたほうがよい)

グレープフルーツ  
スウィーティ  
はっさく  
ぶんたん

甘夏みかん  
ライム  
だいたい  
晚白柚



◆ 果肉にフラノクマリンがほとんど含まれない柑橘類  
(摂取しても影響が小さい)

ぼんかん  
きんかん  
伊予柑

ネーブルオレンジ※  
日向夏※  
レモン※

ゆず※  
すだち※  
かぼす※



温州みかん  
デコポン

※果皮の摂取は控えた方がよい



## 令和6年6月から入院時の食事代が変更になりました

今回は、入院時の食事代と入院費用の内訳をご案内します。

### ➤ 食事代（入院時食事療養費）について

食事代の標準負担額は以下の通りです。東京都福祉保健局ホームページより抜粋し一部追記

区分	負担額（1食あたり）	
一般（住民税課税世帯） ※1	490円	
指定難病患者	280円	
小児慢性特定疾病患者	280円の1/2の負担 → 140円	
70歳未満で住民税非課税 70歳以上で低所得2 ※2	過去1年間の入院 期間が90日以内	230円
	過去1年間の入院 期間が90日超	180円
70歳以上で低所得1 ※3	110円	

※1 平成28年4月1日において1年以上継続して精神病床に入院している患者は、退院するまでの間260円になります。

※2 低所得2：世帯主及び国保の被保険者全員が住民税非課税である世帯の方

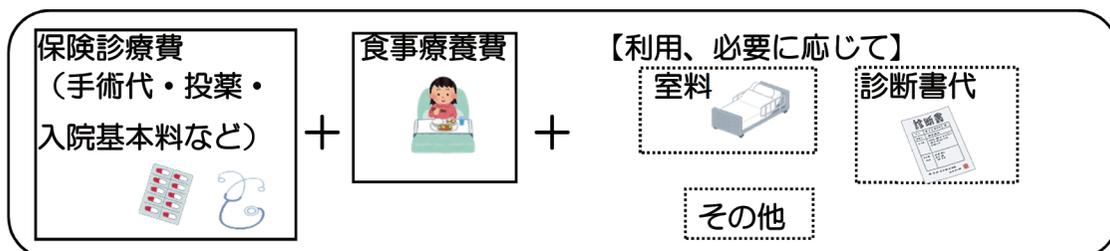
※3 低所得1：世帯主及び国保の被保険者全員が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金所得は控除額を80万円とする）を差し引いたときに0円となる方

### ➤ 入院費用の内訳について

入院費用は、保険診療費、室料（特別療養環境室料）、食事代、その他（文書代など）の合計の支払いになります。

※当院ではアメニティ費用は入院費用とは別に、申込時の請求書送付先に請求書が送付され、お支払いいただく形です。

### <入院費用の内訳のイメージ>



- ・保険診療費には高額療養費制度があります。自己負担の上限額など制度の詳細はご加入の健康保険へご確認ください。または医療福祉相談室へご相談ください。

注）保険診療の適用されない医療を受ける方や公的医療保険をお持ちでない方は、上記の内容とは異なります。



## 採血時に手を力いっぱい握ると変動する検査値

採血時に「手を力いっぱい握らないでください」や、「グーパーしないでください」と言われたことはありませんか？

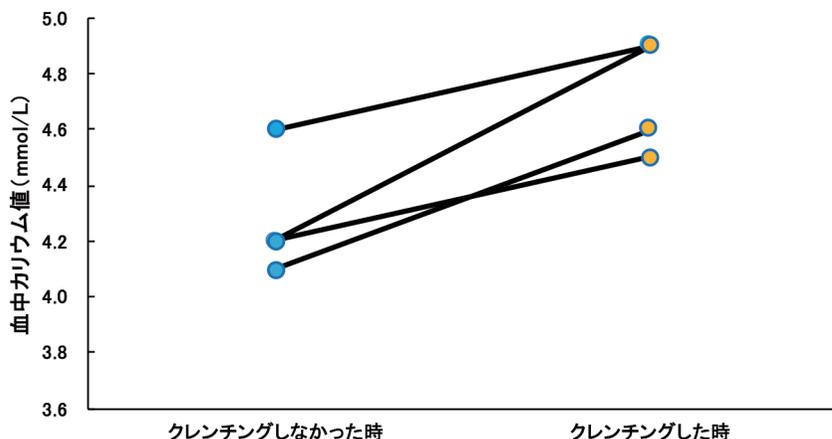
手を力いっぱい握ることを“クレンチング”、グーパーを繰り返すことを“パンピング”と呼び、これらの行為は、検査値に影響を与えるため、採血時の禁止行為とされています。

