

施設長・看護介護管理者様各位

令和6年5月
社)宮崎県老人保健施設協会
看護介護研究部会
委員長 坂下 和代(公印略)

令和6年度 第1回研修(ご案内)

新緑の候、貴施設におかれましてはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。
日頃より私ども看護・介護部会の活動にご支援ご協力頂き、誠にありがとうございます。
さて、看護介護部会では、宮崎大学みやざき健康街づくり構想 宮崎健康キャラバン隊より
お話を頂き、第1回研修として目指せ!健康寿命日本一「脳卒中になるその前に:宮崎の
かくれ心房細動ゼロ!!!作戦」の講演を企画しました。宮崎大学医学部機能制御学講座循環
動態生理学分野教授の渡邊 望先生に講師をして頂ける貴重な講演となっております。利用
者様の脳卒中予防だけでなく、職員・周囲の方々の脳卒中予防、健康管理にも役立つ内容
かと思えます。また、宮崎県全体の健康寿命延伸を介護保険領域のみならずと共に取り組ん
でいけるのは大きな展開になると期待もされております。啓発も含めて、是非参加頂くよう
よろしく願いいたします。今回の研修は老健の看護・介護に限らず、法人内の衛生管理者・
保健師や他職種の参加も頂けたらと思えます。
なお、講演後は介護報酬改定や感染症対策・人材確保育成等の意見交換をしたいと思ってお
ります。
ご多用のところ誠に恐縮に存じ上げますが、貴施設の職員の出席についてご配慮賜りたく宜
しく願い申し上げます。

記

開 催 日	令和6年 6月28日(金)
場 所	JAアズム別館2階 201 研修室
時 間	14:00 ~ 16:30 (受付 13:30~)
講 師	渡邊 望 先生 宮崎大学医学部機能制御学講座循環動態生理学分野教授 宮崎大学医学部附属病院ハートセンター 副センター長
内 容	「脳卒中になるその前に:宮崎のかくれ心房細動ゼロ!!!作戦」 ~宮崎大学みやざき健康キャラバン隊の取り組み~ 14:00~ 40分ほど講演+15分ほど質疑 15:00~モニター心電図による測定体験
参加締切日	令和6年6月24日(月)

<問い合わせ先> 介護老人保健施設 東海園 坂下 和代 TEL (0982) 30-1661

感染対策研修 参加申し込み

送信先 宮崎県老人保健施設協会
看護介護研究部会 坂下 和代行き
FAX 0982-30-1665

施設名

:

TEL:

担当者:

開催日: 令和6年6月28日(金) 14:00~16:30

締切日: 令和6年6月24日(月)

	氏名	職種	役職
1		介護 看護	
2		介護 看護	
3		介護 看護	
4		介護 看護	
5		介護 看護	

宮崎大学医学部が中心となり、同大学の全学が連携して取り組む「プロジェクト」を、みやざき健康街づくり推進「目標第一！健康寿命日本一」その中核となる「宮崎のかくれ心房細動ゼロ」作戦とは？

脳卒中になりたくない人必見!!

宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!!作戦

北北 幸一さん
宮崎大学医学部 教授(内科循環器病) 心房細動(心房の電気活動が乱れる)の専門家
プロトタイプラボのCEO

渡邊 望さん
宮崎大学医学部 教授(内科循環器病) 心房細動(心房の電気活動が乱れる)の専門家
プロトタイプラボのCEO

寝たきりの原因 第1位は「脳卒中」



無症状のまま、発症するなんて、こわい病気なんだね

「今回宮崎大学の全学が連携するプロジェクトみやざき健康街づくり推進「目標第一！健康寿命日本一」で宮崎のかくれ心房細動ゼロ!!作戦に取り組まれています。しかも心房細動とはどういった病気なのでしょう？」

渡邊望さん(以下、敬称略) 心房細動とは不整脈の一種で、心臓の電気信号がけいれんしてしまふ疾病で、心房細動になると心臓が血液をうまく送り出さなくなり、心臓の左心房の中にある「左心耳」に血のかたまりである血栓できやすくなります。

この血栓が血管に達すると、血管を詰まらせる脳卒中(脳梗塞)を引き起こします。脳卒中は寝たきりになってしまう原因の第1位で、心房細動になった人の約三分の二が脳卒中を発症します。

