

メディカルほっと通信

せせらぎ

2020
さくら号
Vol.30

四万十川のせせらぎのようにやさしく、そしておおらかに...
患者さんに寄り添い共に歩む、真心のこもった医療を目指します



健康フェア開催しました! (7ページ)

もくじ Contents

- 胆石症について 2・3 P
- 医療安全の取り組み 4 P
- 人間ドックのお知らせ ほか 5 P
- 「脳ドック」について教えてください! 6 P
- せせらぎ掲示板 7 P
- 「市民病院健康フェア」開催 ほか
- 鍼灸院だより 8 P



四万十市立市民病院広報誌

胆石症について

四万十市立市民病院 副院長 宇都宮俊介

① 胆石症とは

胆のうは、みぞおちの右側にある肝臓にくっついた袋状の内臓で中に胆汁を貯めて脂肪分の消化に役立っています。その中に石(胆石)ができることを胆石症といい、石が胆のうの出口に詰まるとみぞおちや背中に激しい痛みが起こります。痛みは30分ほどで自然に収まることもありますが、放置すれば、細菌が増殖して胆のう炎から腹膜炎になることもあります。

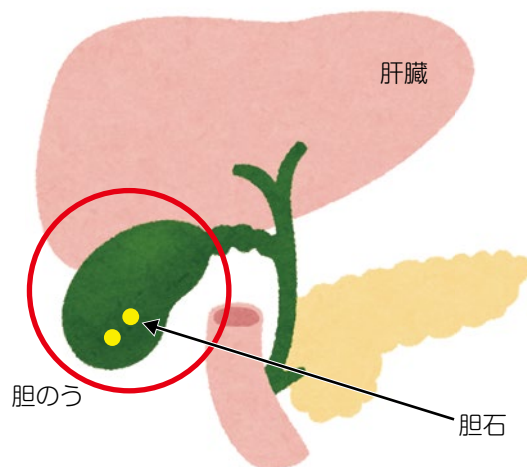


図1 胆のうと胆石

② 胆石症になりやすい人

胆石はおもに胆汁の中のコレステロールとビリルビンからできており、肥満傾向の人や、肉や脂っこいものが好きな人、40歳以上の女性に多いといわれています。そのため、近年、食生活が欧米化するに従って、胆石症の人も増えています。心当たりのある人は注意して下さい。

③ 診断方法

胆石症は痛みなどの症状から診断をつけやすく、超音波(エコー)検査やCT検査でよく分かります。胃が痛いと思いこんでいる人の中にも、胆石症の場合がよくあります。胃カメラで異常がなくても、超音波検査やCT検査をしてもらってください。

