

かけはし

Vol.102

2014年度
No.5

【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、信頼される医療を目指します。



「謹賀新年 2015 初日」～撮影場所:指宿～

◆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. 十分な説明と納得によ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. たゆまぬ向上心と学習により、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

*新年のご挨拶.....1	*外来診察表.....6
*眼科紹介.....2	*医療機能情報提供について.....6
*患者さんの権利と責務.....2	*2月、3月の出水郡医師会
*最近の感染症情報.....3	日曜祭日当番医.....7
*阿久根消防署合同消防訓練を終えて.....4	*病院ボランティア募集.....7
*心臓リハビリテーションについて.....5	*お知らせ.....7
*リハビリの窓.....5	*編集後記.....7

広報誌「かけはし」は、当院のホームページでもご覧になれます。

2,3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
2月 1日(日)	福元医院 TEL 67-3200 荘記念病院 TEL 82-3113	しみずこども医院 TEL 68-0633 黒木胃腸科外科医院 TEL 75-0200	飯尾医院 TEL 88-5040
8日(日)	こどもクリニック永松 TEL 64-1500 しもぞのクリニック TEL 63-8300	いまむらクリニック TEL 73-1700	平尾診療所 TEL 88-2595
11日(水)	出水病院 TEL 62-0419 整形外科はぐちクリニック TEL 64-8260	門松医院 TEL 64-6100	長島クリニック TEL 88-6405
15日(日)	出水眼科 TEL 62-8350 境田医院 TEL 67-2600	山田クリニック TEL 72-0420	鷹巣診療所 TEL 86-0054
22日(日)	キッズクリニック TEL 63-7707 福永内科循環器科 TEL 62-8200	北国医院 TEL 72-0016	飯尾医院 TEL 88-5040
3月 1日(日)	奥田蘇明会医院 TEL 82-3998 二宮医院 TEL 62-0167	阿久根眼科 TEL 72-0040	長島クリニック TEL 88-6405
8日(日)	よう皮ふ科医院 TEL 63-1112 吉井中央病院 TEL 62-3111	林胃腸科外科 TEL 73-3639	鷹巣診療所 TEL 86-0054
15日(日)	東医院 TEL 67-1861 つかさとクリニック TEL 67-5560	植村整形外科 TEL 72-1041 脇本病院 TEL 75-2121	飯尾医院 TEL 88-5040
21日(土)	吉田耳鼻咽喉科医院 TEL 62-0170 高尾野診療所 TEL 82-0017	有村産婦人科内科 TEL 73-4180	平尾診療所 TEL 88-2595
22日(日)	楠元内科医院 TEL 62-8600 来仙医院 TEL 84-2005	上園医院 TEL 73-1055	鷹巣診療所 TEL 86-0054
29日(日)	市川医院 TEL 63-3151 奥田蘇明会医院 TEL 82-3998	内山病院 TEL 73-1551	長島クリニック TEL 88-6405

※ぜひお気軽にお問い合わせください。

(応募お問い合わせ)
出水郡医師会広域医療センター 総務課まで
TEL 73-1331
(内線 371・374)

- 1 身の回りのお世話
花を生ける、水を替える、普湯のみの洗浄、下膳、お茶くみ、食事介助、洗濯、買い物、洗髪、入浴介助、床頭台の清掃、ゴミ捨て
- 2 話し相手
筆談、手話、本を読む等
- 3 その他
院内の案内、散歩に連れて行く、ベッドの移動、荷物の搬送、清拭タオルのローリング、草刈、花壇の整備等

活動内容

出水郡医師会広域医療センターでは、患者さんの生活の質の向上、地域の人々への病院理解、病院職員への啓蒙などを目的としてボランティアを募集しています。

病院ボランティア募集

お知らせ

意見箱について
当院では、総合受付、各病棟の患者食堂など院内8カ所に意見箱を設置しております。当院へのご意見・ご要望などをお寄せ下さい。なお、回答・検討・改善事項を各フロアの掲示板に掲載していますのでよろしくお願い致します。



編集後記

あけましておめでとございます。皆さんはどのような正月を迎えられたのでしょうか。今年にはひつじ年です。ひつじは群れをなして行動するので、家族の安泰や平和をもたらす縁起物とされているようです。また、羊毛は暖かく身を包んでくれるありがたい存在でもあります。ひつじに見習い、さらにチーム医療を充実させ患者さんを包み込めるような、よりよい病院を目指したいものです。
今年一年も広報誌「かけはし」をよろしく願いいたします。

