

きぼう

—— 基本理念 希望のある医療 ——



緑豊かな「市ノ池公園」

院長あいさつ

さあ、新しい年が始まりました。私たちと一緒に前へ向かって進みましょう。

病院スタッフ一同は、今年もまた、かかりつけ医をはじめとする地域の先生方、患者さまやその家族の皆さま、さらには、地域の皆さまと共に「新しく発展する病院を『創る』」の信念で邁進します。

数年前から進めている臓器別、疾患別医療の推進で、多くの疾患では高いレベルでの完結医療を提供してきましたが、一般診療を提供するのも市民病院の使命です。すべての診療科において、改善すべく行動しています。

日本には、四季があり、その季節、その季節の花が咲き、私たちはそれを愛で、眺め、そして、

それを肴にして饗じたりします。今年も、その時々、その季節を味わい、おだやかで、健康で、楽しい日々を送っていただけるよう、市民病院はバックアップしてまいります。

健康維持には、適度な運動や食事・栄養のコントロールが不可欠です。生活習慣病にならないように気をつけてください。当院では、予防医学も積極的に取り組んでいます。

院長 玉田文彦



■こんな症状ありませんか？

鼻が片方だけつまる、はなをかむと片方だけ、はな水や粘いはな、あるいは血液の混じったはながでる。
片方の頬の奥が重い、痛い、しびれる、偏頭痛がするなど



■片方だけの症状はまれ！重要なサインです

片方だけに症状がある場合、必ず、何らかの特殊な原因があり、それを見つけるために検査をする必要があります。

■こんな疾患が疑われます

鼻の敷居である鼻中隔が左右いずれかに曲がり、片方の鼻がきわめて狭くなっている「鼻中隔彎曲症」、上あごの奥歯の虫歯が原因で片方のちくのう症をきたす「菌性上顎洞炎」、アスペルギールスとよばれる真菌(カビ)などが原因の「副鼻腔真菌症」、さらにもっとも気がかりな「鼻腔・副鼻腔の腫瘍(良性腫瘍・悪性腫瘍)」などが疑われます。

■こんな検査を行います

まずは、鼻の中に光を当てて観察(鼻鏡検査)します。そして、細い内視鏡で詳しく内部を観察(鼻腔ファイバー検査)し、レントゲン撮影(副鼻腔単純撮影)を行います。

さらに、必要に応じて、副鼻腔CT検査、MRI検査を行い、その結果、疑わしい病変があれば上顎洞試験穿刺(細胞診、細菌・真菌培養検査)あるいは鼻腔生検(病理組織検査)を行って診断します。

■早めの受診をおすすめします

片方だけの、鼻症状はまれであり、真菌症や腫瘍など早期の治療が必要な疾患が含まれます。お気づきの方には、早めの受診をおすすめします。



耳鼻いんこう科部長 寺本保二

助産師による

おっぱい外来



地域活動の中で、お母さん方からの多くの声をいただき、平成18年10月から「助産師によるおっぱい外来」を行っています。

私たち助産師は、「母乳は乳幼児の子供の健全な成長や発達に欠かせない心身の栄養である」をモットーに、是非、母乳で育ててあげてほしいと願い、母乳育児を推進しています。

妊娠中の悩みや不安・産後のおっぱいトラブル・育児・家族計画指導などいろいろなご相談をお待ちしています。



外 来／ 平日 9時から17時まで

受 付／ 平日 8時30分から16時まで
1階医事カウンター

◇できれば、産婦人科外来(内線2815)まで
事前にお電話ください。

場 所／ 産婦人科外来

費 用／ 乳房マッサージのみ 1回 2,100円(税込み)
相談は無料

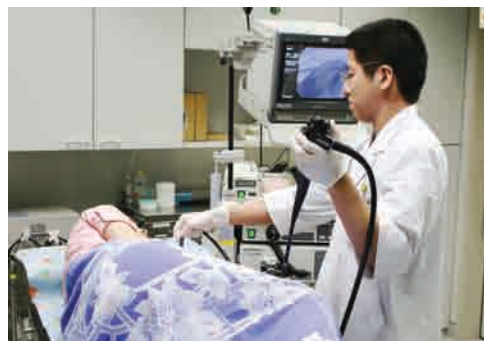
内視鏡ってなあに？

1 内見鏡医でなく、内視鏡医をめざして

内視鏡とは文字通り「内を**見る**鏡」です。単に内を**見る**ための道具ではなく、内を**見る**ための魔法の鏡です。最近、新谷弘実先生の著書「胃腸は語る ― 胃相 腸相からみた健康・長寿法」がベストセラーになっています。新谷先生は、世界ではじめて大腸内視鏡によるポリープ切除に成功した胃腸内視鏡分野の世界的外科医です。私は20年前に新谷先生の大腸内視鏡の技術を学ぼうとした一人ですが、新谷先生は、数多くの胃腸内視鏡による貴重な臨床例から良い胃相・腸相があらゆる健康につながるということを提唱されており、考え方に共感する部分がたくさんあります。内視鏡により患者さまに胃相・腸相を把握し、その背景にある病態を理解できる(=内を**見る**ことができる)医者こそが、真の内視鏡医だと考えています。

