

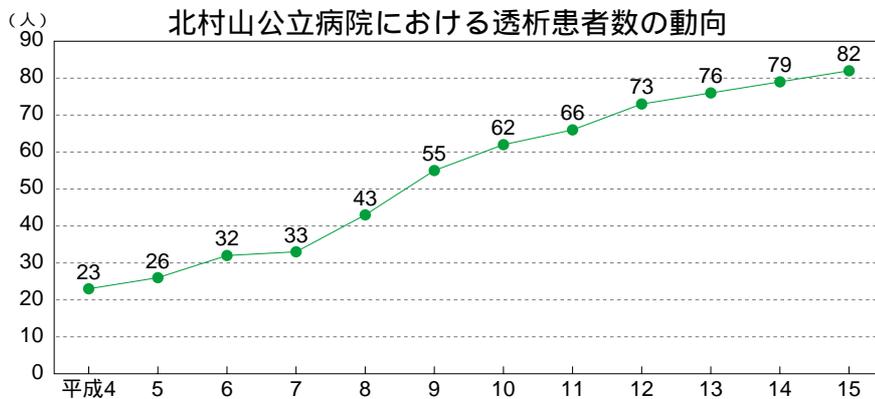
クローバー

発行
平成18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

新しい透析室へ

最近、透析治療を受けられる方の増加が著明で、全国的に透析施設の不足が大きな問題となっており、特に地域医療においてはその傾向が顕著です。また、透析治療は基本的に外来で行ないますが、透析治療を受けられる方の高齢化や重篤な合併症にて

通院治療が難しくなり、長期の入院治療が必要となることも少なくありません。北村山地区の透析施設は数ヶ所のみで、当院は北村山地区唯一の入院施設をもった透析施設であります。当院では平成四年から透析治療を行なっていますが、患者様の増加に



伴い平成十一年に第二透析室が新設されました。しかしながら、その後も透析患者様の増加の一途をたどり(グラフをご覧ください)、将来的な透析治療ベッド数の不足などが懸念され、対応について院内での検討が重ねられました。その結果、第一透析室の増改築工事が行なわれ、十月末に第二階病棟に新しい透析室が完成しました。更なる透析患者様の増加にも対応可能な増床が行なわれ、新しい透析機器の導入など、より安全かつ快適に治療を受けられる環境が整いました。今後も、更に充実した透析治療が提供できますよう病院全体として取り組んでいく考えであります。



新しく設置された人工透析室内の個室

診察室 16

加齢による夜間排尿 回数の増加について

泌尿器科 根本 旬



近頃、夜中にトイレに行くことが多くなったりと感じることはありませんか？

日本人は清潔観念が強く、排尿に関して他人と話をすることを嫌う傾向にあるといわれており、一般的なことをご存知ない方が多いと思います。アンケート調査の結果では、男性は五十代から、女性は六十代を過ぎると約二十%の人が夜間にトイレに行くようになると答えています。その回数は年齢と共に増加し、七十五、八十歳になると性別に関係なく半数以上の方が夜間に二、三回トイレに行くことと答えています。今回は、加齢による体の変化のうち、排尿に影響するものについて触れてみたいと思います。

一つ目は、睡眠についてです。人間は、加齢により脳が萎縮し睡眠が浅くなり、長時間連続した睡眠ができなくなります。七十代になると多くの方が三、四時間しか熟睡できなくなるとされており、必然的に夜間に目が覚めるようになります。また、

人間は暗いところにいると、不安からトイレに行くことが多くなることも心理学的に証明されています。

二つ目は、尿を作るリズムが変わることです。人間は、尿を作りにくくするホルモン（抗利尿ホルモン）の働きが夜間に活発になります。そのホルモンの働きが良い四十、五十歳代までは、夜間の尿量が日中の六十%まで少なくなっています。このホルモンの働きも加齢とともに低下するので、夜間に作られる尿の量が多くなります。