(本田)



新年のご挨拶

院長 立石 繁宜

平成27年の新春を迎え、明けまして、おめでとうございます。

昨年は、国内的には異常気象や火山噴火による自然災害で、多くの犠牲者が出ましたが、一方で3名の日本人のノーベル賞受賞、ソチオリンピックでのフィギュアや全米オープンテニスでの日本人選手の活躍等明るい話題も多々ありました。

当院にとりましては、昨年8月に医師宿舍が完成し、地域医療に携わる新たな医師の確保につながりたいと思っております。9月には、病棟8階に新たに心臓リハビリテーション室を開設しました。心臓病患者さんの運動・食事・薬物の総合的な診療による早期回復と健康維持を目的にしています。また、10月には新手術室建設が始まりました。ネット網で結ばれた将来を見据えた手術室で、住民の皆様への新たな高度医療の提供が出来るものと期待しています。

さて、当院のような地方の医療現場では、医療職員、特に医師と看護師の社会的偏在化、少子高齢化社会、急速な情報通信社会など、多くの問題を抱えています。国の方針として、病院から在宅医療・在宅介護への転換が叫ばれています。このためにも、患者さん方には「かかりつけ医との連携」や「夜間一次救急の野田診療所受診」などのこれまで同様の理解をお願いいたします。

今年も、患者さん志向の医療提供と、また医の本質を哲学しうる人材育成を目指し、理念である「人を大切に」して、信頼ある医療に努めたいと思います。本年も、旧年同様にどうか宜しくお願い申し上げます。



眼科紹介

当院に眼科が開設されて本年で7年目となりますが、現在の当科での診療内容について紹介させていただきます。

外来は月曜日・土曜日（土曜日は予約患者のみ）行っており、午前は一般外来診療、午後からは一般外来診療と入院患者さんの外来診療と特殊診療を行っております。特殊診療とは、各種レーザー治療、視野検査、術前検査、眼鏡処方、造影検査といった多少お時間の必要なものを指します。

手術は月曜日の午後と木曜日の午前に割り当てており、白内障、翼状片、眼瞼下垂症といった病気の手術を行っており、皆さん入院していただいたうえで治療しております。もし日帰り手術をご希望の場合は近隣の眼科医院を紹介させていただきますのでその旨ご相談ください。また難治症例と思われる場合は鹿児島大学病院等を紹介させていただきます。また、こちらでも御了承ください。

当院では初診の際にかかりつけ医からの紹介状を持参していただくことをお願いしておりますが、眼科につきましては紹介状の必要はありません。目のことでお困り

の際はどうぞご相談にいらしてください。ただしご予約なしでいらした方は、予約患者さん優先的に診察しておりますので、ご面倒でも受診希望のある方は一旦病院にお電話をいれていただき、予約を取られてからご来院いただければ待ち時間を短縮できますので何卒御了承ください。

(文責：平瀬)



診察風景



手術風景

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は保護されます。
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。

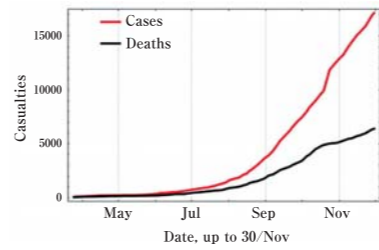
最近の感染症情報

昨年の話題の感染症といえば皆さん、何を思いつかれますか。

エボラ出血熱、デング熱、鳥インフルエンザなどでしょうか。

エボラ出血熱は、エボラウイルスにより起こる急性感染症で、出血熱の一つです。潜伏期が2〜21日とされます。死亡する率が高いことから日本の法律である感染症法では、最も危険な1類感染症に指定されています。

今回のエボラ出血熱流行は、2013年12月にギニアで2歳の男児から発生したことに端を発し、ギニア、シエラレオネ、リベリアなどの西アフリカ地域を中心に感染拡大し、2014年12月9日時点で感染疑い例も含め感染者数18,152名、死亡者6,548名(死亡率36%)となっています。(WHO発表より)



