

クローバー

発行
平成17年2月15日
編集
北村山公立病院
住所 東根市温泉町2-15-1
TEL 42-2111



素敵なひとときを—初めてのクリスマスコンサート—

昨年の十二月八日、当院で初めてのクリスマス・コンサートを開催いたしました。歌は安孫子由美さん、ピアノは河内浩子さん、チエロは鶴宮裕美さんの女性三人による、「音ギフトHANA」という素敵なグループに演奏していただきました。この季節にちなみ、ハンドベルによる「きよしこ

の夜」、「ホワイト・クリスマス」のチエロ独奏、そして歌と始まり、「荒城の月」、「知床旅情」、「ふるさと」といった、懐かしのメロディーもあり、多数の方が口ずさんでいらっしゃいました。途中で、「HANA」さん手作りのシェーカー（ヤクルトを二つ合わせた中に、お米を入れ、さらに布で包んであるアイディア・グッズ）が観客に配られました。楽しい安孫子さんのお話につられて、シェーカーを手にした患者さんは、歌に合わせて、リズムにのって元気よく腕を振つていらっしゃいました。最後は全員で「きよしこの夜」を合唱して初めてのコンサートは無事に終了することができました。

普段は騒がしいロビーも、この日ばかりはクリスマス気分満載のコンサートホールに変身していました。患者さんは、癒された素敵なひとときを過ごしていただけたのではないかでしょうか？（患者さんのみならず我々スタッフ一同も、とても楽しいひとときを過ごせました）。

これからも皆様の心に残る企画を催したいと当院では考えておりますので、ご意見ご要望を是非お寄せ下さい。

（主催・病院の質の向上とサービス改善関係部門会議）

北村山公立病院の 理念

○理 理 念

地域の信頼にこたえるため、患者様中心のよりよい医療の提供に努めます。

○基本方針

一 患者様中心の医療
人間性を尊重し、信頼関係を基本とした満足度の高い医療をめざします。

二 医療の質の向上

地域の基幹病院として、地域の医療機関と連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組みます。

三 経営参加への意欲

職員は業務に意欲的に取り組み、病院機能の一層の充実と健全な経営の確保に努めます。

診察室 12

脂肪肝—生活習慣病—



消化器科 福岡 猛

「脂肪肝とは？」皮下や内臓に脂肪がたまると肥満になります。肝臓がフオアグラのようになつたといえればわかりやすいかもしれません。健康な肝臓には3%を少し超える程度の脂肪が含まれています。しかし、10%を超えると細胞の中に脂肪滴という泡状のものが現れる様になります。この脂肪滴が、肝臓の細胞の三分の一以上に現れる様になつた状態を脂肪肝といいます。

「原因は？」脂肪肝の三大原因は肥満、酒の飲みすぎ、糖尿病です。肝臓はよく人体の化学工場といわれ食物から摂取する脂肪や全身の脂肪組織から運ばれてくる脂肪、肝臓自身が合成する脂肪で、いつも脂肪まみれで働いているといえます。肝臓が正常に機能していれば問題はないのですが、食事から摂取する脂肪が増えたり糖尿病のように脂肪の代謝に影響するような病気があつたり、肝臓自身の機能が低下したりすると脂肪を処理する力が落ち、あつといふ

