

しまなみ

尾道市立市民病院広報誌

第35号

発行日：平成29年1月

〒722-8503
尾道市新高山3丁目1170-177
tel:0848-47-1155
fax:0848-47-1004
<http://onomichi-hospital.jp/>

院内広報誌
第35号

尾道市立市民病院理念

尾道市立市民病院は、信頼される安全で
質の高い医療を提供し、市民の皆さまの健康を守ります。



ごあいさつ

病院長 突沖 満則

明けましておめでとうございます。本年も当院の理念である「信頼される安全で質の高い医療を提供し、市民の皆さまの健康を守る」ことを念頭に、地域医療支援病院として、急性期医療、救急医療、高度先進医療、がん治療に重点を置き診療をして参ります。

2017年3月末までには新公立病院改革プランが策定されますが、これには医療法に基づく地域医療構想の検討及びこれに基づく取組と整合的に行われる必要があるとされており、新改革プランの内容には以下の4つの視点に立った取り組みを明記することを求められています。

- ①地域医療構想を踏まえた役割の明確化
- ②経営効率化
- ③再編・ネットワーク化
- ④経営形態の見直し

このうちの「地域医療構想を踏まえた役割の明確化」では地域医療構想と整合性のとれた形で、公立病院の将来の病床機能のあり方を示すなどの具体的な将来像(平成37年(2025年))を明確化する必要がある、地域包括ケアシステムの構築に向けて果たすべき役割も明確化する必要があります。

尾道市立市民病院の病床機能のあり方としては今後も急性期医療を担うことを基本として、

従来どおりの医療を継続して参りますが、在宅復帰にも重点的に取り組むため、地域包括ケア病棟を導入致します。地域包括ケア病棟では在宅復帰率70%以上を求められるため、リハビリの強化と病診連携をはじめとする在宅主治医の先生方との地域連携が従来以上に重要になって参ります。

また、急性期病院としての機能を充実させるために、今年度末までには従来の1.5テスラのMRIを新機種に更新するとともに、新たに3テスラのMRIを導入し、2台体制とします。これにより緊急時のMRI検査にも遅滞なく対応することができ、地域の医療機関にも利用していただくことで、より緊密な病診連携の一助となることを期待しております。

地方の医師不足が叫ばれて久しくなりますが、未だに改善の見込みはなく、診療機能の一部縮小を余儀なくされている部分もありますが、現在在職している職員は非常に優秀であり、これからも引き続きチーム医療を充実させ、安全で質の高い医療を提供し、地域の皆様から信頼される病院を目指して職員一同努力して参りますので、本年もご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

第17回世界肺癌学会に出席して



尾道市立市民病院副院長
(外科)
川真田 修

この度、12月3日から7日までオーストリアのウィーンで開催された世界肺癌学会に出席、発表してきました。ヨーロッパはこの時期クリスマスシーズンであり、ウィーンの市街もイルミネーションなどの飾り付けがとてもきれいでした。ウィーンはハプスブルグ家によって栄えた町であり、中世の建造物、特に宮殿などが多数残存し、それを見ているだけでも素敵でしたが、それ以外にもモーツァルトに代表されるような数々の有名な音楽家が作品を残した音楽の都としても有名で、あちこちで演奏会が開かれていました。またザッハートルテが初めて世に出た街でもあり、チョコレートやケーキなど、様々なスイーツのお店が軒を連ねていました。学会の合間にお店を訪れるのも楽しみの一つでした。

学会会場は市街地から少し離れたドナウ川の近くに作られた国際展示場が中心で、非常に大きな施設でした。世界中から千人以上の参加者が来ていましたが日本からの参加者も多数見受けられました。

演題は“Surgery of stage I non-small cell lung cancer in patients aged 80 years or older”で、80歳以上の非小細胞肺癌I期の患者さんの手術経験を報告してきました。80歳以上でも5年生存率が70%を越えており、手術治療の有効性があること、Ia期では縮小手術でも良好な予後が期待できることが発表の要旨です。

