

# 深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2023.12  
No.361

JA山口厚生連

周東総合病院  
☎0820(22)3456

「**当院では看護師による特定行為**を実施しています。」

## 特定行為とは？

高度で専門的な知識・技能を身につけた看護師が、医師による手順書をもとに行う診療の補助のことを言います。38の特定行為があり、どの特定行為研修を修了したかで実施できる特定行為が決まります。

\* 特定行為の詳細は、厚生労働省のホームページをご確認ください

## 当院で実施している特定行為区分

- 呼吸器（長期呼吸療法に係るもの）関連：気管カニューレの交換
- 創傷管理関連：褥瘡又は慢性創傷の治療における血流のない壊死組織の除去
- 瘻孔管理関連：胃瘻カテーテルもしくは腸瘻カテーテル又は胃瘻ボタンの交換
- 栄養及び水分管理に係る薬剤投与関連：持続点滴中の高カロリー輸液の投与量の調整
- 感染に係る薬剤投与関連：感染徴候がある者に対する薬剤の臨時的投与  
今後、特定行為看護師を増員して実施できる項目を拡大する予定です。



## なぜ特定行為が必要なのか？

特定行為を実施できる看護師が増えることで医師がすぐに対応できない場合でも、患者さんの状態を見極め、必要な医療を適切なタイミングで実施することが出来ます。これは患者さんにとっても大きなメリットとなります。

## 看護師特定行為の実施について

特定行為の実施にあたっては安全に十分配慮して行います。ご理解とご協力をお願いいたします。

## 特定行為に係る相談窓口

特定行為に関するご意見やご相談、特定行為に同意がいただけない場合は、各病棟の看護師長または、「入院支援・患者相談窓口」にお申し出ください。

### 「入院支援・患者相談窓口」

【受付時間】月曜日～金曜日(休日を除く)午前8:30～午後5:00

【場所】玄関棟1階



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。

## 「大腸のくぼみ—大腸憩室について」

消化器内科 小沢 博和

大腸憩室とは大腸の壁の弱い部分が腸の内側からの圧力によって腸の外側に押し出され、大腸の壁に袋状のくぼみが生じる状態です。近年、食生活や生活様式の変化により大腸憩室を持つ方が増えています。日本人の約4人に1人程度にみられ、年齢とともにその頻度も増えるとされています(50歳代で30%、70歳代以上では50%以上)。

多くの方が大腸憩室を持っていますが、ほとんどの方は何の症状もありません。しかし、一部の方では血便(大腸憩室出血)や腹痛(大腸憩室炎)を来すことがあり、これらの症状も年数が経過するほど発症しやすくなるようです(憩室出血は1年で0.2%、5年で2%、10年で10%程度の発症率、憩室炎はその3倍程度の発症率とされています)。

大腸憩室出血は痛みもなく大量の血便を来すことが特徴で、高齢の方や血液をサラサラにする薬(アスピリンやバファリン)や痛み止めを使用中の方に多く見られます。自然に出血が止まることが多い(約70~90%が自然止血)のですが、再出血しやすいのが特徴で、一度大腸憩室出血を起こした方は1年以内に30%程度の頻度で再出血し、2年間では40%程度にもなるとされています。出血した際には大腸カメラで出血の原因となった憩室を見つけ止血処置をすることもありますが(出血部位の同定が困難なことが多いのが現状です)。大量出血を来すこともあり、出血した憩室を含む部分の大腸を切除する手術が必要となることもあります。

大腸憩室炎は腹痛が主な症状であり、憩室炎の部位によっては急性虫垂炎(盲腸炎)と同じような症状を来します(当院ではCT検査で虫垂炎との鑑別を行ないます)。虫垂炎は外科的な手術(虫垂切除術)の適応となりますが、大腸憩室炎は絶食などによる腸の安静と抗生剤(菌を退治する薬)の投与など内科的な治療が基本となります(腸に孔が空いた場合や大きな膿を作ったときには手術が必要になることもあります)。大腸憩室炎も繰り返すことが多く(1年以内の再発率は8%、10年以内に22%の方が再発)、何度も繰り返す場合や、度重なる炎症で腸が硬くなり排便に支障を来す場合にも手術が必要になることがあります。

