

はあとねっと

Heart Net TAKE FREE

ご自由にお持ち帰りください

Vol.12

岩見沢市立総合病院 広報誌
2020年2月発行

ホームページ

<http://www.iwamizawa-hospital.jp>



特集

「da Vinci」

「乳がんについて」



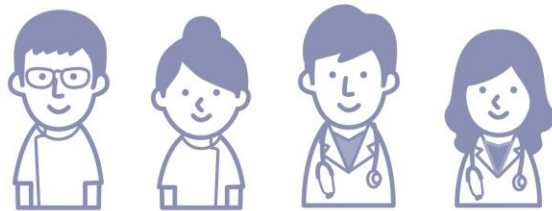
新任のご挨拶 / [職場紹介] 臨床検査科の職場紹介 / [レポート] 災害訓練

[特集] da Vinci / [特集] 乳がんについて

[クッキング] 寒い冬に簡単!美味しい・クセになるレシピ / 病院からのお知らせ

NEWCOMER!

＼ 新任のご挨拶 ＼



「地域医療連携室」 沼田 環 室長

本年4月から地域医療連携室室長を拝命いたしました沼田環です。平成29年12月に消化器内科病棟から地域医療連携室へ異動し、副室長として診療連携部門や相談支援部門への支援に携わってきました。現在、当院が位置する南空知地区は高齢化や人口減少などの問題を抱えています。南空知地域センター病院の役割を發揮し、院内外が多職種と協働しながら、地域住民の皆さまに必要なサービスを提供できるよう努力していきたいと考えておりますので、よろしくお願いいたします。

「放射線科」 山口 晃 技師長

皆様こんにちは、私は診療放射線技師の山口晃と申します。この4月から放射線科技師長として地域の皆様の画像診療と画像管理を安全にそして正確にお届けすることを私の仕事と捉え頑張っています。画像診療とは胸のレントゲン写真いわゆる「息を吸って止めて下さい」から始まって最先端のCT、MRI、血管内治療(IVR)など多岐にわたって行われております。スタッフ一同、皆様方の健康を支えるべくレベルアップに努めています。また撮影された画像を電子保存し、診察や治療を滞りなく進められるよう画像の管理も行っています。地域の皆様に最先端の画像を提供出来るよう日々精進していきたいと考えておりますのでどうぞよろしくお願い致します。



「放射線科」 高瀬 敦好 主任

今年度より放射線科主任を拝命いたしました高瀬敦好です。技師免許取得後は札幌の病院に勤めておりましたが、平成5年に当院に初のMR装置導入に伴い地元岩見沢に戻ってまいりました。当院では約27年間勤務しており、これまでにCT、MR、RI、血管造影、放射線治療など、マンモグラフィーを除くすべてのモダリティを担当してまいりました。どの装置を担当しても変わらない思いは、患者の皆さまへの丁寧な対応と正確な診療です。おひとりおひとりに対し挨拶から始め、お名前の確認、検査の説明、正確な位置合わせ、照射線量の調整など日々努力しております。今後は主任としての責任を自覚し、後輩への指導はもちろん職場環境づくりにも注目をして、放射線科が患者の皆さまをよりあたたかく迎えることができる職場になればと考えております。今後ともよろしくお願いいたします。



「看護部」長谷川 真弓 3階西病棟看護主任

2019年4月より3階西病棟看護主任を拝命いたしました長谷川真弓と申します。私の所属する部署は泌尿器科と消化器内科の混合病棟です。様々な年代の患者様、ご家族様がいらっしゃいます。人と人との関わりが自身に色々な学びをもたらしてくれています。入院生活はその方の人生の一部に過ぎませんが、その中で関わりを密にして患者様・ご家族様の思いに沿った看護の提供を行い、その後の生活までも見据えて関わらせて頂いております。患者様に頼りにされ、心のよりどころにされることで得られる看護師としてのやりがいや充実感を病棟全体で共有し、看護へのエネルギーに変えて頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願ひ致します。

「看護部」堤 亜希子 4階西病棟看護主任

今年度4月より4階西病棟の主任を拝命しました堤亜希子です。岩見沢で育ち、高等看護学院卒業後24年間当院で働いています。根っからの岩見沢っ子です。消化器内科病棟と眼科外来(救急外来)で長く勤務していましたが、この春から小児科・産婦人科病棟配属となりました。私自身2人の子供がおり当病棟で出産していますが、お世話になったときは「優しい病棟」のイメージがありました。今実際働いてみても、思っていた通りあたたかい雰囲気の素敵な病棟です。経験豊富な助産師と、これからどんどん経験を積んで病院を背負っていく立場になる素直な若いスタッフに囲まれ、日々奮闘しております。生命の誕生に関われることをとても嬉しく思うと同時に、ご家族の大切な場面に立ち会わせていただける重みを感じながら、今後も「やさしい看護」を皆様に提供出来るよう、スタッフと共に成長していきたいと思っておりますので、宜しくお願い致します。



