

名古屋徳洲会総合病院 心臓血管外科 術後の会 会報

# ハート通信

2006年  
No.14



### 第14号の紙面

- 第7回心臓血管外科術後の会開催..... 1
- 旅行レポート..... 2・3
- 術後体験記..... 4～6
- 質問コーナーQ&A..... 7
- トピックス..... 8

編集・発行 年2回 発行

名古屋徳洲会総合病院 地域医療部  
〒487-0013 春日井市高蔵寺町2-28-1  
Tel: 0568-51-8711

URL: <http://www.nagoya.tokushukai.or.jp>

## 第7回心臓血管外科術後の会開催！

2006.10.7(土) 日帰りバスツアーin蒲郡

そろそろ冬も近づき寒くなってきますが、皆様お元気に過ごされていますでしょうか。10月7日、多くの方々と晴天の中、第7回術後の会を開催させて頂きました。

今年は日帰りバスツアーとして総勢170名で、蒲郡の海辺の三谷温泉へ行きました。蒲郡の海を見ながら、温泉と海の幸を満喫する旅となりました。

バスの中や、会食の際、術後お元気になられた皆様の感謝の言葉や、術後のさまざまな悩みも聞かせていただき、また皆様の笑顔とお元気な姿を拝見し、我々も励みになりました。

さて、これから寒くなって参ります。今回の術後の会の医療講演の中でもお話ししましたが、急に寒い外へ出る時や、お風呂の前後、トイレ、食後等、心臓・血管に負担のかかる機会が増えてきます。皆様、気をつけてお過ごしください。また、体調のいいときは歩行、ジョギング、散歩、水泳等適度な運動をぜひ行ってください。

来年の術後の会でもお元気な姿でお会いできることを楽しみにしています。

総長 大橋 壯樹



# 旅行レポート

報告者:MSW 谷合 麻理子

平成18年10月7日(土)に、第7回心臓血管外科術後の会を開催しました。今回は、152名という多数の患者さま(同伴者含む)の参加のもと、日帰りバスツアーとして、愛知県蒲郡市にある三谷温泉へ行きました。

朝9時に当院をバスで出発。行きのバスの中では参加者の皆さんが自己紹介をし、大いに盛り上がりました。2時間弱でホテルへ到着。当日は快晴に恵まれ、ホテルのすぐ前には海が広がっており、とても綺麗でした。温泉に入浴した後宴会場へ移動し、まずは会を代表して奥村越太郎さんが乾杯の挨拶をして下さいました。

その後は2題の医療講演が行われました。はじめは、大橋壯樹総長による医療講演『術後の予防と過ごし方』です。術後の会の皆様より寄せられた術後の生活などに関する質問にお答えしたり、最新の心臓血管外科治療などについても話がありました。続いてリハビリテーション科の櫻井春香副主任による医療講演『再発予防のための簡単にできる運動』では、術後の運動の必要性や、どのような運動をするとよいかなどの話があり、参加された皆様も熱心に聞いておられました。

最後に、心臓血管外科医長の岡 藤博医師よりご挨拶があり、無事に会を終了することができました。患者さま同士や、患者さまと職員との交流ができて大変有意義な時間を過ごすことができました。また、皆様のお元気そうな姿を拝見して、職員一同大変励みになりました。



バスで出発です!



三河湾が一望できました!



大橋総長とパチリ



ご到着



仲良くパチリ



笑顔でパチリ



カンパ〜イ!!



おいしい食事いただきました



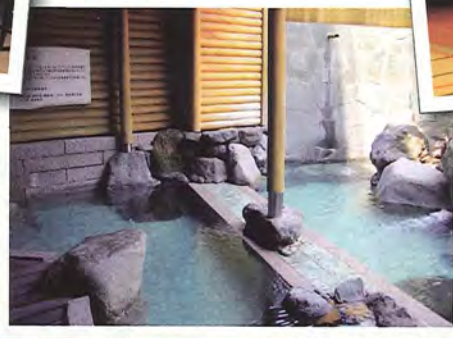
岡先生・渡邊先生とパチリ



スタッフご挨拶



医療講演(術後の予防と過ごし方)



温泉につかり癒されました



また会いましょう



元気になりました!



