



かけはし

Vol.116

2017年度

No.4

【ホームページアドレス】 <http://www.akunehp.com/>

当院は、地域医療の中核施設として人を大切にし、信頼される医療を目指します。



「2017紅葉」

◆基本方針

1. 満足度の高い急性期高度医療の提供を目指します。
2. 十分な「説明と同意」による納得ある医療を心掛けます。
3. 「かかりつけ医」との密接な連携による医療を行います。
4. たゆまぬ学習と向上心による、より良い医療を目指します。
5. 公正で健全な運営を行います。

CONTENTS

*文化講演会の報告……………	1	*外来診察表……………	6
*大規模災害訓練を実施して……………	2	*新人紹介……………	6
*患者さんの権利と責務……………	2	*12月、1月の出水郡医師会 日曜祭日当番医……………	7
*泌尿器科のご紹介……………	3	*病院ボランティア募集……………	7
*敷地内禁煙のお知らせ……………	3	*医療機能情報提供について……………	7
*インフルエンザについて……………	4	*編集後記……………	7
*リハビリの窓……………	5		

平成29年度『文化講演会』が開催されました

去る10月14日土曜日、出水市文化会館で平成29年度の出水郡医師会ならびに出水郡医師会広域医療センター主催による文化講演会が開催されました。出水市、阿久根市、長島町の行政ならびに出水地区在宅医療・介護連携協議会の共催も戴きました。本会は地域社会への文化活動ならびに健康講座の一環として平成18年から開始し、今年で11回目を迎えています。

今年はずまず第一部として、押し寄せる高齢化の波の中で今話題の『フレイルってなに？』変形性関節症・骨粗鬆症との関わり〜という演題で、当院整形外科部長の恒吉康弘先生よりお話を頂きました。まずフレイルとは加齢とともに心身の活力が低下することで生活機能が障害され、要支援や要介護となる一歩手前の状態であるという概念のお話があり、次に高齢者の痩せ（サルコペニア）や変形性膝関節症、骨粗鬆症などについて詳しく説明がありました。そして健康で長生きするためにはフレイルの予防や治療が大切なことを、整形外科の立場から分かりやすく解説し

て頂きました。最後に家に帰って欲しい大切なメッセージとして、「とにかく転ばないこと」という言葉を頂きました。健康な老後を過ごすため、ぜひお役立てください。



第二部は、来年の大河ドラマ「せごどん」にちなんで、西郷隆盛の曾孫（ひ孫）にあたられる西郷隆夫様に、『薩摩の原動力となつた郷中教育と西郷隆盛の秘話』という演題で、興味深いお話をたくさん伺いました。はじめは自分の生い立ちやお父様のお話をされ、孫にあたられるお父様を通して、西郷隆盛の姿が生き活きと浮かび上がりました。また西郷さんのいろいろな秘話を聞かせて頂くうちに、郷中教育の大切さや敬天愛人のところが伝わって来ました。日常の西郷さんの様子からは、西郷さんが多くの人たちから尊敬され愛されたことを今更ながら納得させられました。人間的にも学ばされることの多いお話しでした。

みなさまには、十分楽しんで頂けたでしょうか。今回は300名ほどのご来場がありました。たくさんのご参加をありがとうございました。出水郡医師会ならびに出水郡医師会広域医療センターは、これからも出水市・阿久根市・長島町からなる出水二次医療圏の高度医療から在宅医療・介護まで、

その発展と充実に尽力して行きたいと考えております。これからもどうぞよろしく、お願い致します。

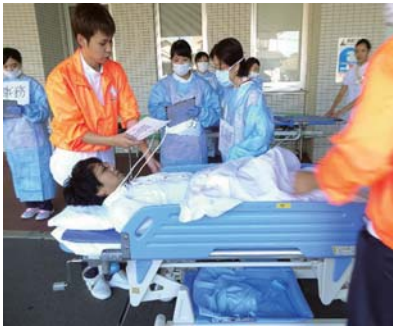
(文責：今村)