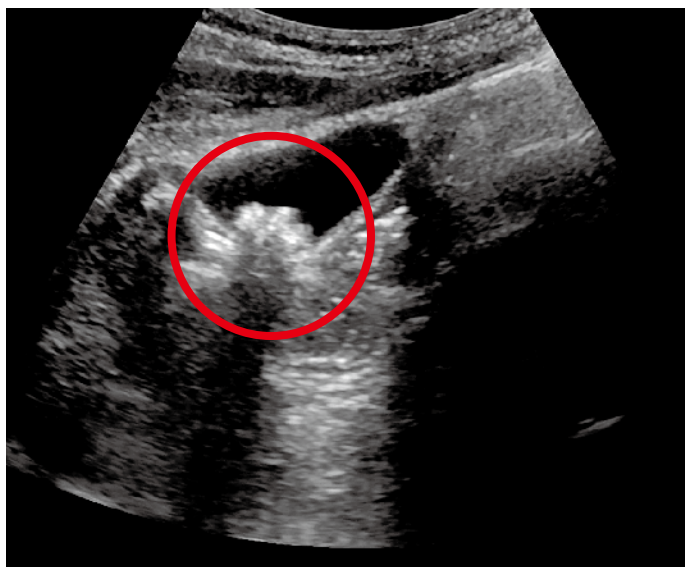


図2 エコーで撮影した胆石

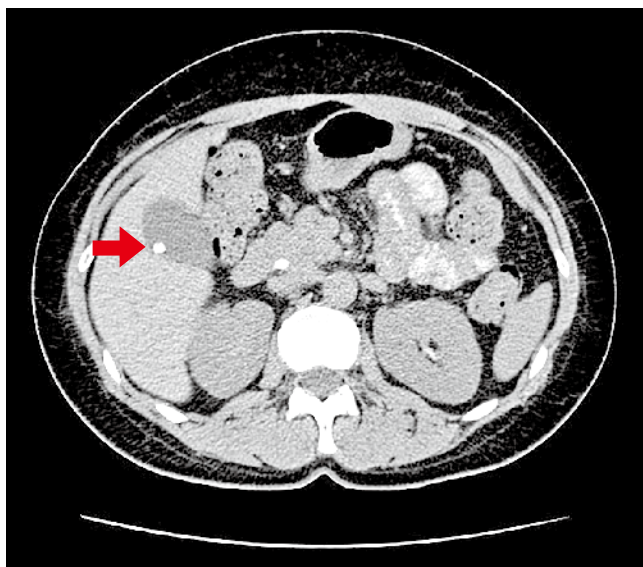


図3 CTで撮影した胆石

④ 治療方法

一度、胆石ができると、薬や注射では胆石を溶かすことはできません。そのため、有効な治療法は、手術で胆のうと胆石を取り除くということになります。胆石は胆のうの中でできるため、胆石だけをとってもまた胆石ができます。なかには、まったく痛みもなく健康診断などで、偶然、胆石が発見されることもあります。

60歳を過ぎた人で胆石があると胆のう癌ができやすいといわれており、痛みがなくても、手術を受けた方がよいと思います。40歳代の人でも胆石と胆のう癌が同時に見つかった人もいました。

⑤ 腹腔鏡下胆のう摘出術について

手術の方法ですが、最近は主に腹腔鏡(ふっくうきょう)というビデオカメラの目で見ながら、特殊な手術器械を使用して行う腹腔鏡下胆のう摘出術という方法を用いて行います。この手術の良いところは、傷が小さく、痛みが少ないことです。早い人は3日くらいで退院しています。ただし、痛みを長年繰り返した人の中には胆のう炎がひどくなっており、腹腔鏡では手術できずに傷を広げなければならないこともあります。

⑥ 腹腔鏡下胆のう摘出術の種類について

次の2つの方法があります。どちらも全身麻酔ですることや、傷の大きさは同じですが、使用する器械が少し違います。

(a) 気腹式	お腹の中に、炭酸ガスを入れて、膨らませてカメラで見やすくする方法。
(b) 吊り上げ式	お腹の壁を特殊な器具で持ち上げてカメラで見やすくする方法。

どちらの方法でも問題なく手術はできますが、(b)の良いところはお腹の中に炭酸ガスを入れないため、危険性(高二酸化炭素血症、不整脈、皮下気腫、肺塞栓)が少ないことです。このことから当院では(b)の方法で手術をしています。

どちらの方法にしても、胆石症はほぼ安全に手術ができる病気です。日頃から、食生活に気を付けることが大事ですが、もし、自分が胆石症であるかもしれないと思ったら、超音波検査やCT検査を受けるようにして下さい。

