

メディカルほっと通信

せせらぎ

四万十市立市民病院広報誌

第3号



平成24年4月発行

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…患者様に寄り添い共に歩む、真心のこもった医療を目指します



市民病院の救急医療

四万十市立市民病院 院長 樋口佑次

救急医療は、住民の皆様が安心して暮らすために欠かせません。

しかし近年、全国の多くの公立病院で医師が不足しており、地域の救急医療の維持が困難な状況となっています。市民病院でも、平成16年度から始まった医師の新たな研修制度の影響により、大学医局からの医師派遣が少なくなり、そのため医師が急激に減少し、平成19年4月から24時間救急医療はできなくなっています。それでも、夜10時までの救急、土日祝日(年末年始を含む)の救急を、可能な限り受け入れています。1年間に500人を超える患者様が救急車で搬送されて来ます。中には心肺停止の状況で搬送される患者様もおられます。心肺停止の患者様は一刻を争うため、24時間いつでも受け入れて治療にあたります。また、救急車で搬送される患者様は四万十市民の方だけでなく、黒潮町や土佐清水市など近隣の市町村からも多くの方が搬送されて来ます。

救急患者様が搬送されると、外来診療を中断して、緊急を要する患者様の治療に当たります。そのため外来で来られている患者様をお待たせすることもたびたびです。外来の患者様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

病院の診療時間中は、医師をはじめ医療スタッフも整っており、救急患者様の受け入れができますが、休日や診療時間終了後は看護師や検査技師・レントゲン技師等医療スタッフも少なく、患者様の病状によっては、24時間救急医療を担当する高知県立幡多けんみん病院に救急搬送をお願いする場合があります。

最近、救急の必要がないのに「昼間は仕事で忙しいので夜間に受診した。」とか「昼間から症状があったが放置して、夜間になってから受診した。」等のいわゆる「コンビニ受診」が問題となっていますが、地域の救急医療は限られた医療スタッフにより懸命に維持されています。大切な救急医療を守るために、適切なご利用をお願いいたします。

市民病院は今後とも救急医療を維持し、住民の方々の命を守る使命を果たしていきます。

*** 内科の新任医師をご紹介します ***

たかはし としや
高橋 敏也 医師



高橋先生より
ごあいさつ

～ プロフィール ～

【主な経歴】

昭和63年 3月 徳島大学医学部医学科卒業
昭和63年 4月 徳島大学医学部第三内科入局
平成 元年 6月 高知県農協総合病院勤務
平成 2年 4月 国立療養所東高知病院勤務
平成 4年 4月 国立療養所西香川病院勤務
平成 6年 7月 平成病院勤務(兵庫県淡路島)
平成 7年12月 徳島大学医学部第三内科勤務
平成 8年 5月 国民健康保険協町診療所勤務(徳島県)
平成10年 7月 室戸中央病院勤務

【所属学会】

日本内科学会・日本アレルギー学会、日本呼吸器学会

昨年9月から非常勤で市民病院の外来診療を行っていましたが、関係者の方々から熱心にお誘いいただき、本年4月から常勤医師として勤務させていただくことになりました。専門は呼吸器疾患やアレルギー疾患ですが、生活習慣病や消化器疾患などの一般的内科疾患の診療も行っていますので、よろしくお願いいたします。

新しい X線透視診断装置 を導入しました

X線透視って？

当院では、株式会社日立メディコ社製FPD(フラットパネルディテクタ)搭載デジタルX線透視撮影診断装置CUREVISTA(キュアビスタ)を導入しました。



X線を用いて胃や腸など体の中の状態を透視し、その様子をテレビモニターにて観察しながら写真を撮る検査ができます。またその透視像を利用して治療ができることも特徴です。

たとえば胃の検査では、バリウムと発泡剤(胃を見やすくするためにふくらませる薬)を飲んだあと、右や左を向いてうつ伏せになることで胃の壁にバリウムを付着させ、その様子をテレビモニターで観察し、病変が見つければ一番観察しやすい角度やタイミングで写真を撮ります。

四万十市立市民病院の今後のあり方等検討会を開催しました

このたび「今後のあり方等検討会」を設置し、第1回目を1月29日に第2回目を2月13日に開催しました。

この検討会は保険医療関係者の方々はもちろんのこと、市民の代表として様々な分野の方々に構成員となっただき、市民病院の今後のあり方等について市民の皆様のご意見を把握し、これからの経営改善に生かすことを目的としています。会のなかでは職員の待遇向上などについての厳しいご意見もいただいています。

