

# とよさい

ご自由にお持ち  
帰りください

vol.13  
2018.4



- 着任医師のご紹介  
新しく部署長になりました
- 新病院建設ニュース
- 睡眠時無呼吸症候群について
- 課題別成果発表会
- ドクターペンリレー  
内科 長澤 俊明 先生
- 元気スタッフのWA!

「菜の花とみすず」

(第六回豊浦フォトコンテスト応募作品より)

## 病院理念

- 一、「救療済生」の精神に基づき、人々に愛をもって接します。
- 一、患者様本位の良質な医療の提供を実践します。
- 一、地域の医療・保健・福祉の礎となるよう努力します。
- 一、医療を通じて、生き生きのびのびとした豊かなまちづくりに貢献します。



社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部  
山口県済生会豊浦病院

〒759-6302

山口県下関市豊浦町大字小串7番地3

TEL 083-774-0511 FAX 083-774-2590

URL <http://www.toyoura-saiseikai.jp/>



# 着任医師のご紹介



おおたはるか  
小児科 太田陽香 先生

今年度より山口県済生会豊浦病院で勤務させて頂くこととなりました、太田陽香と申します。下関市出身で、山口大学卒業後に同医局に入局し、山口県内の関連病院で勤務させて頂き現在に至っております。地域の子どもたちの笑顔を守れるように尽力していきます。  
よろしくお願ひ申し上げます。



## 新しく部署長になりました

—宜しくお願ひします—



岩本 なお子

副看護部長兼外来師長

地域住民の皆様へ、安心の医療と生活を支えていきたいと思います。



林 美代子

2病棟師長

4月から2病棟師長になりました。安心・安全な看護が提供できるように頑張ります。



シャルマ 直美

3病棟師長

4月より3病棟の師長になりました。思いやりのある看護を目指して頑張ります。



梅本 ひとみ

5病棟師長

患者様に寄り添い、安心で信頼される看護を提供していきます。



林 建宏

6病棟師長

優しく思いやりのある看護・介護で皆様から信頼される病棟を目指します。



山根 雅美

医療安全管理室 リスクマネジャー

当院をご利用いただく皆様に安全で安心していただける医療の現場の確保に努めていきたいと思います。

## かんたん 健康チェックのご案内

日頃からちょっと気になっている体のこと、簡単お手軽料金で検査を受けてみませんか？

### 受付時間

月曜日～金曜日

**11:00～16:00**

### 検査の受け方

- ① 病院の受付で申込書を記入
- ② ご希望の検査場所で検査を受ける

後日、検査結果をお送りします。



これだけ！

### 検査項目

- |                               |     |                 |
|-------------------------------|-----|-----------------|
| ①高血圧症が気になる方                   | ··· | 500円            |
| ②糖尿病が気になる方                    | ··· | 500円            |
| ③肝臓機能が気になる方                   | ··· | 500円            |
| ④腎臓・痛風が気になる方                  | ··· | 500円            |
| ⑤貧血が気になる方                     | ··· | 500円            |
| ⑥血管年齢(動脈硬化)が気になる方             | ··· | 500円            |
| ⑦心臓機能が気になる方                   | ··· | 1,000円          |
| ⑧前立腺が気になる方                    | ··· | 1,000円          |
| ⑨骨年齢が気になる方                    | ··· | 1,000円          |
| ⑩甲状腺機能が気になる方                  | ··· | 1,500円          |
| <b>⑪おすすめセット</b> (上記①+②+③+④+⑤) |     | 通常2,500円⇒1,500円 |

### ご注意

この「かんたん健康チェック」は保険診療・健康診断ではありません。生活習慣病に関連する検査の値です。今後の健康管理のご参考にして下さい。

# NEWS 新病院建設ニュース

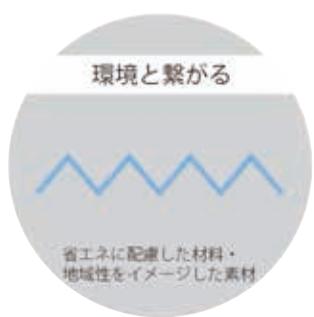
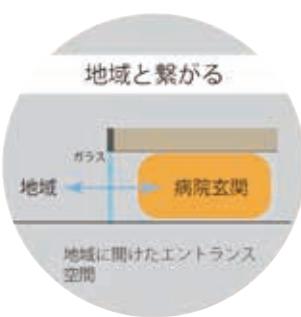
Vol.14



