

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2023.1
No.350



JA山口厚生連
周東総合病院
☎0820(22)3456



新年のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。

新型コロナウイルスが猛威を振るって3回目の正月を迎えます。新型コロナウイルスはオミクロン株に変異し、多くの方は軽症化しましたが、高齢者施設に入所中の方や病院に入院中の方は罹患すると重症化することもあり、病院内での感染管理は手を緩めることはできません。今年の干支は癸卯年で「物事の始まりと終わり」を意味するそうです。この騒動が終息し、平穏な日常を取り戻せる日が1日も早く来ることを願っています。

当院は本年も柳井医療圏唯一の急性期病院として、地域に貢献したいと考えています。本年の皆様のご健康とご多幸を祈念するとともに、ご支援ご厚情を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

院長 馬場良和



病院理念

私たちは患者様ひとりひとりが満足できるよう質の高い医療の提供に努力し、心から親しまれ、信頼され、愛される病院を目指します。

癌の集学的治療

外科 井上 隆

癌の標準的治療には手術、化学療法、放射線治療があります。癌の種類や患者さんの状態に合わせてこれらの治療を組み合わせ、根治や普段の生活の延長を目指していくことが集学的治療です。また、広い意味では副作用や合併症を和らげる支持療法や、状態悪化時に心身の苦痛を和らげる緩和医療も含まれます。今回は手術や化学療法、放射線治療による集学的治療についてお話したいと思います。

同じ癌でもその進行度によって手術のみで取り切れる場合と、手術のみでは取り切れないところまで進行している場合があります。一般的には取り切れるものは手術を施行します。切除した標本をさらに調べることで進行度を診断し、その結果を踏まえて追加の治療なしでの経過観察とするか、追加の化学療法や放射線治療をお勧めするかを決定しています。現在はそれぞれの癌に治療ガイドラインが作成されており、当院を含めほとんどの施設においてガイドラインに沿った治療が施行されています。ただし、患者さんの年齢や既往症等に応じて、お勧めする治療が変わることはあり得ます。術前画像診断等で手術では取り切れないと診断された場合は、化学療法や放射線治療で癌を小さくして、普通の生活の延長を目指したり、根治的切除術を目指すこともあります。この際もガイドラインに沿って治療が施行されます。

また、癌の種類によって治療の有効性が異なりますので、どの治療を優先するかも変わってきます。臓器ごとに多くのガイドラインがあり、また、最近ではどんどん新しい薬が開発されてきており、それぞれの臓器の専門科での治療が必要です。(例えば前立腺癌であれば泌尿器科、子宮癌であれば婦人科、乳癌であれば乳腺外科、消化器癌であれば外科や消化器内科等)

さらに同じ癌でも組織型や遺伝子変異等で治療方針や有効な薬が異なることがあります。当院でも可能な限り詳細な検査を施行して、その患者さんに適した治療をお勧めしております。そのため、例えば同じ肺癌であっても、AさんとBさんでは施行される治療が異なるといったことがあるのです。

当院では、癌の治療に際して前述のようにガイドラインや患者さんの状態に応じて、治療方針を提示しております。しかし、どの治療を選択するかは最終決定はあくまでも患者さんの希望が優先されます。





今が旬のカリフラワーはビタミンCが100gあたり81mgと豊富です。食用の部分は花蕾といい、白の他にアントシアニンを含んだ紫やカロテンを含んだオレンジ色のものがあります。

選ぶ際には鮮度のよいものは花蕾が黒ずんでおらず、葉がピンとしています。持ってみて重量感があり、茎の切り口がみずみずしいものを選ぶとよいでしょう。

保存する場合はキッチンペーパーに包んでからポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ。小房に分けてゆでたものは、冷凍保存できます。

〈カリフラワーの甘酢漬け〉

【材料 (4人分)】

- カリフラワー…………… 200g
- A / 唐辛子…………… 1/2本
- 砂糖…………… 4g
- 淡口醤油…………… 12g
- 酢…………… 20g
- だし汁…………… 80cc



【作り方】

唐辛子は切れ目を入れて中の種は取っておきます。

Aの調味料を鍋に入れ沸騰寸前で火を止めて冷まします。

カリフラワーを食べやすいサイズに切つて茹で、Aの甘酢に漬け込み3時間冷蔵庫で冷やすと出来上がりです。

当院でも提供しているカリフラワーを使ったメニューです。シンプルですが、だしの旨みと唐辛子の辛みでカリフラワーの甘みがひきたつ美味しい1品です。

参考文献：「栄養と料理」(栄養科 阿部 摩耶)