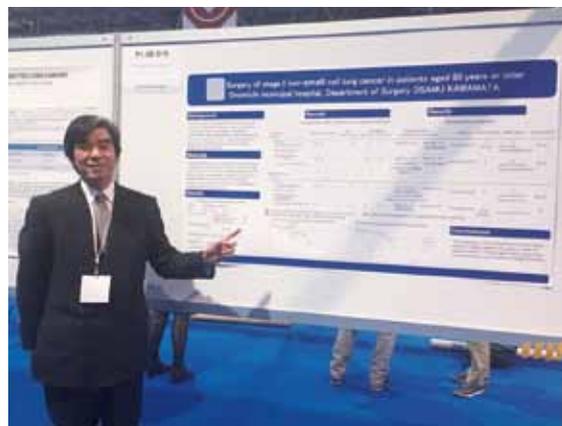
学会中は免疫抑制剤のセッションが多く有り、肺癌治療に対する世界の興味が現在そこに集中していること、また、新しく開発された免疫抑制剤の治験が多数行われていることがよく分かりました。当院でも経験する悪性胸膜中皮腫の治療にも分子標的薬が開発されつつ有り、新薬

の出現による治療成績の改善が得られることを願わずにはいませんでした。手術療法に関しては目新しい演題はみられませんでした。低侵襲を意識した治療を行っていかねばならないと再度確認することができました。

学会主催の演奏会や王宮でのディナーにも参加することができ、ウィーンの文化に少し触れることができました。最後に学会出席を了承いただき快く送り出してくれた院長はじめ病院スタッフ、特に外科スタッフに感謝いたします。



ウィーン会場



発表の様子



ウィーンクリスマス



王宮ディナー

ロコモ体操で寝たきりを予防しましょう！

ロコモ体操とは？

現在、介護が必要になった人のうち、4人に1人は、骨・関節・筋肉などの運動器の衰えが原因とされています。運動機能が衰えると膝や腰の痛みやバランスがとれなくなるため、これを予防するために提唱されたのがロコモ体操です。

当院では、在宅支援看護師が各病棟で在宅退院に向けた様々な取り組みを行っています。その取り組みの1つとして、ロコモ体操を独自に考えましたので、ご紹介します。

入院治療中の患者さんは、身体を動かすことが少なくなるため、運動機能や日常生活動作が低下し、退院後、歩行が難しくなったり、排泄行動がスムーズにできなくなる可能性があります。

そこで、少しでもベッドから離れて、リズムに合わせて楽しく身体を動かすことで、運動機能の衰えを防止すると同時に心も身体もリフレッシュして、退院後の在宅生活を安心して過ごせるようにと、現在リハビリ室にて月に1回、入院患者さんを対象に、ビデオを見ながら座ったままで簡単に手足を動かすことができるロコモ体操の教室を開催しています。

現在、当院のロコモ体操は4パターンあり、みなさんになじみのある4種類の歌(①森のくまさん②夕焼け小焼け③うさぎとかめ④カープの応援歌)に合わせて身体を動かすことで、身体のさまざまな箇所の衰えを防げるよう振付けてあります。

リハビリ室にて
集合教育として実践!!



もしもしカメよ♪ カメさんよ



世界のうちで お前ほど～



空を泳げ～と
天もまた
胸を開く～

ある日♪
森の中クマさんに
出逢った～



夕焼け小焼いで 日が暮れて～♪

新任看護師 ごあいさつ



地域医療連携部
地域医療連携室
看護師長
赤木 浩枝

2016年12月に尾道市立市民病院附属瀬戸田診療所から異動になり、地域医療連携室に勤務しています。前任地の瀬戸田診療所では、長期入院中の患者さんは、退院しないのではなく、私たち看護師が在宅に目を向けていないため、退院できないのだということに気づき、10年前から退院支援に取り組んできました。看護師一人ひとりが「家に帰りたい」という患者さんの思いに寄り添い、地域のケアマネジャーとの連携・協働すると共に、訪問診療・訪問看護をおして在宅療養を支えています。