間に脂肪がだぶつき始めます。

「症状は？」倦怠感や疲労感ですが、多くの場合、初期の自覚症状はなく、健康診断や他の病気の検査を受けて偶然発見される場合がほとんどです。

「簡単な検査でわかるの？」生活習慣、嗜好を確認したり血液検査や超音波検査、CT検査を行うと診断はすぐにつきます。

「症状がなくても治療は必要？」

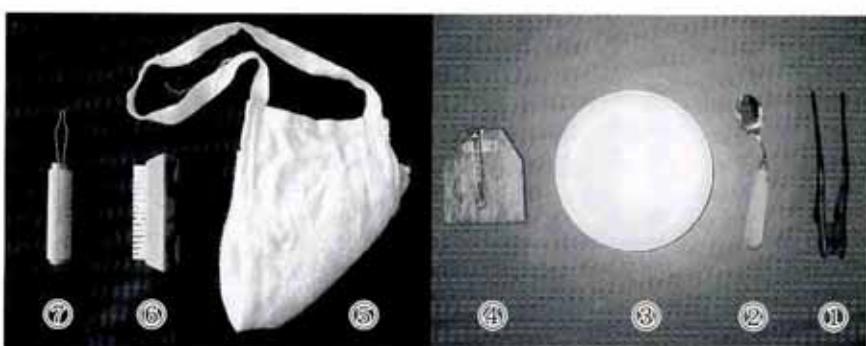
脂肪肝のある人は肝臓の病気以外にも動脈硬化や高血圧になりやすく、心臓病や脳卒中のリスクも高くなりますので予防や治療が必要です。予防や治療は食事療法や運動療法が基本です。具体的には低脂肪、高蛋白のメニューを摂ったり、一日三〇分から一時間程度の有酸素運動（ウォーキングやゆっくりしたりズムのエアロビクスなど）が効果的です。また糖尿病などの持病がある方はそれを治すこと、アルコールが原因の方はアルコールを控えることで脂肪肝は改善します。

脂肪肝で命を落とすことはまずありません。しかし、頻度は少ないのですが悪化して最終的には肝硬変となります。また心疾患などの成人病と密接な関係にあるため症状がなくとも油断は禁物です。もし健康診断などで肝機能異常が指摘されたら症状がなくとも一度消化器科にご相談ください。

その② 知つておこう

充実した在宅生活を送るために

- 前回は自助具の説明をいたしました。今回は具体的に自助具の紹介をしていきます。
- ①バネ付箸：やわらかく握るだけでつかめ、握り箸でも使えます。
 - ②太柄スプーン（フォーク）：柄が太いため握りやすく角度も自由に変えられ口まで運びやすくなります。
 - ③自助食器：底が広く縁が高く内側にそりが付いているためすべりやすいです。滑り止めシートを使うとより安定します。
 - ④台付つめきり：指先を使わずに手のひらなどで押すだけで簡単に切ることができます。
 - ⑤ループ付タオル：握ることが困難なためループに不自由な方の手を通し固定することで、背中が洗いやすくなります。
 - ⑥吸盤付スポンジ（ブラシ）：壁などに固定し、動く方の手や背中をこすりつけることで一人で洗うことができます。
 - ⑦ボタンエイド：握りの先にボタンを引っかけるループがあり、握つて動かすことが可能であれば手先



の細かい動きが困難な方でもボタンのかけはしができます。その他にもたくさんの自助具があり、その人の用途に合わせたものを見つけることが大切です。自助具について詳しく知りたい方やお困りの方は、すぐに御連絡下さい。

北村山公立病院 作業療法士

伊藤 麻子
片倉 直子

松沢先生学会にて オリエンパス賞受賞



平成十六年十一月に岡山にて開催された第十八回日本Endurology・ESW学会において、泌尿器科の松沢一郎先生がオリエンパス賞を受賞しました。日本Endurology・ESW学会は、泌尿器科における癌や結石に対する内視鏡的検査や治療を中心とした内容が討議される学会です。その学会で発表されたものの中でも優れた内容のものに与えられるのがオリエンパス賞です。発表内容は、「腹腔鏡下前立腺全摘除術—125例の病理学的検討」です。腹腔鏡手術は、社会的問題になったこともあります。十分な経験を積んだ医師が施行すれば決して危険な手術ではありません。また、身体的負担は、従来の手術と比較して軽く、当院泌尿器科においても数年前より積極的に導入しています。最後に松沢先生のコメントを一言「やつたー!!!」

