

名張市立病院だより きらり No.7

発行/名張市立病院 〒518-0481 三重県名張市百合が丘西1-178
 ☎ 0595-61-1100(代表) ☎ 0595-64-7999 🌐 <http://www.city.nabari.mie.jp/hospital> ✉ hp-keiei@city.nabari.mie.jp

基本理念

市民の皆さまに親しまれ信頼される病院を目指します。

基本方針

- ・患者さまの権利を尊重し、理解と納得に基づく良質で安心できる医療を行います。
- ・地域の診療所、病院と連携して、地域医療、救急医療の充実に努めます。
- ・地域に開かれた病院を目指し、ボランティア、学生などを進んで受け入れ、市民との交流を深めます。
- ・公共性と経済性を考慮した健全な病院経営に努めます。
- ・初心を忘れず、日々研鑽し、働きがいのある明るい病院を創造するよう努めます。



街から見上げた市立病院 (撮影:臨床検査室 中西 徹)



当院の2階病棟は脳神経外科と外科の病棟です。病床数はNCU(脳疾患の集中治療室)5床、ICU(外科の集中治療室)3床を含めた51床で外科的治療が必要な患者さまが主に入院されています。手術後の患者さまの状態は変化

ナースステーションから

しやすく、患者さまを看護する看護師も新しい知識や急な病状の変化に対応できる技術の習得に日々努力をしています。スタッフは看護師と看護助手を含め計28人で看護師は2交代勤務をしながら、24時間、患者さまの看護をしています。看護師の平均年齢は29歳と比較的若く、既婚率は30%で独身者が大半を占め、結婚適齢期ではありながら看護の魅力にはまっている?フレッシュな看護師たちで、とても活気に満ち溢れた病棟です。2交代勤務ということで夜勤が16時間と長く、いくら若いからといっても心身の疲労は大きく、お肌はポロポロ、足はパンパンになってしまいますが、休日などに温泉につかったり、

きらりな人

岐阜県出身のわたしですが、縁あってこの名張で、平成9年の当院開院以来、言語聴覚士として勤務しています。当初は名張の方言がわからなかったり、アクセントの違いに戸惑ったりしましたが、今ではすっかり慣れて少し使えるようにもなりました。言語のリハビリを受ける患者さまには、脳損傷による失語症、口唇舌の動きの低下による発音の障害などがあり年齢もさまざまですが、それぞれの症状に応じた計画を立て

て、発声練習などを行います。練習中には患者さまにゆっくりと自由に話をしていただく時間も設け、話したいなら「たくさん話ができたら」という満足感や「話したい」という意欲を持っていただけるよう心がけています。人生の先輩方から教えていただくことも多く、人に歴史あり...と感じることもしばしばです。リハビリは長く、根気のいるものですが、患者さまが少しずつ言葉を取り戻していく喜びを共有できることが、わたしにとって大変嬉しく励みになっています。



リハビリテーション室 言語聴覚士 千田直美

▼リハビリスタッフより
 あらゆる言語障害のリハビリを、一手に引き受けている当院唯一の言語聴覚士です。彼女は、思いが伝わらない患者さまのちょっとした気持ちを受けとめて、訓練はもろんのこと精神的支えとなってくれる、頼れる存在です。

スポーツを楽しんだりと過度にリフレッシュをすることで、「また明日から頑張ろう」と奮起し、元氣いっぱい仕事にのぞんでいます。わたしたちが考える看護とは、診療の介助はもろんのこと、患者さまの日常生活の援助や患者さまが入院前の健康な状態に少しでも近づけるようなかわりを常にやっていくことです。入院生活というのはつらいことや、大変なこと時にはあります。わたしたちはそんな療養生活を送る患者さまの気持ちに寄り添い、少しでも安らぎをもっていただけのようなかわりができるよ、そしてこの病院に入院して良かったと笑顔で退院の日を迎えていただけるように、スタッフ全員力を合わせ努力していきたいと思っております。

(2階病棟主任 一力和枝 写真前列中央)

市立病院

小児科からのお知らせ

入院と週2回(火・木曜)の夜間・時間外救急を再開

12月17日発行の広報なばりで、お知らせしましたとおり、今年1月から小児科医師が2人となりしました。これにより、休止していた小児科の入院受け入れを再開できるようにになりました。