おつかれさまでした



お土産買いました



みんなでパチリ

# 術後体験記

ここでは、手術を受けた方に術前の心境や術後の生活の様子などを、お伺い致しました。



78歳・女性

2002年5月

心臓弁膜症のため僧帽弁人工弁置換術

## ——手術が決まったときはどんなお気持ちでしたか？

以前から地下鉄をよく利用しているのですが、階段を上るときにもえらくて何度も休まないと上れなくなっていました。また、登山が好きでよく行っていました。ある日、登山をしたときに動悸がいつもより早くなりました。しばらく休んでみましたが、おさまるのに20分くらいかかり、いつもと違う為おかしいと思い、紹介状を持って大橋先生に受診しました。

大橋先生から手術を勧められたときは、すぐにやる気になりました。手術に対しては、怖いという気持ちもなく、「えらいのを楽にしてもらえならいい、手術して駄目でもそれはそれでいい」と思って、受けました。

## ——手術する前後はどうでしたか？

弁置換術をすることになり12月に入院しました。すぐに手術する気になったのですが、問題は金属アレルギーでした。機械弁が金属でできているために、大丈夫だろうか？と先生に相談しました。そして、先生からいい弁を探すからと話があり、一旦退院してそれまで手術を待つことになりました。

その後、4月に先生から電話があり、いい材料(人工弁)が手に入ったということでした。そうしたらその2日後に具合が悪くなって、すぐ救急車で病院に行き、すぐ入院しました。その後手術を受けましたが、何度受けてもいいと思うくらい何ともありませんでした(笑)

## ——退院されてしばらくは、どんな様子でしたか？

退院後1週間くらいはおとなしくしていましたが、その後から散歩をはじめました。最初は30mくらいから、毎日少しずつ散歩する距離を伸ばして、3ヶ月後には30分間くらい歩けるようになりました。今も天気が悪いとき以外は1時間20分くらい歩いています。駅の階段も50段くらい上れるようになりました。

## ——今、日常生活で何に気を付けていますか？

運動(散歩)することと、何でも集中できることをやるということです。

今、江戸からくり人形を作っています。木のかたまりから少しずつ彫って作っています。それまでやったことがなかったのですが、やってみたらおもしろいです。気をゆるめたら失敗してしまうので、集中してやっています。いろいろなことを集中してやって、刺激になっています。

もともと、食事には気を遣っています。野菜を多めにとるように気を付けており、味はその素材の味を楽しんでいます。また、魚や大豆製品を食べています。

## ——今、何か困ったことはありますか？

夜眠れなくて、時々目が開いてしまいます。

## ——これから手術を受けられる方や手術を受けられた方へのコメント・アドバイス

先生の言うことを聞いて、任せておけば何も心配しなくていいと思います。手術に対して躊躇する人もいますが、全くいらないと思います。

あと、「病人」にならないこと。病気があっても、それが普通だと思って、やりたいことをやった方がいいと思います。病人だからって何もしないのじゃなくて、できる範囲でやるといいと思います。

また、前向きに生活することも大事だと思います。自分の命だから、自分で進んでいかなければならないし、医療はそうできるように助けるものだと思います。





62歳・男性

2001年9月

M. T.さん

狭心症のため冠動脈バイパス術

### — 手術が決まったときはどんなお気持ちでしたか？

以前より歩いていると胸がしめつけられるような感じがしており、T病院を受診したときに、心臓の血管が3本つまりかけていると言われました。「では、どうなるのですか？」と聞いたところ、「手術ですね」と言われました。それまで入院したことがなく、体にメスを入れたこともなく健康体だと思っていたので、びっくりしたというよりは「へえー」という感じでした。そして、T病院の先生に「ここでもできないことはないけれど、いい先生がおられるから紹介します」と言われました。その時、「ブランドが好きであれば大学病院を紹介するし、腕がいい先生がよければその先生を紹介します」と言われ、ブランドよりも腕がいい先生をお願いしました(笑) その後徳洲会に来たときにはもう、手術目的で来ていましたから、緊張はしていませんでした。