前号でご紹介した通り、新病院は建物が完成しました。  
7月の開院に向け、現在様々な準備、調整作業を進めています。  
今回は、完成した新病院のコンセプトや新しい機能についてお伝えします。

## 建物コンセプト

## 3つの『繋がる』



アイレベルに近い低層階は水平ラインを意識した外観とすることで、響灘との連続性を強調し、**響灘と病院が繋がる**イメージにしています。

病院の顔となる1階総合待合は、地域とのつながりを意識して、ガラス面を大きくし、透明かつ**地域に繋がる**病院をイメージしています。

建物を東西軸に配置することで日射不可を少なくし、かつ西側の窓ガラスには日射反射率の高いLow-Eガラスを採用することで、**環境と繋がる**病院をイメージしています。

**響灘を眺望出来る特別室**

4階特別室には響灘を眺望できる窓を設けています。

**ベッドから眺望できる病室窓**

病棟階の窓はベッドの上からも外部を眺望できる高さに設定しています。

**豊浦珪砂をイメージした外壁**

低層部に配色した黄色は、豊浦町で産出される豊浦珪砂\*をデザインモチーフにしています。



\*豊浦珪砂

粒度が揃って、不純物が少なく、性質が中立であることから、日本の標準的な砂として各種検査・実験等に使用されています。



# あなたは大丈夫??

## 睡眠時無呼吸症候群について

こんな症状があつたらご注意下さい!!



あてはまる様でしたら、あなたにも**睡眠時無呼吸症候群(SAS)**の可能性があります

### 睡眠時無呼吸症候群(SAS)とは??

睡眠時に呼吸が止まつたり、止まりかけている(呼吸が浅く・弱くなる)状態が何度も繰り返され、深い(良い)眠りができない状態です。これらを放置すると日常生活に支障をきたすだけでなく身体にも様々な悪影響(高血圧の合併・心血管疾患の発症等)をおよぼしますので、治療が大事になります。

睡眠時無呼吸症候群が疑われる場合、睡眠状態を知るための検査を行います。

### 当院での流れ

#### 問診

各科

#### 簡易検査

自宅で手軽に出来る検査。  
いびきや呼吸をチェック。

#### 費用(保険診療)

3割負担: 約3,000円  
1割負担: 約1,000円

#### 治療へ

CPAP治療  
各診療科で相談

#### 費用(保険診療)

3割負担: 約5,000円  
1割負担: 約2,000円

簡易結果で、詳しい検査が必要とされた時に

### 精密(終夜ポリソムノグラフィ PSG)検査

病院に一泊して呼吸といびき以外に脳波や心電図等の様々なセンサーを装着します。  
夕方病院に来ていただき寝ている間に検査、朝はセンサーを外して終了。

#### 費用(保険診療)

3割負担: 約30,000円 1割負担: 約10,000円

当院では、今回精密検査まで行える様になりました。

日常生活にあまり影響なく痛みなく出来る検査です。

気になる方は一度検査をしてみてはいかがでしょうか?