●新しく就任した小児科医師を紹介します。

1月から小児科に赴任させていただくことになりました須藤京子です。神戸女学院の英文学科を卒業したのは25年も前のことになります。医学とは全く違う分野にいたわたしが医師になったのは、自分自身と子供がアレルギー疾患を患ったことがきっかけでした。子供のアトピーはとでも重症なもので、なかなか思うような回復ができませんでしたが、どうしても治ってあげたい一心で治療法を探し続け、最終的にアメリカのニューヨーク州立大学のドリス・J・ラップ先生による免疫療法と出会い、回復することができました。

このことが契機となり、自分も困っている子供たちの力になりたいと考え、医師になることを目指し、40歳の時関西医科大学に入学しました。

卒業してからは、同附属病院で研修医として2年間勤め、昨年4月に小児科に入局しました。

まだまだ未熟者ですが、須藤診療部長とともに市民の皆さまのお役に立てるようにがんばりたいと思います。趣味はジャズダンス、ジャズ音楽鑑賞です。どうぞよろしくお願ひいたします。



小児科 須藤京子

お願い



市立病院の救急医療を維持していくために



患者さまの救急対応を地域の医療機関と役割分担

名張市では、基本的に入院が必要になる重症な二次救急患者さまを対象とする市立病院と、比較的軽症な一次救急患者さまを対象とする地域の医療機関や応急診療所とで、救急医療を役割分担しています。

医師や看護師などの負担が増えています

当院は市内で唯一の救急病院です。そのため、2、3の大きな病院が、交替で救急患者を受け入れている近隣の病院に比べると、医師や看護師などの負担はかなり大きいものとなります。

看護師は、普段は外来業務や手術業務を行っていて、交代制で夜間勤務にあたり、救急看護業務や救急の電話対応にあたりています。

また、医師、技師は、朝8時30分から通常の外来や手術、検査業務を行い、引き続き夜間

当直に入ります。夜間の救急業務を終え、翌日はお昼までの勤務となっていますが、特に医師は、業務が多忙なため夕方遅くまで勤務が続く場合もあります。

近年の医師不足の中、医師の増員は難しく、医師1人1人の負担が多くなっている状況ですが、現状を維持し、より多くの患者さまの救命を行うため、少ない人数の中で、職員全員精一杯対応をしています。

より多くの患者さまの救命を行うために

市民の皆さまにお願ひします。救急の受け入れは、救命治療を優先しますので、より軽症の患者さまには長時間お待ちいただくことがあります。また、より多くの患者さまの救命を行うため、軽症の患者さまは、かかりつけの医院や応急診療所をご利用いただいています。今後とも、皆さまのご理解、ご協力をお願ひします。

新しい傷治療に対する考えかた

が叫ばれています。

そこで、市民の皆さまには自己防衛も必要となりますが、最近、傷治療の考えかたが変わってきているのをご存知でしょうか?以前の常識は「傷は消毒して、濡らしてはいけない」でしたが、最近「傷は消毒してはいけない、乾かしてはいけない」といわれています。

消毒薬は、ばい菌を攻撃するだけでなく人体の細胞も攻撃するため、傷の治療を阻害します。また、傷の治療には適度な湿潤環境が必要です。消毒薬やガーゼを直接傷につけると痛いだけでなく治療は遅れます。傷は水道水などきれいな水で洗浄し

て、傷にひつつかないラップなどのフィルム材で覆って乾燥を防ぐと、痛みが少なく治療も早いようです。シャワーなどで洗浄して周囲の皮膚を清潔に保つことも重要です。ただし、汚染された傷や深い傷、化膿した場合などは専門的な治療が必要です。早めに病院へ行く必要があります。「新しい創傷治療」というホームページや書籍でも、家庭でできる治療法が紹介されていますので参考にしてください。

医療費高騰が叫ばれる今日、まずは暴飲、暴食、危険運転を避けて、怪我をしない、生活習慣病にならないことが大切です。



脳神経外科部長 井田裕己

診療室からの

グアテマラだより

看護師 川口真理

現在、青年海外協力隊員として中米のグアテマラ共和国にてボランティア活動中

信州駒ヶ根での2カ月に及ぶ訓練を経て、昨年6月末に日本を立ちました。そして、スペイン語の実地研修を終え、8月にアルタベラス県コパン市にやってきました。現在はNGO(非政府組織)「CAREグアテマラ」に所属しています。こちらでは、スペイン語のほか、原住民の言葉であるマヤ語や、ケチチ語なども使用されるため、まだまだ耳が慣れず、何度も聞き返したり、書いてもらったり、まだまだコミュニケーション