地域医療連携部は、入院支援センター・在宅療養支援室・地域医療連携室の3つのブースが一つになった部署です。入院前から患者さんに関わり、入院後7日以内に家族と退院に向けたカンファレンスの実施、退院前には在宅主治医やケアマネジャーなど多職種での退院前ケアカンファレンスが実施されています。このように、患者さんが地域や自宅へ安心して退院していただくための退院支援体制が整っています。

人口1万人足らずの島の診療所という小さな組織から急性期病院への異動で、あまりにも多くの部署と職員の多さに戸惑っています。1日も早く環境に慣れて、患者さんが安心して在宅に退院出来るよう支援していきたいと思ひます。

まだまだ慣れない状況ですが、尾道市立市民病院の一員として退院支援体制を推進するとともに、在宅療養支援を強化するために頑張りたいと思ひます。不慣れなため、皆さんにご迷惑をおかけしますが今後とも宜しくお願いいたします。

インフルエンザの流行と治療

流行のしくみ…



私たちの体の防御機構を“免疫”といいます。免疫とは**抗原抗体反応**といい、**鍵**と**鍵穴**の関係です。

病気のもとになる**ウイルス**や**細菌**の違い(**抗原**)を正確に認識して、それに見合った**抗体**を体の中で作りだし、この**抗体**が**抗原**とぴったりとくっついて抗原を中和し、感染から身を守ります。

例えば、インフルエンザウイルスの一種であるA型インフルエンザウイルスの表面には、HA、NAといった突起物があり、同じA型であっても、微妙に突起物の性質(抗原)が頻繁に変わり、ワクチン接種によりつくられた抗体では対応できなくなってしまいます。これによりインフルエンザは毎年流行することになるのです。

インフルエンザワクチンとは…

無毒化した抗原を接種して、それに見合った**抗体**を体内で作らせ、感染を防止、または発病しても回復を早める働きを持たせるものを**ワクチン**といいます。

接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、またその効果は約5ヵ月続くとされています。よって、12月下旬～3月上旬の流行期に備えて、12月上旬ごろに接種することが推奨されています。



インフルエンザ治療薬について…

現在のインフルエンザ治療薬は、インフルエンザウイルスを殺すわけではなく、増殖を抑える作用を持ちます。増殖を抑えるため、ウイルスが既に増殖してしまった後では薬の効果がありません。そのため発症早期、具体的には48時間以内に薬物治療を開始する必要があります。

インフルエンザ治療薬には飲み薬、吸入薬、注射薬等、様々な剤形があります。

商品名	タミフル [®]	リレンザ [®]	イナビル [®]	ラピアクタ [®]
一般名	オセルタミビルリン酸塩	ザナミビル水和物	ラニナミビルオクタン酸エステル水和物	ペラミビル水和物
剤形	内服 (カプセル剤、散剤)	吸入	吸入	注射

お薬やワクチンについてご不明な点は、お近くの医師、または薬剤師にご相談ください

尾道市立市民病院 薬剤部

第29回文化祭を開催しました

11月21日(月)・22日(火)に第29回文化祭を行いました。

文化祭は職員のクラブ活動の成果の披露や、患者さんや地域の方々との交流の場です。今年も、患者さん・地域の方々からも展示作品を募り、昨年を上回る94名の方が出展されました。作品数は120点以上にもなり、会場の大会議室は、多種多様な作品で一杯になりました。



職員によるお茶会



職員によるアロマセラピー・ハンドマッサージ

作品展示の他にも、職員によるお茶会やアロマセラピー、感染予防対策ポスターの展示も実施し、非常に多くの方々にご覧いただくことができました。また、今回は、院内ミニコンサート(ギター・バイオリン等)も開催し、用意した席では収まらず、立ち見がでるほど盛況となりました。