今後も、公立病院としての役割について市民の皆様にご理解いただき、そのうえで地域に根ざしたなくてはならない病院だとご理解いただけますよう、これまで以上に私たち職員一同取り組んでまいります。



耐震補強工事が終了しました

地域の基幹病院として役割を果たすためには、災害に備えた体制や設備が必要です。

市民病院では、大地震などの災害にも耐えられる安心安全な建物を確保し地域の医療拠点として活用ができるためにも、一昨年より病院建物の耐震補強工事を行っていましたが、このたび2月末をもって全館完成となりました。

工事期間中は、患者様・近隣地区をはじめ、多数の皆さまにはご不便・ご迷惑をおかけしましたことをお詫びいたしますとともに、今後も災害に対応できる病院づくりを目指していきますのでご理解ご協力をよろしくお願いいたします。

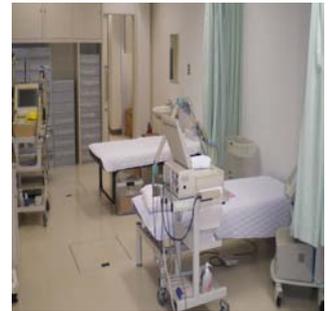


キレイになり

工事にともない

利用しやすくなりました!

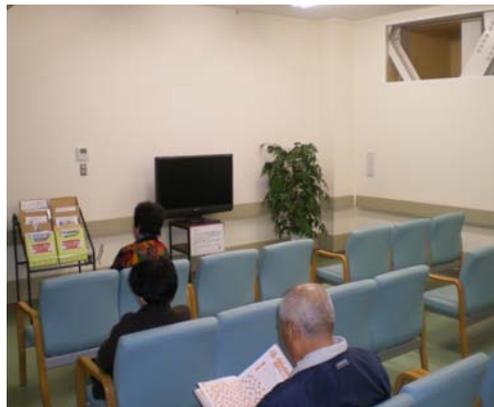
1階ロビーの待合では、「お薬お渡し口」の位置が変わりました。テレビも見やすい位置に設置されています。



検査室は、今回大幅にリニューアルを行いました。

心電図室は、新設のお部屋に移転しました。スロープの出入り口と広い室内で、リラックスして検査を受けられます。

また、検査機器等も導線よくスッキリと配置され、スムーズに検査を行うことができます。



内科外来では、従来は廊下でお待たせしていましたが、今回新たに待合スペースを設けました。

ベンチも新しく、広くて明るい室内でゆったりとした空間に一新されています。



Dr.リレー通信(整形外科編)

「高齢者の股関節部の骨折」 について

副院長(整形外科) 河内 通

お年寄りの骨折の中で頻度が高いものの一つが股関節部の骨折です。股関節は骨盤と大腿骨をつなぐ関節で、太ももの付け根にあたります(図1)。

医学的にはこの部位の骨折を、折れた所が関節包の中であれば大腿骨頸部骨折、関節包の外であれば大腿骨転子部骨折と呼びます(図2)。

この骨折の要因には、ほとんどが骨粗鬆症のための易骨折性が元であり、そこに屋内で転倒した等の軽度の外力が加わる事で発症します。

寝たきりの高齢者で骨粗鬆症が進行している例では、介護者がオムツを替える時に折れる場合もあります。骨粗鬆症は男性には少なくほとんどが女性であるため、この骨折もほとんどが女性に起こります。

本骨折の治療は、市民病院では、主に骨接合術の手術療法(図3、図4)で行っています。

手術は全身チェックを行い、手術可能と判断出来れば、受傷当日か、出来るだけ早期に行っています。骨折部位を金属で内固定します。

手術は下半身麻酔で、皮切は約10cm、時間は約1時間程度です。手術後は骨折の痛みも和らぎ、翌日より座位、歩行練習等が、可能となります。手術後リハビリを約1ヶ月位行えば、ほぼ受傷前の状態まで回復し退院となります。