大腸憩室を持っている方が増えています。お腹のCTを撮影した際や検診の大腸カメラを受けたときに「大腸憩室がある」と言われた方は、自分が大腸憩室を持っていることを覚えておくと、血便や腹痛のときの診断の際にとっても参考になります。

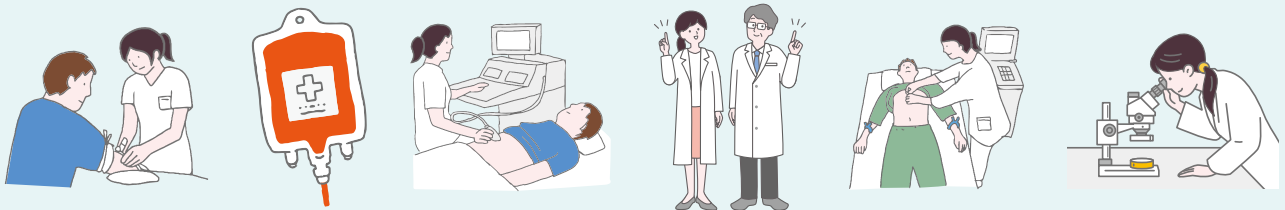


研究検査科では、臨床検査業務に対する第三者評価となる日本臨床衛生検査技師会（以下、日臨技）の「品質保証施設認証」を取得しています。

品質保証施設認証制度とは、日本臨床検査標準化協議会（JCCLS）および日臨技が認定する制度で、検査の精度管理、適切な人材育成など検査における品質保証体制の総合的な認証となります。当院は、血液検査（臨床化学、免疫血清、血液、輸血）や一般検査（尿、便）、細菌検査、病理検査（病理組織、細胞診）、生理検査（心電図、エコー検査など）、すべてにおいて検査精度が十分に保証された施設として認証されています。

研究検査科は、これからも質の高い臨床検査を提供できるようスタッフ一同日々の業務や自己研鑽に励んで参ります。検査に関する事で何か気になることがありましたら、臨床検査技師にお声かけ頂けたらと思います。今後とも宜しくお願いいたします。

（研究検査科 岡田 宏之）



## 糖尿病啓発活動報告

11月14日  
撮影



ウエルネスクリニックにて



周東総合病院にて



松田医院にて

今年の世界糖尿病デーの啓発活動は、例年の青い金魚ちょうちんの飾りつけとは別に、ウエルネスクリニックのスタッフの方々がお花の絵柄のペイントから手作りされた3つのモニュメントを3医療機関でそれぞれに飾らせて頂きました。



# 外来診療担当医表

(令和5年12月)

診療科名	受付時間		月	火	水	木	金	
<b>内科</b> (●消化器 ●血液疾患 初診:紹介予約制 2次検診:予約制)	8:30 )	消化器	1診	小沢博和		清時 秀	小沢博和	清時 秀
		2診	松浦桂司		松浦桂司	中島崇雄	中島崇雄	
	11:00 (循環器の 2次検診は 火・水・木曜日 10:00まで に受付)	循環器	3診	西村 傑	梶井俊郎	梶井俊郎	西村 傑	
		4診	松田昌文 (第2・4週)	弘本光幸	沢 映良	弘本光幸	沢 映良	
		血液	5診	石堂亜希	石堂亜希	濱田梨紗子	濱田梨紗子	石堂亜希
		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)		
<b>外科</b>	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	
<b>乳腺外科</b>	8:30~11:00		松並展輝	(手術日)	松並展輝	松並展輝	松並展輝	
<b>整形外科</b> (初診は紹介のみ)	8:30 )	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)	
	11:00	3診	三宅達也 (初診)				三宅達也 (再診)	
<b>脳神経外科</b>	8:30~11:00 (9:30より診療開始)		藤澤博亮 (手術日)	藤澤博亮	藤澤博亮	藤澤博亮	弘田祐己 (手術日)	
				弘田祐己				
<b>産婦人科</b>	8:30 )		平田博子	津山重夫	平田博子	津山重夫	平田博子	
			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		
<b>小児科</b>	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・神経外来 (松藤博紀 第1・3週)		
<b>泌尿器科</b>	8:30 )		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)	
	11:00		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)	
<b>皮膚科</b>	9:00~11:00 紹介予約制		田中由華	田中由華	4週 下村 裕	田中由華	田中由華	
<b>耳鼻咽喉科</b>	8:30~10:30 (10:30より診療開始)		藤井博則		増満俊喜		堀 健志	
<b>眼科</b> (初診は紹介のみ)	8:30~11:00 (火曜日のみ受付は10:00まで)		山本和隆	山本和隆	山本和隆	(手術日)	山本和隆	
<b>脳神経内科</b>	8:30~11:00 紹介予約制						根本 壊	
<b>放射線科</b>	8:30~11:00 紹介予約制				河村武郎			
<b>歯科口腔外科</b>	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	

