

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2023.6
No.355



JA山口厚生連
周東総合病院
☎0820(22)3456

看護補助者に特定技能実習生を迎えました。

5月8日より、フィリピンから4名の看護補助者を迎えました。日本語の学習をして来日し院内の研修を終えたのち、5月17日から看護の現場に配属となりました。働きながら勉強に励み、日本の介護福祉士試験の合格を目指します。看護補助者の仕事は看護師の指示のもとで行います。とても真面目で優しい彼女たちです。どうぞ、よろしくお願いいたします。



サニ

レンゼイ

ティン

ダヤーン

高校生を
対象とした

1日ナース体験のご案内

看護の仕事を知ってもらい、将来の職業選択のひとつとして心に残る体験ができるように企画運営をしていきたいと思っています。

「1日ナース体験」を希望される方は在学中の学校でご相談いただくか、当院の看護部にお問い合わせください。

魅力を感じて
もらえるといいな～

日時 令和5年8月2日(水) 9:30～15:30

場所 周東総合病院 東館7階 講堂

お問い合わせ:0820-22-3456

看護部 (看護部長 福字・教育担当 桑江)



ホームページでもご覧になれます。 <https://shuto-hp.jp/>

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。

食道がんとアルコールの関係

消化器内科 清時 秀

食道がんは、胃がんや大腸がんと比べれば、発症の頻度は比較的少ないがんですが、進行してしまうと非常にやっかいな病気です。早期のがんでは症状はほぼなく、食べ物のつかえ感などの症状が出てくるころには、すでに進行していることが多いです。食道は、肺や心臓に取り囲まれた位置にあるため、手術をするにしても大変です。何よりも、食道がんにならないようにすることが一番です。

日本人に多いタイプの食道がん（扁平上皮癌）のリスクとして、はっきりわかっているものは喫煙と飲酒です。また、その量が多ければ多いほど、リスクは高くなります。どちらもやめるに越したことはありませんが、飲酒については体質によってかなり発がんリスクが異なります。

摂取されたアルコールは、胃や小腸で吸収され、肝臓で代謝されます。アルコールは、まずアルコール脱水素酵素（ADH）により、アセトアルデヒドという物質に分解されます（図1）。アセトアルデヒドは、アルデヒド脱水素酵素2型（ALDH2）により、酢酸に分解され、最終的には水と二酸化炭素まで分解されます。アセトアルデヒドが体に蓄積すると、顔が赤くなったり、動悸や悪酔い、頭痛が起こったりします。そしてこのアセトアルデヒドは、人の細胞の遺伝子（DNA）にダメージを与え、食道がんのリスクになると考えられています。

図1 アルコールの分解過程



アセトアルデヒドを分解する酵素であるALDH2は、遺伝子の型によって正常型、完全（ホモ）欠損型、部分（ヘテロ）欠損型の3つのタイプに分けられます。日本人では、正常型が50%、ヘテロ欠損型が40%、ホモ欠損型が10%の割合で存在しています。ALDH2が正常型の人は、アセトアルデヒドがすぐに分解されるため、体に蓄積せず、食道がんになりにくいといわ

れています。ALDH2の機能がほとんどないホモ欠損型の方は、いわゆる「下戸」であり、お酒が全く飲めない人たちに該当します。お酒が飲めないため、この人たちも食道がんのリスクは低いとされます。問題なのは、お酒は飲めるけどすぐ酔ってしまうヘテロ欠損型の人たちです。この人たちはアセトアルデヒドを分解する能力が低いため、少量の飲酒でも血液中のアセトアルデヒド濃度が高くなります。アセトアルデヒドは発がん物質であるため、食道がんができやすくなるというわけです。

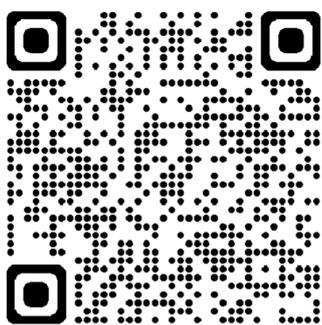
以下の二つの質問に答えてみてください。

A) 現在、ビールコップ1杯程度の少量の飲酒で、すぐ顔が赤くなる体質がありますか？

B) 飲酒を始めたころの1-2年間は、ビールコップ1杯程度の少量の飲酒で、すぐ顔が赤くなる体質がありましたか？



ABのうち、一つでも「はい」がつけば、あなたのALDH2の働きは弱い（ヘテロ欠損型の可能性あり）と考えられ、お酒を飲むことで食道がんのリスクが上がる可能性があります。このような質問を利用して食道がんのリスクを調べる問診票も存在しています（図2のQRコード参照）。この点数がもし高ければ、食道がんや咽頭がんになる可能性が非常に高いと考えられます。