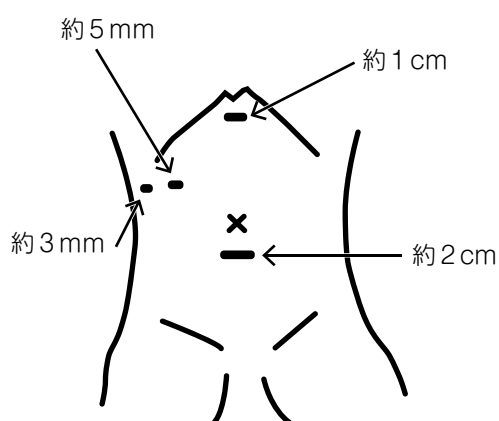


図4 腹腔鏡下胆のう摘出術の切開箇所



手術イメージ

医療安全管理委員会からお知らせ

医療安全の取り組み

市民病院では、患者さまや職員すべての不安に耳を傾け、患者さまと職員、病院の相互信頼を育み、安心安全で質の高い医療の提供を目指しています。

医療安全の範囲は広いのですが、

- ① 患者さまの安全 ② 職員の安全 ③ 医療事故への対応 ④ 医療の質の確保

などが重要であると考えます。

全職種から報告される「インシデント・アクシデント報告」のチェック、毎月開催のリスクマネージャー委員会、医療安全管理委員会、随時開催の事故調査委員会などを通じて医療安全に取り組んでいます。

また、そこで問題に上がったものや全国的に増えてきている医療事故などを取り上げ、全職員対象に研修会を行い、個々の職員にとり何が大切か実感してもらいたいと考えています。

[illegible][illegible]

インシデント・アクシデント 報告書の様式

沢山の項目に分かれており、
細かくチェックされる。

医療事故を予防し、医療安全を構築するためには医療従事者側の努力だけでは足りません。

「患者さまのご協力」＝「医療に参加すること」がとても重要だといわれています。

どうか一緒になって医療の安全と質を高めていただきますようご理解とご協力をお願いします。



研修会の風景

人間ドックのお知らせ

当院では、午前中で終了する人間ドックを実施しています。必須である基本検査に加え、自由を選ぶオプション検査もご用意しています。実施日は火曜日、水曜日、金曜日となっています。お問い合わせ、お申し込みは当院までお電話下さい。



基本検査				
身体計測	呼吸器	循環器	消化器	35,750 円 (税込)
血液	泌尿器	糖尿病	感染症	

オプション検査			
頭部CT	腹部CT	胸部CT	料金は各項目で異なりますので、お問い合わせください。
内臓脂肪測定	骨密度	CEA	
CA19-9	PSA(男性のみ)	CA125(女性のみ)	
CA15-3(女性のみ)	乳腺エコー(女性のみ)	血圧脈波	
頸動脈エコー	甲状腺ホルモン	甲状腺エコー	

第5回四国西南メディカルラリーに参加しました！

令和元年 12 月 6 日に幡多けんみん病院・幡多高等看護学校にて、第 5 回四国西南メディカルラリーが開催されました。メディカルラリーは、幡多地域を中心に県内外から、医師、看護師、その他の医療従事者、消防・救急関係者、看護学生など総勢 200 名以上が参加して行われました。毎年、市民病院からも参加しており、今回も多くの職員がスタッフとして参加してきました。

メディカルラリーとは、医師、看護師、救急救命士など、救急医療に携わる者が主にプレホスピタル(病院前救護)における知識・技術を競う競技会の事です。各医療機関の垣根をこえた活動を通じ、来たる災害へ向け「顔の見える関係の構築」も目的としています。

市民病院の職員として、今後もこのような取り組みに積極的に参加し、「顔の見える関係の構築」を図り、地域の医療連携に努めていきたいと思ひます。



令和初の院内業務発表会を12月3日に行いました。



今回は、薬剤科や栄養科、各委員会から 7 題の発表がありました。発表会を通し、各部署、各委員会の取り組みを病院全体で共有し、今後の課題にも繋げて行くことができています。この発表会は形を変えながら 20 年以上続いています。また、毎年開催されている幡多地区支部看護研究学会にも参加し、発表を続けています。今後も継続していけるよう看護部を中心に病院全体で取り組んでいきたいと考えています。

「脳ドック」について教えてください！



Q1 「脳ドック」ではどんな検査をするのですか？

MRI（磁気共鳴断層撮影）検査などいくつかの検査を行います。隠れた病気や発症前の早期段階である病気を発見したり、脳卒中の危険因子（要因）をチェックします。異常が発見された場合は、適切な対応策をアドバイスします。