☆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  
14:00~16:00

### 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：妊婦健診料に含まれます。

母乳外来 (月~金)

費用

①発熱・痛みなど症状のある方：

保険適応(医師の診察)

②助産師のケア・相談のみの方：

自費2,000円/回

ご相談をお受けします。

まずはお電話ください。

#### お問い合わせ

産婦人科外来  
0820(22)3456 内線1501

### 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)

14:30~16:00

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  
11:00~12:30(月~金)  
14:00~16:00(月・木)

### 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

## 糖尿病教室 12月予定

7日(木) 糖尿病ってどんな病気

石堂医師

8日(金) 14時~  
糖尿病合併症のお話

濱田医師

15時~  
糖尿病の運動療法

理学療法士

13日(水) 糖尿病のお薬の話

薬剤師

14日(木) 糖尿病の食事療法

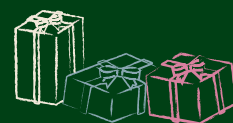
管理栄養士

15日(金) 糖尿病と足の関係・体調が悪いときの対応

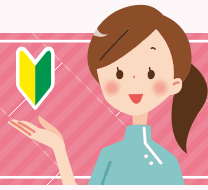
病棟看護師

場所：玄関棟2階 多目的室 時間：14:00~15:00

※予定は変更される場合があります。ご了承ください。



お問い合わせ：周東総合病院 内科外来 0820(22)3456 内線1139



病院内を歩いていると、初々しい姿の看護学生を目にすることはありませんか?当院は看護師を目指す看護学生が、知識や看護技術を習得できるよう臨床実習施設として受入れを行っています。看護学校では様々な知識や理論を学び、看護に必要な技術や能力を習得します。しかし、学内での講義や演習ではイメージのみとなるため、臨床実習を通して現場で働く看護師の姿や患者さんのリアルな姿を知り、学んだ看護を実践・経験することで、学生は大きく成長します。そして、安全に実習ができるよう専門職としての知識や技術を習得できるようにサポートするのは私たち看護師の役割となります。

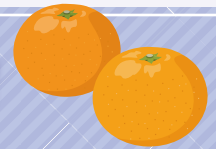
今回、私は実習の意義や指導者の役割など学ぶ機会をいただきました。実習指導に必要な知識や技術を学び、自分自身の看護観を振り返る機会にもなりました。学生の思いや成長について知り、実習指導者の役割はとても重要だと感じました。私自身、まだまだ指導者として未熟ですが、学生たちと一緒に患者さんの思いに寄り添い、安全に看護を提供できるようにしていきたいと思います。

私たちは入院患者さんに実習のご協力をお願いすることがあります。その際は、未来の看護師を育てるために、ぜひご協力をお願いします。

(東館6階看護師 林 美希)



## 意外と身近な漢方薬 その3



漢方薬は、自然界にある植物や鉱物などの生薬を、複数組み合わせで作られた薬です。生薬は、実は身近な食材が使われていることもあるというお話の第3回です。第1回はカンキョウ(乾姜)やサンショウ(山椒)など、第2回はゴマアブラ(ゴマ油)とトンシ(豚脂)を紹介しました。

今回は、チンピという生薬を紹介します。チンピは漢字で「陳皮」と書きます。これからの季節、美味しくなってくるあの果物の皮が原料なのですが、皆さんお分かりですか。

そうです。みかんです。みかんの皮を乾燥させたものがチンピ(陳皮)です。

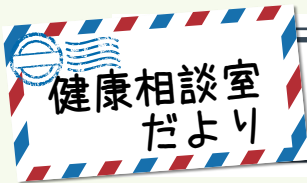
チンピ(陳皮)は咳や痰を鎮める働きがあるため、風邪薬に用いられます。「香蘇散」や「竹じよ温胆湯」が代表的です。