# 「課題別研修」の紹介

## 「課題別研修」とは

当院では、看護部が主体となり、一人ひとりが学びたい課題に取り組む「課題別研修」という活動を行っています。

この活動は当院独自の取り組みで、病院でよく行われる全体研修とは違い、スタッフが自分の興味のある分野の知識を深めていくために、所属部署の枠を超えてグループを形成し、各グループの中で自主的に課題や深めていきたい内容を設定して、医師やコメディカルスタッフの協力を得ながら、自身のスキルアップを図っていくものです。各グループとも、ざっくばらんな雰囲気の中で、お互いが自由に意見を出し合い、院内・院外で様々な活動を行っています。

平成29年度は、脳神経疾患、がん化学療法(2グループ)、産科看護、アロマセラピー、呼吸ケア、認知症ケア、口腔ケア、退院支援、緩和ケア・エンゼルケア、メディカルフィットネス、感染、BLS、皮膚排泄ケア、記録、接遇の16グループに分かれて、それぞれが学んでいきました。

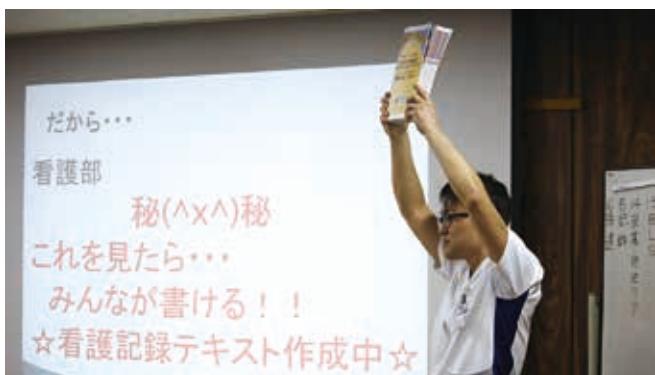
※当院ホームページにも「課題別研修」の活動内容が紹介されていますので、是非ご覧ください!



## 課題別成果発表会

「課題別研修」では、年度末にその成果を発表します。平成29年度は3月1日に課題別研修成果発表会を開催しました。

自分たちで作成したパンフレットを使用しての成果報告や、院外での出前講座の活動報告、症例を通しての成果発表、自分たちが選出した接遇ヒーローの表彰など、楽しい雰囲気の中で発表が行われました。患者さまにより良い看護を提供するための活動報告が多くったのが印象的でした。今後もやりがい感を持ちながら活動を発展させ、患者様が満足できる看護・介護を目指します。



おし  
え  
て  
先生!!

ドクターペンリレー

今回のテーマは…

## “食道裂孔ヘルニアについて”

内科 長澤 俊明 先生



高齢化社会となった日本において、アルツハイマー型認知症による社会生活・日常生活の困難・異常行動の出現、骨粗鬆症に伴う骨折、排尿障害からの腎後性腎不全や尿路感染症の発症、脳血管障害や高度の認知症からの嚥下障害など加齢に伴う疾患に遭遇する機会が増えました。食道裂孔ヘルニアもこれらの疾患と同様、加齢に伴う疾患の一つで、しばしば高齢者のQOLを低下させることができます。以下、この病気について説明します。

体の中には、胸腔(肺や心臓の入っている部分)と腹腔(胃や腸、肝臓などの入っている部分)を隔て、肺を動かして呼吸をする手助けをする「横隔膜」と呼ばれる膜状の筋肉があります(図1)。この横隔膜には、血管や食道などが通る穴があり、食道が通る穴(食道裂孔)から胃の一部が胸腔内に飛び出すのが食道裂孔ヘルニアです。食道裂孔ヘルニアには図2のような3つのタイプがありますが、滑脱型が最も多く見られ、胃食道逆流症になりやすいといわれています。

### 原因

生まれつき起こしやすい場合と、高齢化の進行で横隔膜の穴が広がりやすくなったり、肥満、妊娠、喫煙、腹水、気管支喘息などの慢性的な咳による腹圧の上昇が原因となる場合もあります。

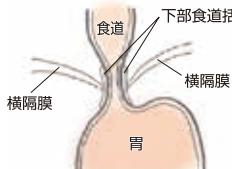
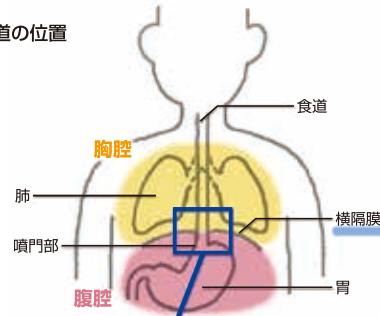
### 症状