医療費控除について

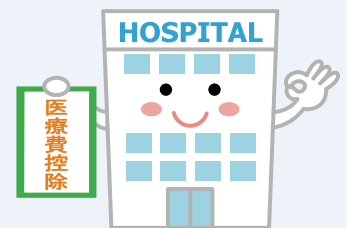
確定申告の期日が近づいてきました。ここでは医療費控除について説明します。

医療費控除は、毎年1月1日から12月31日の間に自分と生計が同じ親族が医療費を支払い、一定金額を超えた場合に所得控除を受けることができる制度です。

一定金額とは、1年間の医療費を合算して10万円を超えた場合が控除の対象となります。なお、年末調整では控除できませんので、確定申告が必要になります。

また、平成29年度から保険者から交付される医療費通知書がある場合は、それを添付すれば医療費控除の明細書を簡略化できます。

詳しくは、国税庁ホームページの閲覧や税務署にお問い合わせください。



外来診療担当医表

(令和5年1月)

診療科名	受付時間	月	火	水	木	金	
内科	8:30) 11:00 (循環器の 2次検診は 火・水・木曜日 10:00まで に受付)	消化器 1診	河郷 亮	小沢博和	清時 秀	小沢博和	清時 秀
		消化器 2診	松浦桂司	中島崇雄	松浦桂司	河郷 亮	中島崇雄
		循環器 3診	西村 傑	梶井俊郎	梶井俊郎	西村 傑	
		循環器 4診	松田昌文 (血液疾患)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良
		循環器 5診	石堂亜希	石堂亜希	濱田梨紗子	濱田梨紗子	石堂亜希
		循環器 6診	安永 満 (消化器)		弘本光幸 (循環器・再診のみ)	安永 満 (消化器)	
外科	8:30) 11:00	瀬山厚司	井上 隆	瀬山厚司	井上 隆	林 雅規	
		上田晃志郎	林 雅規	菅 淳	上田晃志郎	菅 淳	
乳腺外科	初診の方は 8:30~11:00	松並展輝 (午前・午後)	(手術日)	松並展輝 (午前・午後)	松並展輝 (午前・午後)	松並展輝 (午前)	
整形外科 (初診は紹介のみ)	8:30) 11:00	1診 木村光浩 (初診)	赤川 誠 (初診)	(手術日)	赤川 誠 (再診)	木村光浩 (再診)	
		2診 茶川一樹 (初診)	平田健司 (再診)		河野祥太郎 (初診)	茶川一樹 (再診)	
		3診 河野祥太郎 (再診)				平田健司 (初診)	
脳神経外科	8:30~11:00 (9:30より診療開始)	藤澤博亮 (手術日)	藤澤博亮 弘田祐己	藤澤博亮	藤澤博亮	弘田祐己 (手術日)	
産婦人科	8:30) 11:00	津山重夫		津山重夫	津山重夫	津山重夫	
		米田稔秀	米田稔秀	米田稔秀	米田稔秀	米田稔秀	
	午後	予約再診		予約再診	予約再診		
小児科	8:30~11:00	堀田紀子	山縣由希子	堀田紀子	堀田紀子	山縣由希子	
	予約制 (詳細は次ページにて)	健 診	健診・予防接種	慢性疾患外来	健診・神経外来 (石川第1・3週)	健診・予防接種	
泌尿器科	8:30) 11:00	馬場良和	森 純一	長尾一公	長尾一公	森 純一 (第1・3・5週は初診のみ)	
		長尾一公 (再診のみ)	馬場良和 (再診のみ)	森 純一 (再診のみ)	馬場良和 (再診のみ)	1-3 5週 長尾一公 (再診・2次検診)	
		長尾一公 (2次検診)	森 純一 (2次検診)	森 純一 (2次検診)	長尾一公 (2次検診)	2-4 週 松山豪泰 (初診・2次検診)	
皮膚科	9:00~11:00 (紹介予約制)	田中由華	田中由華		田中由華	田中由華	
	9:30~11:00 (紹介予約制)			1-2,3 5週 小畑文佳			
				4週 下村 裕			
耳鼻咽喉科	8:30~10:30 (10:30より診療開始)	藤井博則		村上 忠		堀 健志	
眼 科	8:30~11:00 (火曜日のみ 受付は10:00まで)	原口愛子	山本和隆 (再診)	山本和隆 (初診・再診)	(手術日)	山本和隆	
			原口愛子 (初診・再診)	原口愛子 (再診)			
脳神経内科	8:30~11:00 (初診は紹介のみ)					松尾欣哉 (紹介予約制)	
放射線科	8:30~11:00			河村武郎 (予約制)			
歯科口腔外科	予約制 (初診は紹介のみ)	(手術日)	宮本寿太郎	宮本寿太郎 内田堅一郎	宮本寿太郎	宮本寿太郎	