アルコールは自分の体質に合わせて摂取しましょう。もちろんお酒に強くても、過剰な飲酒はさまざまな疾患のリスクを増やしますから、適量にしましょう。もし自分が食道がんのリスクが高いと判断されれば、生活習慣の改善を行うとともに内視鏡検査を必ず受けましょう。

図2

QRコードで食道がんリスク検診問診票にアクセスできます。（正確には40歳以上の男性が対象）

引用：独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターホームページ
「お酒で赤くなる体質を用いた食道がん高危険群のスクリーニングテスト」
<https://kurihama.hosp.go.jp/hospital/screening/alcheck.html>
(参照 2023-05-16)

外来診療担当医表

(令和5年6月)

| 診療科名 | 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | |
|---|--|-----------------|-----------------|----------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------|
| 内科 (●消化器 ●血液疾患 初診:紹介予約制 2次検診:予約制) | 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 | 小沢博和 | | 清時 秀 | 小沢博和 | 清時 秀 |
| | | 消化器 2診 | 松浦桂司 | | 松浦桂司 | 中島崇雄 | 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 |
| | | 血液系 5診 | 石堂亜希 | 石堂亜希 | 濱田梨紗子 | 濱田梨紗子 | 石堂亜希 |
| | | 血液系 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) | 瀬山厚司 | 井上 隆 | 瀬山厚司 | 井上 隆 | 林 雅規 | |
| | 11:00 | 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) | 茶川一樹 (初診) | (手術日) | 茶川一樹 (再診) | 木村光浩 (再診) |
| | | 2診 | 河野祥太郎 (再診) | 平田健司 (再診) | | 河野祥太郎 (初診) | 平田健司 (初診) |
| | | 3診 | 三宅達也 (初診) | | | | 三宅達也 (再診) |
| 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) | 平田博子 | 津山重夫 | 平田博子 | 津山重夫 | 平田博子 | |
| | 11:00 | 中野仁美 | 平田博子 | 中野仁美 | 中野仁美 | 中野仁美 | |
| | 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 (松藤博紀 第1・3・5週) | 健診・予防接種 | |
| 泌尿器科 | 8:30) 11:00 | 岡真太郎 | 福田昌史 | 長尾一公 | 長尾一公 | 福田昌史 (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) | 福田昌史 (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) | 福田昌史 (2次検診) | 福田昌史 (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 青木裕宇希 | | | |
| | | | | 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 | | 野村一智 | | 堀 健志 | |
| 眼 科 | 8:30~11:00 (火曜日のみ 受付は10:00まで) | 山本和隆 | 山本和隆 (再診) | 山本和隆 (初診・再診) | (手術日) | 原口愛子 | |
| | | | 原口愛子 (初診・再診) | 原口愛子 (再診) | | | |
| 脳神経内科 | 8:30~11:00 紹介予約制 | | | | | 根本 壊 | |
| 放射線科 | 8:30~11:00 紹介予約制 | | | 河村武郎 | | | |
| 歯科口腔外科 | 紹介予約制 | (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
(金) 平田医師

脊椎外科 (火) 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

6月の全科休診日



3日 (土)

4日 (日)

10日 (土)

11日 (日)

17日 (土)

18日 (日)

24日 (土)

25日 (日)





最近のサウナブームもあり、温泉施設に関するニュースなどで「レジオネラ」という言葉を聞いたことがあるのではないのでしょうか。

「レジオネラ」は細菌で、河川や地下水(温泉・井戸水)、土の中にも生息しています。レジオネラ菌に汚染されたエアロゾル(細かい霧やしぶき)や土埃を吸い込むと感染しますが、ヒトからヒトへ感染することはありません。感染症法では4類に分類されています。感染してから症状が出るまでの期間は2～10日、全身倦怠感、頭痛、食欲不振、筋肉痛などの症状に始まり、咳や38℃以上の発熱、胸痛、呼吸困難が見られるようになります。軽症例もありますが、適切な治療を行わなかった場合には急速に症状が進み、命に関わることもあります。温泉施設などを利用した後に症状が現れたら、病院・医院に受診しましょう。抗菌薬の投与で治療ができます。国内の感染例は1年中見られますが、特に7～9月に多い傾向があります。

レジオネラ感染を防ぐために日常生活で気をつけたいことは、生活用水に井戸水を使用している場合には、循環式浴槽(追い炊き機能付風呂など)の浴槽内の汚れやぬめり(細菌の塊)が生じないように毎日洗浄し、取扱説明書に従って維持管理をしましょう。加湿器を使用されるときは、タンクを毎日洗浄し、水を入れ替えましょう。レジオネラ菌は60℃5分間で殺菌されます。一度沸騰した水を使用するのもよいでしょう。

厚生労働省HP参照
(感染管理認定看護師 山本 三智子)



処方箋の使用期間にお気をつけください

処方箋の使用期間は何日以内かご存知でしょうか。保険医療機関(病院や診療所)で交付される処方箋の使用期間は、交付の日を含めて4日以内です。これには休日や祝日が含まれます。月曜日が祝日の場合、金曜日に処方箋をもらって翌週の火曜日となると5日になってしまうため受付できません。