大規模災害訓練を実施して

当院では一年に一度「自院被災型訓練」または「患者受け入れ型訓練」を交互に行っています。本年度は、9月30日（土）マグニチュード9・震度7の地震が発生し、阿久根市内の建物倒壊により多数の被災者が搬送されてくるという「患者受け入れ型訓練」を1Fエリア（手術室・血管造影室を除く）と2Fエリアを使用し実施しました。

1Fエリアでは、玄関前に一次トリアージエリアを設置し、その後各エリアへの搬送を行いました。搬送先のエリアは、整形外科外来前に軽症エリア・総合受付前待合室に中等症エリア・循環器外来待合室に重症エリアを設置しました。



各エリアでは医師・リーダー看護師を中心に、災害対策本部と密に連携しながら搬送されてくる患者の対応に当たっていました。患者役等で協力を頂いた附属看護学校学生の迫真の演技もあり、緊張感のある訓練が行えました。



大規模災害が発生した際、いかに早く災害対策本部が正しい情報を収集し各部署に指示を出すかが重要なポイントとなります。今回の訓練で課題を克服し、北薩地区の医療を担う中核施設として、災害時に機能できる医療機関を目指し、継続した災害訓練を行ってまいります。

（文責：山下）



患者さんの権利と責務

～出水郡医師会広域医療センターは患者さんの権利を尊重します～

- 1.だれでもが良質で安全な医療を受ける権利があります。
- 2.人としての尊厳は、全ての医療において尊重されます。
- 3.医療上の全ての個人情報保護されます。
- 4.検査や治療、薬の内容等については、十分な情報提供と説明を受けて、理解と同意に基づいた医療を受ける権利があります。
- 5.診療録等の内容については、本院の規則に基づき、情報開示を受ける権利があります。
- 6.自らの健康に関する情報は、医療提供者に早く、正確に伝える責務があります。
- 7.病院の諸規則を守り、他の方の療養や職員の業務に支障を来さないように配慮する責務があります。
- 8.他の医師や第三者の意見を聞き、納得した医療を受ける権利（セカンドオピニオン）があります。

泌尿器科のご紹介

当科は、前立腺癌や膀胱癌、腎臓癌などの尿路性器悪性腫瘍をはじめ、腎不全や血液透析、尿路感染症、排尿障害に関わる前立腺肥大症、尿失禁、尿路結石に対する治療など、泌尿器科疾患全般を診療しています。

「外来診療」

月・水・木・金曜日の午前中に受け付けております。火曜日は終日手術日・木曜日は午後手術日となっております。できれば月・水・金曜日の受診をおすすめします。平日の午後は、手術、検査や結石破碎等を行っています。

毎日30〜40名の受診者があります。予約制ですが、緊急の患者さんには随時対応いたします。初診患者さんや予約外の緊急患者さんの診療もあるため、予約時間通りに診察が進まずご迷惑をおかけしております。

採血、放射線検査、エコー検査などは可能な限り検査当日に結果を説明するように心がけています。また苦痛を伴う検査では患者さんに検査手技を説明し、話し合

い・同意のもとに検査を実施しています。

「入院診療」

入院診療ではクリニカルパスを導入し、標準的な治療の提供、入院期間の短縮に努めています。泌尿器科疾患には他の診療科と重複する疾患も多く、各診療科と協力しながら治療を進めています。手術予定の患者さんには必要な検査を外来で済ませ、入院翌日に手術が実施できるよう努めています。緊急処置を必要とする疾患には、緊急入院できる体制で対応いたします。

あらゆる泌尿器科疾患について、プライマリー・ケアだけでなく、地域医療機関や大病院などとの連携や患者さんの疾病管理を大切に、質の高い一貫した診療を心がけております。患者さんの健康をサポートし安心して受診していただけるように泌尿器科診療に努めてまいります。

(文責：井口)



結石破碎装置



診察室

敷地内禁煙のお知らせ

平成29年10月1日より、『敷地内禁煙』とさせていただきます。

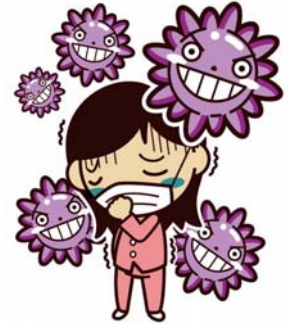
当院は、健康増進法第25条の定めにより、受動喫煙防止のため、敷地内を全面禁煙と致します。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。 病院長