2 増加する生活習慣病

最近のキーワードとして**メタボリック症候群**というものがあります。簡単に言えば肥満(特に内臓肥満)をベースに、高血圧、糖尿病、高脂血症といった病気の連鎖を引き起こす症候群です。内視鏡医にとっても、とても関心ある病態です。一見、胃や腸の病気とは関係ないように思えますが、実際は大変関係があります。メタボリック症候群を背景に、胸焼け、ゲップなどを呈する逆流性食道炎、噴門部胃がん、便秘などの便通異常をきたす大腸憩室症、大腸ポリープ、大腸がんなどいろいろな疾患を合併しやすくなります。悪い食生活習慣は、メタボリック症候群のみならず悪い胃相・腸相をもたらします。



3 当院内視鏡室では・・・

以上のような考え方にに基づき、「**患者さまにやさしくて、安全な内視鏡室**」をめざして毎日内視鏡検査を施行しています。少しでも体調面で心当たりのある方は、内視鏡検査をお勧めします。

医務局長(内科部長) 井垣直哉

特殊外来紹介

— 糖尿病外来・腎臓病外来 —

当院では、糖尿病と腎臓病の特殊外来を実施しています。
不安なことがありましたら、いつでも内科医師にご相談ください。

糖尿病とは

糖尿病とは、すい臓から分泌される糖분을エネルギーとして利用するのを助けるインスリンというホルモンの欠乏及びその作用が低下した状態です。

自覚症状として、^{こゝろ}口渇・^{こゝろ}過食・やせ・多尿等がみられます。また、病因には、肥満・食習慣等の不摂生も影響がありますし、また遺伝にも関係します。

適当な治療を受けない場合が続くと、様々な合併症を誘発します。糖尿病を発見した場合は速やかに医師に相談し、病態に応じて、毎日の摂取、カロリーの調整、運動、適当な薬物療法を受ける事が必要です。大事なことは、病気の発症を予防する事です。日常生活習慣の改善とともに、過度の太りすぎを避けましょう。

腎臓病とは

腎臓の働きは、水分や体で代謝された老廃物の排泄を中心として、様々な働きをもっています。

そのため、腎臓自身の病気や全身の病気の影響により腎障害を来すことがしばしばみられます。腎臓自身の病気としては、慢性腎炎という病気がよく知られていますが、原因は、まだよく判っていない面もあります。症状としては、全身のむくみのあるネフローゼ症候以外、相当進行するまでは、自覚症状もありません。発見は尿検査で尿蛋白の陽性で発見される場合が多いようです。また、糖尿病・^{こゝろ}膠原病等も腎障害を来すことがあります。尿蛋白を認めた場合、直ちに医師と相談し、専門的な治療を受けることが必要です。

名誉院長(内科) 後藤武男

検査についてお話ししましょう

あなたにせまる

メタボリックシンドローム



メタボリックシンドロームってなんだろう？

肥満の人が、中性脂肪や血糖値、血圧が高いとかHDLコレステロールが低いといった生活習慣病を示す異常が複数重なる状態を「メタボリックシンドローム」と言います。異常の度合いは自覚症状のない「ちょっと」という軽率なものでも、こうした状態が重なることで動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳卒中などの危険性が高まることがわかってきました。

①まずはお腹まわりを測る

へその高さで腹囲・男性85cm以上
女性90cm以上

②肥満に加えて以下の項目のうち、2つ以上に該当すると

- 1 血中脂質（高脂血症）
中性脂肪・・・150mg/dl以上から または
HDLコレステロール・・・40mg/dl未満
- 2 血圧（高血圧）
収縮期血圧・・・130mmHg以上 または
拡張期血圧・・・85 mmHg以上
- 3 血糖値（糖尿病）
空腹時血糖・・・150mm/dl以上