Q2 どんな人が「脳ドック」を受診したらいいですか？

生活習慣病（高脂血症、高血圧、糖尿病など）をお持ちの方、喫煙歴のある方、飲酒量の多い方には、積極的な検査受診をおすすめします。特に、ふだん病院にかからない働き盛りの年代の方にこそおすすめします。また、気になる症状のある方は、通常の外来診察のほうで症状に応じてきめ細かく調べられるので、ご遠慮なくお問い合わせください。

区 分	検査項目	検査目的
問 診	視診・触診・聴打診	身体検査・家族歴・既往歴・自覚症状。
MRI	断層撮影	脳腫瘍・脳梗塞などが早い段階で発見できます。
MRA	血管イメージング	血管の異常（閉塞・狭窄・脳動脈瘤など）を調べます。
頸動脈エコー	超音波検査	動脈硬化の程度を調べます。

Q3 どれくらいの方が検査を受けていて、どのような結果がでているの？

令和元年度では以下のとおりです。

【年齢構成】 受診者 159 人（男 48 人、女 111 人）

40～49 歳 （28 人 / 17.6%）

50～59 歳 （23 人 / 14.5%）

60～69 歳 （77 人 / 48.4%）

70～79 歳 （27 人 / 17.0%）

80 歳以上 （ 4 人 / 2.5%）

【判定結果】

検査で再検査・要治療となった人

MRI・MRA 検査（4 人）

頸動脈エコー（1 人）



Q4 助成金の制度について教えてください！

四万十市民の方（*注）を対象に、検診費用 26,900 円のうち 18,800 円を助成（自己負担 8,100 円）する検診費用助成制度がありますので、該当される方は是非ご利用ください。

*注…R3.3/31 現在で40歳以上の方（過去に助成を受けたことがある方は対象外となる場合があります）

Q5 申込みから検査受診までの簡単な流れを教えてください。

① 申込み（四万十市健康推進課にて、郵送・窓口・電話のいずれかで受付） ※定員 150 名

※【申込期間 令和2年4月6日～4月17日】

② 抽選（定員を超えた場合）

③ 抽選結果送付

④ 決定通知書の送付

⑤ 市民病院から受診日の連絡（受診券、問診票送付）

⑥ 脳ドック受診（5月～12月）→約2～4週間後に市民病院から結果報告書を送付

第15回

糖尿病にならないためのセミナー

開催しました！

せせらぎ
掲示板

令和元年12月7日(土)、四万十市立中央公民館にて「第15回糖尿病にならないためのセミナー」を開催しました。今回の料理教室のメニューは、簡単に作れておいしいキーマカレー。当日は、看護師や薬剤師、理学療法士などもスタッフとして参加。スタッフも、各班に入って一緒に調理をし、参加者の悩みや相談についてアドバイスを提供したり、楽しい会話も交わしながら、和気あいあいとした雰囲気で作ることができました。

試食をしながら、管理栄養士(山脇)より、糖尿病の食事療法について、食事療法の基本や自分

の適正エネルギーや主食量について、食べる順番による血糖値の違いについてなど説明がありました。試食やアンケートでは参加者より「おいしいうえに手軽でヘルシーで満腹になる料理でした。」、「レシピに困っていたがレパートリーが増えて嬉しい。」、「自分自身の食事を見直すいいきっかけになりました。」などの感想をいただきました。

当院では、来年度も「糖尿病にならないためのセミナー」や「健康フェア」の開催を予定しており、これからも患者さまやご家族と一緒に療養指導に関わることができるよう、スタッフ一丸となって取り組んでいきたいと思ひます。



「市民病院健康フェア」開催

「いちじょこさん」真っ只中の11月23日に「市民病院健康フェア」を開催しました。

この催しは、予防医療の啓発を通じて市民の皆さんとふれあうことを目的としており、毎年開催しています。院内各科のボランティアスタッフがいろいろなアイデアや趣向を凝らして、市民の皆さんの健康増進に役立つ各種コーナーを用意しました。