三つ目は、膀胱の力が落ちることです。膀胱は、尿を出すこと（排尿）と尿を貯めること（蓄尿）の二つの大きな機能があります。加齢により膀胱の筋肉の伸び縮みが低下し、尿の勢いが悪くなります。そのため排尿後の爽快感がなくなったり、実際に残尿が増えたりすることにより尿の回数が多くなります。最近では、蓄尿に関係する神経が知覚過敏になることが（過活動性膀胱）、尿を我慢する力の低下に影響していることがわかってきており注目されています。

以上、睡眠や尿の産生のリズムが変わり、膀胱の力が低下することにより夜間の排尿回数が増加します。夜間五回以上トイレに行かれる方は夜間頻尿と呼ばれ、特に男性の場合は前立腺疾患の関与もありますので、専門医への受診をお勧めします。

お知らせ

クリスマスコンサートを開催しました

昨年の12月14日、一昨年に引き続き「音ギフトHANA」さんの演奏によるクリスマスコンサートを開催しました。

今回もハンドベルでの演奏や、シャボン玉を使って雰囲気を出したりと様々な趣向で楽しませてくれました。

会場に集まっていた皆様も手作りのシェーカーを手にして一緒に演奏に加わる場面もあり、ご満足いただけたのではないのでしょうか？

これからもいろんな企画で患者様の満足を得られるよう努力していきますので是非ご参加ください。



歩行補助車を設置しました

昨年11月に、歩行補助車五台(写真)を設置しました。正面玄関を入り、右側に置いてあります。どうぞご利用下さい。



患者様満足度調査の実施について

3月6日から17日の期間に、患者様満足度調査を実施します。皆様の声を聞かせていただき、より満足していただける病院を目指しますので、どうぞご協力お願い致します。

健康講座

今年の十一月三十日に健康講座を開催しました。タイトルは「インフルエンザについて」で、当院の耳鼻咽喉科・粉川医師が講師を務めました。その時の内容を紹介します。

従来型のインフルエンザについてですが、表面構造の違いからA型、B型、C型に分かれます。C型は小児での鼻かぜ程度の小流行で終わるため、社会的に大きな問題にはなりません。現在、世界中で流行しているのは、A型とB型です。これら三型にはそれぞれ亜型が存在し、そのために毎年、免疫をかいくぐって流行を繰り返すのです。現行のインフルエンザワクチンは、次の年に流行が予測される株を決め、三つの亜型すべてを含む混合ワクチンになっています。したがって、予測した亜型が流行株とはずれた場合、ワクチンは有効でなくなるわけです。このような亜型は突然変異により表面構造タンパクを変化させて、免疫構造から逃れるというインフルエンザウイルスの特徴によるもので、麻疹ウイルスなどにはありません。これを連続変異といいます。一九九七年に香港で初めてヒトにトリ型のインフルエンザであるH5N1の感染が確認されるまでは、トリ型がヒトに感染

するとは考えられなかったことで、専門家の間では大事件であったわけです。ヒトとトリでは感染対象の細胞の表面構造が異なるため、種族を越えて感染することはないとされてきました。今まではブタを介してトリ型からヒト型へ変化し、新型ウイルスが発生すると思われていました（これを不連続変異といいます）。

このように、ブタはトリ型もヒト型も両方とも感染することのできる極めて寛容な動物であるからです。両種のウイルスが同時にブタに感染し、細胞内で混ざると新型の亜型ウイルスが誕生するとされています。その原則を覆してトリ型のままでヒトに感染したH5N1ウイルスは、そのままだけはトリ型であるのでヒトからヒトへ感染効率は極めて悪く、流行することはありません。しかし、ヒトの細胞内でヒト型に変化する可能性があり、これだけトリ型インフルエンザが散発すると、いつヒト型の新型インフルエンザウイルスが発生してもおかしくない状況です。まさに、そのXデーは間近に迫りつつあるのです。ひとたび新型ウイルスが発生すると、全人類に免疫がないため、またたく間に世界中を駆けめぐると思われます。厚生省では四分の一が発症し、死者は十七万人から六十四万人に及ぶと報告しています。この数字は抗インフルエンザ薬のなかった一九一八年のスペインかぜの