インフルエンザについて

インフルエンザの種類

インフルエンザの原因となるインフルエンザウイルスは、A型、B型、C型に大きく分類されます。このうちの大きな流行の原因となるのはA型とB型です。近年、国内で流行しているインフルエンザウイルスは、A(H1N1)亜型、A(H3N2)亜型（香港型）とB型の3種類です。



インフルエンザの世界的大流行(パンデミック)の歴史

インフルエンザの流行は歴史的にも古く、確認されているのは1900年頃からで、毎年の流行に加えて数回の世界的大流行が知られています。

大正7(1918)年「スペインインフルエンザ(原因ウイルスA (H1N1) 亜型)死亡者数は全世界で2000万人とも4000万人とも言われ、日本でも約40万人の犠牲者が出たと推定されています。

昭和32 (1957) 年「アジアインフルエンザ (A (H2 N2) 亜型) 」

昭和43 (1968) 年「香港インフルエンザ (A (H3N2) 亜型) 」最近では

平成21 (2009) 年に「インフルエンザ (H1N1) 2009」が世界的な大流行を起こしています。



インフルエンザと普通の風邪の違い

○風邪は様々なウイルスによって起こりますが、普通の風邪の多くは、喉の痛み、鼻水、くしゃみなどの症状が中心で、全身症状はあまり見られません。発熱もインフルエンザほど高くなく、重症化することはあまりありません。

○インフルエンザはインフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れるのが特徴です。普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。



インフルエンザの予防

1. 流行前のワクチン接種…重症化の予防に効果があります。
2. 咳エチケット…咳やくしゃみの際に口から小さな水滴が発生します。ウイルスや細菌を含んでいる可能性が有りますので咳やくしゃみの出る方が、マスクをつけて下さい。
3. 外出後の手洗い…手指や体にいたウイルスや細菌を取り除くために行います。
4. 適度な湿度の保持…適切な湿度 (50~60%)
5. 十分な休息とバランスのとれた栄養摂取…体の抵抗力を高めるため日頃から心がけましょう。
6. 人混みや繁華街への外出を控える…やむを得ない場合は、マスクを付けましょう。

(文責:鳥越)

リハビリの窓 ★膝の痛みについて★

「年齢とともに膝の痛みが強くなってきた」と訴える人は少なくありません。「膝の痛み」があると体を動かさづらくなり、ますます症状を悪化させるという悪循環になるので注意が必要です。まずは日頃から、筋肉を強くするなど日常生活でもできる予防法をマスターしましょう。

△日常生活のポイント▽

① ベッドやいすを使う

膝関節を90度以上曲げて座つたり、和式トイレにしゃがんだりすると、立ち上がる時に膝に負担がかかります。いすやソファ、ベッドを使うと、立ち座りも楽になり、膝にかかる負担は軽減されます。正座は膝へ大きな負担をかける事になるので、いすに座る生活など、生活習慣の改善も考えてみましょう。

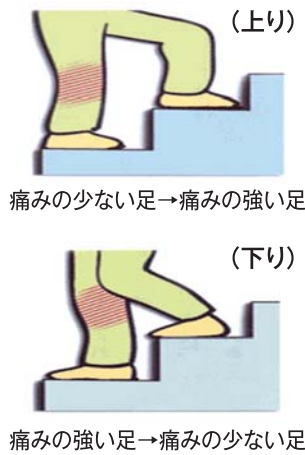
② 肥満の解消

膝の関節に最も負担をかけるのが肥満です。食事と運動（ウォーキングなど）を組合せて無理のないダイエットをしましょう。

③ 階段では手すりを使う

膝に痛みがある人は、階段より

もエスカレーターやエレベーターを利用すると良いでしょう。階段を利用する際は、なるべく手すりをしっかりと持ち、体重を支えましょう。上る時には、まず痛みの少ない方の足で1段上り、反対側の足をそろえ、下る時は痛む方の足から1段下りて、もう片側の足をそろえるようにしましょう。そうすることで、痛みの少ない足に体重がかかり、痛みの強い足を守ることができます。