残念ながら9月末、NGOのプロジェクト終了に伴い、わたしの活動場所もコパンの隣、

に苦労しています。

活動の要請は乳幼児の栄養改善に関して『村落を巡回し母子保健の啓発活動を行う』というものでした。コパンから車で

ガタガタと石の道を3時間走り、さらに山の上のコミュニティには徒歩で数十分かかります。地方都市であるコパンを離れるとまったく別の景色が広がっています。土でできた家に、裸足で駆け回る何人もの子どもたち。他の

NGOによって毎月実施されている子どもの体重測定の結果を見てもうと、ほぼ平均以下の数値でした。各家庭の訪問では、肺炎や下痢のサインについて教

えたり、体重表を見ながら成長具合について母親と話をしたりしました。小さな村の子どもたちは、わたしたちの訪問を大変喜んでくれ、小学校で折り紙を教えたり、日本の歌を歌ったり、日本語での挨拶を教えたりもしま

した。

カルチャ市の保健センターに移りました。現在は、診察前の血圧や体温測定、ワクチン接種・家族計画のための相談のお手伝いをしています。グアテマラの保健センターというのは、日本の診療所と保健所を兼ねた機能を備えています。わたしのいる施設は出産施設もあり、患者さんは80人近くと、かなり多いです。人でごった返した待合室で、大きな声で朝のあいさつをして、患者さんの名前を呼ぶ(間違えてよく笑われます)ことからわたしの1日の活動が始まります。

医療制度の違い、看護師の役割の違いなど戸惑うことも多いので、たくさんの方のアドバイスをもらって、お手伝いをしてもらっています。標高1500mのコパンは、きつと皆さんが想像している中米のイメージではなく、林は半そでまで過ぎますが、夜はフリースを着なくてはならないくらい寒いです!それでは「アディオス!(さようなら)」。



脂肪肝といわれたことはありませんか? 非アルコール性脂肪性肝炎(NASH)とメタボリックシンドローム

診療に関するお問い合わせは 名張市立病院医事相談室へ 61-1100(内線2158)

実況申継



内科医長 わがやま 秀孝

非アルコール性脂肪性肝炎とは、お酒などアルコールをあまり飲まない人で、肥満・糖尿病・過剰な栄養摂取などによって肝臓に脂肪が過剰に蓄積されておこる病気です。アメリカで行われた研究では10年間で20%が肝硬変へと進行し、そのうちの8%が肝臓死に至ったとされています。

これまで脂肪肝は、アルコールの過剰な摂取が原因のものは肝硬変などに進行するため注意が必要とされてきましたが、肥満が原因であるもの(いわゆるフォアグラのような肝臓と言われた人)は、あまり心配しなくてよいと考えられていました。しかし、最近の研究から、この非アルコール性脂肪性肝炎も肝硬変や肝臓癌になる危険性があるため注意深く経過観察

する必要があることがわかってきました。非アルコール性脂肪性肝炎は、脂肪肝に何らかの障害が加わって発症すると考えられており、近頃関心が集められているメタボリックシンドローム(肥満が原因で、高脂血症・糖尿病・高血圧などがあらわれること)とも関連があるといわれています。メタボリックシンドロームは主に血管系に症状が現れ、動脈硬化から心筋梗塞や脳梗塞がおこりやすくなりますが、非アルコール性脂肪性肝炎では、主に肝臓に症状

が現れ、肝硬変から肝臓癌になるとされ、どちらも生活習慣病であるといわれています。どちらも治療の基本は食事療法と運動療法であり、それぞれの病態に応じた薬物治療も行われます。

皆さんは今まで食べすぎによる脂肪肝と言われたことはありませんか? 今まで心配ないと言われてきた病気が、実は将来、肝硬変になったり心筋梗塞になったりすることもあります。日頃から生活習慣の改善を図り、将来健康で過ごせるよう心がけてください。



イズの発生が極力抑えられ、常に良質な画像を得ることができず。また、このような高い解像度を持った精細画像を解析することによって、心臓の動きや血流の流れなど、様々な心臓の機能を容易に評価することができるようになりました。さらに、心臓を立体的(3D)に描写できるようになったのも新しい装置の大きな特徴の一つです。従来の装置では心臓を平面的(断面図)でしか描写できず、立体的に描写し、観察することはできませんでした。新装置では心臓をリアルタイムに立体画像として観察することができるようになりました。そして、この画像情報を内蔵の記憶装置に保存することによって、検査終了後に必要に応じて、いつでも心臓をさまざまな角度から断面した構造や弁の運動を立体画像として再現することが可能になります。今回、このような高度な機能を備えた最新の心臓超音波検査装置を導入することによって、詳細で信頼性の高い診断情報を医師に提供できるようになりました。