死亡率をそのまま使っているため現実的にはもっと少なくなると思われますが、従来型のインフルエンザでも流行の激しかった年は三万人にも及ぶ死者が出ていることから、数万人に及ぶことは確実と考えられます。問題は、この死亡者の八十%以上は高齢者なのです。インフルエンザはかぜ症候群の一つであり、免疫力のある一般の人は約一週間で症状は改善します。しかし、高齢者ではインフルエンザがいなくなつた後も細菌が混合感染し、肺炎を併発したり、呼吸器、循環器、糖尿病などの慢性疾患の悪化をきたし、重症化することがあります。また、乳幼児もインフルエンザ脳症などの合併症で死亡する確率が高くなります。このように免疫力低下した高齢者、小児を中心に、感染予防、早期治療などの対策をとっていく必要があります。

治療の原則は、安静と解熱剤などの対症療法で、細菌の二次感染が疑われる場合は抗菌薬を併用します。重症が予想される高齢者、小児は、発症から四十八時間以内であれば抗インフルエンザ薬の投与を行います。予防対策としては、インフルエンザ流行時には換気の励行、マスクの着用、うがい、手洗いの励行、不潔な手で顔面に触れないなどの注意が必要です。また、六十五歳以上の高齢者や年齢にかかわらず呼吸器系、循環器系、腎臓などに慢性の基礎疾患を有する者、糖尿病患者、免疫不全の患者及びこのようなハイリスク者にインフルエンザを伝播する可能性のある医療従事者や老人施設の従業員はインフルエンザワクチンを毎年接種する必要があります。ワクチンを接種してもインフルエンザに罹患することはありますが、死亡率は確実に低下させます。ただし、新型のインフルエンザウイルスに関しては現行のワクチンは無効であるので、発生が確認されると速やかにワクチンの開発が急がれます。

最後に、新型インフルエンザに対する対策ですが、家禽類のインフルエンザの監視の強化や防疫の支援、医療体制の整備、ワクチンの開発研究、治療薬の備蓄開始などです。特に、抗インフルエンザ薬であるタミフルの国家・自治体での備蓄が急務であると考えられます。現在のところ備蓄の進行状況はまだまだといったところです。

耳鼻咽喉科 粉川 隆行



外来診療科医師日程表

平成18年2月15日現在

内科				
月	火	水	木	金
金村應文	亀山幹彦	金村應文	亀山幹彦	佐伯和則
岩本将人	宮地秀樹	佐伯和則	宮地秀樹	岩本将人
亀山幹彦	佐伯和則	岩本将人	金村應文	宮地秀樹

* 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
石原 力	瀬田健博	瀬田健博	石原 力	瀬田健博

消化器科				
月	火	水	木	金
福岡 猛	高橋 光	福岡 猛	高橋 光	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
山本一仁	木内博之	山本一仁	木内博之	山本一仁
清水哲也	峯田 章	峯田 章	峯田 章	清水哲也
福原宗久	福原宗久	寺田淑恵	寺田淑恵	福原宗久

整形外科				
月	火	水	木	金
上坂眞司	尾崎大也	上坂眞司	尾崎大也	上坂眞司
石田良太	石田良太	石田良太	石田良太	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
加藤篤衛	加藤篤衛	加藤篤衛	加藤篤衛	加藤篤衛

脳神経外科				
月	火	水	木	金
鎌塚栄一郎	鎌塚栄一郎	國本健太	鎌塚栄一郎	國本健太
		午後 國本健太		

* 水曜日は午後2時30分より頭痛・顔面痙攣外来(予約制)

泌尿器科				
月	火	水	木	金
根本 勺	富田祐司	根本 勺	根本 勺	富田祐司

産婦人科				
月	火	水	木	金
大塚 茂				

眼科				
月	火	水	木	金
鈴村幸史	鈴村幸史	鈴村幸史	鈴村幸史	鈴村幸史

耳鼻いんこう科				
月	火	水	木	金
粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行
小町太郎	小町太郎	小町太郎	小町太郎	小町太郎
				午後 粉川・小町

* 金曜日のみ午後外来診察(午後2時30分~3時30分受付)

リハビリテーション科				
月	火	水	木	金
滝沢隆雄	知識鉄郎	尾崎大也	滝沢隆雄	木内博之

麻酔科				
月	火	水	木	金
篁 武郎				
太田 亮				

放射線科				
月	火	水	木	金
安藤 順				

* 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。

ホームページの開設について

当院では、ホームページを開設しました。病院の様々な情報を掲載しておりますので、是非ご覧下さい。

HPアドレス
<http://www.hosp-kitamura.jp>

次回の健康講座開催のお知らせ

テーマ：救急医療の実際
~あなたにもできる心肺蘇生術~
日時：3月29日(水) 午後7時~8時
場所：北村山公立病院1階待合ホール
講師：脳神経外科医師 國本 健太
皆さん奮ってご参加下さい!