また、胃腸の働きもよくするので「補中益気湯」や「六君子湯」といった胃薬にも配合されています。

実は、チンピ(陳皮)は日本の食文化には欠かせない「七味唐辛子」にも香辛料の一つとして配合されています。また、大手メーカーのカレー粉にも使用されており、実は知らず知らずのうちに口にしていることの多い生薬なのです。

チンピ(陳皮)はみかんの皮を1週間ほど天日に干すだけで、家庭でも簡単に作れます。血行を良くして冷えを改善する効果や、気分をリラックスさせる効果もあるので、入浴剤として使うのがおすすめです。興味のある方は、作り方を調べてみてください。

(薬剤科 岡林 倫子)



## 第12回市民がん講演会報告

11月18日(土)に第12回市民がん講演会が開催されました。

1つ目の講演は、当院副院長の瀬山厚司医師による肺がんに関する講演でした。肺がんは日本人の死因第1位であり、がん発生のメカニズム、喫煙との関連性、治療方法、治療薬などの話を皆さん大変興味深く聞かれていました。

2つ目の講演は、國政麻希管理栄養士による食生活からみるがん予防の講演でした。ここでは生活習慣と減塩にふれて話され、山口県は1日の塩分摂取量が全国平均よりも多いということを知りました。

どんな病気も気をつけてさえいれば絶対にならないというものではなく、生活習慣を整えて病気を遠ざけること、定期的に検診を受けることの大切さを伝えることができました。

参加いただいた方のアンケートでは「分かりやすい講演でした」「また参加したいです」とのお言葉をいただきました。

講演以外にも血圧測定、血糖検査、筋肉量測定、乳がん触診モデルのコーナーを設け多くの方々に体験していただくことができました。乳がん触診モデルでは当院乳腺外科部長 松並展輝医師から触診方法の説明やがん検診の必要性についての説明がありました。

ご参加いただいた方々、ありがとうございました。

(周東総合病院 がん相談支援センター 森藤 知美)



## 『第36回たんぽぽの会』開催のお知らせ

新型コロナウイルス感染症のため中止となっておりました『たんぽぽの会』を再開いたします。

**日時** 2023年12月19日(火) 13時30分～14時30分 受付時間:13時15分～

**場所** 周東総合病院 東館7階 会議室 **対象者** がん患者及びご家族の方

**参加費** 無料 ※感染対策を行って開催いたします。当日はマスク着用でのご参加をお願いいたします。

### 内容

◆ 周東総合病院 理学療法士・作業療法士によるストレッチ講座

『座って出来る簡単ストレッチ  
～寒い時だからこそ体を一緒に動かしましょう～』

◆ 情報交換

ご参加いただいた皆様と職員を交えて日頃のお悩みなどを一緒に語り合いたと思います。お仲間に聞いてみたいことなどございましたら、是非この機会にご参加ください。



問い合わせ窓口: 周東総合病院連携室内がん相談支援センター ☎0820-22-3456 (代表)



## 外来休診日のお知らせ



12月2日(土)、3日(日)、9日(土)、10日(日)、  
16日(土)、17日(日)、23日(土)、24日(日)

**年末休診** 12月30日(土)、31日(日)

**年始休診** 1月1日(月)、2日(火)、3日(水)



年末年始は多くの医療機関が休診になります。体調が気になる方、お薬が無くなる方は、休みに入る前に早目にかかりつけの病院を受診していただくようお願いします。



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)

## ~11月30日 人生会議の日のイベントを開催しました~

11月30日は(いい看取り・看取られ)で「人生会議の日」でした。

当院ではみなさんに興味を持っていただけたらと思い1階総合受付前で「人生会議」についての掲示と実際に記入してみることができる用紙などの配布を行いました。

これから先の事を考え、今の自分の希望と意思を示しておくことが大切です。年末年始にご家族や親戚が集まったときなど、もしもの時に備えてお話をしてみられるのはいかがでしょうか。

当院では、引き続き皆さんの思いに添えるように努めてまいります。お気軽に各担当科窓口までご相談下さい。  
(緩和ケアチーム)



今月のクロスワードパズルはお休みです