もし手術が出来ない場合は、骨折の痛みや、長期臥床のために寝たきりとなりやすく、褥瘡、肺炎等の合併症を発症し不幸な経過をたどることが多くなります。

この骨折の予防には、骨が弱くなる骨粗鬆症の予防および治療、各種の転倒予防(四肢の筋力強化、段差を無くす、手すりを付ける、等)が大切です。



こんにちは整形外科です！

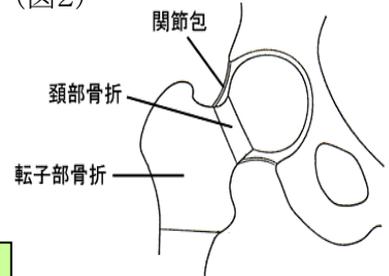
河内通先生と坪屋英志先生の医師2名と看護師2名で診察にあたっています。当科では、入院患者様や救急患者様の対応も行っていることから、待ち時間が長くなりご迷惑をおかけすることがあります。また、診察は予約されている方から優先していますので事前にご連絡ください。今後も、スムーズに診察が行えるようスタッフ一同努めてまいりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

(図1)



このあたりが「コカクセツ」です

(図2)



大腿骨頸部骨折/転子部/転子下骨折の部位

(図3)



(図4)



【整形外科外来】

- 診察日：月～金曜日(午前)
担当医師は、裏面8ページをご覧ください
- 受付時間：午前8時～11時
予約の場合は前日までにご連絡ください
- 休診日：土・日曜日・祝祭日
・年末年始(12/29～1/3)
- お問合せ(予約)：TEL.34-2126(代表)
整形外科外来看護師まで

シリーズ リハビリテーションで健康づくり

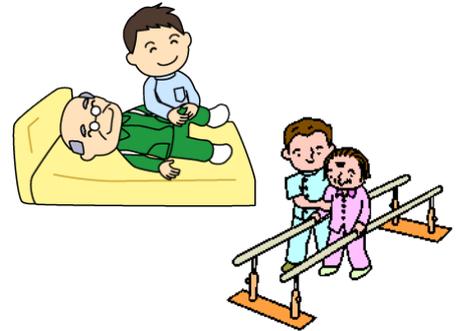
股関節（大腿骨）骨折後のリハビリ

理学療法室 北川 了三

股関節の骨折後は、出来るだけ寝たきりを防ぐために早期からのリハビリが重要になります。市民病院でも、手術翌日からリハビリ開始となり、痛みに応じて体重をかける事が可能となります。早い方では手術翌日～3日以内、遅くても1週間以内には歩く練習が可能になります。

リハビリの主な内容としては、

- ①関節可動域訓練(股・膝関節を曲げ伸ばして動かします)
- ②下肢筋力訓練(おもりなどを使って足の筋力を鍛えます)
- ③座位訓練(ベッドや車椅子などに座ります)
- ④立位訓練(平行棒などにつかまって立ちます)
- ⑤歩行訓練(平行棒・歩行器・杖などを使用して歩きます)
- ⑥日常生活動作訓練(階段昇降などの練習を行います)



以上のようなリハビリを行い約1ヶ月で自宅退院を目標にしています。

リハビリの進行具合には個人差があることから、自宅への退院が困難な場合は他の医療機関との連携によるリハビリ目的の転院をしていただくなど、時間をかけたリハビリが受けられるようにしています。

花粉症とお薬のはなし



薬剤科 平地 珠美



春は芽吹きの子節、暖かくなってくると増えてくるのが、花粉症です。

とくにスギ花粉が飛散する2月から4月にかけてが、本格的な花粉症シーズンといえます。

くしゃみ・鼻水・鼻づまり、目の充血・かゆみといった症状は、花粉に対するアレルギー反応が原因です。

そこで花粉症の症状に対して使われる薬は、おもに抗アレルギー薬や抗ヒスタミン薬です。これらは花粉症に限らず、アレルギー性疾患や皮膚のかゆみなどにもよく使われます。副作用は薬の種類によっても異なりますが、眠気や気づかないうちに集中力の低下を引き起こすことがあるため注意が必要です。