また、実際に心房細動による脳梗塞では約2割の方が亡くなり、約6割の方が後遺症が残り、介護費や薬料を余り多く支払うことになっていきます。

海北幸一さん(以下、敬称略) 心房細動は加齢に伴い増加する病気で、発症したら誰にも気づき得ず、しかもやっかいなことに心房細動の発症は、自分の約4割は無意識のまま発症します。いわゆる「かくれ心房細動」です。ですから、左の4コマ漫画のようにある日突然「脳卒中」になってしまふ心臓病をとてみると、実は心房細動が原因だった……ということも起こりかねないのです。

渡邊 でも、心房細動が原因の脳卒中は防ぐことができます！これは薬を大に飲んでおくことでおこなう訳ではありません。薬に心房細動をわかたら、血管をかたまりにくくする抗凝固薬や元の正常な脈に戻す「カテーテルアブレーション」という根治治療もあります。

もちろん、早期の治療が大前提で、だからこそ、医師の診断がさらに重要になってくるのですが、みなさんご存知ですか？ 宮崎県の特定診断施設は、全国平均(61.1パーセント)以下です。宮崎の中核都市である宮崎市に、たった28.1パーセント(令和5年)という現状です……。

「脈は心臓からのモータル信号」

異常を感じたら、早めの受診を!

名越 敏樹さん
宮崎大学医学部 教授(内科循環器病) 心房細動(心房の電気活動が乱れる)の専門家、今宮のプロトタイプラボのCEO

心房細動は早期にわかれば、治療できます。50歳未満は治療が可能です。ただ、個々の場合は「かくれ心房細動」です。隠れて発症されるのは、心臓の電気活動が乱れることです。心臓の電気活動が乱れることで、心臓のポンプ機能が弱まり、脳卒中や心不全の原因になります。心房細動は、心臓の電気活動が乱れることで、心臓のポンプ機能が弱まり、脳卒中や心不全の原因になります。心房細動は、心臓の電気活動が乱れることで、心臓のポンプ機能が弱まり、脳卒中や心不全の原因になります。

「脈は心臓からのモータル信号」です。いまだに心房の電気活動を、自分で感知できる機器があります。病院を受診していただくことも、自宅から心臓のモータル信号に耳を傾けてもらえたら幸いです。

「脳卒中になりたくない人必見!!」

正常な脈 (一定のリズム)

心房細動 (乱れたリズム)

元気な未来が、いまから

→マヒ→介護

宮崎の「かくれ心房細動」ゼロ!!

「かくれ心房細動」の予防が、脳卒中(脳梗塞)の予防につながる!

無症状なのに、早く見つけよう!

健診 → 治療 → 脳卒中(脳梗塞)の予防

かくれ心房細動を減らす 画期的な取り組み

海北 今回のプロジェクトでは、自治体や健康医の先生方と連携しながら、宮崎市の養老施設や介護施設に比較的高齢者に心房細動をスクリーニングする「モニタ」心電図の導入を進めています。このモニタ心電図は、医師が遠隔で心電図を測定しながら、心電図を診断することができます。

もしモニタ心電図で心房細動の疑いがある場合は、病院に来院して「本来の12誘導心電図」でさらに詳しく調べるつもりです。これは、心房細動を特定するだけでなく、心房細動の種類や、心房細動の原因を調べることも可能です。

健診の中にさらした新たなシステムを構築することができれば、かくれ心房細動を見逃さず、早期発見・早期治療が実現します。

自分や身近な方に……、健康で幸せに暮らすために……、健康の予防は、無償でも自宅からできる心電図のリスクをおかさないで、早期の受診を心がけてください。

70プロジェクトの一環として、「みやざき健康キヤラバ」が、自治会やイベント会場、小中学校に!

心臓細動や心臓に関する講座のほか、脈のチェックや心電図検査体験など、内容は盛りだくさん。詳細は「みやざき健康街づくり推進」のホームページをご覧ください。

「かくれ心房細動」の危険性

「かくれ心房細動」は、心臓の電気活動が乱れることで、心臓のポンプ機能が弱まり、脳卒中や心不全の原因になります。

「かくれ心房細動」を早期発見・早期治療することで、脳卒中や心不全のリスクを減らすことができます。

「かくれ心房細動」の予防が、脳卒中(脳梗塞)の予防につながる!