

ご自由にお持ちください。

島根県立中央病院 広報誌

えにし

-Vol.1-

2019 3月
March



病院長ごあいさつ P2 『えにし』刊行にあたって

特集1 P3 地域包括ケアシステム 住み慣れた地域で自分らしく暮らすために

特集2 P6 脳神経外科最前線

P9 職員紹介「スタッフきらり」 P13 統合運用紹介 P13 おすすめ！病院食

P14 「先生、おしえて！」知っておきたい小児科医療 P14 病院長賞紹介

P15 地域連携だより P16 知って得する健康・医療・看護ミニ知識



県民に信頼され
地域に必要な医療を
公平・公正に提供できる病院でありたい

広報誌「えにし」はウェブサイトからもご覧いただけます▶



<http://www.spch.izumo.shimane.jp/>

島根県立中央病院 広報誌『えにし』 刊行にあたって

島根県立中央病院 病院長 **小坂 真二**

当院は島根県の基幹病院として、1999年、出雲市姫原4丁目に新病院を開院してから今年8月で20年を迎えます。地域の高齢化が進む中、高度で専門的な医療の提供だけでなく、地域の医療・福祉関係者との連携や医師、看護師らの人材育成などさまざまな課題への取り組みを進めています。今回、県民の皆さんにより分かりやすく、親しみを持っていただけるよう、広報誌を新しくしました。医療は地域の方たちが安心して豊かな暮らしを送るために、なくてはならない大切なものです。当院と県民の皆さんが良い縁で結ばれる願いを込めて、新しい広報誌のタイトルを『えにし』としました。

県立中央病院の使命

豊かな地域社会づくりに貢献することを基本理念に掲げ、地域に必要な良質な医療を公平・公正に提供することが使命です。開院当時は病気を治すことだけで良かったのですが、社会情勢が変わり、今、「支える医療」が求められています。退院後、自宅や地域社会で安心して療養し、生活できることが大切です。

多様化する病気への対応

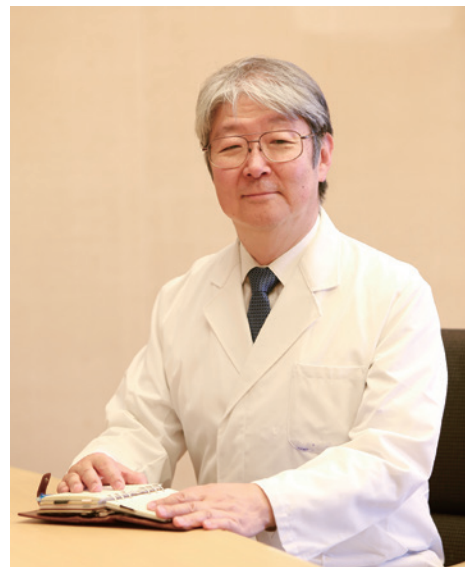
高齢化が進み、一つの病気だけではなく、合併症や感染症などいろいろな疾患を抱えている人が増えています。専門的な治療と同時に、患者さんの状態を良くしていくための総合的な診療が重要です。当院では各科の連携と総合診療医の養成に努め、患者本位の医療を提供しています。仕事の効率化など自助努力を続け、地域医療を守る公立病院としての役割を果たしていきます。

取り組みを強化していること

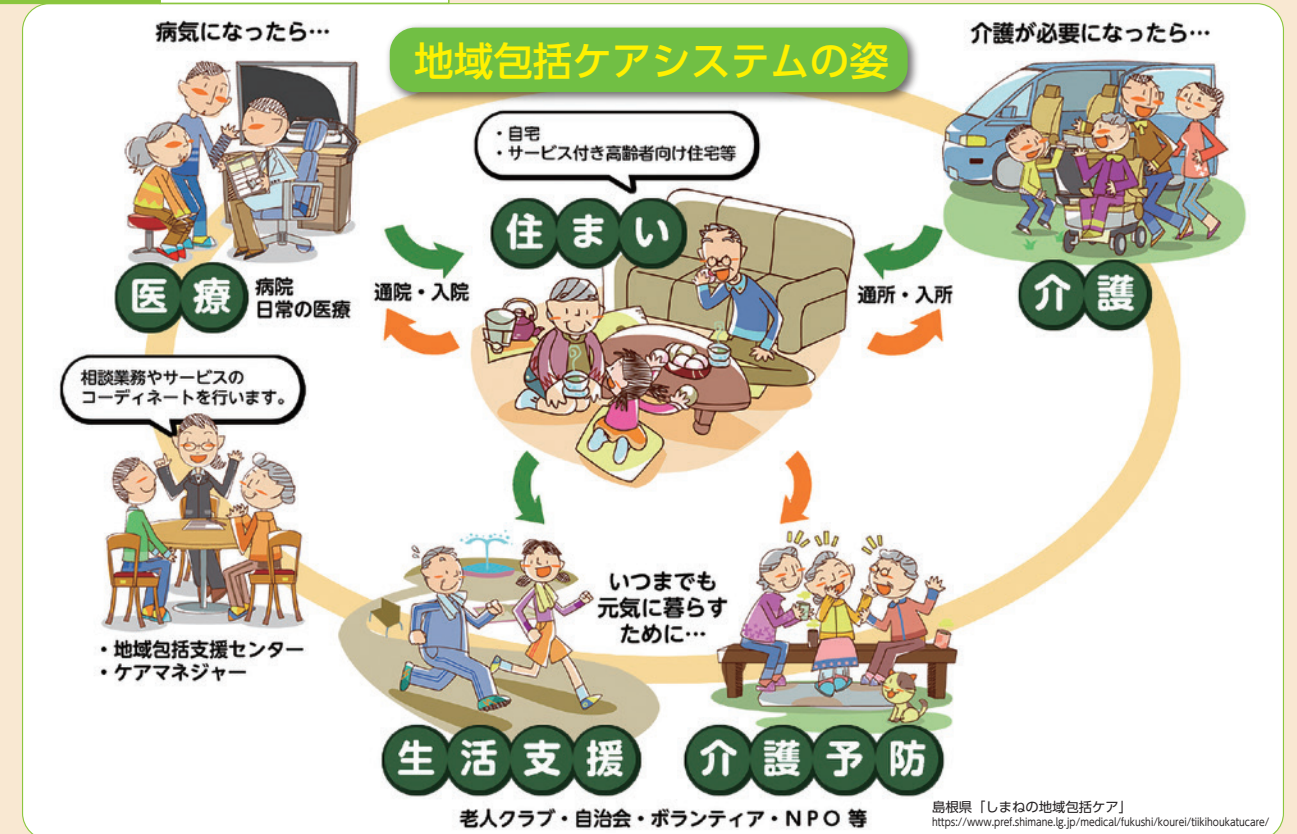
急性期病院として、ドクターヘリなど救命救急と手術の部分を充実させていきます。昨年秋にハイブリッド手術室を導入し、より高度な医療を脳心血管疾患などに提供できるようになりました。また、患者さんが退院した後の地域包括ケアや医師会の支援に力を入れています。