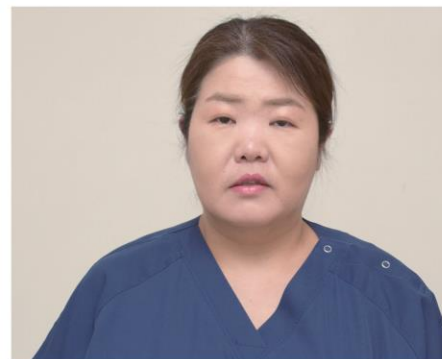
「看護部」笠松 茂則 6階西病棟看護主任

今年度4月より6階西病棟の看護主任を拝命いたしました笠松茂則です。私が所属している6階西病棟は、呼吸器内科病棟であり、主に肺炎や肺がんの患者様が治療を受けています。ご高齢の患者様も多く、治療後自宅退院が難しいため、退院調整が必要となる事もあります。その中で患者様やご家族が安心して入院生活を送れ、安心して退院していただけるよう、看護師長・スタッフと協力しながら看護を実践しています。看護主任としてはまだ未熟ではありますが、看護部の理念である「地域の皆様に信頼される、やさしい看護」の実践のため、日々努力していきたいと考えております。どうぞよろしくお願ひ致します。



「看護部」松井 香織 メンタルヘルス7階病棟看護主任

4月からメンタル7階病棟の看護主任を拝命いたしました松井香織です。メンタル7階病棟は精神科閉鎖病棟です。統合失調症、双極性感情障害、認知症、アルコール依存症、発達障害など、心と体の休養が必要な様々な疾患の患者様が入院治療されています。私は平成20年から当院で勤務しており、当時は精神科での勤務経験がなくとまどいがありましたが、当科を退院し、グループホームなどで自立した生活が送れるようになった患者様の姿などを身近で拝見することができ、現在では精神科看護にやりがいを感じています。患者様と家族の方に安心して療養していただけるような環境作りを目標に、師長やスタッフと協力し、当院看護部の理念である「やさしい看護」を実践していきます。どうぞよろしくお願ひします。



WORKPLACE
INTRODUCTION迅速かつ性格な
検査結果を提供Clinical
Laboratory

私たち臨床検査科は…

臨床検査技師18名、業務助手4名で、血液や尿など患者さんから採取したものを検査する検体部門と、直接患者さんに検査をする生理機能部門と大まかに分かれて業務を行っています。

検体検査

検体部門では、血液中の赤血球数・白血球数・血小板数・ヘモグロビン濃度や蛋白、糖代謝、肝機能、腎機能、脂質、心機能、電解質、腫瘍マーカー、感染症(高感度HBs抗原・抗体、HCV抗体など)、TDM(薬物濃度)や尿中の蛋白・糖・潜血などの測定を行っています。加えて、検体(血液・尿・便・喀痰など)を染色や培養し細菌感染の有無の判定やインフルエンザなどの感染症に対する迅速検査を行っています。より正確な検査結果を迅速に医師へ報告することにより患者さんの負担となる待ち時間の短縮に繋がるよう日々努めています。

検査
EXAMINATION

生理機能検査

心電図・超音波検査(腹部エコー・心エコー・頸動脈エコーなど)
呼吸機能検査・脳波・ABI・SPP・MCS・ABRなどの検査を行っています。
安心して検査を受けていただけるよう心掛けています。



Pickup



耳の不自由な方にも安心して検査を受けていただけるように検査の説明カードにイラストを付けて分かりやすくしています。



新しい取り組み

- *生化学・免疫測定機が新しくなり、検体の搬送ラインを導入したことで検査時間が短縮され、より迅速な検査結果の報告が出来るようになりました。
- *細菌検査では従来の検査に加え、結核菌やマイコプラズマなどの一部の検査ではPCR(遺伝子検査)を導入することによって、より迅速かつ高感度に病原体を検出し、診療に役立っています。
- *血液検査では化学療法や疾患などで血小板が低値となった時の回復予測指標として有用なIPF(幼弱血小板比率)を測定することができます。



災害訓練

院内災害対策本部の様子



INTRODUCTION

REPORT

岩見沢市は、石狩低地東縁断層帯主部に位置しています。

平成30年2月に想定された空知管内地震被害（冬期早朝5時、震度7の想定）の中で、人的被害は死亡も含む重症者1000人以上になると予測されています。そんな中、平成30年9月に北海道胆振東部地震により岩見沢市で震度5弱の地震が発生しました。