受診のときは、かならず保険証を持参して下さい。受診中の診療科以外を受診するときも保険証が必要です。

☆脳神経外科(月・金)は手術日のため、外来診療中止の場合があります。

専門外来 (予約制)

整形外科 ※紹介予約制

関節外科 (月)木村医師
(火)赤川医師
(金)平田医師

脊椎外科 (月)茶川医師

現在受診されている医療機関
の紹介状をお持ち下さい。

お問い合わせ

整形外科外来
0820(22)3456 内線1147

そけいヘルニア専門外来

(火) 受付13:30~15:30

(小児) 井上 隆 ※紹介予約制

(成人) 林 雅規

※予約外でも受診可能です

お問い合わせ

外科外来
0820(22)3456 内線1125
午後2時~4時までにお願ひします

放射線治療外来 ※紹介予約制

(月) 田口医師

(木) 高橋医師

助産師外来

妊婦保健指導 (月・水・木) 9:00~15:00

// (火・金) 9:00~11:00

費用：妊婦検診料に含まれます。

母乳外来 (月~金) 14:00~15:30

費用：当院でお産の方と当院

で妊婦健診をされて里

帰りでお産された方

初 回 2,000円

2回目以降 1,500円

他院でお産の方

(症状のある方のみ)

初回・2回目以降

3,000円

母性相談(月~金) 14:00~15:30

費用：1,000円

お問い合わせ

産婦人科外来
0820(22)3456 内線1501
午後2時~4時までにお願ひします。

小児科

乳幼児健診(月・火・木・金)

14:00~14:30

※月・木は1ヶ月健診のみ

火・金は1ヶ月健診以外

予防接種 (火・金)

14:00~14:30

15:00~15:30

(中学生まで)

慢性疾患外来(水)

14:00~16:00

神経外来 第1・3(木)

14:00~16:00

お問い合わせ

小児科外来
0820(22)3456 内線1511

禁煙応援外来

(月・火・水) 14:00~16:00

一定の条件を満たせば保険適用
となります。まずはお気軽にご相談下さい。

お問い合わせ

健康管理センター
0820(22)3456 内線1251

1月の全科休診日

1日(日) 元旦	14日(土)
2日(月) 振替休日	15日(日)
3日(火)	21日(土)
7日(土)	22日(日)
8日(日)	28日(土)
9日(月) 成人の日	29日(日)



コロナとインフルエンザの同時流行に備える

今年の冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行が危惧されており、山口県ではピーク時の発熱による外来患者が1日8,043人になると想定されています。発熱外来に患者が殺到することで高齢者や重症化リスクのある患者へ医療が提供できなくなる事態を避けるため国は以下のことをお願いしています。年末年始に困らないために早めの備えを始めましょう。

▶重症化リスクなし

●流行前の備え

- ✓検査キットを準備
- ✓解熱鎮痛剤を常備



●発熱したら

- ✓検査キットで自己検査
- ✓陽性であれば自宅療養
- ✓症状がきつくなったら受診

▶重症化リスクあり(高齢者/基礎疾患/小児)

●流行前の備え

- ✓ワクチン接種(コロナ/インフルエンザ)
- ✓検査キットを準備
- ✓解熱鎮痛剤を常備



●発熱したら

- ✓検査キットで自己検査
- ✓陽性であればかかりつけ医を受診

看護通信

「山に魅せられて」



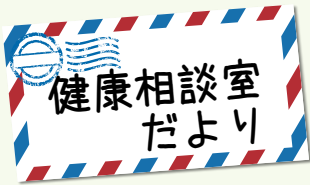
皆さんは余暇をどのように過ごされていますか?この度病棟が2交代制を取り入れ、夜勤の拘束時間は長くなったものの休日は完全にフリー。以前は暇を見つけては登山をしていましたが、今は毎週のように山に向かっています。