感染者数(赤)と死亡者数(黒)の変化



フルPPE

感染したヒトまたは動物の血液などの体液と直接接触した場合に感染の危険が生じる接触・飛沫感染であるとされています。

日本では今のところ発生していませんが、厚労省では「もし流行国に渡航し帰国した後、1ヶ月程度に渡り、発熱した場合、万が一の場合を疑い、地域の医療機関を受診することは控えていただき、まず、保健所に連絡し、その指示に従って下さい」と呼びかけています。

エボラ疑似患者と接する場合は、フルPPE(个人防护服)着用が必要となります。今回の西アフリカのエボラ出血熱では、医療従事者の感染が3%、その中の約半数の方が命を落されていることを考えるとフルPPEの着脱時の手順も非常に重要となります。

8月末に起こったデング熱の感染拡大したことを考えると、エボラ出血熱もいつ発生してもおかしくない状態です。

デング熱は蚊によって媒介されるウイルス感染症で、人から人へ伝染することはありません。症状としては感染後2〜10日で突然高熱がでます。頭痛、眼の奥の痛み、腰痛、筋肉痛、骨痛などの症状があらわれ、食欲不振、腹痛、吐き気、嘔吐、脱力感、全身倦怠感なども現れることがあります。通常は約1週間で回復しますが、デング出血熱になると出血を伴い、適切な治療をしないと死亡することもあります。

世界では毎年5,000万から1億人が感染し、12,500〜25,000人が亡くなっています。

日本での国内発生は戦後みられませんでしたが、2014年8月末から153名の患者が発生したことはテレビや新聞の報道でご存知の方も多いことと思います。

予防としては現在、ワクチンがないため、蚊に刺されないように虫よけスプレーや素肌をできるだけ

けさらさないようにすることが大事です。また、蚊を駆除することも重要です。

MARS(中近東呼吸器症候群)はあまり知られていないかもしれませんが、2012年に発見されたウイルスによる感染症です。サウジアラビアを中心に流行している肺炎を主症状とした感染症で、死亡率は40〜50前後と非常に高くなっています。WHOでは大規模感染の恐れがあるとして注意を呼びかけており、厚労省では2014年7月に「指定感染症」に指定され、2類感染症と同様の対応をすることとなっています。

その他にもインフルエンザ、ノロウイルスなど注意しなければならぬ感染症が多数あります。皆さん、感染症の情報に耳を傾け、感染予防対策を心がけてください。(文責:末田)

阿久根消防署合同消防訓練を終えて

平成26年11月14日に阿久根消防署と出水郡医師会広域医療センター合同で消防訓練を行いました。6階病棟を出火場所と想定。36名の患者役スタッフを一時避難し、2名の逃げ遅れ想定患者役スタッフを、はしご車にて救助を行いました。当院のスタッフだけでなく阿久根消防署のスタッフも加わる事で緊迫した状況で、訓練をすることが出来ました。災害はいつ発生するか分からないものなのでこういった経験を活かし、火災は予防が大切ですが、実際火災が発生した場合即座に対応できるよう、また防災意識が向上できるようにこれからも災害対策委員会のメンバーとして病院全体で取り組んで行きたいと思いました。 文責(玉利)

避難の様子



はしご車による救助、また避難訓練後には煙体験、消化器訓練、消防車見学を行いました。



反省会を参加者全員にて行いました。

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 (一般内科)	立石 繁宜 吉野 聡史 下野 洋和 (吉野・下野)	福元 大地 下野 洋和 (福元・下野)	大牟禮 健太 福元 大地 (大牟禮・福元)	検査日	立石 繁宜 吉野 聡史 大牟禮 健太 (吉野・大牟禮)	予約検査	
	心臓血管外科	[第2] (熊本中央病院)					
	神経内科	児玉 大介					
	血液内科			新居 亮彦			
眼科	平瀬 純伸	平瀬 純伸	平瀬 純伸	手術日	平瀬 純伸	予約検査	
脳神経外科	手術日	栗 隆志	栗 隆志	栗 隆志	検査日	予約検査	
整形外科	恒吉 康弘 藤元 祐介 内山田 桜	手術日	恒吉 康弘 藤元 祐介 城光寺 豪	手術日	恒吉 康弘 内山田 桜 (鹿児島大学・脊椎専門医)	予約検査	
	泌尿器科	加々良 一朗	手術日	加々良 一朗	加々良 一朗	予約検査	
	放射線科	堀之内 信	堀之内 信	堀之内 信			
耳鼻咽喉科 (15:30まで受付)		診察日 (鹿児島大学・耳鼻咽喉科医)			診察日 (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 井上 和彦	井上 和彦	予約検査	
	消化器外科 (外科)	手術日	田辺 元 今村 博	手術日	今村 博 崎田 浩徳	予約検査	
	化学療法外来	(今村 博)	崎田 浩徳	(今村 博)	濱田 博隆	原口 尚士	
	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/崎田 (16:00~16:30)				
	胃カメラ 大腸カメラ	井上 和彦	紙屋/井上	熊本大学・ 消化器内科医	紙屋/井上 (大腸カメラ) 中村 直英 (クリニックなかむら)	紙屋 康之 (熊本大学・消化器内科医)	予約検査
	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 (鹿児島大学内分科/教授)	第4木曜日診察(受付 14:00~16:00)		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。