そのとき、北海道全域でブラックアウトが生じ、医療だけではなく私たちの生活にも大きな影響を及ぼしました。

それは、大規模災害は身近なことだと痛感する出来事になりました。



消防トリアージのテントを作成

当院は、災害拠点病院とDMAT指定医療機関の役割があり、災害時には地域住民への医療提供体制を維持していかなければなりません。

しかし、地域の状況としては、国勢調査によると南空知医療圏の人口は減少し、高齢者率は2040年に約50%となると推測されています。

高齢化が進行するに伴い、災害時には医療・介護が必要な方が多く存在すると予想されます。

よって、災害拠点病院として地域と連携し、医療・介護が必要な方への医療・ケアの提供を維持していく事も重要です。



赤エリアでは多くの重症患者が搬送された

これらの状況を踏まえ、2019年の災害訓練は、昨年の地震を想定しブラックアウトでの対応について訓練内容に盛り込みました。

具体的には、入院患者さんが安全に生活できる環境をどのように整えるか、院内で勤務する職員、待機する職員の確保や地域との連絡体制など、実際のブラックアウトを経験して明確になった課題について訓練しました。

訓練は、患者役の高等看護学院の学生さん、消防職員の協力を得て実施しました。

そして、訓練後は、毎年の楽しみになっている、栄養科特製カレーライスを参加者全員で堪能しました。

訓練は、課題を見つけてこそ効果があると考えています。

明らかになった課題を解決し、それを続けていくことは、当院の役割を果たし地域の皆様が安心して生活できる体制の構築に繋がると考えています。



患者を探しにきた家族に対応

特集 da Vinci surgical robot

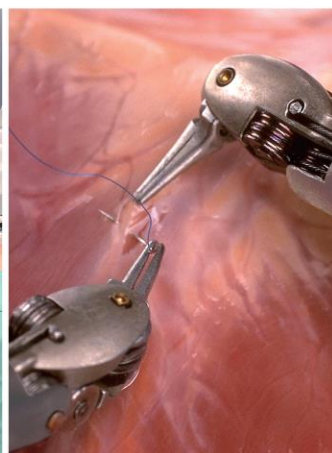


手術支援ロボット ダビンチ (da Vinci) とは

手術支援ロボット、ダビンチ (da Vinci) の紹介をします。
ロボットと言っても、人型ロボットが人間の代わりに手術をするわけではありません。

人間がロボットを操作して、手術を行います。

ロボット本体からは、まるでたくさんの腕が出ているように見えるので、私たちは操作する部分を、ロボットの腕=ロボットアーム、と呼んでいます。



医者は、サージョンコンソールと呼ばれる指令室のような所で、このロボットアームを操作し、ロボットアームが持っている手術道具で手術を進めます。操作している医者は、手術部位を非常に鮮明に見ることができます。

どれほど鮮明かというと、最新のフルハイビジョンテレビで、3Dの映画を見ているような印象です。

鮮明に映し出された手術部位を見ながら、指令室で自由自在にロボットを操作します。

ロボットの操作は指で行うのですが、非常に精度が高く、必要な動きはスムーズに、手ぶれなどの不要な操作は最小限に抑えることができます。

また、粗大な操作を繊細な操作に変換する機能も兼ね備えているので、従来の腹腔鏡手術でも十分正確にできていた手技が、さらに精細できるようになったのです。

当院では泌尿器科で前立腺全摘をロボット支援下手術で行ってきていました。

2018年4月から消化器癌でも使えるようになり、2019年10月から当院でも、直腸癌に対するロボット支援下手術を導入しています。

直腸癌は骨盤の深いところでの操作が必要なので、ロボット手術の長所が大いに発揮でき、患者さんへのメリットも大きいと期待しています。

かつて多くの手術は開腹手術でしたが、現在はほとんどが腹腔鏡手術で行われています。

これからはロボット手術が広く行われる時代になるのかもしれません。



特集 乳がんについて



女性がかかるがん第1位

日本では乳がんが年々増加していて、毎年新たに約7万人の人が乳がんにかかり、女性がかかるがんの中では第1位です。乳がんは、30歳を過ぎたころから増え始め、1番多くみられるのは、40歳代から50歳代です。また、70歳を過ぎててもそれほど減らないので、女性である以上いくつになっても乳がんにかかる可能性はあります。



当院の乳がん検診は、毎週木曜日・金曜日に外科外来で行っています。

女性にとって乳房の診察に抵抗がある方もいるかもしれませんが、当院では主に女医の柏倉医師が診療にあたっています。初めて受診される方も、金曜日の午後は予約をとることができますので、外科外来にお問い合わせ下さい。