診察室 13

冬の皮膚のかゆみについて



皮膚科 東 直行

秋から冬になると体（腰、太もも、すねなど）が痒くなる、特にお風呂上がりに痒くなるといった症状を感じたことはありますか？

『なぜ冬になるとかゆくなるのでしょうか？』——それは秋から冬に気温が下がり皮膚の発汗が低下し、空気が乾燥するため皮膚も乾燥して、皮膚の潤い（水分、脂分）が少なくなるため外部からの刺激に対して敏感になるからです。また暖房器具に当たる血行が良くなると痒みも強くなります。高齢者の方は、若いよりも皮膚の乾燥が強く症状が出やすくなります。そしてウール素材の服を着る機会が増え、その繊維の刺激や静電気の刺激が痒みを引き起こします。

皮膚の最も外側の角質が、皮膚の水分のうち約30%を保持しています。角質細胞同士の隙間にある表皮脂質（皮脂）、天然保湿因子、セラミドが水分を逃さないようにし、皮膚に潤いを与えています。

『お風呂でごしごし洗つていませんか？』——入浴時は血液の循環が良くなり、痒みが強くなり、ナイロンタオルなどの硬い素材でごしごし体を洗うと、とても気持ちが良く、つい強く洗ってしまいます。そのためさらに脂分が抜けて乾燥が進んでしまい、皮膚は刺激に敏感になりすぐ痒くなるという悪循環が生じます。

『どうすればよいのでしょうか？』——このような乾燥した状態を乾皮症といいます。皮膚が細かくぼつぼつしたり、さらに赤いボツボツができる、痒みが強くなつてると皮脂欠乏性皮膚炎・乾皮症様湿疹といいます。皮膚炎・湿疹がある場合は、症狀にあわせたステロイド外用剤を塗り、尿素軟膏やワセリンなどで保湿をします。さらに次のような日頃の注意も必要です。

入浴時は木綿の柔らかいタオルを使いこし洗わない。2) 脱脂力の弱い、乾燥肌用の石鹼を使用する。3) 石鹼を使うのは、汗を拭き汚れる部位、皮脂の多い部位だけにする。4) 保湿効果のある入浴剤を使用する。5) 暖房を強くしすぎない、室内を加湿する。

冬の皮膚の痒みと乾燥について書きましたが、なにか皮膚のトラブルでお困りの際は一度皮膚科へご相談ください。

ナースキャップ廃止のお知らせ

看護師の象徴として、長い間皆様に親しまれてきたナースキャップを平成十七年一月四日より廃止いたしました。

医療現場は、高度医療に対応するための医療器具が数多く置いてあります。その中で看護するにはナースキャップが医療器具に引っ掛けたり、患者様をベットから車椅子に移動する際に邪魔になるという機能的でない面や、ナースキャップの型を整える為の「のり」が細菌付着原因となる等の衛生面からもマイナスが多く、ナースキャップの必要性を検討した結果、廃止することとしました。

廃止したことで外見で分かりにくくなつた面は、これまで以上に看護師としての自覚と責任を再認識しながら看護師らしさをアピールしていくたいと思っていますので、ご理解をいただければ幸いです。

看護部



1月4日より
ナースキャップが
廃止となります



いきいき職場紹介⑧ 医事課

「医事課」と聞いてもなじみがないと思いますが、正面玄関を入って左側（受付や会計業務をしている所）と言った方が分かりやすいかも知れません。

患者さんの約九十五%が四市町の住民の方ですが、現在、約十二万件のカルテを保有しています（ちなみに四市町の人口は十一万人弱です）。受付された患者さんのカルテを、その中から選別し、各科外来へ搬送したり、診察が終わつた患者さんのカルテのチェックや整理をしたりします。

医事課の一日は、朝八時二十五分になると、マイクを持ったスタッフが、朝早くからホールで待つておられます。」という一言から始まります。毎朝、受付の方法などについて説明を行っています。

