

深呼吸

あなたの体も心もリフレッシュ

2024.3
No.364



JA山口厚生連

周東総合病院
☎0820(22)3456

能登半島地震に対するの当院DMATの活動報告

DMATとは「災害派遣医療チーム Disaster Medical Assistance Team」の頭文字を略したもので「ディーマット」と呼ばれています。医師、看護師、業務調整員（医師・看護師以外の医療職及び事務職員）で構成され、大規模災害や多傷病者が発生した現場で機動性をもって活動できる専門的な訓練を受けた医療チームです。

本年1月1日能登半島で地震が発生し、最初に中部地方のDMATが派遣されました。その後派遣要請エリアが随時拡大され、1月10日に第5次隊として国から山口県にDMAT派遣要請があり、当院を含む5隊が選出されました。



医療資機材を2台の車両に載せて1月11日昼に病院を出発、翌日朝から公立能登総合病院内に設置された「参集拠点および活動拠点となる本部：能登中部医療圏活動拠点本部」内で活動することとなりました。災害医療に対して多くの人は「瓦礫の中の医療」や「重傷外傷」等を思い浮かべるかもしれませんが、発災初期はそのような医療も多かったのではと思います。私たちが出動した時期では緊急外傷のニーズは減少していましたが、地震による建物の損壊やライフラインの途絶、しばしば起きる余震による不安等から通常医療ができない状況が続いていました。更には、飲料水や生活用水が不足していること、職員自身も被災者であることから出勤できる職員の確保も難しく、十分な休養がとれていないこと。衛生管理が困難なためコロナ感染症、インフルエンザ、嘔吐下痢症なども多くあったようです。そのような状態のため、入院が可能な病院に患者が集まり、通常（救急）医療がひっ迫した状態が続いていました。

災害時は医療ニーズに対して医療体制や物資が不足するため、情報の収集と整理、応急的な医療支援、適切な患者搬送が重要になります。私たちが所属した活動拠点本部での業務は、現状の医療の手助けのために「病院間の患者搬送」「被災病院での支援（看護師派遣）」「不足している物品の依頼や搬送」等を行いました。このほか様々な復旧に向けた情報収集、例えば「各病院、医院、施設のニーズ等の調査」や支援を継続するために、日赤医療班、JMAT（医師会医療班）、JPAT（災害派遣精神医療チーム）、JRAT（災害リハビリテーションチーム）、災害支援ナース等への連絡や移行準備も行いました。



私たちは5日間の活動ののち1月17日に後続隊（他県）に業務を引き継いで帰路につきました。災害時は時期により必要なニーズが異なりその時々適切な支援が必要です。これからも可能な限り支援を継続するとともに見守っていききたいと思います。



当院は柳井圏域における地域災害拠点病院です。今回の経験を踏まえて災害への備えを怠らないよう、職員一同こころがけていきたいと思います。

（周東総合病院 DMAT医師 小川 浩司）



骨のこと気にしていますか？

整形外科 平田 健司

骨粗鬆症とは

骨粗鬆症は骨密度の低下や骨質の劣化によって、骨が脆くなり骨折を生じやすくなる病気です。現在、日本には1300万人程度（総人口の10%程度）の患者さんがいると推定され、女性では60歳代の5人に1人、70歳代の3人に1人ともいわれていますが、その20%程度しか治療を受けていないのが現状です。

治療の重要性

高齢者では骨折を生じることで生活能力や生活の質の低下が起こりますが、転倒などの軽微な外力で骨折を繰り返すことを「ドミノ骨折」と呼んだりもします。骨折を繰り返すたびに運動機能や健康状態は悪化し、要介護や寝たきりの原因となります。

骨粗鬆症治療の最大の目的は「骨折リスクを抑える」ことです。すでに骨折したことがある方の場合は、ドミノ骨折を防ぐことが大事になります。また「最初の骨折を最後にしよう～STOP AT ONE～」というスローガンもあり、骨折の連鎖を防ぐことの重要性が広く謳われています。医師からの投薬があれば自己判断でやめず、きちんと継続していただく必要があります。



検診もあります

骨粗鬆症そのものに自覚症状がないことから、骨折を生じる前に発見することも大切です。当院では検診のオプションで骨ドックを受けることが可能ですので気になる方、特に50歳以降の女性は受けてみることをお勧めします。

日頃から予防

骨粗鬆症を予防するためにはバランスのとれた食事、適度な運動、カルシウムやビタミンDの摂取が重要です。多くの日本人でカルシウム摂取量が不足していることはよく知られていますが、最近では日本人の98%でビタミンDの不足があることが大規模な調査で報告されています。食事内容に関する詳細は割愛しますが日頃の食生活を見直す必要があるのかもしれない。

OLS活動

当院ではOLS（骨粗鬆症リエゾンサービス）を立ち上げており、様々な職種が連携して1つでも多くの骨折を予防することに努めています。人生100年時代を迎えるにあたり、骨折によって生活の質を損なわぬよう「骨の健康」にも気を配ってみてはいかがでしょうか。