乳がんは、自分でみつけることのできる数少ないがんの一つです。

乳がんは早期発見・早期治療することで、根治を望める病気です。40歳以上の方は、2年に1度のマンモグラフィ検査、20歳代から月に1回の自己検診が大切です。

マンモグラフィ検査

マンモグラフィは、乳房専用のX線撮影装置のことで、乳房を上下、左右からはさんで撮影します。

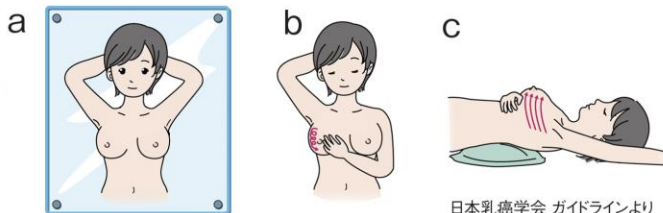
「痛そう」「恥ずかしい」というイメージが強いかもしれませんが、乳房の根元から撮影することや乳房を薄く伸ばして撮影することで、乳房全体の情報をフィルムに映し出すこと、被ばく量を減らすことができます。

また当院では女性技師が撮影するため、羞恥心も異性に撮影されるよりは軽減されると思います。

自己検診 EXAMINATION

月に1回チェックしましょう。

乳がんの症状として1番多いのは、「しこり」で、痛みがないことがほとんどです。その他ひきつれや乳頭からの分泌液などがあります。



日本乳癌学会 ガイドラインより

自己検診の方法

- (a)鏡に向かい、乳房の変形や左右差がないかチェック
*正面・側面・斜めから乳房を見てみましょう
- (b)渦を書くように手を動かして、指の腹で乳房にしこりがないかチェック
*つままず、乳房全体をくまなく触ることがポイント!
- (c)仰向けになって外側から内側へ指を滑らせ、しこりの有無をチェック
*わきの下も含め触り、また乳頭を軽くつまんで、分泌液が出ないか調べます

実施時期

- ・閉経前の方
月経終了後1週間くらいの間に行います
(排卵から月経終了までは乳房が張るため)
- ・閉経後の方
毎月、日にちを決めて行うとよいです
(例:誕生日など)

自己検診で何か異常を感じたら、放っておかず早めに医療機関を受診してください。



Cooking クッキング



栄養科 中島 順子

寒い冬に簡単!美味しい・クセになる



糠にしんの三平汁

材料
4人分

○糠ニシン	1本	○長ねぎ	1本
○大根	120g	※生姜を入れても美味しい	
○人参	80g	○だし昆布	適量
○じゃがいも	2個	(昆布茶でも◎)	
		○水	1.2ℓ

作り方

1. 鍋に水を入れ、昆布でだし汁をとる。
2. じゃが芋は4つに切り、大根・人参はいちょう切りし下茹でする。
3. 糠にしんは糠をよく洗い、ウロコを取り輪切りする。
4. 長ネギは斜め切りにする。
5. 1に長ネギ以外の材料をいれ、野菜に火が通ったら長ネギを入れて完成です。

※糠にしんから塩味が出るため薄めの味付けでつくるのがポイント。
材料は豆腐・こんにゃく・キャベツ・ささげ等も相性が良いです。



青魚に秘められたパワー!! オメガ3系脂肪酸(EPA・DHA)
EPA・DHAにはコレステロールや中性脂肪を減少させ、血液の循環をよくする効果があり、動脈硬化・心臓病・がんの予防につながります。
又脳の働きを活性化するので、脳卒中や認知症の予防効果が期待できます。
他にも抗アレルギー効果・精神安定効果・眼精疲労抑制効果等も有ります。

土曜日でも

健 診

市民健康センターでは、平日はお仕事などで忙しくて、なかなか健康診断が受けられない方のために、毎月第3土曜日に健康診断を実施しています。



土曜日検診は...

➔ 健康診断A・B・Cコース(労働安全衛生規則で義務づけられた検診)

➔ 特定健康診査・生活習慣病検診 など

その他、骨密度検査、腫瘍マーカー、ピロリ菌抗体検査などのオプション検査や、雇用時検診、就学時検診なども実施できます(人間ドックは実施しておりません)

お気軽にご相談ください

実施日 令和2年

2月 15日

3月 21日

●お問い合わせ先● 市民健康センター TEL0126-32-0888

寒中お見舞い申し上げます。

はあとねっと第12号をお届けいたします。まだまだ寒い日が続いております。

インフルエンザの予防のため、手洗い・含嗽を心掛けましょう。

病院では11月と12月にロビーコンサートを開催し、ご参加いただいた皆さまに心温まる楽しい時間を過ごしていただきました。本年も地域の方々と連携し、ロビーコンサートを開催していきたいと思っておりますので、是非ご期待ください。

今後も「はあとねっと」を通じて、地域の皆さまに新しい取り組みや診療等に関する情報をお届けしていきたいと思っております。

広報委員会 委員長 鈴木 章彦