地域包括ケアシステム 社会の大きな課題

患者さんにとっては、制約の多い病院より自宅や地域に戻って暮らしていくことが幸せです。地域の医療者や福祉関係者と連携を図る地域包括ケアシステムの推進に積極的に取り組んでいます。在宅医療を担う地域の医療者を支援しています。島根県内初の入退院支援・地域医療連携センターをつくり、在宅医療の支援や訪問看護指導が広がっています。島根から先進事例を発信していきます。



特集1 地域包括ケア



住民が、住み慣れた地域で自分らしい生活を人生の最期まで持続できるように、医療・介護・福祉、さらには住まいや生活支援といった、住民を支えるサービスを関係者が連携・協力して、一体的に提供する体制

住み慣れた地域で自分らしく暮らすために 地域包括ケアシステム

患者さんの思いに寄り添い 生活を途切れさせない療養生活の支援

各地域の住民が、住み慣れた自宅や地域で医療、介護、福祉サービスが受けられる「地域包括ケアシステム」の推進は、社会の大きな課題になっています。当院では患者さんの思いに寄り添った生活を途切れさせない療養生活の支援を掲げ、「地域包括ケアシステム」の推進に積極的に取り組んでいます。

これまで医療は病院や診療所を中心に発展してきましたが、これからは生活の場に医療やケアを届けていきます。住み慣れた自宅や地域で、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体で提供することができれば、患者さんの負担は少なくなり、その人らしい生活が

継続できます。地域全体が大きな病院になるイメージです。



地域包括ケアシステム構築に向けた制度及びサービスのあり方に関する研究事業報告書



合同カンファレンスで患者さんご家族と退院後の相談をする関係者一同。
合同カンファレンスには、地域のかかりつけ医・看護師、訪問看護師、ケアマネジャー、福祉用具販売店員や当院医師、看護師、医療ソーシャルワーカーが出席。

ご自宅でも安心して療養していただくために 退院前に院内外の関係者と連携

病院の情報やノウハウを地域に

センターでは退院前や後に、自宅での療養に向けた相談、指導、準備をケアマネジャーや訪問看護師と一緒にいきます。2017年からは地域包括ケアへの支援を強化していくため、患者さんの退院前後に自宅を訪問する取り組みを始めました。

自宅で療養できるよう段差の確認など生活環境を知ることで、入院中のリハビリなどの参考にします。センターでは、退院前に合同会議を開き、院内外の関係機関との連携を進めています。地域のかかりつけ医や訪問看護師、ケアマネジャーな

ど患者さんを支える関係者の方々と連携、協力して自宅や地域で安心して療養できるよう取り組んでいます。退院前後訪問活動やまめネット※を使用して、退院した患者さんを担当する訪問看護師と療養のノウハウを共有することで、褥瘡（じょくそう、床擦れ）のケアで効果が出るなど成果が出ています。センター長今岡桂子は「病院の情報やノウハウを地域に伝えて、（地域の医療・介護スタッフと）質のいい連携を強めていきます」と、話しています。



※まめネットは医療機関、訪問看護、介護事業所等を相互につなぐ医療情報ネットワークです。

地域の福祉関係者、ケアマネジャーらとも情報交換 入退院支援・地域医療連携センター

入院前支援を重視し患者さんの不安を軽減 退院に向けて自宅や地域の環境を調整

当院では2015年、島根県内で初めて「入退院支援・地域医療連携センター」を立ち上げました。センターでは入院予定者や家族の方に「入院前からの退院支援」を丁寧に行っています。各診療科で医師から入院説明があった後、看護師や薬剤師、医療事務による入院前の説明・相談を行います。入院前に治療や検査内容を説明するほか、どのような薬を飲んでいたのかや食事形態を把握します。医師や管理栄養士らと連携し、必要に応じて「療養支援計画」を作ります。

高齢の入院患者さんが増え、さまざまな病気を抱えていることなどから入院前支援がより重要になっています。患者さんや家族の方にとっては、心配なことや不安なことなどが相談でき、不安の軽減につながります。さらに、入院前から患者さんが住んで

いる地域の福祉関係者、ケアマネジャーらとも情報交換し、退院後の在宅療養や介護、退院後の療養環境についても検討していきます。専任の部署で患者さんと入院前からさまざまな意思疎通を図り、担当する医師や看護師と連携することで、より効率的な治療に取り組むことができます。