受付の窓口には、診察を受ける患者さんばかりではなく、診断書の申込みや、入院手続き、入院患者さんの病室の問い合わせなど、一日に多くの方が来られます。一方、会計の窓口では、毎日八百人ほどの外来の患者さんの会計に加え、診断書や退院

「医事課」と聞いてもなじみがないと思いますが、正面玄関を入って左側（受付や会計業務をしている所）と言った方が分かりやすいかも知れません。

された方の会計と、手を休める暇がない時もあります。

また、月初めから十日までは、診療報酬明細書（レセプト）の作成及び点検・修正等の請求業務に追われ、残業が多くなります。

その他にも、人間ドックや婦人科検診などの検診業務や医療費の相談など医療に関わる事務全般の仕事をしています。

最初の受付から最後の会計まで、患者さんと接する部署になりますので、スタッフ二十九名、いつもきめ細やかな対応と、スムーズに診察が出来る様、迅速かつ正確な仕事を心がけています。

医事課 番藤恵美子



ナース室より こんなにちば



神町中学校より 車いすをいただきました

去る十一月二十一日、東根市役所にて、東根市立神町中学校の生徒会・JRC（青少年赤十字）委員会より車いす六台の寄付をいただきました。

これは神町中のボランティア活動の一環で、空き缶やブルタブなどを回収した収益金で、毎年市内の福祉施設などに寄贈しているもので、今年は東根市を通して当院にいただきました。今回は、計約三千kgを集めました。今回、車いす六台に換えたとのことでした。

当院では患者様の高齢化が進んでいるため車いすの数は大変不足していました。今後有効に活用させていただきたいと思っております。どうもありがとうございました。

朝七時になると洗面所の前はだんだん行列が出来てきます。そして患者様全員が集まってデイルームで摂る食事はなんとも賑やかな風景です。忙しい患者様の一日が始まります。「あら〇〇さん歩けるようになつたね」「〇〇さん今日は何の料理を作るの、おいしくできたら試食させてね」「今日はおめかしはどうしたの」様々な声が飛びかっています。なにしろ活気に満ちた病棟です。

私達は、患者様と御家族の方が喜んで退院の日を迎え、不安なく社会復帰が出来るよう援助しています。

東四階病棟 高橋 礼子



くすりになる薬の話

健康より
講座

薬剤科長 大崎節子

薬は、病気を治療するのに大変重要な役割を果たしますが、使い方を間違えると、十分な効果が得られなかつたり、副作用を起こすこともあります。薬は正しく使ってこそ効果が得られます。薬を大きくわけると医療用医薬品（処方薬）と一般用医薬品（市販薬）にわけられ、処方薬はその人だけの薬として医師が一人一人の病状に応じ、もっとも有効な薬を処方しています。又、市販薬は短期間の使用が基本であり、数日使つて効果がなければ、使用をやめて病院を受診して下さい。

薬の形には使いやすさや効き目を考えたいろいろなタイプがあり、体内に入つた薬は血液にのつて全身の組織に運ばれ、病気が起こつている部分に到達しその働きを發揮します。ほとんどの飲み薬は服用時間がきまっています。薬の成分が血液中に一定の濃度以上に存在している必要があります。三〇～五〇%の方が服用時間を見失つたり飲み忘れを経験したことがあると言われています。飲み忘れることがあります。飲み忘ると血液中の濃度

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

薬のことは病院まかせという方もいますが、薬は医師や薬剤師のためのものではなく、患者さん自身のためのものです。自分の薬にもつと関心や疑問を持つて薬剤師とおしゃべりをして下さい。そうしたコミュニケーションが副作用や相互作用から患者さん自身を守り、より良い治療につながります。一人で複数の診療科を受診することで起きる弊害も「おくすり手帳」を活用することでお防ぐことができるでしょう。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