マスクなどの花粉対策グッズや、点鼻・点眼薬などの外用薬も併用しながら、この時期を乗り切りましょう。そして規則正しい食生活や十分な睡眠といった体質改善も大切です。

とくに春野菜の苦味は、体の余分な熱をとり、解毒を促す効果があります。旬の味覚もまた薬なのです。

おくすりQ&A

「お薬手帳」ってなんですか？

処方されたお薬の名前や飲み方、量を記録する手帳です。

たとえば、複数の医療機関にかかっている場合に、同じ薬や、飲み合わせが悪い薬が処方されてしまうことを防ぐために、医療機関にかかる際に提出してもらいます。

またお薬の記録として携帯してもらうことで、旅先や災害時などにも役に立つことがあります。(当院でもお薬手帳交付や記入を行っております。またお薬手帳の記入を希望される方は、処方箋を出す際に薬局窓口までお薬手帳をご提出ください。)



「春眠暁を覚えず!？」



～ 睡眠時無呼吸症候群

(スインジムコキョウショウコウケン)にご注意～



看護部(総看護長) 茶畑 幸子

暖かい季節になりましたね。

ところで、日中にくびがでたり眠かったりするのは、春のポカポカ陽気のせいばかりではないことがあるようです。

たとえば・・・

- となりの部屋にまで聞こえそうな大きなイビキをかく
- イビキの最中に息苦しうにあえいだり、イビキがやんだと思うとすごい音とともにイビキが再開するなど、家族や友人に指摘されたことがある。
- 十分な睡眠時間をとっているのに、日中強い眠気に襲われ、いつも眠った気がしない。
- 車の運転中、よく眠くなる。

このような症状のある方は、もしかしたら「睡眠時無呼吸症候群」かもしれません。

これは眠っているときに(無意識に)呼吸が止まってしまう病気で、医学的には「10秒以上の無呼吸が一晩(7時間睡眠)で30回以上、もしくは睡眠1時間あたりの無呼吸が5回以上」と定義されています。

原因としては・・・

- ◆舌の根っこ部分に脂肪がつくなどして気道(鼻・口からノドにかけて空気がる道筋)をふさいでしまう。
- ◆扁桃(へんとう)肥大
- ◆鼻の通りが悪い
- ◆舌が大きく気道をふさいでしまう
- ◆顎が小さい(小顎症)

・・・などがあげられます。

この状態を放っておくと、無呼吸と大きなイビキのせいで脳も体も十分に休むことができません。眠りが浅くなると、日中に集中力・活力不足を生じることから、居眠り運転を引き起こすなど日常に大きな支障をきたすこともあります。

また、睡眠時無呼吸症候群は高血圧症・脳卒中・心臓病・糖尿病などの発症や、これらの病気を悪化させる原因の1つとも言われています。

軽症の方は、バランスの良い食事を心がけることや飲酒を控えるなど、生活習慣の改善により症状が軽減したり無くなることもあります。

軽症でない方は、適切な治療が必要となりますので、上記の項目に覚えがある方は、早めの検査・受診をおすすめします。

こんにちは 医療相談室です



医療ソーシャルワーカーの
川田明日香です。



医療相談室では、患者さまやご家族様からの病気に伴って生じる不安や悩みに対しての相談をお受けしています。

今回はその相談内容の一例をご紹介します。

【相談1】「医療費や生活費のことが心配です・・・」

患者さまの病状やご事情をうかがい、該当する社会保障制度や各種医療費助成制度のご紹介や利用の手続きのサポートをさせていただきます。

【相談2】「退院後の生活が心配です・・・」

介護が必要になった場合に、在宅支援サービスを受けて介護を受けられる方法があります。患者さまご家族さまと面談し、介護認定の申請から福祉制度の活用などをご紹介します、退院後の生活のサポート体制作りをさせていただきます。

☆ご相談は無料で秘密は守ります。相談室または院内スタッフまで、お声をかけてください。

コレステロールのお話

管理栄養士 広井蓉子



健康に良くないもの”というイメージの多いコレステロールですが、その全てが悪いわけではありません。コレステロールは人間の体に存在し、細胞膜やホルモン、胆汁酸をつくる原料となるもので、体に必要な大切なものです。善玉(HDL)コレステロール・悪玉(LDL)コレステロールがあり、そのバランスが重要なのです。

毎日の食事や運動不足などの生活習慣、遺伝やストレスが要因となり悪玉コレステロールが増えすぎると、動脈硬化などの病気を引き起こす可能性が高くなります。

飽和脂肪酸を多く含む食品(脂身の多い肉・バターなど)は、体内の悪玉コレステロールを増やしやすくする一方で不飽和脂肪酸を多く含む食品(青魚・オリーブ油など)には悪玉コレステロールを下げる働きがあります。