脱メタボリックシンドローム

～ 内臓脂肪を減らせ！ ～

内臓脂肪は比較的容易にたまるものの、容易に燃焼することもできます。

ポイントは「食生活」と「運動」。そして、煙草を吸っている人は「禁煙」です。

食生活について

食事のリズムをつけよう
よく噛んで食べよう
低カロリーの調理法を考えよう

運動について

（有酸素運動は減量に有効です）
あと1000歩、多く歩こう
300Kcal、消費しよう

メタボリックシンドロームと診断

医務局中央検査科

禁煙しませんか？

～院内全面禁煙について～

喫煙は喫煙者と周囲の人（受動喫煙）に様々な害を及ぼします。

禁煙者より、受動喫煙者の害が大きいことが明らかですが、多くの医療機関が、敷地内禁煙・院内全面禁煙となっている中、当院でも「市民の生命と健康を守ること」が本来の使命と考え、受動喫煙防止のため、平成18年10月1日より、**院内全面禁煙**としました。

喫煙者用に禁煙に向けて努力する場所として「食堂棟横の休憩所」を開放しています。禁煙が難しい方は、是非、内科医師にご相談ください。



タバコの害

肺がん、喉頭がん、食道がん、肺気腫、動脈硬化促進、脳梗塞、麻痺、狭心症、心筋梗塞、がん、ぜんそくなど

禁煙と受動喫煙の阻止については、健康増進法に定められています。

3階西病棟より

3階西病棟は、眼科・泌尿器科・放射線科の混合病棟です。

眼科や泌尿器科の手術、放射線科の血管造影検査やラジオ波焼灼療法。急性期から慢性期看護、ターミナルケアや在宅支援まで幅広い看護を行っています。

患者さまが安全で快適な入院生活を送れるように、スタッフ全員で、一生懸命取り組んでいます。白内障の手術後は、「目の前が明るくなって、気分



まで若返った。」という、うれしい声がよく聞かれます。

平成18年4月より、ベテラン課長!藤澤課長のもと、新人看護師1名、スタッフ総勢21名、自称平均年齢25歳…。明るく、パワーあふれる病棟です。

合言葉は‘常にあなたの傍で支える看護’めざすは、スペシャルサポート!



看護局3階西病棟

ある日の献立

～嚥下^{えんげ}困難食(やわらか食)～

高齢社会となって久しい今日、スムーズに食事がとれない方や麻痺のために手が不自由な入院患者さまが年々増加しています。

「かむ(咀嚼^{そしやく})」「のみこむ(嚥下^{えんげ})」がうまくできない場合、食事は苦痛や負担になり食欲不振につながります。

嚥下障害には個人差があるため、その人にあった食事形態にする必要があります。現在、咀嚼・嚥下障害食を必要とする患者さまは30人程度入院していらっしゃいます。



ペースト状には、フードプロセッサーを利用します。

目的は?

摂食や嚥下障害により発生する「脱水」「誤嚥性肺炎」「低栄養状態」を予防するためです。

調理と盛り付けの工夫・・・

- ・かむことができない人のために、うらごし(ペースト状)しています。(料理ごとにうらごしし、それぞれの味がわかるようにしています。)
- ・のみこみがしやすいように、とろみをつけています。
- ・うらごし状では食材名がわからないため、献立表をつけています。
- ・食器は片手が不自由でもスプーンですくいやすいように縁に工夫がされ、すくった時に食器が動かないように底にすべり止めがついたものを使用しています。

できる限り、患者さまのニーズに合わせた食事サービスが提供できるよう日々、努力しています。

接遇への取り組み ~患者さま満足 Customer Satisfaction~

市民に愛され、親しまれる病院づくりが今求められています。

そのような中であって、私たち職員一人ひとりが医療サービス業に従事していることの認識と私たちに与えられた仕事の満足こそが、患者さまの満足につながっていくことの自覚を持ち、それぞれの職場で自主的に研鑽を深めていくことを目的として病院全体で接遇への取組みを展開しています。



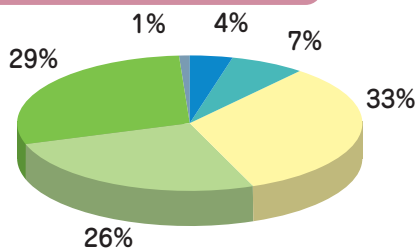
接遇研修風景

医師、技師、看護師、事務員、それぞれの代表が研修に参加しました。

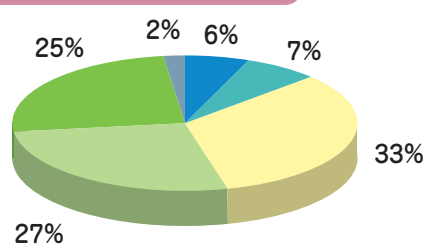
満足度調査結果のご報告

平成18年10月に、第3回患者さま満足度調査を実施しました。ご協力いただきましてありがとうございます。結果を真摯に受け止め、よりよい病院運営のために、より一層努力してまいります。