入院して検査や治療を受けた後は、治療を継続しながら、できるだけ早く日常の地域での生活に帰れるよう退院支援をしていきます。新病院が開院した翌年2000年度は平均在院日数20日程度でしたが、現在は13日前後と短くなっています。長く入院していると入院の理由となった病気やけがによらない、入院中安静にベッドで横になっていたためにおこる筋力低下などによる日常生活動作の低下「入院関連機能障害」などの心配があります。70歳以上の高齢者の30～40％に発症すると海外で報告されています。



訪問車に乗り、退院前の患者宅に向けて出発する社会福祉士ら

特集2 脳神経外科紹介



脳神経外科最前線 高水準の治療を県民に提供

高齢化に対応しマニュアル作成 知識や経験 全国に発信

脳神経外科は出雲にいながら大都市と同様な高水準の治療を県民に提供できるよう努力を続けており、医療の進歩とともに最新の医療機器を導入するなど、一丸となって立ち向かっています。

日本は世界一の高齢化先進国ですが、山陰地方は日本の中でも最も高齢化しています。患者さんの高齢化も進んでいるため、高齢者の治療には何が良いかまとめられた「老年脳神経外科マニュアル」（2018年）などをもとに身体への負担を少なくする非侵襲的な治療方法や高齢者の身体の状態を把握するフレイル※の判定などを行っています。

また、脳神経外科の対象となる主な疾患の一つに脳動脈瘤があります。脳動脈瘤は脳血

管にこぶ状の膨らみができたもので、こぶが破裂するとくも膜下出血となり、生命にもかかわる怖い疾患です。未破裂脳動脈瘤は、日本人の方が欧米人より約2.8倍破裂しやすいことや、小型の未破裂脳動脈瘤の破裂危険因子などの知識や経験を基に、患者さんへの丁寧な説明を行っています。危険因子である高血圧や喫煙などの生活習慣の改善、慢性炎症性疾患の治療なども必要と思われます。

※フレイル…健常から要介護へ移行する中間の段階とされています。具体的には、加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般を指しています。



最新のハイブリッド手術室導入

病院一丸で「命を守るプロジェクト」

当院のスタッフには、日本脳卒中の外科学会技術指導医2名、日本脳神経血管内治療専門医1名が専従しています。それぞれの症例で確実性や安全性を見極め、総合的に判断して治療選択を行っています。2018年にハイブリッド手術室が完成しました。血管撮影装置と外科手術の設備を組み合わせ、同時に正面、側面の2方向からのエックス線透視と撮影が可能なバイプレーン装置を山陰で初めて取り入れています。脳疾患や心疾患手術の精度を高め、患者さんの負担を減らすことができます。透視画像に術前のCTやMRI画像を融合させて、大型モニターに表示する機能も備わっています。患者さんの血管に細い管・カテーテルを通す複雑な操作の確度が高まり、手術時間の短縮や安全性の向上につながるなど

より良い環境で治療を行っています。

また、昨年12月に「脳卒中・循環器病対策基本法」が成立しました。当院では、「急性期脳梗塞から命を守るプロジェクト」を立ち上げ、病院一丸となって連携を図り、1秒でも早く脳梗塞治療を行い、よりよい治療経過になることを目指しております。



ハイブリッド手術室



「医師が選ぶ医師」の認定 ベストドクターに選ばれ続けています

脳神経外科部長 **井川 房夫**

経験基に大学病院などで講演も

脳神経外科部長の井川房夫は2010年から医師が選ぶ医師「ベストドクター」に選出され続けています。ベストドクターは、医師に対して「もし、自分や大切な人が、自分の専門分野の病気にかかった場合、自分以外の誰に治療を委ねるか」という観点から、他の医師についての評価を伺うことで進められ、最終的に調査結果から一定以上の評価を得た医師を認定するというものです。現在、世界中で約53,000名の医師が名医として認定され

（世界中の医師数の0.6%）、日本では約6,500名が認定されています（2018年5月現在）。

広島大学脳神経外科准教授から平成30年4月、島根県立中央病院へ再赴任。脳動脈瘤900例以上、脳腫瘍650例以上の経験があり、「老年脳神経外科マニュアル」作成に携わったほか、「未破裂動脈瘤Japan Standard」（2015年）を刊行。脳深部腫瘍や頭蓋底腫瘍など困難な部位の手術アプローチのために、動画を駆使した本も作成し、日本全国の医師に安全な手術を行っていただけるよう活動。各大学病院をはじめ40か所以上で依頼を受けた講演活動を行っている。

高血圧や糖尿病、不整脈に注意しましょう

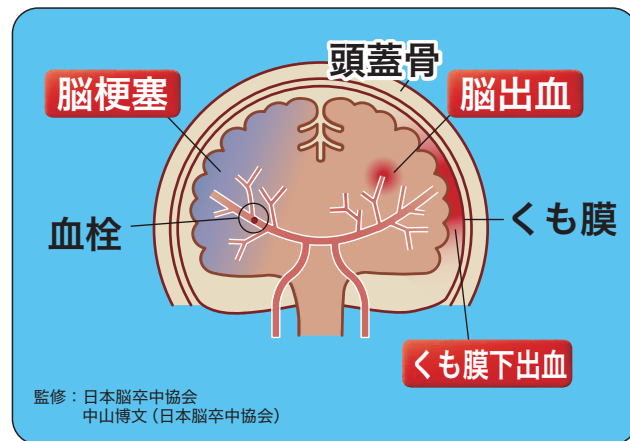
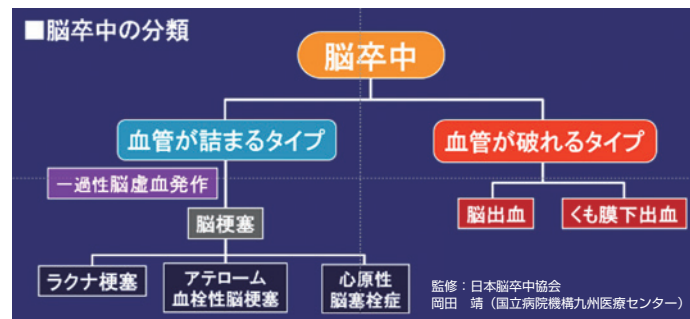
これだけは知っておきたい脳卒中予防



