

さかいで

2020年1月号 No.100

市立病院だより

育愛館の皆さんとさかいでまろ
(10月30日ふれあい看護体験)



主要内容

これって、胆石?.....3P
坂出市立病院での研修で学んだこと..4P
災害対策訓練.....6P

2020年 年頭のご挨拶

坂出市病院事業管理者 岡田節雄
兼 坂出市立病院長



新年明けましておめでとうございます。時代も令和になり、本年が市民の皆様方におかれまして、より良い年であります様、職員一同祈念致しております。

早いもので坂出市立病院は当地に新築移転し、5年が過ぎました。良質な医療の提供を心懸け、ご利用頂く患者様に安心、安全、正確、確実、高度な医療をお届け出来るよう日々努力しております。旧病院時代と比較し、より高いレベルで実践出来ている事を実感しております。

また、既に始まっております世界でも類を見ない未知の超高齢化社会に突入する日本、社会保障費の増大が大きな社会問題であります背景から、医療界においても集約化・効率化が盛んに議論され、昨年9月には急性期病床を有する全国の公的・準公的病院1455病院の内、統合・再編を考慮する必要があると厚生労働省が判断した424病院(29%)が公表され、香川県でも4病院(22%)が該当する病院として公表されました。その多くは200床未満の地域の中小規模病院でした。国策も理解出来ませんが、地域住民の医療背景を十分鑑みての判断なのか疑問視する意見も多く聞き及んでおります。坂出市立病院は、癌医療、救急医療、僻地医療でその実績を認めて頂き、統合・再編の議論対象病院とはなりませんでしたが、今後も上記領域は勿論の事、他の医療分野においても無くてはならない急性期病院を目指します。

国策と地域住民の期待する医療体制には必ず乖離が存在しますが、住民が望む隙間の無い地域医療の充実を目指し、高度医療、急性期医療のみならず、訪問看護、僻地への医療支援等の充実も同時に進め、急性期から在宅医療まで頼りになるオールラウンドな病院に成長すべく邁進する所存です。

坂出市立病院の存在意義は、市民が「坂出市立病院があったから安心して暮らせた」と言って頂ける病院、つまり、市民の文化になる事です。文化とは地域住民と共にその歴史を刻み続け、過去から学び、未来を見据え、市民の生活に無くてはならない病院になってこそ文化と言えます。

理想的地域の文化となる病院運営に職員一同邁進致します。今後とも市民の皆様の幅広いご理解、ご協力、ご支援の程をお願い申し上げて年頭のご挨拶とさせていただきます。

私たちと一緒に働きませんか？

- ☒ 正看護師
- ☒ 看護補助者(資格不問)

病院見学も受付中。詳細はお問い合わせください。0877-46-5131(代)担当:橋本

2020年 年頭のご挨拶



看護部長 橋本 澄



事務局長 前谷 博司

新年明けまして、おめでとうございます。昨年は、地域の皆様、関連の方々のご支援を頂きありがとうございました。当院は、地域に密着した病院としての役割を担うべく、職員全員で努めていますが、看護部は、看護の質を高めるための基本である理念のもと、日々の看護実践に取り組んでいます。

また、専門領域に知識のある認定看護師による、出前講座は、地域の勉強会や集会等と、より住民の生活に近い場で、わかりやすい内容で講義をしています。本年度も、地域の皆様から信頼される病院となるように、職員一人ひとりが目標を持ち、自己研鑽に努めてまいります。本年もよろしくお願い申し上げます。

令和の時代の最初の新年を迎えました。明けましておめでとうございます。

市立病院は、昨年4月より地方公営企業法の全部適用を受け、岡田院長が病院事業管理者に任命されました。職員も一丸となってより企業性を発揮することで「地域の皆様が十分な治療を受けられる、信頼される病院」となるべく進んでまいります。また、県知事より第二種感染症指定医療機関の指定を受け、地域の中核病院としての責務も果たしてまいりますので、皆様のより一層のご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