が下がつて十分な効果が得られません。薬を飲み忘れたらどうしましよう？食事をしなくとも飲むこと。一日三回の指示の方は次の服用時間まで四時間以上、一日二回の方は次まで六時間以上時間があいていれば、飲んでもかまいません。けつして二回分を一緒に飲まないよう注意しましよう。複数の薬を一緒に飲むと、薬の作用が強くなつたり弱くなつたりする場合があります。これが薬の飲み合わせで、専門的には「薬物相互作用」といいます。同じように特定の薬と食品によつても食べ合せという相互作用が発生することがあります。必ず相互作用が起きるわけではありませんが、自分の飲んでいる薬を知つておくこと、医師や薬剤師の指示を守ることなどが大切だと思います。

外来診療科医師日程表

◆内科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|------|------|------|------|
| 金村應文 | 亀山幹彦 | 金村應文 | 小林宣明 | 佐伯和則 |
| 村井綱児 | 小林宣明 | 佐伯和則 | 亀山幹彦 | 村井綱児 |
| 亀山幹彦 | 佐伯和則 | 村井綱児 | 金村應文 | 小林宣明 |

*下段は新患外来の担当医師

*毎月最終診療日 午後2時より禁煙外来(予約制)

◆神経内科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|------|------|------|------|
| 瀬田健博 | 野本達也 | 野本達也 | 野本達也 | 野本達也 |
| 野村浩一 | 瀬田健博 | 瀬田健博 | 野村浩一 | 瀬田健博 |

◆消化器科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|------|------|------|------|
| 福岡 猛 | 福原宗久 | 福岡 猛 | 福原宗久 | 滝沢隆雄 |
| | | | | 福岡 猛 |

◆小児科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 鹿子島俊夫 | 鹿子島俊夫 | 鹿子島俊夫 | 鹿子島俊夫 | 鹿子島俊夫 |

◆外科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|------|------|------|------|
| 小川芳雄 | 木内博之 | 小川芳雄 | 木内博之 | 小川芳雄 |
| 高橋由至 | 李栄浩 | 李栄浩 | 李栄浩 | 高橋由至 |
| 平方敦史 | 平方敦史 | 寺田淑恵 | 寺田淑恵 | 平方敦史 |

◆整形外科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------|------|------|--------|--------|
| 上坂眞司 | 尾崎大也 | 上坂眞司 | 石田良太 | 上坂眞司 |
| 石田良太 | 石田良太 | 石田良太 | (尾崎大也) | (尾崎大也) |

◆形成外科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|-------|-------|-------|-------|
| 伊吾田慎一 | 伊吾田慎一 | 伊吾田慎一 | 伊吾田慎一 | 伊吾田慎一 |

◆皮膚科

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-----|-----|-----|-----|-----|
| 東直行 | 東直行 | 東直行 | 東直行 | 東直行 |

*外来の受付時間は午前8時30分～午前11時30分まで、診察は9時開始です。土・日・祝日・年末年始は休診です。ただし、急患は随時受付・診察を行います。
*都合により、担当医師が変更や休診になる場合があります。

お知らせ

面会時間について 病院からのお願い

午前中病棟では、回診または処置、検査等が行われます。スムーズな診察により患者様の一日も早い回復を目指しておりますので、面会時間をお守りいただけようお願い致します。

面会時間.....
平日 午後1時半から午後8時まで
休日 午前11時から午後8時まで

編集後記

クローバーが発刊されて3年余り、病院の情報が少しでも地域の方々に届き、活用されているのでしょうか。

また、間もなくホームページの開設が予定されており、更に患者様との情報交換が図られればと思っております。医療と福祉を連携し、患者様へのサービス向上に努めております。

なお、厳しい運営のなか、患者様に選ばれる病院を目指して、医療機能評価機構の評価を受けるべき準備を開始したところであります。

最後に、クローバーに対するご意見やご要望をお寄せいただけると編集への活力にもなるはず、お気軽にお寄せくださいるようお願いいたします。

Kazu