日本人の死因第3位の脳卒中。日本の脳卒中患者は、2020年までは増加するとの推測も。

脳卒中は脳の血管に起こる病気です

脳卒中とは脳の血管が急に**破れたり、詰まったり**して脳の血液の循環に障害をきたし、様々な症状を起こす病気です。



タバコやお酒の飲み過ぎで危険性アップ！バランスのとれた食事と運動を

脳卒中の発症には様々な危険因子が関連しています。よくない生活習慣としては食生活の欧米化や運動不足、過度な飲酒、喫煙などです。危険因子は高血圧、心房細動、糖尿病、脂質異常症、メタボリックシンドロームなどです。こうした危険因子が重なるほど脳梗塞になる危険性が高くなります。

高血圧

- 最も重要な危険因子。
- 血圧が高いほど危険性アップ。
- 生活習慣の改善や薬物治療でしっかり血圧を下げましょう。
- 朝の血圧が高い人は特に注意！

糖尿病

- 糖尿病の人は脳卒中や心臓病になる危険性が2倍！
- 糖尿病と診断されていない脳梗塞患者の約63%に糖代謝異常が認められています。

不整脈

- 心房細動のある人は、ない人の3～5倍脳梗塞になりやすい。
- 心房細動になっても抗凝固薬をきちんと飲むと脳卒中を約6割抑えられます。
- 脈の乱れや動悸をたびたび感じる方は、医師にご相談を！

タバコ・お酒・コレステロール

- 喫煙者は脳卒中になりやすい。
- 禁煙で、脳卒中死亡リスクは下がり始めます。
- 高血圧の人はお酒の飲み過ぎで脳卒中になりやすくなります。
- 悪玉コレステロール値が高いと脳梗塞になりやすい。
- 善玉コレステロール値が低いと、脳卒中発症の危険性アップ。

塩分

- 食塩を多くとる人ほど脳卒中にかかりやすい。
- 塩分のとりすぎは、高血圧、脳卒中のもと。
- 脂質にも気をつけバランスのとれた食事を。

運動

- 運動量が少ないと脳卒中発症リスク高。
- 適度な運動は生活習慣病を改善させ、脳卒中の予防に。

肥満

- 肥満は脳卒中だけでなく高血圧や糖尿病など様々な生活習慣病の原因。
- 食生活や運動不足を見直して、減量を目指しましょう！

脳卒中は予防できる病気です！

脳卒中予防十か条

- 1 手始めに **高血圧**から 治しましょう
- 2 **糖尿病** 放っておいたら 悔い残る
- 3 **不整脈** 見つかり次第 すく受診
- 4 予防には **タバコ**を止める 意志を持て
- 5 **アルコール** 控えめは薬 過ぎれば毒
- 6 高すぎる **コレステロール**も 見逃すな
- 7 お食事の **塩分・脂肪** 控えめに
- 8 体力に 合った**運動** 続けよう
- 9 万病の 引き金になる **太りすぎ**
- 10 **脳卒中** 起きたらすぐに 病院へ

番外編

お薬は
勝手にやめずに
相談を

監修：日本脳卒中協会

2019年6月 松江市で脳ドック学会開催

近年、日本脳ドック学会は、脳卒中と認知症予防に力を入れており、第28回日本脳ドック学会は2019年6月松江市で開催されます。島根県立中央病院脳神経外科も第28回日本脳ドック学会に積極的に参加し、高齢化に対応して診断と予防に貢献していきます。

スタッフきらり！〈職員紹介〉

心とませる親身な対応

看護助手 **藤井 彩華**

看護師の補助業務や患者さんのお世話、シーツ交換などを行う看護助手。勤続10年目の藤井看護助手は、いつも笑顔を絶やすことなく、看護師をサポートし、患者さんには気持ちを和ませるように接して、病棟の雰囲気を明るくしています。

看護師だった母の背中を見て育ち、就職の際は介護と看護のどちらの道を選択するのかで悩みましたが、一日でも早く患者さんたちと接したかったことから、資格取得の必要がない看護助手となりました。不安な気持ちを持つ患者さんの話に耳を傾け、また自分から世間話をして患者さんの心を和ませるなど親身になって接しています。看護師の補助業務では、看護師がスムーズに業務が行えるよう、周囲の

状況に目を配り業務の調整を行うよう努めています。

夜勤業務はありませんが、早出や遅出業務もがんばっています。休日には友人とドライブに出かけて温泉や食事を楽しんでいます。



シーツ交換を行う藤井彩華さん

最適な医療画像を提供

放射線技術科 診療放射線技師 **山田 聖悟**

X線、CT、MRIなどを使った画像撮影、放射線治療など多くの業務を担う放射線技術科。中堅の診



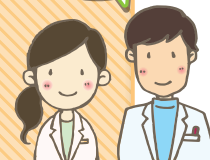
X線撮影を行う山田聖悟さん

療放射線技師として働く山田技師は、主にX線撮影業務のリーダーとして中心的な役割を果たしながら、若手の指導や研究活動などにも精力的に取り組んでいます。

看護師だった母親の影響もあり、医療の道を志し、機器と人の両方に関わる診療放射線技師に。『いかなるときも最適な医療画像を提供する』を肝に銘じて業務にまい進しています。なかでも山田技師が特に力を入れるのが、救急医療や災害医療の分野。救急撮影認定技師の認定をもち、救急医療チームのメンバーとして急性期の病態や重症例など時間と闘いながら、迅速に適切な画像を安全に提供しています。また、このほか防災士の認定ももち、災害時における院内の体制づくりにも取り組んでいます。