④ 荷物は左右均等に持つ

荷物は左右どちらかに片寄って持つは左右どちらかに片寄って持つ癖があります。これでは片側だけに重さがかかり、膝を痛める原因となります。荷物は時々持ち替えて負担が片寄らないよう

に気をつけましょう。荷物がいくつある時は、均等の重さになるよう、左右に分けて持つようにしましょう。キャスター付きのバッグなどを活用するのも良いでしょう。尚、その際は他の歩行者に支障にならないように気をつけましょう。

⑤ 杖・押し車の活用

歩行時に膝の痛みがある場合は、杖や押し車を使うことで膝への負担を軽減し、膝の痛みを和らげることができます。杖や押し車にはいろいろな種類がありますが、生活や症状に合わせて選ぶことができます。

⑥ 膝を強化する体操

膝関節の周囲にある筋肉を強化することで、膝機能の衰えを予防することができます。

(1) 椅子に深く腰かけた状態から右足のつま先を天井に向けて膝を伸ばします。膝が地面と平行になったら、5秒程度静止し、ゆっくり膝を降ろします。同様に左足も行います。



(2) 巻いたタオルを膝の下に入れて仰向けになり、両足を真っすぐ伸ばします。膝でタオルを床に押しつけるようにし、力を入れて5秒数えて力を抜きます。これを10回繰り返します。



巻いたタオル

※運動の効果には個人差があります。毎日、少しずつでも継続することが大切です。

(文責：野元)

外来診察表

診療科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
循環器内科	安崎 和博 田端 宏之	田端 宏之 内門 義博	大牟禮 健太 内門 義博	検査日	安崎 和博 大牟禮 健太 立石 繁宜	予約検査	
	大石 充 (鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学教授) 第3水曜日診察 ※都合により第4水曜日になる月もあります。						
(一般内科)	(安崎・田端)		(大牟禮・内門)		(安崎・大牟禮)		
心臓血管外科		【第2】(熊本中央病院・心臓血管外科医)					
神経内科	児玉 大介 (鹿児島大学病院)						
血液内科				井上 大栄 (鹿児島大学病院)			
眼科						鹿児島大学・眼科医	
脳神経外科	手術日	米永 理法	米永 理法	米永 理法	検査日	予約検査	
整形外科	恒吉 康弘 内山田 桜 坂元 裕一郎	手術日	恒吉 康弘 坂元 裕一郎 眞田 雅人	手術日	恒吉 康弘 内山田 桜 鹿児島大学脊髄専門医	予約検査	
	泌尿器科	井口 智生	手術日	井口 智生	井口 智生	井口 智生	予約検査
放射線科	堀之内 信	堀之内 信	堀之内 信		堀之内 信		
耳鼻咽喉科 (15:30まで受付)		鹿児島大学・耳鼻咽喉科医			鹿児島大学・耳鼻咽喉科医		
消化器病センター	消化器内科	紙屋 康之		紙屋 康之 川畑 活人		川畑 活人	予約検査
	消化器外科(外科)	手術日	今村 博 田辺 元	手術日	今村 博 加藤 健司	辺木 文平 手術日	予約検査
	化学療法外来	(今村 博)	加藤 健司	(今村 博)	山崎 洋一	消化器外科医	
	緩和ケア外来		消化器外科医 (16:00~17:00)		消化器外科医 (15:00~17:00)		
	セカンドオピニオン外来		今村/加藤 (16:00~16:30)				
	胃カメラ	川畑 活人	紙屋/川畑	熊本大学・消化器内科医		紙屋 康之	予約検査 (熊本大学・消化器内科医)
	大腸カメラ	川畑 活人	紙屋/川畑	熊本大学・消化器内科医		紙屋 康之	
	肝臓内科	馬場 芳郎 (鹿児島厚生連病院/肝臓内科部長) 第1・3金曜日診察(受付 13:30~16:30) 要予約/要紹介					
	乳腺外来	吉中 平次 (鹿児島市立病院/乳腺外科部長) 第4火曜日診察(受付 9:00~16:00) 要予約/要紹介					