最後になりましたが、本年が皆様にとりましてより良い年になりますよう心からお祈りいたします。

さかいで市立病院だより

第100号発刊にあたって

名誉院長 砂川正彦

この広報誌は、1993年(平成5年)6月、塩谷泰一(元)病院長の発案で創刊されました。当時は経営危機のまただ中で、創刊号には「医療の原点はいうまでもなく『病を癒す』ことに変わりなく、これは患者さんと医療に携わる私達との信頼関係の上に立っているものです。(中略)患者さんとのコミュニケーションがより大切にされ、地域に生きる病院としての原点を見失うことなく、(中略)全職員で努力して行きたい」と決意が述べられています。

それから26年を経て、病院の経営状況は改善し、疾患の診断・治療も進歩し、治らなかった病気が治ったり、進行を抑えたりすることが可能になってきました。しかし完全に病前の状態に戻ることが困難な方も増えています。患者さんそれぞれの生活の質を考えながら医療を提供する時代になりました。

当時生まれた子どもが親になり次の世代の子どもが生まれています。病院職員も世代交代が進んでいます。これからも原点を忘れずに医療を提供していくことをお約束させていただきます。

▼第24号
経営改革成功



▼第56号
文京町の旧病院外観



▼創刊号



▲第62号
総務大臣表彰



▲第79号
新病院オープン直前号

新しい心血管撮影装置について

総合内科部長 藤田憲弘

心血管撮影装置が更新され、昨年9月からバイプレーンの新装置で冠動脈や下肢動脈の造影検査を稼働しています。新装置では、1度の造影剤の注入に際し、2方向からの冠動脈の撮影が可能となり使用する造影剤量が少なくて済むメリットがあります。

また、装置性能の向上により、病変やステントの視認性が向上し、かつ患者さんや医療従事者の放射線被曝の低減が図られ、より安心した検査や治療ができるようになっています。



これって、胆石？

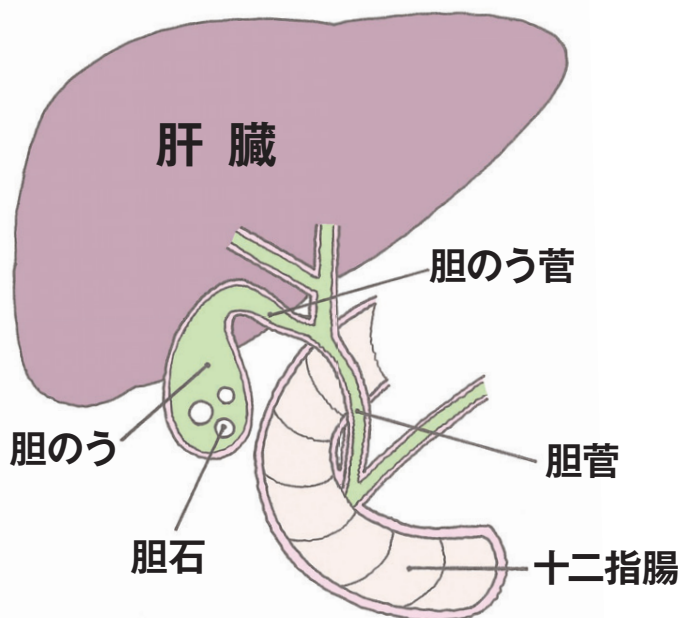
外科医員 坂本あすな

体内にできる石といえば、皆さんは何を一番に思い浮かべますか？
尿管結石は有名ですね。では胆石はどうでしょう？

近年増加傾向で、成人の10人に1人は胆石を持っているともいわれています。胆石は、多くの場合胆汁という消化液が固まって作られます。胆汁は肝臓で作られ、胆管という管を通して腸へ流れ込みます。この胆管の途中には、胆汁を一時的に貯めておく胆のうという袋が