その時初めて大橋先生にお会いしましたが、自分の持っていた医師のイメージと違い、線が細くて若い、優しい先生だったので驚きました。自分の持っていた医師のイメージは、もっと理屈が多くて偉そうな、“白い巨塔”のような感じだったのですが(笑) 説明も丁寧でよかったです。

どんな手術をするのか説明を受けましたが、腕から血管を取ることなどの説明を聞いても、あまりピンとこなかったです。

### — 手術する前後はどうでしたか？

当日は午後3時から手術を受ける予定だったんですが、その日に救急搬送されてきた方が先に緊急手術を受けることになり、結局手術は、その日の午後9時から始まり、次の日の朝5時までかかりました。

手術後2、3日で、集中治療室から一般病棟に移るときには、もう普通に歩いて荷物も持って行きました。こんなに元気に歩いて行った人はあまりいないんじゃないでしょうか(笑) 入院が初めてだったこともあり、イメージとは違うことも多くて、楽しいというのは少しおかしいかもしれませんが楽しかったですね。

入院中、薬の副作用などが気になり、「できるだけ薬を必要最小限にしたい」と相談したら、相談に応じてもらえました。患者の希望もきちんと聞き入れてもらったのでよかったです。徳洲会の理念が端々に感じられて、徳洲会病院周辺の地域の人は幸せだなあと感じました。

### — 退院されてしばらくは、どんな様子でしたか？

9月末に退院してから、2ヶ月くらいは車の運転はしないように言われました。仕事は退院してから自分の体調をみながらしていいよと(先生から)言われて、退院して約10日後に職場復帰しました。事務仕事をしています。2～3日は無理のないよう仕事していましたが、仕事を始めればやはり忙しくなるものですから、残業も何時間かしていましたね。入院前と変わらず、いつもどおり仕事をしていましたが、しんどいとは感じなかったです。

### — 今、日常生活で何に気を付けていますか？

もともと狭心症になった原因は糖尿病でした。術後半年くらい経ったころに、大橋先生に狭心症の再発防止のために血糖コントロールをしていきたいと相談しました。そこで内藤内科を紹介してもらい、今3ヶ月に1回通院しています。

今は、食事療法と運動療法でコントロールできています。食事は、脂っこいものを意識的に控えています。仕事の付き合いがありますから、時々外食もしますし、アルコールも適度に飲むこともあります。でも、家ではできる限り食事には気を付けています。

運動は、毎日会社の帰り、家まで40分くらい歩いて帰っています。途中には坂道もありますが、毎日続けています。休みの日は、雨の日を除けば1日1時間くらい外を歩いています。これも内科に通院するようになってから始めました。

パソコンで表を作って、いつ歩いたか記録をつけて、「今月はたくさん歩いた」とか「今月は少なかった」とか自己評価しています。今はそれが楽しみになっています。今は時々ゴルフもやっています。知人から、「手術をしていない人よりも元気じゃないか」と言われました(笑)。

手術後は、やはり多少(血管がまたつまらないかという)不安もありますが、せっかく手術した血管を詰まらせないように、無茶をしないように気を付けています。

### — これから手術を受けられる方や手術を受けられた方へのコメント・アドバイス

今回手術を受けて、命の大切さを意識するようになりました。「人の命」を感じられるようになって、自分自身が前進したように思います。

大事なものは、医師やスタッフを信頼することです。分からないことがあれば質問して、納得して治療を受けてほしいと思います。悲観的にならないで、意欲や気力をもって治療を受けることが大切です。そうすれば、回復も早いと思います。



79歳・女性  
2004年4月  
不安定狭心症のため冠動脈バイパス術

### — 手術が決まったときはどんなお気持ちでしたか？

手術が決まったときの事はあまり覚えていません。でも、もともとカテーテル検査をするつもりだったので、3日くらい入院する予定だったのに、緊急手術をすることになり怖いと思いました。突然言われたのでびっくりしたと思います。