※各診療科・担当医の診察日を確認の上、「地域医療連携室」を通して御紹介下さい。(要予約・要紹介) ※ただし急患はこの限りではありません。

※一般内科は循環器内科と併用の診察となる為、待ち時間が長くなる場合がございます。

※消化器病センターのみセカンドオピニオン外来を設置、他科については通常外来の時間帯に随時対応。

整形外科医師
さかもと ゆういちろう
坂元 裕一郎 鹿児島県出身
生まれ育った北薩で働ける事をうれしく思っております。不十分な点も多いと思いますが一生懸命頑張ります。

整形外科医師
さなだ まさと
眞田 雅人 鹿児島県出身
10月より赴任しました眞田です。地域に貢献できるように精一杯努力します。よろしくお願いします。



**新
人
紹
介**

12月、1月の 出水郡医師会 日曜祭日当番医

変更になる場合がございますので、受診される前に医療機関にお問い合わせ下さい。



月 日	出 水 市	阿 久 根 市	長 島 町
12月23日(土)	整形外科ばぐちクリニック TEL 64-8260 しもそのクリニック TEL 63-8300	いまむらクリニック TEL 73-1700	飯尾医院 TEL 88-5040
24日(日)	出水病院 TEL 62-0419 つかさとクリニック TEL 67-5560	しみずこども医院 TEL 68-0633 黒木医院 TEL 75-0200	鷹巣診療所 TEL 86-0054
29日(金)		上園医院 TEL 73-1055	長島クリニック TEL 88-6405
30日(土)	出水眼科 TEL 62-8350 こどもクリニック永松 TEL 64-1500	林胃腸科外科 TEL 73-3639	平尾診療所 TEL 88-2595
31日(日)	キッズクリニック TEL 63-7707 境田医院 TEL 67-2600	鶴見医院 TEL 73-0553	飯尾医院 TEL 88-5040
1月 1日(月)	よしだ泌尿器科クリニック TEL 63-7800 福永内科循環器科 TEL 62-8200	有村産婦人科・内科 TEL 73-4180	鷹巣診療所 TEL 86-0054
2日(火)	よう皮ふ科医院 TEL 63-1112 二宮医院 TEL 62-0167	植村整形外科 TEL 72-1041 脇本病院 TEL 75-2121	長島クリニック TEL 88-6405
3日(水)	しもそのクリニック TEL 63-8300 東医院 TEL 67-1861	内山病院 TEL 73-1551	平尾診療所 TEL 88-2595
7日(日)	高尾野診療所 TEL 82-0017 吉田耳鼻咽喉科医院 TEL 62-0170	門松医院 TEL 64-6100	飯尾医院 TEL 88-5040
8日(月)	楠元内科医院 TEL 62-8600 来仙医院 TEL 84-2005	山田クリニック TEL 72-0420	鷹巣診療所 TEL 86-0054
14日(日)	市川医院 TEL 63-3151 吉井中央病院 TEL 62-3111	北国医院 TEL 72-0016	長島クリニック TEL 88-6405
21日(日)	広瀬産婦人科医院 TEL 62-1559 クリニックなかむら TEL 62-0241	阿久根眼科 TEL 72-0040	平尾診療所 TEL 88-2595
28日(日)	恒吉医院 TEL 82-0048 三慶医院 TEL 63-2333	林胃腸科外科 TEL 73-3639	鷹巣診療所 TEL 86-0054



医療機能情報提供について



当院の病院機能やサービスについて県に報告したデータをもとに鹿児島県ホームページにて公開されております。閲覧も可能となっております。また、同内容を1階医療情報センター内で自由に閲覧できるよう冊子を配置しております。

鹿児島県ホームページ <http://www.pref.kagoshima.jp/>

編集後記

今年も出水平野に鶴がやってきました。遠くシベリアから何か月もかけてやっとたどり着いた鶴達もゆっくりと羽を休めて出水の地で栄養補給をし、過ごしてもらい春先には元気にシベリアに帰って行って欲しいものです。

ここで一句「木枯らしに 吹かれ飛び立つ 親子鶴」

(吉野)