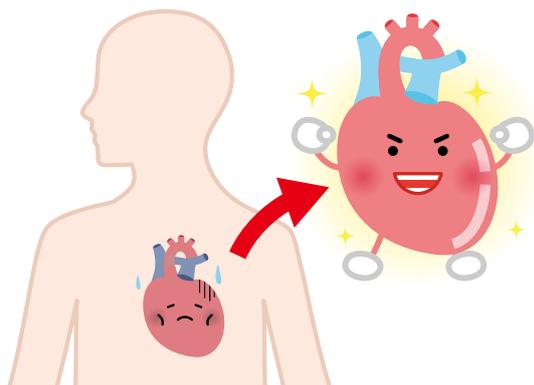
患者さんのなかには、毎年、出展して下さる方も多く、大変ありがたく思っております。また、いままでご応募されなかったことがないかたでも、お気軽に申し込んでいただければと思っております。

今回は、多数のご応募・ご来場ありがとうございました。次回の開催時も是非ご参加下さいますようお願いいたします。



ミニコンサートでは、ドクターがバイオリンを演奏!

心臓リハビリテーションについて



当院では、2016年10月より、外来患者さんを主な対象として「外来心臓リハビリテーション(以下、リハビリ)」を開設致しました。今回は「心臓リハビリ」についてお話ししたいと思います。

リハビリとは、みなさんご存知のように、病気やケガにより身体に何らかの障害を持った方が社会復帰に至るために、運動療法や職業訓練などを行うことです。

そして、「心臓リハビリ」とは、虚血性心疾患(心筋梗塞・狭心症)や心不全、心臓手術後、閉塞性動脈硬化症などの循環器疾患をお持ちの患者さんに、心身ともに快適な生活を長く続けていただくために提供する、包括的なリハビリのことを指します。具体的には、運動療法だけでなく、食事療法、薬物療法、ストレス管理、禁煙などを多職種にて指導・援助します。

心臓リハビリは急性期とそれ以降によって内容が異なります。急性期では治療による安静から陥ることの多い廃用症候群^①を予防し、トイレや洗面、廊下歩行など病棟での身の回りの生

活が自立してできることが目標となります。運動負荷心電図で評価しながら、段階的に運動の負荷量を増やしていきます。また、退院後の生活を見据え、食事や薬などについての生活指導や禁煙指導を行います。

退院後も外来で発症から150日間は心臓リハビリを続けていただきます。この時期を回復期と呼び、今回開設した外来心臓リハビリに相当します。外来リハビリ開始にあたり、一人一人の体力に応じた適正な運動強度を見極めるために、可能な方は運動負荷試験(CPX)を行います。運動負荷試験の結果からその方に合った強さの運動プログラム(運動処方)を作成します。その後は通院による運動療法を続けていただき、運動処方に基づいた指導をしています。また、定期的な検査により運動療法の効果の確認を行います。運動中は心電図モニタリングなどを行い、安全に配慮しています。また、運動療法と併せて、心臓病教室を同時に開催しています(詳細は後述)。

(注) 病気やけがなどで、長期間安静にしていることによって起こる弊害の総称



運動療法の様子Ⅰ



運動療法の様子Ⅱ



当院の心臓リハビリテーションチーム

●心臓病教室について

当院での心臓リハビリでは運動療法と併せて、「心臓病教室」も開催しています。

退院後、循環器疾患の患者さんは食事や薬の内服など、たくさんの生活管理を自分または家族でしていかなければなりません。「入院中にあるんな人からたくさん話を聞いたけど、その内容を自宅でちゃんと実践できているのかな?」「話の内容を忘れてしまった」など、退院してからの生活に不安を覚える患者さんが多いかと思われま

す。そういった患者さんのために、看護師、理学療法士、管理栄養士、薬剤師、臨床心理士の各職種の担当者が、それぞれの専門性を活かし、退院後の生活に関して10分程度のミニレクチャーを行います。入院中の患者さんもご希望・必要性があれば受講していただいています。

当院での心臓リハビリおよび心臓病教室をご希望の方は、主治医または循環器内科外来の担当者までお問い合わせ下さい。



管理栄養士による栄養指導

心臓病教室の内容(2016年12月現在)