当院発行の院外処方箋にも「処方箋の使用期限」を記載する欄の横に「特に記載のある場合を除き、交付の日を含めて4日以内に保険薬局に提出すること。」と書かれています。

処方箋の使用期限を記載する部分が空欄の場合は、「交付の日を含めて4日以内に保険薬局へ提出」してください。

使用期間を過ぎてしまった処方箋はどうなるのでしょうか。使用期間を過ぎた処方箋は無効となり、期限切れの処方箋をもとに調剤することはできません。

処方箋を再発行してもらおう場合、原則として再び医療機関を受診する必要があります。なお、その際の診察料や処方箋料等は全額自己負担となりますのでご注意ください。

処方箋をもらわれたら、期日内に保険薬局にご提出ください。

参考資料:厚生労働省ホームページ https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_32041.html

(薬剤科 中村 知子)



がん相談支援センターより ～がん啓発イベント報告と案内～



5月12日に病院玄関ホールで看護の日のイベントと母の日に合わせたがん啓発イベントを開催しました。イベントでは、母の日の定番の花である赤いカーネーションと共に乳がんのパンフレット・乳がんの自己触診の仕方が分かるパンフレット・がん予防のパンフレットを配布しました。



あわせて守田知明名誉院長による乳がん触診モデルを用いた自己触診の講習を実施し、自己触診による早期発見・早期治療を目指すことができることの大切さも啓発しました。

がん検診の目的は、がんを早期発見し適切な治療を行うことで、がんによる死亡を減少させることです。当院では6月には父の日イベントとして肺がんの啓発活動を行います。40歳以上の人は1年に1回、肺がん検診を受けましょう。ほとんどの市区町村では、がん検診の費用の多くを公費で負担しており、一部の自己負担で検診を受けることができます。がん検診の内容は、問診、胸部X検査と喀痰細胞診〈50歳以上で、喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の人が対象〉です。検査の結果が「要精密検査」となった場合は、必ず精密検査を受けましょう。

引用：国立がん研究センターがん情報サービス

●父の日キャンペーン 2023年6月1日(木)～6月19日(月)

期間中、正面玄関ホールにがんについての冊子を用意しておりますのでご自由にお取りください。

●父の日イベント 2023年6月15日(木) 10時30分～

先着50名様に肺がん冊子とBOXティッシュ1箱を配布いたします。このイベントが、皆様の健康を考える良い機会になれば嬉しいです。



お問い合わせ先：周東総合病院 がん相談支援センター

看護部より お知らせ

看護職のユニフォーム紹介



このたび、認定看護師のユニフォームを変更しました。

一目で認定看護師であることがわかり、皆様がお声をかけやすくなれば、と思っています。

専門的知識を看護・医療に活かせるよう活動しています。

感染管理認定看護師・がん化学療法看護認定看護師
糖尿病看護認定看護師
緩和ケア看護認定看護師・皮膚排泄認定看護師



当院の認定看護師です

最近では、
珍しくなった白衣
になりました。



病棟で勤務する看護職のユニフォームの色を変更しました。

日勤と夜勤の看護師が一目で分かるように日勤帯は紺色、夜勤帯はピンク色に統一し、業務改善に取り組んでいます。

今月のクロスワードパズルはお休みです

検査科だより

今年の4月に研究検査科へ加わったスタッフをご紹介します。

研究検査科一同、よろしくお願いいたします。

しぎょう さおり
執行 沙織

かなざき さおり
金崎 沙緒里

この4月に入職いたしました臨床検査技師の執行沙織と申します。

福岡県出身で岡山大学卒業です。日々の業務は、毎日学ぶことばかりで、覚えることも多く、大変だなと感じることもありますが目標であった臨床検査技師として働くことができ、嬉しく思っています。まだまだ未熟で、ご迷惑をお掛けすることも多いと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

趣味、特技：旅行に行くこと、運動することです。まだ毎日の生活に精一杯で、休日なども出かけることは少ないのですが、慣れてきたらいろいろなところに出かけたり、運動してリフレッシュできたらいいなと思っています。また山口県に住むのは初めてなので、ドライブなどして柳井についてももっと知りたいなと思っています。

この4月に入職いたしました臨床検査技師の金崎沙緒里と申します。

岩国市出身で山口大学卒業と、山口県で生まれ育ちました。この度は地元に近いこの周東総合病院で働けることを大変嬉しく思います。

早く一人前の検査技師となり地域の医療に貢献できるよう精一杯精進して参りますので、よろしくお願いいたします。

趣味、特技：趣味は、好きなアイドルの動画を見たり音楽を聴いたりすることです。また、学生時代は喫茶店でアルバイトをしていたこともあり、美味しいものを食べることも好きです。特技は、小さいころに約8年間習っていた書道です。



【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 TEL0820-22-9001

(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)