症状のない場合も多いのですが、胃酸が食道へ逆流して胸やけや呑酸が現れたり、食べ物がつかえる感じや胸痛があります。

### 検査

胃食道X線検査、内視鏡検査、CT検査など。

(図1)  
横隔膜と食道の位置



横隔膜とは

肺のある胸部と、腸などその他の臓器のある腹部を隔てる境界になっている筋肉です。横隔膜の動きに合わせて、肺に空気が入って膨らんだり、肺から空気が出て行って縮まりするため、呼吸をコントロールする役割も持っています。

(図2)食道裂孔ヘルニアの種類



協力:オリンパス株式会社 おなかの健康ドットコム (<http://www.onaka-kenko.com>)より

### 治療

#### ①生活習慣の改善

胃酸分泌を促す刺激物を控えたり、過食を避け肥満を解消すること。低脂肪食とすること。食後すぐ横にならない。ベルトやコルセットで腹部を締め付けすぎない。妊娠中はおなかに圧力がかかるような姿勢をとらないなどの注意が必要です。

#### ②薬物療法

胃酸の分泌を抑える薬を服用します。

#### ③手術療法

胃や食道が締め付けられやすい場合や、生活習慣の改善や薬物療法で改善しない場合に考慮されますが、最近は患者さんに負担の少ない腹腔鏡手術が広く普及しています。

# 元気スタッフの WA!

皆さんの趣味は何ですか!?  
僕の趣味を紹介します!

5病棟 看護師  
林 和正



みなさん、こんにちは! 5病棟に勤務をしています、看護師の林和正です。

さて、僕の趣味ですが、写真にもあるように、①物騒な物を持って、山の中にいる写真、②昨年の下関海響マラソンの写真があります。

①これは、本物ではなく、エアーソフトガン(法律には触れません)で、「サバイバルゲーム」をしています。市内のチーム専用の山フィールドで、月2回ゲームを開催しています。

ルールは、相手の6mmBB弾が身体のどこかに当たれば自己申告でゲームから離脱します。2チームに分かれて、相手チームのフラッグに見立てたホイップスルを先に鳴らせば勝利となります。

とにかく、よく走り・立つたり・しゃがんだり・ジャンプしたり・斜面を登ったり下ったりしますので、運動不足解消と筋トレが同時に出来ます。そして、突然、相手に出くわしたときにとる行動を瞬時に考え判断し行動に移すトレーニングにもなります。



1

## 患者様の権利

当院では患者様の個性・人格を尊重し、病院の理念に基づいて良質な医療を提供し、患者様の権利を保障します。

- 一、ご自身にあった最良の医療を受けることができます。
- 一、病気・検査・治療については気兼ねなく、納得のいくまで説明を受けることができます。又、主治医とは別の医師の意見を聞くことができます。
- 一、十分な説明を求め、ご自身の治療法などをご自分で決めることができます。
- 一、個人情報の秘密は守られます。
- 一、ご自身の診療録(カルテ)の開示を求めることができます。

②2年前から、マラソンをおこなっています。そして、昨年の下関海響マラソンのフルマラソンに初参加し、制限時間6時間の中、5時間57分のギリギリでゴールしました。



2

走るときには、「なんで…。こんなキツイ…。フルマラソンにお金を出してまで走るんだろう…。」と自分自身に恨みつらみを言いました。

どうにかゴールをして、タイムを見た瞬間に「ちくしょう! ギリギリだ! 来年は、4時間台で走り切ってやるっ!!」と目標を立てました。

そして、最近は、ダイエットも趣味に入っており、-22キロの減量に成功しました。

今から、暖かい季節で外に出やすくなります。無理に運動をしようとするストレスを感じるので、好きなものを買いに行く・好きな場所に行くだけでも適度に身体を動かして運動不足・ストレス解消にもなります。

皆さんの趣味の中に、「楽しく身体を動かす事」を加えてはいかがでしょうか!?