### — 退院されてしばらくは、どんな様子でしたか？

退院して、1ヶ月経たないうちから畑仕事をしており、今もしています。前から畑仕事はしていました。周囲のみんなが「そんなことしてもいいの？」と心配してくれますが、「先生がいいって言ってたから」と今もがんばっています。

タマネギの品評会で、県知事賞をもらいました。

### — 今、日常生活で何に気を付けていますか？

食事は、塩分や卵などをあまりたくさん摂らないようにしています。野菜は多めに摂っています。

また、なるべく転ばないようにしています。農家で、1人で畑をやっているのですが、一生懸命やっています。

### — 入院中に何か困ったことはありましたか？

手術後すぐリハビリをして、すぐトイレも行けるようになりました。思ったよりもすぐよくなったと思います。特に困ったことはありませんでした。

### — これから手術を受けられる方や手術を受けられた方へのコメント・アドバイス

先生たちが親切にしてくれるから、安心して手術を受けるといいと思います。心配しているよりも、(スタッフに)任せたいほうがいいと思いました。

手術する前は苦しかったので、もっと早く(手術を)すればよかったと思います。



98歳・女性  
2003年4月  
急性解離性大動脈瘤のため人工血管置換術

### — 手術が決まったときはどんなお気持ちでしたか？

(ご家族より)

いつものように夕飯を食べようとしたら、食べる直前に急に倒れて、救急車で徳洲会病院に来ました。すぐに手術しようと言われて、そのまま手術室へ行き、夜中までかかりました。

(ご本人)

気が付いたら手術が終わっていて、その時のことは覚えていません。

### — 退院されてしばらくは、どんな様子でしたか？

ほぼ入院前と同じように生活していました。もともと食べるものも好き嫌いがなかったので、特に困るようなことはありませんでした。自宅ではお嫁さんと2人で過ごしています。

### — 今、日常生活で何に気を付けていますか？

今まで通り生活しています。

食事は朝昼晩ときちんと食べています。10時と15時にお茶を飲んでいますが、時間になるとちゃんと食堂に行きます。食べられるということはとても大切なことだと思います。

先生からは散歩などをするよう勧められましたが、家の中が広いので主に家で過ごすことが多いです。

### — これから手術を受けられる方や手術を受けられた方へのコメント・アドバイス

高齢にもかかわらず、先生に手術してもらって、元気になれました。94歳での緊急手術は、テレビニュースでも取り上げて頂きました。

その後、孫の入学など成長する姿を見ることができたので、生きていてよかったと思いました。



## 質問コーナー Q &amp; A

ここでは、術後の会の方から病院に寄せられた、ご質問に大橋先生がお答えします。

**Q.** 手術で胸の切った所にまだしびれが有りまして、体を使うと筋肉がガクガクします。時々胸が痛いときがあり、今も足の裏にしびれがあります。

**A.** 術後の創部痛には個人差があり、神経質になりすぎて精神的にまいる方も稀にいらっしゃいます。あと、痛みをかばうことによって逆に肩や腕の痛みがくることもあります。上半身、肩、腕のストレッチ運動を徐々に行うことをお勧めします。冠動脈バイパス術で足の静脈を採取した傷口の痛み、しびれも時々見受けられます。歩行等の運動で循環をよくすることも一つかと思えます。

**Q.** 私の近くに住んでいる方で、(手術の)内容は変わりませんが障害者手帳を取得されています。私は取得していませんが、その理由を知りたいです。

**A.** 心臓血管外科手術でも、予定手術か緊急手術、手術の種類(バイパス手術、弁手術、大動脈手術)で障害者手帳の取得条件が変わります。(地域によっても障害者資格の条件も多少変わってきます) また、最近法律の改正があり資格条件、取得方法も少し変更があるようです。ご心配な方は、当院医療ソーシャルワーカーにご相談ください。

**Q.** 術後4ヶ月を過ぎようとしています。今では、運転中シートベルトがくすぐります。回復の証拠ですよね。

時々、切り傷がつっぱります。撫でてやれば治りますが...