という訳で今年のリフレッシュ休暇は8日間かけて四国の山々を巡りました。10月だというのに日中30℃を超える記録的な暑さの中、剣山系の縦走に始まって締めは石鎚山の成就社コースと、独り頑張って歩いてきました。四国の山々は山口で目にする山と比べてとても山体が大きく高い!麓から見上げると圧倒されるほどで、さらに噂に聞いていた縦走路はお天気も味方して感動する美しさで気持ち良く、避難小屋をお借り

しながら満喫することが出来ました。石鎚山は残念ながら登山開始から雨が降っていて、鎖場は危険であるとガイドさんに固く止められて写真撮影のみ。でも山頂で一瞬の晴れ間から、ご褒美の様に紅葉の始まった険しい岩峰の天狗岳を目にすることが出来、それはそれで違った感動を味わうことが出来ました。鎖場は次回の宿題になりました。

中高年の登山と遭難が取りざたされる事が多いご時世、「山ガール」どころか「山んば」と陰口をたたかれつつも、こうやって感動とちょっぴりの悔しさを味わう事で人はどんどん山にはまって行くのだろうなと思う今日この頃です。

(東3階病棟 堀田 くに子)



心をつなぐタオル帽子の紹介

～1枚のタオルが患者さんの心を癒す～

新年あけましておめでとうございます。新しい年を迎え今年もがん相談支援センターでは患者さんやご家族に少しでもお役に立てるようサポートしていきたくと思います。本年もよろしくお願いたします。

今月は、岩手県にある「岩手ホスピスの会」からクリスマスプレゼントとして頂いたタオル帽子の紹介です。

「岩手ホスピスの会」から頂いたタオル帽子は、岩手のボランティアの方々が心を込めて作ってくださったものです。このタオル帽子は、抗がん剤治療をおこなう母の姿に心痛める1人の女性をつぶやきから、タオル帽子活動は始まったそうです。そのため、当院ではそのタオル帽子を1人1枚ではありますが、抗がん剤治療で脱毛した方へ無料で配布しております。



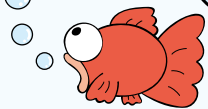
抗がん剤治療でタオル帽子を希望される方は、外来又は病棟の看護師へお声かけください。

治療で髪が抜ける事は、病気や治療の不安と同じくらいストレスに感じる事と思います。

そのストレスを少しでも軽減するためにタオル帽子をご活用ください。また、当センターは医療用ウィッグについての相談や助成金の相談なども行っています。何かありましたらご相談ください。

(がん相談支援センター)

みなさまの声に対する回答



「ご意見箱」に皆様からたくさんのご意見を頂戴し、ありがとうございます。このコーナーでは紙面の都合上、抜粋した一部の回答を掲載させていただきます。

Q

食事に関して、主治医からは売店で買って食べても良いと言う事なのに、デイルームに電子レンジもなく、土曜、日曜の夜は売店も閉まっており、冷たい物しか食べられません。前はあった様に思うのですが、なぜ、なくしたのか。今、コロナで面会も出来ず、今時期に電子レンジは必要なのではないのでしょうか？

A

ご不便をお掛けし申し訳ございません。各階のデイルームを調査したところ、3階デイルームのみ電子レンジが設置されておりました。現在は電子レンジを購入し設置しております。

貴重なご意見をありがとうございました。

MRI装置更新のお知らせ



当院では本年1月末から3月末の約2ヶ月間でMRI装置更新を予定しています。

更新工事中は病院内のMRI室が使用できないため、病院前駐車場にMRI装置が搭載されたトレーラーを設置して対応します。MRI検査は屋外となり、また、玄関前の駐車スペースも減ってしまい、ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

なお、バスの運行に影響はありません。



正面玄関横にMRI搭載トレーラーを設置します。



MRI装置が搭載されたトレーラー

【休日昼間や平日夜間の場合、軽症の方は休日夜間応急診療所などをご利用下さい。】

● 休日夜間応急診療所 Tel.0820-22-9001

(受付: 平日19時~21時30分、休日9時~11時30分、13時~16時30分)

● 山口県小児救急医療電話相談 Tel.#8000、083-921-2755 (受付: 19時~翌8時)