しかし、脂質はその種類に関係なく1gで9kcalのエネルギーがあります。

脂質のとりすぎには注意してください。

摂取エネルギー量を適正に保ち、偏りのないバランスのよい食事を心がけましょう。健康な体と心は毎日の食事がつくりまします。自分の健康は自分でつくり、維持できるように、毎日の食事内容を見直してみましょう。





せせらぎ写真館



市民病院は、昭和27年、国保病院として設立されてから、今年で60年になります。下の写真は、昭和50年、本館が建て替えられた当時のものです。その後、平成8、13年に現在のように増築されました。今回、耐震補強工事を行ったのは主に本館部分です。3ページの写真と比較してごらんください。



当時の病院周辺は、建物が少なく空地が見られ、5階建ての白く大きな病院が目立っています。



正面玄関
当時は、建物内に入るには玄関で靴を脱いでスリッパに履き替えていました。



外来の待合風景



検査室の様子
今回の耐震補強工事で、この部屋は大幅にリニューアルされました。



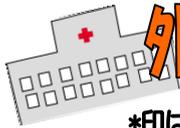
受付の様子



診察の様子



乳幼児の予防接種も市民病院の受付ロビーで行っていました。



外来診療医師担当日表

(平成24年4月1日より)

*印は「非常勤医師」です

●受付：午前8時～11時まで (☎34-2126)

●診療開始時間：午前9時から

		月		火		水		木		金	
内科	午前	初診	矢野昭起	初診	矢野昭起	初診	樋口佑次 (紹介患者のみ)	初診	高橋敏也	再診	樋口佑次
		再診	樋口佑次	再診	樋口佑次	再診	高橋敏也	再診	矢野昭起		* 竹田修司
	午後	再診	樋口佑次	再診	* 鷲山憲治	再診	矢野昭起	再診	樋口佑次		石井泰則 ※禁煙外来(呼吸器外来)
			高橋敏也		* 鷲山憲治		高橋敏也		樋口佑次		矢野昭起 ※最終週は休診
		再診	樋口佑次	再診	* 国立高知 病院医師	再診	高橋敏也	再診	樋口佑次		
			高橋敏也								
外科	午前	宇都宮俊介		石井泰則		宇都宮俊介		石井泰則		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	
脳神経外科	午前	伴 昌幸		川田祥子		伴 昌幸		川田祥子		伴 昌幸	
		(川田祥子)		(伴 昌幸)		(川田祥子)		(伴 昌幸)		(川田祥子)	
※午後は急患のみ											
泌尿科	休 診										

平成24年度 脳ドックのご案内

市(保健介護課)との連携事業として、今年度も「脳ドック」を行います。

四万十市民の方々を対象に、検診費用25,000円のうち20,000円を助成(自己負担5,000円)する検診費用助成制度がありますのでぜひご利用ください。(広報四万十4月号にも掲載しています)



申し込み・詳細等は、

四万十市保健介護課(☎34-1115)

までお問い合わせください。

*** 早期発見、早期治療につなげましょう ***

看護師(臨時職員)募集

◆応募資格: 正看護師または准看護師

◆勤務形態: 交代制勤務・日勤勤務・パート勤務など相談に応じます。

◆申込み方法: 履歴書と免許証の写しを、四万十市立市民病院事務局まで郵送か持参してください。面接により選考します。

◆お問合せ先: 同事務局総務係(土日祝日以外の9:00から17:00まで)

◆その他: 病院見学は随時行っています。

※連絡先等は下記の「発行元欄」をご参照ください。



あとかき ~編集後記~

📁 耐震工事中は病院スタッフ総出で院内の引越作業を十数回

行いました。この機会に各部署の片づけも行い、院内がとてもスッキリしたように感じています。すがすがしい気持ちで新年度も頑張ります!(茶畑)

📁 市民病院は今年で60周年をむかえますが、現在の建物は(実は…私と同じ年で)37歳になります(*^_^*)当時の写真を見ていると、市民の健康を守り共に歩んできた歴史ある病院であることをあらためて思いました。今号の3ページと7ページには新旧の写真を掲載していますので、ぜひ見比べてみてください。(岡田)

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
高知県四万十市中村東町1丁目1番27号
TEL(0880)34-2126 FAX(0880)34-1861