ついています。胆管は川、胆のうはダムのようなものです。胆石は、このダムの中で作られるものがほとんどです。放水の時に胆石が流れを邪魔すると、痛みが出るのです。胆のうはおへその右上あたりにあるため、みぞおちから右のわき腹・背中に突然の痛みが起こるのが一般的です。これを胆石発作といい、石が外れると痛みは治まります。一方、石がダムの出口や川の途中で完全につまってしまうと、ダムや川が溢れかえってしまいます。これが胆のう炎や胆管炎を起こした状態で、強い痛みが続き、高熱や黄疸が出ることもあります。診断がつき次第、胆のう摘出手術または内視鏡で石を取る処置が必要です。

無症状の胆石は治療不要ですが、痛みがある場合は早めの手術をおすすめします。ダムを残しておくともた石ができるので、石のみを取るのではなく胆のう自体を切除します。近年腹腔鏡手術が一般的になり、小さな傷で手術できるようになりました。手術を検討されている方は、一度外科にご相談ください。



坂出市立病院での研修で学んだこと

研修医 新田 薫

私は研修医2年目で、消化器外科を志望しています。当院では4か月半、外科と麻酔科の研修を行いました。また研修と並行して当直業務を月に4～5回行いました。

外科の研修では、胆嚢摘出術や虫垂炎など一般的な手術から、臍頭十二指腸切除術といった難易度の高いものまで、様々な手術を経験することができました。手術の手順を教わっただけではなく、教科書からは学ぶことができないような手技のコツなどを、初級編から応用編まで数多く教わりました。

麻酔科の研修では、麻酔の導入から覚醒まで、本格的な研修をすることが出来ました。研修当初は知識不足で苦労もありましたが、麻酔科の先生方は親切に根気強く教えてくださいました。そのおかげで、麻酔の重要さや、全身管理の大切さを学ぶことが出来ました。

当直業務では、研修医は内科外科関係なく、受診した患者さんの初期対応をメインで行いました。自力で病院まで来る患者さんから救急搬送されてきた患者さんまで、内科系では腹痛やめまい、外科系では切り傷や骨折など様々な症例を経験しました。診療科が細かく分かれていく一方で、医師免許を取ったからには、専門外の患者さんであっても最低限の判断はできるように努めるべきだと思うので、当直業務は大変でしたがとても勉強になりました。

私は当院で、医療知識だけでなく医師として大切な事も学ぶことができました。ご指導して下さった先生方、サポートして下さったスタッフの皆さんにはとても感謝しております。この経験を生かして、立派な医師になれるよう精進していきます。



しりとりをしてことばを育てよう

言語聴覚士 斉藤恵美子

ご自身が小さい頃や、お子さんやお孫さんと「しりとり」をして遊んだことはありますか?「しりとり」は言葉が育つ上でとても重要な遊びです。同じ単語を言わない、前の人が出た最後の音から始まる単語を探す、最後に「ん」がつかないなど、複数のルールがあります。全てのルールに注意を払うことは、簡単なようでとても複雑です。しりとりで遊ぶには、たくさんの言葉を知っておかないと長く続けることはできません。子どもは、普段の生活や会話から自然と言葉を覚えていきます。たくさんの言葉を知ってもらうためには、絵本を読む、会話をするなど、言葉に触れる機会をできるだけ多く作ることが大切です。

そして、しりとりにも最も大切なのは、単語を構成する「音」に注目することです。単語を1音1音分けて考えることができないと、しり通りの基本となる単語の最初と最後の音に注目することはできません。単語の音に注目する力がつくのは4歳頃で、仮名文字を習得する時期と一致します。仮名文字がほぼ全て読めるようになるのは個人差が大きく3～5歳です。単語を分解する力がつくことで、自分たちが何気なく話している言葉はいくつもの音のかたまりでできていて、その「音」は「文字」という形で表すことができることに気づき、仮名文字を覚えることにつながります。文字を早く覚えさせたい、書かせたいと焦ることなく、会話や言葉使った遊びを通して、楽しく文字に興味を持つ環境を作ってあげましょう。