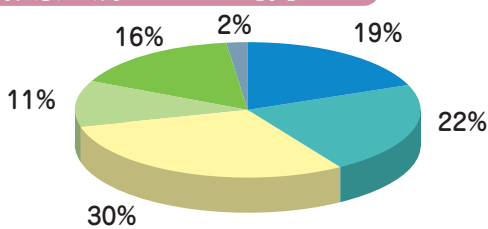
職員のことばづかいは？



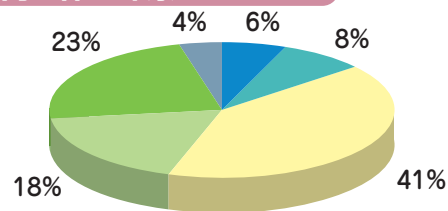
職員の態度は？



診察が済むまでの時間は？



院内全体の印象は？



- 大変不満
- 不満
- 普通
- 満足
- 大変満足
- 無回答

トライやるウィーク

病院でのトライやるというと看護部門が目目されますが、今回は中央検査科や薬剤科での仕事を体験してもらいました。病院の中で様々な職種の人が働いていて、その仕事のすべてが人の命に直結する大切なものであることを経験できたのではないかと思います。

この経験が子供たちの心に残り、将来、自分の進むべき道を考えたときに、医療関係の仕事を選択肢に加えてもらえたら幸いです。



♪クリスマスコンサート♪

12月にクリスマスコンサートを開催しました。恒例となりました医師、看護師による演奏に加え、今回は、高砂高校のジャズバンド部の皆さんにも演奏していただきました。



新任医師紹介

～7月に転勤してきました～



皮膚科医長

福田 均

趣味/ドライブ

温泉めぐり

皆様のお役に立てるようがんばります。よろしくお願いたします。

ICT 感染制御チーム Infection Control Team

ICT ICTは、感染防御医師の資格を持つ医師、看護師、薬剤師、臨床検査技師、事務員で構成され、院内感染防止委員会の実践チームとして活動しています。

感染症は、細菌が人体で増殖し、人体に悪影響を及ぼす病気です。身体の抵抗力が弱った方が多い病院内で発症する感染症（院内感染）は、日本の病院のみならず、全世界の病院で問題となっています。

ICTは、その院内で起こる感染症を予防し、蔓延を防ぐために、院内巡視などの活動をしています。

ICT・リンクナース 各病棟・外来に配置された看護部感染委員の看護師は、ICTリンクナースとして、ICTと現場の橋渡しとなっています。



薬剤部の働き 細菌を殺すための抗菌剤は感染症の主役ですが、現在、多くの種類の抗菌剤があり、それぞれの抗菌剤には役割があります。薬剤部では、抗菌剤の使用状況を把握し、乱用や誤った使用をチェックし、状況に応じたアドバイスをするなど、適性な使用をすすめる役割を果たしています。

細菌検査部の働き 細菌検査部では、MRSAをはじめとする院内感染原因菌の発生状況をチェックし、集団発生を監視しています。

感染症が多いようであれば、病院全体に感染が広がらないようにしています。

個人情報流出についてのお詫び

昨年12月に発覚しました当院からの個人情報流出につきましては、患者さまをはじめご家族の方々に多大なご迷惑と不安をおかけすることとなり、誠に申し訳なく深くお詫び申し上げます。