知ってる?

転倒とは？ その2

前回は転倒を予防するには自分の体をつまく使っていくことが大切で、すということ述べましたが、今回は具体的な方法を一つ提案したいと思います。

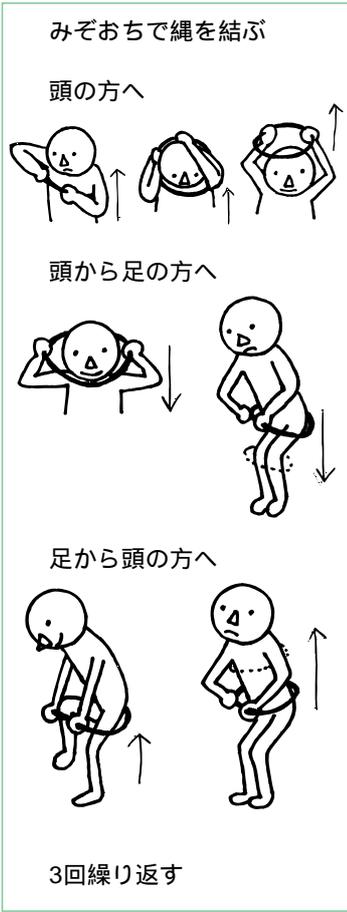
先日、ある地区で高齢者の体力測定を実施した結果から気付いたことですが、握力や歩行速度は保たれているのに対し、柔軟性やバランス能力の低下が多く見られました。転倒予防には柔軟性やバランスが大変重要な要素になってきます。特に身体の中でも胴体部分は手足や頭や首の土台となっている重要な部分ですが、自分で意識して動かすということはほとんどないため、柔軟性やバランスが欠如しがちです。

縄を使って自分の身体を動かしてみよう。では、ここから『縄抜け』の方法を説明します。

縄を身体に回してみぞおちの所で落ちない程度に軽く結び、輪を作ります。結んだ輪を頭の方にくくっていく。この時、自分の体を動かしながらゆっくり行なう。今度は、頭の方から輪をくぐり、足から抜けていく。次は、足の方から輪に入り、頭の方に抜けていく。この動きを三回程度繰り返して終了です。

この時に注意することは、急がず無理をしない。痛みが出るようであれば縄の結び目をゆるめる。できれば立つて行なうとよいが、転ぶ危険性のある人は椅子に座って行なうの三つです。

慣れてきた方は、縄の結び方を徐々に強めていきましょう。動き方などどこを注意するかは個人によって異なりますので、分からないことがあれば公立病院のリハビリまで聞いてください。理学療法士 鈴木瑠美子



いきいき 職場紹介 11

医療福祉連携室

正面玄関を入つてすぐ右側に医療福祉連携室はあります。あることは知っていても、どんな仕事をしているのだろうと思われている方が多いのではないのでしょうか？医療福祉連携室の業務は、大

きく二つに分けられます。

まず一つは、『病診連携』業務です。病診連携とは、地域の病院・医院などと当院との連携を密にすることで、患者様への医療の質と安全の向上を目指すためのものです。皆様が普段診ていただいている医院・クリニックなどの先生から当院へ紹介があった場合、私たちの出番になります。

診療・検査予約のファックスでの受付、各科外来との調整、また、紹介患者様の受診状況、結果などを紹介元の先生にファックスやハガキで報告することも行なっています。予約はしていないが、かかりつけの先生から紹介状をもらって来たという患者様も、来院したらまず医療福祉連携室にお越しください。私たちが受付をし、患者様を外来までご案内致します。