下図は、健康なボランティア4名に協力してもらい、採血時にクレンチングした時としなかった時の血中カリウム値を比較した結果です。血中カリウム値は、クレンチングした時は、しなかった時と比べて約10%高くなりました。これは、クレンチングによって筋肉中のカリウムが血中に流出したためと考えられています。

このように、採血時のクレンチングは検査値へ影響を及ぼすため、手は軽く握ることを意識しましょう。

当院では、採血時に血管が見えづらい方には、採血直前にホットタオルで温め、血管を見えやすくしてから採血を行っています。

### クレンチングによる血中カリウム値への影響





## 栄養相談のご案内

今回は、当院での栄養相談についてご案内いたします。

栄養相談は、疾病の進展の防止、回復・予後などの過程における治療の土台としての役割を担い、患者さん一人一人の生活環境や生活リズム、仕事などのライフスタイルに応じた、実行しやすく継続できる食事改善の方法についてアドバイスすることを目的としています。

個人の栄養相談の対象は糖尿病・肝臓病・脂質異常症・腎臓病・心臓疾患・高血圧・高度肥満症・消化器手術後・潰瘍性大腸炎 / クロウン病・鉄欠乏性貧血・摂食 / 嚥下障害・低栄養・がん等となります。

化学療法室の栄養相談はがん専門の資格を持った管理栄養士が行っております。食欲不振や味覚障害、吐き気・嘔吐、体重減少、下痢や便秘など症状に合わせてアドバイスを致します。

栄養相談では各疾患に応じて、わかりやすく、かつ、すぐ実践できる内容を心がけています。病状の悪化や合併症発症予防のために、ぜひ栄養相談をご活用ください。



今日からはじめる

健康講座



10月号



総合診療科 教授  
小林 弘幸

## 秋バテと自律神経

暑さも和らぎ過ごしやすくなる季節ですが、体調がすぐれないと感じる方も多いのではないのでしょうか。季節の変わり目の体調不良は、体温調節を受け持つ自律神経に原因があります。気温が上昇する春から秋までは、体内の発熱を抑える必要があるため心臓の動きをゆっくりさせる副交感神経が働きます。一方で秋から冬の寒い季節は、体内から熱が逃げないように血管を収縮させたり、心臓の動きを早めたりする交感神経が働きます。夏は朝晩の寒暖差も少なく気圧も安定しているので、自律神経も安定しています。それが秋になると朝晩の冷え込みや秋雨前線の影響で、体温調節を担う自律神経に負担がかかりやすくなります。さらに、夏のイベントで疲れを残していることも相まって、倦怠感、頭痛、めまい、食欲不振などの症状が起こります。秋バテの対策として、まずは「よく噛むこと」を意識してみましょう。食事はもちろんのこと、ガムやグミを噛むことで、免疫機能も高まり自律神経の安定につながります。次に、緑色の若いバナナを食べることです。バナナは熟すと糖度が高まりますが、若いバナナはレジスタントスターチという難消化性デンプンが含まれ、これが機能性の高い食物繊維として働き、腸内環境を整えます。腸内環境が整うことで、自律神経の乱れが緩和されるために、秋バテの症状の予防や改善につながります。日常生活の中に自律神経を整える習慣を取り入れて、秋を快適に過ごしたいものです。

順天堂大学医学部附属順天堂医院

〒113-8431 文京区本郷3-1-3

TEL：03-3813-3111（大代表）

編集 広報管理運営委員会

発行 事務部 管理課（2024年10月発行）

ホームページ

<https://hosp.juntendo.ac.jp/>

順天堂医院

検索



【順天堂医院HP】