休日の楽しみは3人の娘さんと健康マラソンでさわやかな汗を流すことだそうです。

新入医師紹介



昨年11月に着任いたしました。早く仕事に慣れ、少しでも貢献できるよう精進してまいります。

リハビリテーション科
山本 幹枝



昨年11月から放射線科に赴任しました。地域の皆様のお力になれるよう頑張ります。よろしくお願いします。

放射線科
丸山 美菜子



院内
訪問子どもたちを笑顔に
和田毅投手・福山博之投手激励

出雲市出身でプロ野球・福岡ソフトバンクホークスの和田毅投手がこのほど、県立中央病院を訪れ、出雲地区後援会が開いたグッズオークションの売上金27万円を寄付するとともに、入院中の子どもたちを励ましました。

和田投手は病棟の子どもたちを見舞い、「早く元気になってね」と一人ひとりに声を掛け、サインを書いたり、写真撮影に応じたりして和やかに交流しました。子どもたちは「和田投手に励ましてもらえてうれしかった」と笑顔で話していました。

和田投手は2014年に寄付を始め、今年で5回目。



子どもたちとふれあう和田投手

出雲市内でオークションを開き、サイン入りの帽子やグローブ、トレーニングウェアなど15点を出品しました。後援会の萬代宣雄会長らと来院し、「このお金で子どもの笑顔を増やしてほしい」と、副院長山森祐治に目録を渡しました。

また、雲南市出身で東北楽天ゴールデンイーグルスの福山博之選手も2015年から継続的に、当院を訪れ、入院中の子どもたちにタオルやカレンダーをプレゼントしています。福山選手の今年度の来院はありませんでしたが、プレゼントが届きました。

両選手の故郷への思いに触れ、入院中の子どもたちの笑顔を見ることができ、病院スタッフは暖かい気持ちになりました。両選手のますますの活躍をお祈りしています。



福山選手からのプレゼント



和田投手の寄付で購入したおもちゃ

活動
紹介選手の皆さんが安心して走れるように
駅伝やマラソン等の競技を医療面でサポート

体育の日に開催される出雲全日本大学選抜駅伝競走（出雲駅伝）で、選手の救護に当たっている島根県立中央病院が、2018年10月に開催された30回記念大会で、運営に



感謝状を手にする救命救急科 佐藤

尽力しているとして主催者から感謝状を受けました。任務に当たる医療班の医師たちは、ランナーがさらに安心して走れるよう、決意を新たにしています。

2009年から正式に救護を受け持つ

ようになり、現在は救命救急科医長の佐藤弘樹（35）をチーフに医師8人が大会本部や各中継所、救護車に待機して、万が一に備えています。大会前には、中継所や走路の役員、消防関係者と対応策を話し合い、情報を共有して本番に臨んでいます。1カ所で開催のイベントと異なり、広範囲にわたるため、トランシーバーを活用するなど、一刻も早い対応を心掛けています。

また、くにびきマラソンでも任務に当たり、寒さ対策などの注意喚起にも努めています。

出雲市斐川町出身で子どものときから出雲駅伝を応援して育った佐藤医長は、ディーマット（DMAT：災害派遣医療チーム）のような看護師らも含めた医療班の編成を見据えています。

がんサロ
ン紹介がん患者さんにご家族の交流の場に
「なごやかサロン」のご紹介

「がんサロン」をご存知ですか？がん患者さんやご家族が集い、交流や情報交換をする場のことで、お互いの療養体験を語り合ったり、ほっと息をつける居場所ができたりすることで、孤立感が和らぎ、心がなごみ癒されると言われています。島根県立中

央病院には「なごやかサロン」というがんサロンがあります。1月25日に島根県立大学の看護学生10名がなごやかサロンに参加され、患者さんやご家族との交流会が行われました。

がん患者さんやそのご家族の方5名は、がんと診断された時に「2人に1人ががんになるから、自分になってもおかしくない」と受け入れたことや、療養生活の中で時に「身辺整理をした」こと、またご家族とのこと、ボランティア活動のことなど、それぞれの体験談や思いをお話されました。また皆さん共通して、サロンのおかげで普通に暮らせる、心の支えになっていると話されました。

看護学生さんは看護師を目指す理由などを話され、サロンの方は口々に「看護師さんの笑顔からはいつも元気がもらえるよ。笑顔を大事にして欲しい」と未来の看護師にエールを送りました。



なごやかサロン ～がん患者さん、ご家族さん どなたでも気軽に話に来ませんか～

◎予約等は不要です。お気軽にお立ち寄りください。

日時 毎月 第2、第4金曜日 13:00～15:00 **場所** 島根県立中央病院 2階 医師会室・サロン

お問合せ がん相談支援センター（やよろず相談プラザ内） TEL 0853-30-6500（平日8:30～17:15）

院内
コンサート音の調べ、爽やかに
院内コンサート開催

当院ふれあいホールでこのほど、院内コンサートがあり、地元の歌手や楽器奏者が美しい歌声と音色を響かせ、入院患者らを楽しませてくれました。

出雲ロータリークラブが、入院患者を元気づけようと、2012年度から毎年企画されています。

コンサートには出雲楽友協会音楽家会員で、ソプラノの野津美和子さん、アルトの森田麗子さん、ピアノ望月美希さんが出演。「赤とんぼ」や「ゴンドラの唄」などを披露され、患者さんらが音楽を堪能しました。



美しいピアノと歌声を披露する出雲楽友協会の皆さん

公開講座

市民公開講座
「住み慣れた地域で自分らしく暮らすために」

地域に開かれた病院を目指した市民公開講座を定期的に開いており、1月には「住み慣れた地域で自分らしく暮らすために～島根県立中央病院の役割」のテーマで、約80人の参加者に地域連携などについて伝えました。