知ろう まもろう 抗菌薬 クスリが効かない バイ菌のお話

感染対策チーム

●今、薬剤耐性が問題になっています

薬剤耐性(AMR)とは、抗菌薬(抗生物質とも呼ばれる)の使用により病原体が変化して、抗菌薬が効きにくくなる、または効かなくなることです。現在、薬剤耐性によって世界では年間70万人が死亡しています。このまま何の対策も講じなければ、約30年後には1000万人が死亡すると予想され、がんの死亡者数を上回る可能性があります。

薬剤耐性は世界的な問題であり、わが国もこれに取り組むため2016年に「薬剤耐性(AMR)対策アクションプラン」が策定されました。

●抗菌薬は正しく飲みましょう

- ☐ 症状を医師に詳しく伝える
- ☐ 抗菌薬は医師の指示(処方箋)通り最後まで飲み切る
- ☐ とっておいて、後で飲んだりしない
- ☐ 人にあげたりもらったりしない
- ☐ わからないことは医師や薬剤師に相談する

●風邪に抗菌薬は効きません！

「風邪をひいたらお医者さんに行って抗菌薬をもらおう…」そんなふうに思っていないですか？実は抗菌薬は風邪やインフルエンザのウイルスには効きません。細菌とウイルスは違う性質をもち、大きさ、構造、増え方が異なります。抗菌薬は細菌だけに有効な薬なのです。

●すぐできる感染予防

- ①きちんと手を洗う
- ②咳エチケットを守る
- ③ワクチンを接種する



引用：国立国際医療研究センター病院AMR臨床リファレンスセンター(2018)『わたしたちができること』

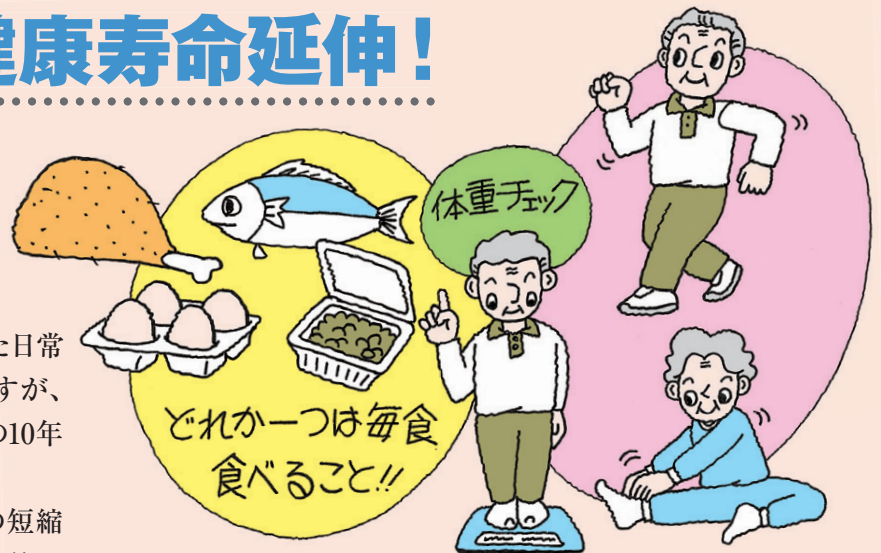
栄養と運動で健康寿命延伸！

管理栄養士 国方ちあき

日本は世界トップレベルの健康寿命(自立した日常生活をおくることができる年数)を達成していますが、男女ともに平均寿命と比較すると約10年短く、この10年は、何らかの医療や介護が必要な期間です。

健康寿命の延伸における目標は、要介護期間の短縮です。そこで近年、注目されているのがフレイル対策です。フレイル(虚弱)とは、老化に伴う身体機能や予備能の低下により、疾患や身体機能障害に対する脆弱性が増した状態の事です。フレイルは「自立」と「要介護」の中間的な段階に位置しますが、重要なポイントはフレイルを早期発見・早期介入することによって自立した状態に戻ることができる事です。