- ・看護師:「日常生活について」「体のサインと早期受診の目安」など
- ・理学療法士:「運動療法Q&A」「誰でもできるレジスタンストレーニング」など
- ・管理栄養士:「知っ得!食事情報」など
- ・薬剤師:「お薬について」など
- ・臨床心理士:「ストレスと!?心臓病」など

※内容は変更になる場合があります。

2016年12月現在の 開催日時は下記のとおりです。

日時 毎週 月・水・金

15:00~16:00

(運動療法・心臓病教室)

(当日、事前に担当医による診察を受けていただきます)

場所 リハビリテーション科

理学療法室にて



薬剤師による薬剤指導

●運動負荷試験(CPX)について

循環器疾患の患者さんが運動療法をする際に問題になるのが、適度な運動の強さとはどの程度かということです。

当院では心臓リハビリテーションを行う患者さんに対し、適切な強さの運動を提供するために、運動負荷試験を実施しています。今回は運動負荷試験のひとつであるCPXについて説明します。

CPX検査は当院では主に外来患者さんを対象に行っています。

検査内容は、自転車エルゴメータを使用し、ペダル運動を行います。その際に特殊なマスク

を装着し、運動中の呼吸ガスをコンピュータにて分析します。その結果から、それぞれの患者さんに適切な強さの運動が決定します。



運動負荷試験の様子

科別診療割表

診療受付時間 午前8時30分から午前11時まで (救急は随時)
 休診日 土曜日・日曜日・祝日・12月29日から翌年1月3日

診療科	科別	月	火	水	木	金	備考		
内科	午前	1 診	内科当番医	水戸川 剛秀 (内科全般)	金尾 浩一郎 (腎・内科全般)	水戸川 剛秀 (内科全般)	杉山 晃一 (漢方外来)		
		2 診	杉山 晃一 (内科全般・免疫疾患)	開原 正展 (腎・高血圧)	開原 正展 (腎・高血圧)	金尾 浩一郎 (腎・内科全般)			
		3 診		平野 紘康 (リウマチ・膠原病)	杉山 晃一 (内科全般・免疫疾患)				
		4 診		野島 一郎 (糖尿病)	山口 哲志 (糖尿病)		長澤 紗詠子 (糖尿病)		
		5 診				山脇 泰秀	山脇 泰秀		
	午後	検診	検診	検診	検診	検診			
			野島 一郎	山口 哲志	フットケア外来※1	長澤 紗詠子	15:30まで ※1 第2・4水曜日		
総合診療科	午前	林 啓悟	林 啓悟		麻生 光美				
	午後	林 啓悟			山脇 泰秀		15:30まで		
呼吸器内科	午前	二宮 崇		片岡 幹男		大橋 圭明			
	午後								
消化器内科	午前	1 診	松本 栄治	平岡佐規子	河合 良成	河合 良成	宮部 欽生		
		2 診		宮部 欽生				内科3診で診療	
	午後	検診	検診	検診	検診	検診	検診	※2 担当医 (河合)	
循環器内科	午前	1 診	山田 大介	圓光 賢希	高村 俊行	高村 俊行	小林 博夫		
		2 診	小林 博夫						
	午後	診察		ペースメーカー外来※3				※3 第1・2火曜日 14:00から	
		検査	心カテ	経食工コー	心カテ	経食工コー	心カテ	13:00~17:00	
		血管診療センター		検査・診療		検査			
神経内科	午前			岡本 美由紀				予約制	
	午後								
外科	午前	1 診	川真田/小野田	宇田 征史	宇田 征史	小野田 正	村田 年弘		
		2 診	公文 剣斗	上塚 大一	木村 圭佑	川真田 修	川真田 修		
		3 診		公文 剣斗	上塚 大一 (肛門科) ※4			※4 水曜のみ	
	午後	手術	手術	手術	手術	手術	手術	※5 第2・4月曜日	
		(ストーマ外来) ※5							
血管外科	午前		越智 吉樹		越智 吉樹				