講座は、病院のさまざまな取り組みの紹介や正確な医療情報を提供することなどで、講座内容を日々の生活に役立ててもらおうと共に、病院をより身近に感じていただこうと、2016年度から始め、昨年7月には「地域を支える救急医療」のテーマで開いています。また、島根大学医学部附属病院との共催で、以前からがんに関する市民公開講座も開いています。

病院の大研修室であった1月の講座は、病院長小阪真二を座長に、入退院支援・地域医療連携センターのセンター長今岡桂子、同センター長補佐の今田敏宏（総合診療科部長）ら5人による講演、質疑応答、しまね医療情報ネットワーク「まめネット」の紹介がありました。医療・介護・福祉など住民支援サー

ビスを一体的に提供する地域包括ケアシステム、かかりつけ医との連携、入院前からの退院支援、病院内にある相談室などについて参加者に伝えました。

このたびは多くの皆様にご参加いただき、ありがとうございました。今後も当院のイベントに関してお知らせをいたします。ぜひご参加ください。



たくさんの方にご参加いただいた市民公開講座

産婦健診

産婦健診（産後2週間）の開始について
産後の母子をともにサポート

母性小児診療部長 栗岡 裕子

産婦の不安の払拭、産後のうつ予防や新生児の状態を観察するために、通常の1か月診断に加えて、産婦健診（産後2週間）が推奨されるようになりました。



助産師による赤ちゃんの発育チェック

一部自治体（島根県では県央の地域）では公費補助がされており、今後とも補助が増えていくと思われます。

産婦健診（産後2週間）の対象は産褥2週目のお母さんとその赤

ちゃんです。1か月健診と異なり、お母さんが産婦人科の産婦健診（産後2週間）を受診し、お母さんと赤ちゃんと一緒に産婦人科外来で診察します。1か月健診はお母さんが産婦人科、赤ちゃんは小児科で健診をうけます。産婦健診（産後2週間）を行うのはベテランの助産師です。診察内容は問診、産後の身体的回復の確認、授乳を中心とした育児相談、児の発育、黄疸チェックを行い、母親の状況に応じたケアとその後の支援体制の検討を行います。お母さんに異常がある場合は産婦人科で産婦人科医師が保険診療で診察します。児に異常がある場合は小児科を受け付けしてもらい新生児2週間外来で保険診療を行います。安心できる子育てを応援するために当院は褥婦さんとその赤ちゃんを全力でサポートします。



統合運用紹介

『消毒滅菌室』：安全な医療器械を提供
小西医療器株式会社

小西医療器株式会社 すぎ 杉谷 孝

島根県立中央病院の経営は、積極的に導入した民間活力に支えられています。その内容は、検体検査、物流業務、医療事務、情報システム運用支援業務など多岐にわたります。ここでは、「継続・安定して質の高い医療を提供する業務環境を作ることで経営の健全化を図る」を基本コンセプトに、大きな役割を担う委託企業の業務内容を紹介します。

私たちの身の回りでは、除菌・殺菌・抗菌・消毒・滅菌という言葉をよく耳にしたいと思います。どんな違いがあるかを簡単に説明しますと、「除菌」：菌を除去すること、「殺菌」：菌をある程度死滅させること、「抗菌」：菌の増殖を抑制すること、「滅菌」：す

病院をささえる日本初の「統合運用」

統合運用とは、理念や目的・目標を共有し、病院と委託企業が互いの専門分野や得意分野の機能を活かし、官民一体となり協働して課題を克服し問題解決にあたることです。2002年には統合運用推進室を設置し、日々努力して病院運営を行っています。

べての微生物を完全に死滅させること、「消毒」：病原性のある微生物を害のない程度まで死滅させることです。

この中で唯一具体的な定義がされているのが「滅菌」です。病院の中では、この「滅菌」された器械が手術や処置で主に使われます。当院の消毒滅菌室では、第1種滅菌技師や、滅菌管理士などの資格を持った技術者のもとに多くのスタッフが、日々、洗浄や滅菌を行い、安全な医療器械を提供できるよう努めています。

季節のメニュー『春のちらし寿司』
人気の行事食紹介

栄養管理科 管理栄養士 高倉 奈美

患者さんに楽しんでいただけるように、当院では毎月行事食を提供しています。

3月の行事食はひな祭り献立です。

人気メニュー『春のちらし寿司』のレシピをご紹介します。

材料（4人分）

- ごはん／800g
- A ●酢／大さじ6 ●砂糖／大さじ5 ●塩／小さじ1
- 干し椎茸／4g(水で戻しておく)
- 干びょう／8g(茹でておく)
- 蓮根／30g(薄くスライス)
- B ●みりん／小さじ1.5 ●濃口醤油／小さじ1.5
- だし汁／200ml
- カニ身／80g(蒸して細かくほぐす)
- あなご蒲焼／80g(食べやすく切る)
- 錦糸卵／80g(細切り) ●海老／80g(茹でておく)
- 菜の花／80g ●薄口醤油／2g

作り方

- ①Aを混ぜ合わせ火にかけ沸騰直前で止め、すし酢を作る。ボールにごはんを入れ、すし酢を加え、しゃもじで切るように混ぜる。
- ②干し椎茸、干びょう、蓮根をBで煮て細かく刻み、酢飯に加える。カニ身も加えて混ぜ合わせる。
- ③菜の花は茹でて水気を絞り、薄口醤油を絡める。
- ④酢飯の上に、あなご蒲焼、錦糸卵、海老、菜の花を盛り付ける。