フレイルの重要な因子は筋肉量の減少です。加齢により80歳時の筋肉量は若年時の30～40%にまで低下するとも言われ、さらに低栄養、活動量の減少、病気の影響で筋肉量は減少します。筋肉量の増加には、栄養



と運動を併用することが最も効果があると言われています。筋肉量を増やすためには運動は重要ですが、運動は、筋肉を合成するだけでなく分解も促進するため、運動だけでは不十分です。筋肉を作る材料は、食事から摂取する必要があります。食事は1日3食バランスよく食べ、十分なカロリーを摂取したうえで、筋肉の材料となる、たんぱく質が多い食品(肉、魚、卵、大豆製品)のうち、どれか1つは毎食食べることがポイントです。また、家庭でも定期的に体重を計測して、食事が不足していないか確認をしましょう。

認定看護師だより

令和元年11月30日 災害対策訓練

救急看護認定看護師 射場光一



南海トラフ地震を想定して災害対策実動訓練を行いました。訓練は2部に分け、第1部では津波警報が発令中、エアーストレッチャーという担架を使って患者さんを上層階へ避難させる訓練を行いました。



同時に、浸水を防ぐ防潮板の設置訓練も行いました。



第2部では大勢の救急患者さんの受け入れ体制や、災害対策本部からの指揮系統を確認しました。実際の災害では、設備の故障や物資の不足といった課題も乗り越えていかなければなりません。いくつか困難な場面をシミュレーションし、取り組みました。

訓練には看護学生をはじめ、坂出消防や地域の開業医、薬局関係者の方にもご協力いただき、約250人が参加しました。今後も各機関と連携を深め、災害に備えていきたいと思っています。

10月31日
消防訓練



11月9日
第20回院内研究発表会



11月21日 心肺蘇生講習会



11月27日
職場体験(小学生)



12月20日
クリスマスコンサート



新任研修医
よろしくお願いします



かまだ きょうすけ
鎌田 恭輔

特殊外来・専門外来予定表

令和2年1月1日現在

診療時間

午前 8:30～11:30

午後 13:30～16:30



※ 詳細は、各科外来窓口にお問い合わせください。(診療時間内にお願います。)