MRIの検査を担当していると、「なんでこんなにうるさい音がするんかね。」という声をいただきます。そこで、あの音の正体についてお話をしたいと思います。

MRIは強い静磁場と電磁波の作用により、人体の中の成分である水素（水素原子核）の情報を読み取って画像化する検査です。画像化する過程では静磁場、電磁波に加え傾斜磁場という、短時間に磁場の強度を変化させる操作が必要です。その操作は、装置の中にあるコイルに流す電流を変化させることで行っています。コイルに電流を流すと磁場の他に磁力が発生します。検査では発生した磁場だけを利用したいのですが、どうしても磁力も発生し、この磁力がコイルを振動させて音が発生します。この磁力がコイルを振動させることによって音が発生するという仕組みの方は、スピーカーで使われています。

MRI検査中は磁場の変化を高速で連続して行っているため、音も連続していて、変化のさせ方によって、発生する音も違ってきます。

今日もMRI室では青空のなか、検査のたびに音と共に体のまわりの磁場が目まぐるしく変化しています。



(放射線技術科 椎木 ひろみ)

外来診療担当医表

(令和6年3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	
		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	
			4診	松田昌文 (第1・3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)		
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	8:30~11:00		松並展輝 上田晃志郎	(手術日)	松並展輝	松並展輝 上田晃志郎	松並展輝	
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	藤澤博亮	藤澤博亮	弘田祐己 (手術日)	
				弘田祐己				
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)				慢性疾患外来 (堀田紀子)	神経外来 (松藤博紀 第1・3週)		
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		山田真理子	4週 下村 裕			原田和恵	
				1・2 3・5週 川上かおり				
耳鼻咽喉科	8:30~10:30 (10:30より診療開始)		松浦貴文		中林 遥		堀 健志	
眼科 (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	
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	

☆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

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

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

3月の全科休診日

2日(土)	30日(土)
3日(日)	31日(日)
9日(土)	
10日(日)	
16日(土)	
17日(日)	
20日(水)	春分の日
23日(土)	
24日(日)	



糖尿病教室 3月予定

7日(木)	糖尿病ってどんな病気	石堂医師
8日(金)	糖尿病合併症のお話	濱田医師
11日(月)	糖尿病のお薬の話	薬剤師
12日(火)	糖尿病の運動療法	理学療法士
13日(水)	糖尿病と足の関係 体調が悪いときの対応	看護師
14日(木)	糖尿病の食事療法	管理栄養士

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。

4月・5月の糖尿病教室はお休みです

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

病院理念

私たちは患者さん一人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。



敷地内禁煙

病院内や駐車場など、
当院の敷地内は全面
禁煙となっております。



南館4階病棟は脳神経外科、泌尿器科が主となる病棟です。

脳神経外科の主な疾患は脳卒中や外傷性脳内出血、てんかんなどの神経系の疾患です。自宅や職場で倒れ緊急入院される方が多く、急性期治療を開始しますが、入院前の状態と比べ手足に麻痺、しびれなどの障害や、言語や嚥下機能の障害が残る方もおられます。残存機能を生かしながら日常生活を過ごすため、患者さんやご家族の思いに寄り添いながら、医療スタッフの協働と連携によるチーム医療を実施しています。入院時より退院を見据えて、週に1回脳外カンファレンスを開催しています。参加者は医師、看護師、作業・理学療法士、言語聴覚士、栄養士、薬剤師、地域連携室スタッフで治療経過と今後の方針について話し合いを行いながら患者さん、ご家族と一緒に治療を行っています。

泌尿器科では、慢性腎不全の経過とその治療方法についての教育入院を2泊3日で実施し、腹膜透析・血液透析・腎移植についてパンフレットやビデオを用いてわかりやすく説明を行っています。

腹膜透析治療では機械操作の手順を患者さんが不安なく行えるまで指導に関わります。また、月に2回腹膜透析外来に関わり、患者さんの透析状況、治療経過を医師、透析室看護師と一緒に情報共有し、夜間に腹膜透析のトラブルがあった際は病棟スタッフで対応できるようにしています。

多くの入院患者さんと接している私たちですが、「患者さんファースト」ということを忘れずに日々看護を実施しています。不安なことなどありましたら遠慮せず声をかけて下さい。

(南館4階病棟 スタッフ一同)



医薬品不足の現状について



医薬品の不足は現在も解消されておらず、患者さんにもご迷惑をお掛けしており大変心苦しい次第です。製薬会社から説明を受けているのですが、理由についての説明は十分ではなく暫くの間供給できないというものばかりです。

- 海外で製造している原薬の価格高騰や工場のトラブルにより、原薬の供給に支障をきたしている。
- 製造工程に問題があり、行政からの命令等による出荷停止。
- 一部の製薬会社の販売中止や撤退による同一成分薬の出荷調整。

など、様々な理由で医薬品の供給不安が発生しています。

厚労省も後発医薬品使用や一般名処方の推進などでこの問題に対応しようとしていますが、海外から原薬を輸入せざるを得ない状況、円安や工場建設にも時間がかかることを考えると、使用できる医薬品の中で対応していくしかないと思われます。

今後供給が安定してくれるとよいのですが、医療費削減による薬価減額が原因であれば、企業側も潤沢に在庫を置くことができず、長期間この問題と共存していかなければならないかもしれません。