『春のちらし寿司』
栄養成分(1食当り)
エネルギー 479kcal
たんぱく質 17.3g
塩分 2.4g



先生、おしえて！ ～知っておきたい小児科医療

溶連菌扁桃炎の本質

子どもたちは、3歳を超えると鼻の呼吸が口の呼吸に変わります。すると、免疫をつかさどる関門組織として扁桃腺が大きくなっていきます。

実は細菌感染症の原因菌の多くは、私たちを守るためにからだに常在しています。これを“定着”と言い、溶連菌も3歳以降の子どもたちの4人に1人が扁桃腺に“定着”させています。扁桃炎を生ずる細菌は溶連菌だけです。子どもの扁桃炎の20%ほどに過ぎません。

溶連菌扁桃炎を疑う基準

溶連菌の扁桃炎を疑う世界共通の基準があります。①3歳以上、②発熱がある、③鼻水・咳がない、④扁桃腺が発赤し膿がついている、⑤首の前側のリンパ節が腫れている、これら5つが揃ったお子さんにだけ、「迅速検査」を行います。

しかし、検査結果が陽性に出た場合でも半分近くは“定着”で、溶連菌扁桃炎ではありません。抗菌薬を1日服用し翌日に熱が下がらなかったら、溶連菌扁桃炎以外の疾患の可能性が高くなります。あら

ためて受診され
るといいでしょ
う。

溶連菌扁桃炎後の併発症のうち心臓に影響を与えたりウマチ熱は1980年以降認められていません。腎炎も扁桃炎発症後20日ほどして2000人に1人にしか起こりません。



小児科部長 成相 昭吉



『先生、おしえて！』のコーナーでは、感染症を中心にお子さんの病気について小児科医が解説いたします。ぜひお役立てください！

はなまる賞
(病院長賞)

病院ボランティア『ハーモニー』
中北さんが「はなまる賞」に選ばれました

「はなまる賞」は、中央病院の医療提供の向上につながる、模範ともいえる取り組みをされている個人及びグループを年1回選出する島根県立中央病院の病院長賞です。2018年度のはなまる賞にて、病院ボランティア「ハーモニー」で活動される中北ウィリアムス桂造さんが選ばれました。



病院ボランティア「ハーモニー」で活動される中北さん

リアムス桂造さんが選ばれました。

ハーモニーの皆さんは、外来患者さんのためのガイドを中心に、病院内の患者さんやそのご家族に安心とやすらぎを感じていただくことを大切に活動されています。ご自身もプ

ラジル出身である中北さんは、年々増加する外国人患者さんへの対応についての助言や外国人患者さんのサポートなどで活躍。今回の受賞について、「日本に住んで自分が一人前になれるのは、多くの日本人のおかげ。ボランティア活動はそのお礼でもある。そのはたらきが認められてありがたく思う。」とお話されました。

2018年度はなまる賞 受賞者一覧

- 救命救急科 佐藤 弘樹
- 6階西病棟 板倉美紀子
- 入退院支援・地域医療連携センター 西尾 昌子
- 病院ボランティア「ハーモニー」 中北ウィリアムス桂造
- 施設管理課 泉 春光
- 検査技術科・LSIメディエンス 検体検査室 (グループ受賞)
- 総務課 小野田恵美



地域連携だより

第81号

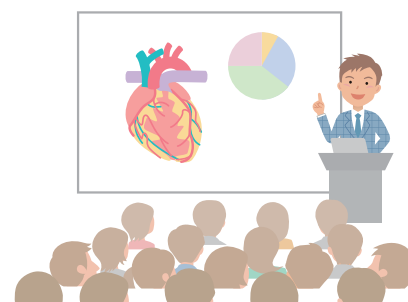


第3回 島根県立中央病院医療連携懇話会について

副院長 山森 祐治

当院では、2016年度から出雲市医師会の先生方と顔の見える関係の構築を目的として、医療連携懇話会を開催しています。出雲医師会の先生方とは電話や紹介状でやり取りをしていますが、顔を合わせての情報交換や交流を深めることは、地域医療連携を円滑に行うためには非常に大切だと考えています。今回は、2018年11月29日にホテル武志山荘で開催し、出雲市医師会から42名の先生方にご参加いただき、当院からは34名が参加しました。第1部の講演会では、出雲医師会の堀江卓史会長から「医師会の立場から中央病院に望むこと」という題名でお話を頂きました。その中で、当院への要望や改善点などをご指摘頂くとともに、当院が行っている地域連携に関する様々な取り組みに対する評価も頂きました。第1部の後半では当院の心臓血管外科医長の上平が「心臓血管外科領域の低侵襲治療の現状と展望」という題で、当院に導入したハイブリッド手術

室の紹介と、大動脈瘤に対する低侵襲治療であるステントグラフト手術の成績、新しい施設の活用を見越した展望について話をしました。第2部は懇談会で、各テーブルに分かれて食事をしながらより親密な意見交換会を行いました。この会で医師会の先生方から頂いたご意見は、後日集約し全医師に情報提供しました。今後もこのような会を通して、医療連携を推進するとともに、地域医療に貢献していきたいと考えています。



地域の医療・介護関係者を対象とした研修会の開催

県立中央病院は、2015年8月に地域医療支援病院の承認を受け、地域全体の医療の質の向上を図り、地域住民の方により良い医療を迅速に提供できるよう努めています。その一環として、地域の医療・介護関係者の皆さまを対象とした研修会や症例検討会などを開催しています。

2018年度は、しまね医療情報ネットワークシステム、栄養サポート、緩和ケアなどをテーマにした18件の研修会等を企画し、2019年1月までにのべ746人にご参加いただきました（地域の医療・介護関係者303名、当院職員443名、16件終了）。お忙しいところ多くの方々にご参加いただき、誠にありがとうございました。今後も様々な研修会を企画してまいりますので、皆さま是非ご参加ください。

今後の研修会予定はこちらをご確認ください

<http://www.spch.izumo.shimane.jp/cooperation/support-lhcw.html>
(島根県立中央病院ホームページ 医療連携 ▶ 地域医療従事者への支援)