個人情報につきましては、厳重かつ適切な管理のもとに保管されていなければならないところ、業務の関係とはいえ院外に持ち出し、患者さまの大切な個人情報が流

出してしまったことは申し開きすることはできません。重ねて深くお詫び申し上げます。

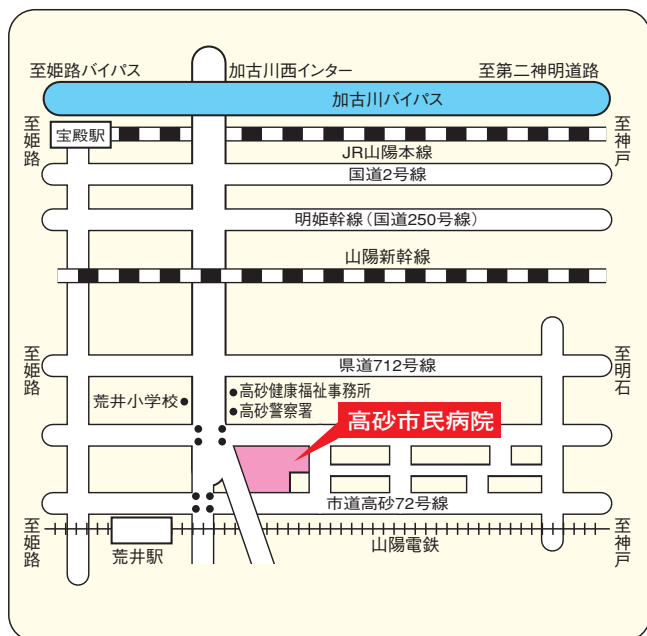
今後同じ過ちを繰り返さないためにも、速やかに改善し、今回のことを貴重な教訓として「より安全で高度な医療が提供できる病院」を目指し、患者さまに安心して医療を受けていただける病院づくりに邁進することをお誓い申し上げますので、何卒よろしくお願申し上げます。

診察開始 9時～
診察受付 8時30分～11時

週間外来診察予定表

平成19年1月現在
診療予定は予告なく変更する場合があります。

診療科			月	火	水	木	金
内科	1診(初診)	午前	玉田	廣末	玉田	来田	國吉
	2診(初診ワ)	午前	神大医師	神大医師	井垣	小林	萩原
	3診	午前	来田	小林	後藤(武)	後藤(武)	
	4診	午前	井垣	玉田		藤岡	門口
	5診	午前	廣末	後藤(俊)		萩原	廣末
	6診	午前	國吉	北浦	竹本	工藤	横田
	予約診	午後	腎臓病 (2,4週13時～) 深川				糖尿病 (14時～) 谷口
神経科	1診	午前	三宅		三宅	三宅	三宅
	2診	午前	荒木	荒木	荒木	荒木	
小児科	1診(9時～)	午前	見須	表利	見須	表利	見須
	2診(10時～)	午前	表利	見須	表利	見須	表利
	予約診(14時～)	午後	表利	見須	表利	見須	表利
				予防接種	乳児検診 (2,4,5週)		
外科	1診	午前	的場	山下		大上	竹村
	2診(初診)	午前	渡部	大上	渡部	的場	大野
	予約診	午後			下肢静脈瘤(15時～)	呼吸器外科 坪田	
整形外科	1診(初診)	午前	池田	振角	坪田	当番医(初診のみ)	杉本
	2診	午前	本間	池田	本間		池田
	3診	午前	振角	高橋	振角		高橋
	4診	午前	杉本	坪田	杉本		坪田
	予約診(14時～)	午後					スポーツ外来
形成外科	1診	午前	奥村	奥村	奥村	休診	奥村
	2診(処置)	午前	岩谷	岩谷	岩谷		岩谷
脳神経外科	1診	午前	休診	休診	休診	早瀬	早瀬
	予約診	午後			松井	早瀬	早瀬
皮膚科	1診	午前	福田	喜多川	福田	喜多川	福田
	予約診	午後			にきびを対象とした ケミカルピーリング (1,3週14時～)		アレルギー
泌尿器科	1診	午前	上野	上野	休診	上野	上野
産婦人科	1診	午前	濱名	休診	竹村	休診	休診
眼科	1診	午前	繪野	休診	菅原	菅原	繪野
	予約診				繪野		
耳鼻いんこう科	1診	午前	寺本	寺本	神大医師	寺本	寺本
放射線科	1診	午前		石田	石田	松本	
	2診	午前		松本	松本	石田	



女性専門外来：火曜日13時～15時
 (完全予約制) 医事カウンター9時～17時
 直接又は電話で 内線5157

助産師によるおっぱい外来：平日9時～17時
 受付/医事カウンター：8時30分～16時
 ※できれば事前に電話下さい。内線2815(産婦人科)

交通手段
 [鉄道] 山陽電車荒井駅下車徒歩3分
 [バス] 神姫バス高砂市民病院前下車すぐ
 じょうとんバス高砂市民病院前下車すぐ
 [車] 加古川バイパス加古川西インターから南へ約10分

編集・発行
 高砂市民病院広報誌編集委員会
 〒676-8585 兵庫県高砂市荒井町紙町33番1号
 ☎ 079-442-3981(代表)
<http://www.hospital-takasago.jp>