診療科名	外来名等	担当医師名	診療時間・曜日	特徴など
内科	呼吸器	日本呼吸器学会指導医 中村 洋之	午前：月～木曜日 午後：水曜日	・気管支喘息、肺炎、結核症および非結核性抗酸菌症、慢性閉塞性肺疾患、呼吸不全、びまん性肺疾患、肺癌、緩和医療など幅広く呼吸器疾患全般へ対応。 ・急性呼吸不全に対しては、非侵襲的および侵襲的人工呼吸療法を中心とした全身管理。慢性期には包括的呼吸リハビリテーションを施行。 ・睡眠時無呼吸症候群の診療も扱います。
		日本内科学会認定内科医 喜多 信之	午前：金曜日 午後：月・水曜日	
	禁煙	禁煙学会認定禁煙支援専門医 吉原 夕美子	要予約（ご相談）	・禁煙補助剤（パッチ、飲み薬）を使用しながらニコチン依存症の治療を行います。条件によっては、保険適用可能です。
	循環器	日本循環器学会認定循環器専門医 吉川 圭	午前：水・金曜日 午後：月曜日	・虚血性心疾患、心不全、不整脈など循環器救急への24時間対応を含め、広く循環器一般を扱います。
		日本循環器学会認定循環器専門医 藤田 憲弘	午前：火曜日 午後：水・木曜日	
		日本循環器学会認定循環器専門医 吉原 夕美子	午前：火曜日	
		日本内科学会 林 夕起子	午前：木曜日 午後：月曜日	
	消化器	日本消化器内視鏡学会専門医 室田 将之	午前：火曜日 午後：木曜日	・胃腸、肝胆膵領域を中心に消化器疾患全般を扱います。特に腹部超音波、内視鏡検査により的確に診断し、消化器癌の早期発見・治療に努めています。
		日本消化器内視鏡学会専門医 綾木 麻紀	午前：月・木曜日	
		日本消化器内視鏡学会専門医 松永 多恵	午前：月曜日（隔週） 午後：木曜日	
		日本内科学会 川西 竜輔	午前：水・金曜日	
	糖尿病	日本糖尿病学会研修指導医 大工原 裕之	午前：月～金曜日・第2土曜日	・経口薬でコントロール不良となっている糖尿病のコントロールを改善します。 ・糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフと共に、患者さんの生活習慣改善に努めます。
		日本糖尿病学会研修指導医 大島 都美江	午前：木曜日 午後：火曜日	
	血液/漢方	日本血液学会指導医 田岡 輝久	午前：月・水曜日 午後：金曜日	・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。 ・西洋医学の不得意な慢性病に非常に効果がある漢方診療もしております。
	血液	日本血液学会専門医 松岡 亮仁	午後：火・金曜日	・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。
	腎臓	日本腎臓学会専門医 中村 英祐	午前：月曜日（隔週）・木曜日 午後：金曜日	・腎疾患の専門的治療を行います。
	膠原病・リウマチ	日本リウマチ学会専門医 中島 崇作	午後：金曜日	・膠原病・リウマチの専門的治療を行います。
小児科	アレルギー	日本小児科学会専門医 谷本 清隆	谷本清隆医師診療時	・アレルギーの患者を対象とした専門外来。
	小児科神経外来	日本小児科学会専門医 小西 行彦	午後：第3火曜日	・小児けいれん症の患者を対象とした専門外来。
外科	ストーマケア	日本外科学会専門医 前田 典克	午前：水曜日	・ストーマ（人工肛門）の経過観察、ストーマ処置の指導や治療・相談などを行っています。
	ヘルニア（脱腸）	日本外科学会指導医 佐野 貴範	午前：木曜日	・腹部のヘルニア（脱腸）の相談にのります。
整形外科	リウマチ	日本リウマチ学会専門医 田村 知雄	午後：第1・第3金曜日	・初診時は、一般外来の受診が必要です。
	膝	日本整形外科学会専門医 真柴 賛	午後：第2・第4月曜日	
	脊椎	日本脊椎椎間病学会認定脊椎椎間科指導医 小松原 悟史	午前：土曜日（月2回）	
産婦人科	母乳外来	IBCLC（ラクターション・コンサルタント） 日本産科婦人科学会専門医 戸田 千	当分の間、お休みします。再開の際は改めてお知らせします。	

外来診療予定表

令和2年1月1日現在

受付時間		初めての方	再来の方	診療時間		初めての方	再来の方
		午前 8:30～11:30	8:00～11:30			午前 8:30～11:30	午後 13:30～16:30