2018年度 地域医療・介護関係者を対象とした研修会の一例

開催日	テーマ(研修内容)
5/17(木)	県の保健医療計画を踏まえた地域医療の現状と課題、および当院の役割
5/31(木)	しまね医療情報ネットワークシステムの活用 すべては患者さんの安心・安全のために
6/14(木)	急変時対応講習会 危険な状態の見極めとその伝え方
6/16(土)	NST研修会 栄養サポートについて学ぶ
7/5(木)	認知症の人や家族を支えるために、認知症について理解を深め、 支援方法を学ぶ
8/9(木)	がん治療とケア研修会 抗がん薬治療中の患者さんを地域で支えるために
9/6(木)	感染管理研修会 地域で支える感染対策
9/15(土)~16(日)	島根がんのリハビリテーション研修会
9/30(日)	緩和ケア研修会(PEACE)
11/2(金)	感染防止対策研修会 医療現場で手指衛生を改善する秘訣
11/16(金)	小児科医療研修 災害多発時代に*多文化共生最先端地出雲の子供たちを守る
11/18(日)	PCAポンプ(患者自己管理鎮痛法)研修会
12/6(木)	褥瘡管理研修会 在宅の褥瘡患者さんを地域と共に支援するために
1/17(木)	糖尿病研修 これからの糖尿病のチーム医療 在宅療養のための指導とケア
2/3(日)	周産期母子医療研修会 “Obstetric ICU”という考え方 —RRSも含めて—
3/3(日)	地域歯科医療と病院をつなぐ口腔ケア 病院での実践と工夫 ～地域包括ケアを念頭に～

知って得する 健康 医療 看護 ミニ知識 より

ピックアップ

当院では、患者さんやご家族、地域の皆さまに、健康や病気についてのちょっとしたお役立ち情報や、ぜひ知っておいてほしいことなどをお伝えする『知って得する 健康・医療・看護 ミニ知識』を毎月開催しています。

ここでは、過去に開催した中からお役立ち情報をピックアップしてお届けします。

ジェネリック医薬品って、なに？ (2018年12月18日開催)

ジェネリック医薬品とは？

ジェネリック医薬品とは「後発医薬品」のことで先発医薬品*の特許期間終了後に製造できる医薬品です。先発医薬品と同じ有効成分です。(※先発医薬品…日本で最初に発売される医薬品。独占販売期間あり。)

どんなメリットがあるの？

先発医薬品に比べて値段が安いので、長期間服用する場合は、薬代の削減につながり、国の医療費の削減にもつながります。

デメリットはあるの？

先発医薬品と添加物が異なるため、外観・味・使用感が異なることがあります。また、添加物が変わることで、まれにアレルギーを起こすことがあります。

安全なの？安くても効き目があるの？

効能・効果・用法・用量は基本的に先発医薬品と同じです。様々な試験によって効果や安全性が証明されています。

ジェネリック医薬品を使用するには？

病院・診療所・調剤薬局で、ジェネリック医薬品を希望することを伝えましょう。(ジェネリック医薬品希望カードもあります)



先発医薬品

開発期間 約9～17年
開発費用 約300億円以上



ジェネリック医薬品

開発期間 約3～5年
開発費用 約1億円



検査を受ける時の注意『血液検査編』 (2019年1月17日開催)

採血時の注意は？

服装は腕をまくりやすい服、手首がきつくない服を選びましょう。きつい服だとしっかり押さえても出血することもあります。

採血後の注意は？

採血後は脱脂綿でしっかり押さえましょう。(まれに内出血になることも)

血液検査の前の食事について

検査の項目によっては空腹時と食後で値が異なる項目があります。医師の指示に従ってください。

知って得する 健康 医療 看護 ミニ知識 今後の予定

開催 月1回 平日の15:00～15:30

場所 1階 ふれあいホール(正面玄関ホール)

テーマ:「やさしいがんゲノム医療」

開催日: 2019年4月24日(水)

講師: 外科部長 金澤 旭宣(医師)

テーマ:「快便でスッキリさわやか」便秘の薬や解消法

開催日: 2019年5月9日(木)

講師: 臨床薬剤科 山本・景山・藤原(薬剤師)

テーマ:「笑って元気!!」

開催日: 2019年6月25日(火)

講師: 笑い療法士 吾郷 美晴(助産師)

※ミニ知識へのご参加6回で記念品プレゼント!
※詳細は当院ホームページやFacebookでご確認ください

イベント紹介

看護の日

開催日 2019年 5月15日 水

時間 10:00～11:30

会場 1階 ふれあいホール(正面玄関ホール)

イベント一例

フットケア
骨密度測定
体重測定・体脂肪測定
骨盤ケア
認知症について

健康相談展示

医療・健康相談
栄養相談

など、イベント盛り沢山です!



一般外来診療のご案内(予約のない方)

診療受付時間

各診療科の外来日はホームページをご確認ください。

月曜～金曜

8時30分～11時00分

※当日に診療していない診療科、あるいは特殊外来を受診を希望される場合には、総合受付にお問い合わせください。

かかりつけ医からの紹介状をお持ちください

継続して受診している診療科以外の診療科を受診するとき、他の医療機関からの紹介状を持たずに当院を受診された場合、初診料のほかに5,000円(税込)(口腔外科の場合は、3,000円(税込))をお支払いいただきます。



島根県立中央病院

〒693-8555 島根県出雲市姫原四丁目1番地1

TEL: 0853-22-5111

Mail: spch@spch.izumo.shimane.jp

URL: http://www.spch.izumo.shimane.jp/



島根県立中央病院公式Facebook

院内情報を随時更新しています

<https://www.facebook.com/ShimanePrefecturalCentralHospital/>