もう一つの業務が、『医療福祉相

談』です。自分や家族が病気になった時、これまでなかった心配事が出てくる場合があります。介護のこと、お金のこと、仕事のこと…。体や精神の状態が入院前とだいぶ変わってしまった場合など、特に今後の生活についての不安は大きいことでしょう。通院・入院中、また、退院後の生活への不安について、利用できる福祉制度の紹介や関係機関、院内スタッフとの話し合いなども行ないながら、患者様・家族の方と共に考え、よりよい解決の方法を探していきます。相談は無料です。また、秘密は厳守致しますので、安心してご相談ください。

医療福祉連携室は、患者様が安心して受診・入院・退院できるようお手伝いしています。

医療福祉連携室 高橋 結子



ナース室より

こんにちは



西六階病棟は、西棟エレベーターに乗って最上階の病棟になります。降りると周りに村山市、東根市の街並みが見える明るい病棟になっています。

病棟には、内科、神経内科、消化器科の治療を必要とされる患者様が入院しておられます。心不全の方や脳梗塞の方が多く、ベッド上での入院生活の苦痛をいくらかでも軽減し、安全に入院生活が送れますように、看護師十九名、看護補助者六名で看護しております。

最近では、特に大腸検査の為の入院患者様も多く、数ヶ月先の予約までいっぱいです。その患者様に対しても、少しでも苦痛がなく検査が受けられるように、日夜頑張っています。また、勤務の合間をぬって、看護研究、研修会への参加も積極的に行なっています。現在は、BLS（一次救命処置）の認定を得るための研修会に奮闘中です。

西六階 柴田 郁子

救命救急士研修

当院で毎年、受け入れを行なっている救急救命士研修を、本年度修了された東根市・石垣隊員の研修の感想を紹介します。

東根市消防署 石垣 修



この度は、北村山地区の基幹病院である北村山公立病院にて大変に実り多き研修を受けさせていただきました。携わりました患者様、熱心且つ丁寧なご指導をいただきました医師をはじめとする病院スタッフの皆様には心より感謝を申し上げます。

今回の研修では、救急救命士として必要な知識や医療技術は基より、医療人としての理念等もご指導いただき、今後はこの経験を救急現場で活かして行きたいと思えます。

市民の方による早い通報や応急手当、救急隊による迅速且つ安全な搬送や救命処置、そして医療スタッフによる専門的な治療や看護、これらの救命の連鎖が繋がることにより、一人でも多くの方が社会復帰できるように努力を怠らず頑張っていきたいと思えます。

新任医師紹介

着任日 出身地
趣味 抱負・自由発言

◆外科 清水 哲也

専門分野 日本外科学会外科専門医
日本消化器内視鏡学会専門医



一月一日
東京都
スポーツ
全力で頑張ります。

◆神経内科



石原 力

二月一日
東京都
スノーボード
微力を尽くしてがんばります。

初診時特定療養費の変更について

病院へ初めて来院される際に、かかりつけ医からの紹介なしで受診した患者様から徴収している初診時特定療養費が、三月一日より、七八〇円から一、五七〇円へと変更になります。

これは、以前「クローバー九号」の中でもご紹介した病診連携推進により、他の医療機関から当院への紹介率が上がり、届出している施設基準が変更となったための改正です。どうぞご理解とご協力をお願い致します。



編集後記

暦の上では「立春」を迎え、間もなく「雨水」ですが、春の兆しはまだまだ遠いようです。雪には慣れているはずの山形県民でも、今冬の雪にはお手上げでした。皆様も「雪はき」で疲労がたまっていることと思いますので、インフルエンザ予防には気を抜かないようにしましょう。

最近、「一無、二少、三多」という言葉を初めて知りました。「一無

は禁煙、「二少」は少食と少酒、「三多」は多動、多休、多接で、運動をよくする、休養をしっかりとる、そして多くの人、事、物に接するということ。この六つを実践すれば生活習慣病を予防できるのだそうです。思い当たる方は是非、今年は一つでも試してみられてはいかがでしょうか。

寒さも厳しい今日、体調を整え、「クローバー」の緑鮮やかな季節を迎えたいものです。(ゆか)