診 療 科		月		火		水		木		金		土	
内 科	午前	初診・総合	吉原 夕美子	谷本 千佳子 (毎週前半) 田岡 輝久 (2・4週後半) 大島 都美江 (1・3・5週)	谷本 千佳子	濱田 康宏	藤田 憲弘	交代診療 下記の専門外来 も行います。 大工原 裕之 ①糖尿病(第2週)					
		呼 吸 器	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	喜多 信之						
		循 環 器	紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	林 夕起子	吉川 圭						
		消 化 器	綾木 麻紀 松永 多恵(隔週)	室田 将之	川西 竜輔	綾木 麻紀	川西 竜輔						
		糖 尿 病	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之						
		血液・漢方	田岡 輝久	紹介患者	田岡 輝久	紹介患者	紹介患者						
		腎 臓	中村 英祐 (隔週)			中村 英祐							
	禁 煙	「禁煙外来」を予約制で行っておりますので、ご相談ください。										は 休診です	
	午 後	吉川 圭 (循環器)	大島 都美江 (糖尿病)	藤田 憲弘 (循環器)	室田 将之 松永 多恵(消化器)	田岡 輝久 (血液・漢方)							
		喜多 信之 (呼吸器)	松岡 亮仁 (血液・総合)	吉川 圭 (ペースメーカー)	藤田 憲弘 (循環器)	松岡 亮仁 (血液・総合)							
林 夕起子 (循環器)		濱田 康宏 (総合内科)	喜多 信之 (呼吸器)		中村 英祐 (腎 臓)								
小 児 科	午 前	谷本 清隆 植月 元一 和唐 彰子	砂川 正彦 川崎 綾子 植月 元一	植月 元一 砂川 正彦	谷本 清隆 和唐 彰子 川崎 綾子	砂川・和唐 川崎・ 岡山大医師	交代診療						
	午 後	砂川 正彦 植月 元一 谷本 清隆	②予防接種 乳幼児健診 ③小児神経 外来(第3週)	谷本 清隆 植月 元一 砂川 正彦	植月 元一 砂川 正彦 川崎 綾子	植月 ②予防接種 川崎 乳幼児健診 谷本・岡山大医師							
耳鼻咽喉科	午 前	武田 純治 戸田 光紀	武田 純治 戸田 光紀	武田 純治 香川大医師		武田 純治 戸田 光紀							
	午 後	武田 純治 戸田 光紀		戸田 光紀 香川大医師		武田 純治 戸田 光紀							
外 科	午 前	佐野 貴範	岡田 節雄	森 誠治	岡田 節雄	森 誠治	交代診療						
		坂本 あすな	前田 典克	佐野 貴範	坂本 あすな	前田 典克							
	午前専門外来			④前田 典克 ④ストーマケア	⑤佐野 貴範 ⑤ヘルニア(脱腸)	橋本 希	乳がん検診 第1・2・4・5週 橋本 希 (完全予約制)						
	午 後	紹介患者	紹介患者	紹介患者	紹介患者	橋本 希							
呼吸器外科	午後のみ	中野 淳		中野 淳									
脳 外 科	午後のみ			香川大医師									
整形外科	午前	一 診	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	交代診療					
		二 診	森重 浩光	川上 翔平	森重 浩光 (手・初診)	齊藤 仁彦	森重 浩光	小松原 悟史 ⑧脊椎外来(月2回)					
		初 診	川上 翔平	齊藤 仁彦	川上 翔平 齊藤 (第1・3・5週) (第2・4週)	川上 翔平	齊藤 仁彦						
	午後	初 診				齊藤 (第1・3・5週) 川上 (第2・4週)							
		一 診				森重 浩光							
		専門外来 (予約)	真柴 賛 ⑦膝(第2・4週)				田村 知雄 ⑥リウマチ(第1・3週)						
産婦人科	午 前	香川大医師			予約患者のみ								
	午 後				戸田 千								
泌尿器科	午前のみ	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史							
眼 科	午 前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一							
	午 後	(予約検査)	(予約検査)	(予約検査)	(予約検査)	(予約検査)							
専門外来 ※診療や予約制など にご注意願います。		① (内科)専門外来は上記参照	土曜日 第2は糖尿病(大工原医師)			★外科からのお知らせ 都合により2月から診療時間・担当医が一部変わります。 ・橋本希医師 金曜日(午前・午後)から水曜日(午後)へ 変わります。 ・乳がん検診(完全予約制) 第1・2・4・5土曜日「橋本希医師」から第2・4土曜日 「香川大医師」へ変わります。							
		② (小児)予防接種・乳幼児検診	火・金曜日の午後										
		③ (小児)神経外来	(予約制) 第3火曜午後										
		④ (外科)専門外来・午前	ストーマケア(水曜日)										
		⑤ (外科)専門外来・午前	ヘルニア(脱腸)(木曜日)										
		⑥ (整形)リウマチ外来	(予約制) 第1・3金曜午後										
		⑦ (整形)膝外来	(予約制) 第2・4月曜午後										
		⑧ (整形)脊椎外来	(予約制) 土曜日(月2回)										