## 教 室 案 内

興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい。

TEL : 083-774-0511(代)

### 安産教室

毎月第4木曜日 13:00 ~ (担当: 1病棟)

医師や看護師、栄養士が分かりやすく病気や予防についてお話をさせていただきます。どうぞお気軽にご参加下さい。

## 基 本 方 針

- 一、患者様と一緒に考え、一緒に病と闘う、心のこもった納得のいく医療を心がけます。
- 一、明るい職場から生まれる、温かく思いやりに満ちた心で患者様に接します。
- 一、常に知識・技術向上のための研鑽を積み、質の高い医療を提供します。
- 一、地域社会のニーズに応え、住民の心身の健康増進に努めます。
- 一、健全な運営と療養環境の充実を図り、地域社会から信頼される病院を目指します。

# 診療案内

再診は全科予約制となります(小児科を除く)

初診の方は医事課③番の新患受付までお申し出ください

平成30年4月1日現在

診療科		月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
内科	午前	長澤俊明 (療養内科)		担当医	長澤俊明 (療養内科)	
			川田泰伸	長澤俊明 (療養内科)	中辻理子	川田泰伸
		千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	千原龍夫 (健診ドック)	高橋徹郎 (健診ドック・内科)	千原龍夫 (健診ドック)
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	弘津喜史
	午後		川田泰伸		長澤俊明 (療養内科)	担当医
		高橋徹郎	弘津喜史	高橋徹郎	弘津喜史	弘津喜史
(専門外来) 糖尿病・メタボ 外来	午前 9:00~12:00	北島敬一				
	午後 13:00~16:00	北島敬一				
神経内科					清水文崇	
心療内科	午前			中田信浩		野村道次
小児科	受付 8:30~11:30	中司謙二 太田陽香	太田陽香	鳴海宏子	太田陽香	中司謙二
(専門外来)		小児神経外来 星出まどか (第1・第3) 13:00~予約制	乳幼児健診 13:45~15:00	慢性疾患・ アレルギー外来 14:30~16:30	小児腎臓外来 橘高節明 (第3) 14:00~予約制	
		予防接種 14:00~15:00	予防接種 14:00~15:00	予防接種 15:00~16:00		
外科・消化器		荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博	荒木厚博
整形外科		橋口彰	橋口彰	鈴木秀典	橋口彰	岩永隆太
脳神経外科	午前	長次良雄	長次良雄	長次良雄	長次良雄(第2)	長次良雄
	午後			長次良雄		
皮膚科				沖田朋子		
泌尿器科		上領頬啓	小松宏卓	上領頬啓	安井平造	小松宏卓
産婦人科	午前	岡田理	岡田理	中島健吾	杉野法広	岡田理
	午後	岡田理	産後検診		岡田理	岡田理
眼科	午後	福村美帆		布佳久		
耳鼻いんこう科	午前	狩野有加莉				廣瀬敬信
リハビリテーション科					長次良雄 11:00~(第2)	橋口彰 9:00~

<受付時間> ※小児科外来受付 8時30分~11時30分

※心療内科診療時間 8時30分~12時00分

※全科の予約の変更は月~金曜日11時~13時に各科外来までご連絡下さい 083-774-0511(代)

※土・日曜日・祝祭日は全科休診となります。但し、急患はこの限りではありません。

## 健康出前講座募集

### 講座開催日

原則、月~金曜日の午後~夕方の概ね1時間  
※特別の希望日時がある場合は御相談ください

### 開催会場

会場は、申込者の方で手配をお願いします  
(会場は下関市内に限らせて頂きます)

### 参加人数

参加人数は10名以上からお願いします

### 申込方法

希望日の2ヶ月前までに地域医療支援(PFM)センターに御連絡下さい  
※学校関係で行っている性教育関連の講座も地域医療支援(PFM)  
センターでお受けしています

### 講座申し込み・お問い合わせ先

◆地域医療支援(PFM)センター  
地域病診連携担当  
TEL : 083-774-0511(代)  
FAX : 083-775-4149  
その他、不明な点がありましたら  
御連絡下さい