当日は、多くの方々にご来場いただき、皆さんの健康に対する意識を知ることができました。

これからも、地域の健康をサポートできる市民病院をめざして、スタッフ一同一生懸命取り組んでまいりますのでどうぞよろしくお願いしします。



ピラティス体験



お薬相談

外来診察医師担当日表 (予定)

●受 付:午前8時～11時まで(☎34-2126)
(令和2年4月1日より)

		月		火		水		木		金	
内 科	午前	初診 予約外	鈴木光哉	初診 予約外	小川貴司	初診 予約外	鈴木光哉	初診 予約外	濱川公祐	初診 予約外	小川貴司
		予約	樋口佑次	予約	樋口佑次	予約	樋口佑次	予約	鈴木光哉	予約	※竹田修司 鈴木光哉 (不定期)
		予約	小川貴司	予約	※鷲山憲治	予約	濱川公祐	予約	小川貴司	予約	濱川公祐
	午後	予約	濱川公祐	予約	※鷲山憲治	予約	小川貴司	予約	小川貴司	初診 予約	八十島徳昭 (漢方外来)
		予約	※佐田憲映	予約	※国立高知 (第2・4週)	予約	鈴木光哉	予約	樋口佑次	予約	樋口佑次
		予約	鈴木光哉					予約	濱川公祐	予約	※竹田修司 (不定期)

※印のある医師は非常勤医師です。・国立高知病院医師が交替で診察します。・竹田修司医師の勤務は不定期となっております。

脳神経 外 科	午前	川田 祥子	川田 祥子	伴 昌幸	川田 祥子	伴 昌幸
	午後	伴 昌幸	伴 昌幸	川田 祥子	伴 昌幸	川田 祥子
外 科	午前	宇都宮俊介	(検査)	宇都宮俊介	(検査)	宇都宮俊介
整 形 外 科	午前	河内 通	坪屋 英志	河内 通	坪屋 英志	河内 通
泌 尿 器 科	午前	※中尾 昌宏	※中尾 昌宏	※中尾 昌宏	※中尾 昌宏	※中尾 昌宏

※印のある医師は非常勤医師です。

- 受付時間:○ 初診・予約外の方:午前8時～11時まで ※受付時間を過ぎて受診される場合は、必ずお電話でのお問合せをお願いします。
○ 予 約 の 方:午前8時～ ※漢方外来は金曜日の午後のみです。診療を希望される方は事前の電話予約が必要となります。
- 診療時間:午前8時30分～午後5時15分 (急患の場合はこの限りではありませんので、まずはお電話ください)
- 休 診 日:土曜日・日曜日・祝日及び年末年始

中医学研究所附属鍼灸院だより

診療日 ※水曜日・日曜日は休診日です。

	月	火	水	木	金	土	日
午 前	○	○	—	○	○	○	—
午 後	○	○	—	○	○	○	—

TEL(34)4798 ※予約制

※令和2年4月より「祝日」も診療いたします。

鍼灸院の「ゴールデンウィーク」中の診療について

日々溜まった疲れを癒しにぜひお越しください。

日	月	火	水	木	金	土
4/19	20	21	22	23	24	25
休診	診療	診療	休診	診療	診療	診療
26	27	28	29	30	5/1	2
休診	診療	診療	休診	診療	診療	診療
3	4	5	6	7	8	9
休診	診療	診療	休診	診療	診療	診療



四万十市立市民病院理念

【基本理念】

私たちは良質な医療を提供し、患者さんに信頼される病院を目指します。

【基本方針】

(患者の権利の尊重)

患者さんの人権と生命の尊厳を尊重した医療を行います。

(職員の自覚・自己啓発)

全ての職員は医療技術の研鑽に努め、親切で優しい対応を心がけます。

(地域連携)

地域の医療機関等との連携を推進し、開かれた病院づくりに努めます。

(経営健全化)

経営の健全化を図り、安定した病院運営に努めます。



ホームページもぜひご覧ください！

四万十市立市民病院

検索

発行元

四万十市立市民病院広報委員会

〒787-0023

四万十市中村東町1丁目1番27号

TEL(0880)34-2126・FAX(0880)34-1861