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/>

心臓リハビリテーションについて

心臓病の患者さんは心臓の働きが低下し、制限された生活により、体力も低下しがちです。心臓病の主な原因は動脈硬化といわれており、「高血圧」「高脂血症」「糖尿病」「肥満」などの誘因があり、心臓病で再入院を繰り返す状況にもつながります。そこで、入院中に主治医・看護師・リハビリスタッフ・薬剤師・栄養士などが連携して患者さんへアドバイスを行い、早期に社会復帰すると共に、再発予防につながるよう、心臓リハビリテーションを行うっています。

では、当院での具体的な取り組みをご紹介します。リハビリでは、患者さんの病状、身体能力に応じ、ストレッチや筋力トレーニング、自転車エルゴメーターを使用した有酸素運動を組み合わせていきます。また、心臓リハビリを解説した当院独自の「しおり」を作成し、病状についての説明や運動指導、栄養士による栄養指導、薬剤師による服薬指導を行っています。退院前には自宅での自主トレーニング方法や生活上の注意点を話し合い、継続した体力の維持・向上を目指しています。

なお、次号では循環器医師によるご紹介を致します。
(文責：湯田)



リハビリの窓（ストレッチングについて）

《ストレッチングの目的》
 ストレッチングは、筋に対しては弾力性を高めて筋の損傷を予防することのほか、関節や靭帯を適度に伸張させて関節そのものの可動域(柔軟性)を改善させます。ウォーミングアップとしてのストレッチングは、その場面のベストコンディショニングとしての、筋肉・腱・靭帯などに刺激を与えます。すなわち、身体の柔軟性を適切に保つと同時に、筋肉の反応時間の短縮により身体の反応を向上させることが大きな目的になります。

《ストレッチングの効果》

- ①筋緊張の低下
 - ②可動域(柔軟性)の改善
 - ③筋肉痛の緩和
 - ④血液循環の改善
 - ⑤傷害予防
 - ⑥競技的パフォーマンスの向上
- 《効果的なストレッチングの方法》
 (1) 体温を上昇させておく
 体温を上げてから行うストレッチングは、安全であり、より一層効果的です。そのためウォーミングアップとして、ストレッチングを行う前の5分~10分程度のウォーキングなどが有効です。

- (2) 効果的な頻度及びストレッチングの時間
 健康面からも、ストレッチングは毎日行うことが効果的ですが、少なくとも1日おきに週3回は行いましょう。筋肉に対するストレッチの時間は、弾みをつけず「楽に筋肉を伸ばす程度」で10~30秒間保持させ、筋肉の張りが和らいだら、「楽に伸ばす」よりもほんのわずかに大きく、軽い張りを感ずるまで伸ばし、さらに10~30秒間保持させると効果的です。
- (3) 呼吸が楽に行えるように留意する
 ストレッチング中は呼吸を止めず、ゆっくり、リズムカルに行う事を意識しましょう。もし、上体を前屈させてストレッチするとき、前屈させながら息を吐き、前屈した状態を保持しながら、ゆっくり息を吸う事が大事です。
- (4) ストレッチ時の正しい姿勢及び動作を身につける
 (5) ストレッチングにより痛みが起らないように留意する
 (6) ストレッチングは原則として自分に近い筋肉から遠い筋肉へと進める

(文責：山田)