	午後	手術		手術		手術			
乳腺外科 (乳腺外来)	午前					下妻 晃二郎 (予約)		9:00~12:00	
	午後	河内麻里子 (予約)						松岡 (月1回)	
整形外科	午前	1 診	廣岡 孝彦 (予約)	藤井 淳一	廣岡 孝彦 (予約)	藤井 淳一	廣岡 孝彦 (予約)		
		2 診							
		3 診	藤井 淳一	迫間 巧将	渡邊 益宜	渡邊 益宜	渡邊 益宜		
		4 診	榎平 将太	鈴木 美穂	迫間 巧将	鈴木 美穂	榎平/藤井 ※7		※7 榎平 (第1・3・5金曜日)
		5 診		装具		装具	装具		※7 藤井 (第2・4金曜日)
	午後	手術	手術	手術	手術	手術	手術		
形成外科	午前	高田 温行	高田 温行	高田 温行	高田 温行	高田 温行	高田 温行		
	午後								
小児科	午前	井上 直樹	井上 直樹	井上 直樹 ※8	井上 直樹	井上 直樹	井上 直樹	※8 第3水曜日休診	
	午後	検査	乳児検診		林 (発達外来) ※9	脇 (循環器外来) ※10		※9 第1木曜日	
		予防接種	栄養指導					※10 第4金曜日 (偶数月)	
小児外科	午前		野田 卓男 (予約) ※11					※11 第1・3火曜日	
	午後								
脳神経外科	午前	1 診	土本 正治	大同 茂	岩戸 英仁	土本 正治	大同 茂		
		2 診					岩戸 英仁		
	午後	検査	手術	検査	手術	検査			
		土本 (頭痛外来)						14:00から	
産婦人科	午前	新患再来	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一		
		妊婦健診	大村 裕一		大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一		
	午後		母乳外来	母乳学級 (第3週)	母乳外来	1週間検診			
			1ヶ月検診		1週間検診				
			手術		手術				
皮膚科	午前	櫻野 かおり	櫻野 かおり	櫻野 かおり	櫻野 かおり	櫻野 かおり	櫻野 かおり		
	午後	検査	手術	手術	検査	検査			
泌尿器科	午前	1 診	大枝 忠史	河田 達志	大枝 忠史	能勢 宏幸	大枝 忠史		
		2 診	能勢 宏幸	大枝 忠史	能勢 宏幸	大枝 忠史	河田 達志		
	午後	検査	手術	検査	手術	検査			
耳鼻いんこう科	午前	診療あり	診療あり	診療あり	診療あり	診療あり		広島大学病院より	
	午後		佐々木 (睡眠時無呼吸外来)						
眼科	午前					舘見 久恵			
	午後					舘見 久恵 (予約)		15:30まで(予約)	
放射線科	午前	画像診断	三船 啓文	三船 啓文	三船 啓文	三船 啓文	三船 啓文		
		治療	沼 真吾	沼 真吾	沼 真吾	沼 真吾	沼 真吾		
	午後	画像診断	片山 敬久 (予約)	画像診断	画像診断	画像診断	画像診断	予約制	
				血管造影		血管造影			
歯科口腔外科	午前	吉田 明弘	吉田 明弘	手術	吉田 明弘	吉田 明弘			
	午後	口腔外科	口腔外科	口腔外科	口腔外科	手術		予約制	

専門外来のご紹介 (予約制)

- 月曜 : 禁煙外来(毎週) / ストーマ外来(第2・4) / 頭痛外来
- 火曜 : ペースメーカー外来(第1・2週) / 睡眠時無呼吸外来 / 緩和ケア相談外来(午前)
- 水曜 : フットケア外来(第2・4週) / 乳腺外来 / 脳ドック外来
- 木曜 : 肝臓専門外来 / 小児発達外来(第1週) / 緩和ケア相談外来(午前) / 緩和ケア(精神)外来(第2週) / 緩和ケア(身体)外来(第4週)
- 金曜 : 乳腺外来(午前) / 小児循環器外来(偶数月/第4週)