**A.** ストレッチ運動でなるべく気にしないようにするのが一番です。答えになっていないかもしれませんが、時間が過ぎれば痛みは薄れてきます。

**Q.** 透析を行っています。1ヶ月に1回レントゲンと心電図を撮ってくれています。

その結果、心臓に水が溜まっているとか心臓肥大だとか言われていますが...

**A.** 透析患者さまは体の水分管理が腎臓でできないために、特に心臓の悪い方、手術後の方は心臓に水が溜まったりします。心臓が大きくなるいかどうかを定期的にレントゲンで観察しているのだと思います。高血圧、弁膜症の患者さまでは、心電図で心臓肥大という所見がでてきます。多少の心臓肥大は手術後の患者さまにはよくあるので、心臓超音波検査等で問題なければ様子を見て頂いていいかと思えます。

**Q.** 生体弁を埋め込んでいただきましたが、いまだにワーファリンを服用しています。不整脈があるからとのことですが、生体弁の場合ワーファリンを飲む必要があるのでしょうか？

**A.** 心臓弁の手術には修復術、人工弁置換術があります。人工弁には2種類あって、生体弁(動物の組織や弁)と機械弁(金属弁)があります。機械弁の場合は異物反応で金属にあたる血液が固まりやすくなり、それを抑えるワーファリンという抗凝固薬を服用する必要があります。生体弁は異物反応は強くなく、ワーファリンは飲む必要はありません。

ただし、不整脈(特に心房細動の場合)は血栓ができやすく、ワーファリンの服用を勧める場合があります。

よって、生体弁ではワーファリンは飲む必要はありませんが、他の理由で飲む場合もありますので主治医にお聞きください。金属弁ではワーファリンは毎日一定量を服用する必要があります。

**Q.** 元気に仕事、旅行等を楽しんでいます。経過の診察は受けなくていいですか？

**A.** 高血圧、糖尿病などの生活習慣病の経過観察のため近医での受診をお勧めします。



# トピックス

## 当院「術後の会」の田尻さんがホームページを作っています。

当院で手術をされました田尻さんが手術体験記をホームページで掲載されていますので少し紹介します。



- ★手術の時の動画★
- ★トレッドミル検査★
- ★3年前のバイパス術★
- ★術後の自覚症状★などの体験記を掲載

★何故、プライベートのことまで書き続けるのかという理由  
 自分は、何のために生きているのか、という問いかけに、多くの方々は、なかなかその本質的な部分に答えられないまま、何か仕事などをしながら生きています。まずは、それと同じように、私も、何かしなければどうしようもないのです。  
 第二には、あるインターネットサイトで、末期の胃ガン患者の、最後まで闘病記を読んで感銘を受けたことです。彼が、何のためにそれを書いたのか分かりませんが、私と同じ心境ではなかったかと思います。

ホームページより抜粋



一度アクセスしてみてください！ <http://homepage3.nifty.com/stajiri/htm/top.html>

※当院の心臓血管外科ホームページからもアクセスできます。



## 植え込み型除細動器(ICD)移植術、 両心室ペースメーカー移植術認定施設に認定されました。

近年突然死の原因のひとつとして心室細動、心室頻拍という死にいたる不整脈が注目されています。公共の場でもAEDが設置され、突然倒れられた心室細動、心室頻拍に対し、除細動で命を救うケースも増えてきました。

植え込み型除細動器(ICD)移植術とは命に関わる心室細動、心室頻拍が出現し今後もそのような発作が起こる危険性の患者さまに、あらかじめ植え込み型除細動器(ICD)を植え込む手術です。手術はペースメーカー手術とほぼ同じ要領で可能です。ICDを植え込むことにより、死にいたる突然の心室細動、心室頻拍を電気ショックで治療する器具です。



当院では他に、補助人工心臓植え込み施設にも認定されており、植え込み型除細動器(ICD)移植術、両心室ペースメーカー移植術を含めて、重症心不全治療にますます力を入れてまいります。