医薬品の供給不足により処方変更が必要となる場合があるかもしれませんが、ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

(薬剤科 山本 和宜)



2月は、がんの啓発のために柳井花卉生産組合と共同し、フラワーバレンタインイベントを開催しました。このイベントを通して花卉を楽しみ、がんや検診について知っていただくことで、1人でも多くの方の検診受診につながる事を願っています。

さて、3月もがん啓発イベントとしてホワイトデーキャンペーンを開催します。

3月4日(月)～15日(金)の期間中に、がん啓発として、がんや検診についてのパンフレットを正面玄関ホールに用意いたします。また、3月14日にはイベントとして人生ガチャ体験者50名様にがん冊子と粗品を配布いたします。



3月14日(木) 10時30分～

先着50名様
がん冊子・粗品プレゼント
正面玄関ホールにてイベントを行います。
是非お越しください。



人生ガチャとは？

今後のことを考えてもらう機会づくりとして、ガチャマシーンの中に、「あなたが大切にしていることは何ですか?」「あなたの気持ちを誰にどこまで伝えてありますか?」など自分のことを考える質問票を入れています。是非人生ガチャを体験して、出てきた質問に対する答えを書いてみませんか?2月のイベントに参加して頂いた方のメッセージは正面玄関のホワイトボードに展示しています。

(がん相談支援センター)

中央採血室からのお知らせ

受付方法・呼び出し方法が変更になりました。

受付時間 8時～8時30分：採血室前にある自動受付機で受付し、整理券をお取りください。
8時30分～：採血室受付で、受付時に整理券をお渡します。

採血の順番になりましたら、お手持ちの整理券番号でお呼出しいたします。電光掲示板の【採血案内】に表示されましたら、整理券を持って整理券番号が表示された採血台へお入りください。お名前と生年月日を確認させて頂いてから採血となります。ご協力の程宜しくお願い致します。

(自動受付機)



(整理券)



(電光掲示板)



「令和5年度がん等の診療に携わる 医師等に対する緩和ケア研修会 in周東総合病院」を行いました

この研修は、がん等の診療に携わるすべての医療従事者が、基本的な緩和ケアについて正しく理解し、知識や技術、態度を習得することを目的として、毎年開催しています。

今年度は、院内・近隣の医療施設から28名が参加されました。事前にオンライン研修を受講した上で、2月4日の集合研修で、がん告知の病状説明を体験するロールプレイや、グループワークで事例検討を行いました。

がんだけではなく、緩和ケアはあらゆる医療場面で必要とされています。今回の研修を活かし、現場での心温まるケアに繋げていきたいと考えております。

(緩和ケア認定看護師 用傳 恵美)



ロールプレイで告知を受ける役になり、頭の中が真っ白になる体験をした。患者さんの気持ちを考えることができた。



人によって大切にしているものが様々なので、『その人らしさ』を考えたケアができる様に医療チームで関わっていきたい。



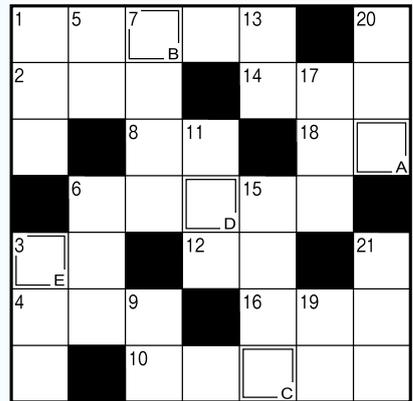
ヨコのカギ

- ①冬がウインターなら、春は
- ②天ぷらやフライに付けられています
- ③煮物を作るときにすくうこともあります
- ④水中をふわふわと漂う生き物
- ⑥平面は2次元、立体は
- ⑧桃太郎がきび団子を着けていた場所
- ⑩入学式で胸に着けるお母さんもいます
- ⑫メジロやヒヨドリが吸うもの
- ⑭関東一、一裁判所
- ⑯漢字で書くと土筆。春の山菜です
- ⑱オンの反対語

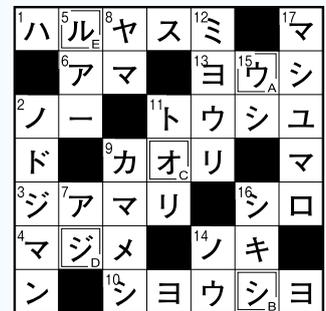
タテのカギ

- ①ゴルフプレーヤーがカードに記録します
- ③眠いときに出ます
- ⑤アマではありません
- ⑥お花見といえばこの花
- ⑦テレビやエアコンの操作に使います
- ⑨お酒は飲めません
- ⑪みそ汁の具にしてもおいしい二枚貝
- ⑬ストレスがたまるとこぼしたくなることも
- ⑮ダブルプレーともいいます
- ⑰湯が冷めないよう一ポットに入れた
- ⑲当たりかな、外れかな
- ⑳山梨県の県庁所在地である市
- ㉑馬に乗る人のこと

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



《先月号の答え》 A B C D E
ウ シ オ ジ ル



【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)