コメディカル ほっとらいん

心臓超音波検査装置 が導入されました

臨床検査室長 高橋勝美

最新の心臓超音波検査装置(心エコー装置)が、昨年10月に臨床検査科に導入されました。常に動き続ける心臓の構造や心臓内の血流を観察する場合、従来の装置ではノイズの発生によって鮮明に見えない部分もありましたが、新装置では音響特性の向上した新開発の超音波発生器(プローブ)を用いることにより、ノ

外来診療担当表

平成19年1月1日現在

		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科 循環器科	第1診	●山門	山門	山門	山門	●泉	泉	山門	山門	泉	泉
	第2診	倉地	倉地	●倉地	倉地	●田中				黒田	黒田
	第3診	●山中猛成	山中猛成	●山中豊	山中豊	山中猛成	山中猛成	●黒田	黒田	伊藤(神経内科)	伊藤(神経内科)
	第4診	岡本	岡本			岡本		岡本	岡本	●岡本	岡本
	第5診			循環器科医師(*1)	循環器科医師(*1)	山中豊	山中豊	●我山	我山	●我山	我山
	第6診	黒田(*5)	黒田(*5)			堅村(*7)	堅村(*6)	山中(*4)			
泌尿器外来 神経内科外来		金井(泌尿器科)(*4)	金井(泌尿器科)(*4)			山田(泌尿器科)(*4)	山田(泌尿器科)(*4)	佐々木(神経内科)(*5)	佐々木(神経内科)(*5)		
外科	第1診	浦田	藤川	竹内	川本 又は 安田(*9)	坪内	藤川	竹内	坪内	浦田	藤川
	第2診	坪内		藤川	坪内	竹内		浦田		坪内	
	第3診	藤川									
脳神経外科	第1診	乾		井田		乾				井田	
整形外科	第1診	園田		西田		西田		長倉		長倉	
	第2診	西田		園田		長倉		園田		西田	
小児科	第1診	須藤博明	須藤博明(予約外来)	須藤京子	須藤博明(予約外来)	須藤博明	須藤博明(乳児検診)	須藤博明	須藤京子(14時~16時)	須藤京子	須藤京子(予約外来)
眼科	第1診	川野拓	(検査)(*3)	川野拓		川野拓	(検査)(*3)	川野拓(*2) 右京(*8)		川野拓	(検査)(*3)
	第2診	右京	(検査)(*3)	右京		右京	(検査)(*3)	川野美知子	川野美知子	右京	(検査)(*3)

●…初診外来 (*1)…ペースメーカー外来(1,4,7,10月の第3週のみ) (*2)…第1・3・5週のみ (*3)…外来特殊 (*4)…診察室は小児科3診 (*5)…診察室は小児科2診 (*6)…第1水曜以外 診察室は小児科2診 (*7)…第1水曜のみ。診察室は小児科2診 (*8)…第2・4週のみ (*9)…第1・3週のみ、女性外来

※外来診療担当表は、人事異動などにより変更になる場合があります。あらかじめ名張市立病院医事相談室 0595-61-1100(内線2158)までお問い合わせください。

■最近注目を浴びている「デトックス」と呼ばれる健康法にはまっています。知らぬうちに溜め込んだ毒素を排出し、体が本来持つ力を取り戻し、健康な体や美しい肌を取り戻すというものです。毎日2リットルを目安にお水を飲んだり、リンパマッサージやヨガをしたり、毒素排出効果のある食材を摂ったり。簡単にできるデトックスライフで健康な体と美しいお肌を取り戻しませんか。(A・Y)

■先日熊野古道を歩きました。とても険しい道でしたが、私の親世代の方々さすがに元気に、楽しそうに歩いておられました。年を重ねて、心身ともに健康でいられたのはとても素敵なことですね。将来、同じように趣味を楽しめるよう、日々の健康管理に気をつけたいと感じました。(T・N)

「きんご」の言葉

■世の中は景気拡大が戦後最長となり実質的が、実感は薄く、むしろ格差社会が現実のものになりつつある中で、医療を取り巻く環境も大変厳しくなっています。

当院スタッフは、年末年始も救急医療に明け暮れる毎日です。市民の皆さまも健康に留意されるようお願いいたします。同時に医師不足が深刻化している病院へのご理解もお願いいたします。(T・N)

受付時間

<予約のないかた>
午前8時30分～午前11時30分
※小児科のみ木曜日午後1時30分～午後4時も受付

<予約のあるかた>
午前8時～予約終了時刻まで

保険証などは

保険証・医療証などは、月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。