



市立岸和田市民病院だより

うらら

第 3 号
平成 26 年 9 月

【発行】
市立岸和田市民病院
広報委員会



いずはら
出原
みなと
湊くん
平成 26 年 6 月 25 日生



産科再開後の第一子ご誕生！
ご出産おめでとございます！

当院は泉州地域唯一の国指定「地域がん診療連携拠点病院」です

【目次】

- P. 2 … 血液内科再開のご挨拶
- P. 3 … 脳ドック診療再開のご案内
- P. 4 … 〈産婦人科特集〉
- ～ 5 プレママチェックの勧め
産婦人科再開のおはなし
- P. 6 … 診療科Pick Up・写真館(看護フェア)
- P. 7 … 葉のお話・栄養ミニレシピ
- P. 8 … かかりつけ医を持ちましょう！

～基本理念～

- ・市民の皆さんが安心して心のこもった良質な医療を受けられる病院をめざします。
- ・患者さん一人ひとりの権利と安全を確保し、絶えず向上心をもって皆さんに信頼されるよう努めます。

～基本方針～

- ・市民の皆さんが安心して良質な医療を受けられるように高度・専門医療と救急医療を充実する。
- ・患者さんが医療の中心であることを忘れず、個人の知る権利と決定する権利を尊重する。
- ・患者さんと職員の安全を確保する。
- ・地域の中核病院として地域医療連携を推進する。
- ・職員の教育・研修を充実し、絶えず向上心を持って努力する。



温かい心をもって、
良質で高度な
医療を提供します。

血液内科再開のご挨拶

血液内科部長 嶋田 高広

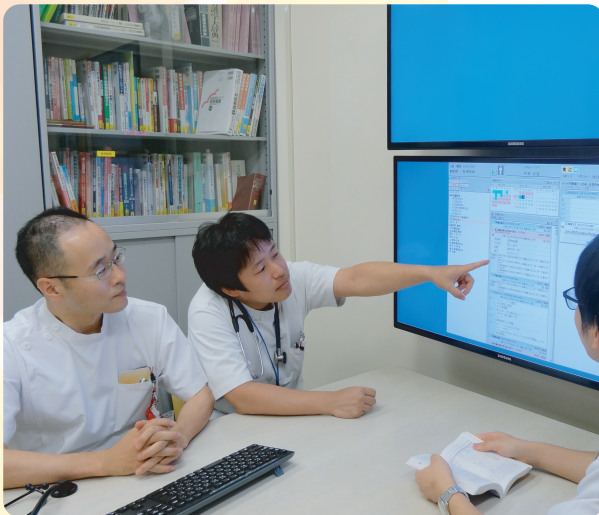
このたび平成26年4月1日付けで血液内科部長に就任いたしました。

私は高石市の出身であり、私にとって岸和田市は同じ泉州地域内の非常に馴染みの深い土地であります。小学生の頃は藤井町の叔母の家に泊まって従兄弟といっしょにだんじりを引いた思い出もあります。そんな岸和田で勤務させていただけることになったのも何かのご縁と感じています。

私は平成5年に近畿大学医学部を卒業後、同第三内科（血液・腎臓・膠原病内科）医局に入局し、同附属病院で研修を開始しました。平成7年から大学院に進学、平成11年から同附属病院で助手として勤務。平成16年から2年間富田林市のPL病院で血液内科病棟医長として勤務。平成18年から2年半米国ロサンゼルス市のCedars Sinaiメディカルセンターに留学。平成21年から近畿大学医学部講師になり、こちらに就任するまで近畿大学医学部で勤務してきました。

血液内科は守備範囲が造血障害、血栓・止血異常症、白血病、骨髄異形成症候群、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫などの疾患であり、糖尿病や高血圧といった内科のメジャー疾患に比べ一般の皆様にはあまり馴染みのない疾患を診療する内科です。診療する患者さんのほとんどは血液のがんの患者さんと言えるでしょう。血液のがんの多くは1年間に新たに診断される方が1万人に1人から10万人に1人といった比較的希な病気です。しかし社会の高齢化に伴い、白血病、骨髄異形成症候群、悪性リンパ腫、多発性骨髄腫といった病気は最近増えてきています。昔は（本当に昔、テレビドラマ赤い疑惑で山口百恵さんが人気を博していた頃）白血病というと「不治の病」のような印象があったと思いますが、私が医師になった頃と比較してもこれらの血液のがんの治療は劇的に進歩し、治療によって長期生存される方が増えてきています。たとえば慢性骨髄性白血病と言う病気は分子標的療法薬の登場によって今やほとんどの方が長期生存し、次は治癒をめざそうというところまできています。

2年前まで前任の石井先生や野村先生が岸和田市民病院で勤務されていた頃は非常に多くの患者さんを診療されており、この2年間血液内科が閉鎖していた間、多くの地域の患者さんや先生方が困窮し、血液内科が再開するのを待ち望んでおられたという声をお聞きします。こうしたご期待に沿うべく、わずか2名の体制ではありますが岸和田市民病院のスタッフと協力して少しでも地域の医療に貢献できればと考えております。よろしくお願いいたします。



大型モニタ使用した病棟カンファレンス風景



嶋田血液内科部長(左下)、井上医師(右下)
研修医の向山医師(上)

脳ドック診療再開のご案内

市立岸和田市民病院 脳神経外科部長 橋本 憲司

本院では平成19年より中断されていた脳ドック診療を今年4月より再開いたしました。以前から再開を希望される声が多く、おかげさまで再開早期から多数の方に予約、受診をして頂いています。

<脳ドックの目的>

「介護を要する原因となる病気」のうち、脳卒中と認知症を合わせると全体の35%を越えると言われています。また、一般に普及している人間ドックには脳の検査が含まれていません。

そこで、脳ドックでは集中的な検査で脳卒中の原因となる異常や認知症初期症状を早期に発見し、生活習慣の改善などの予防さらには早期治療に結びつけることを目的とします。病気になる前の対策とを考えてください。



<本院脳ドックの概要>

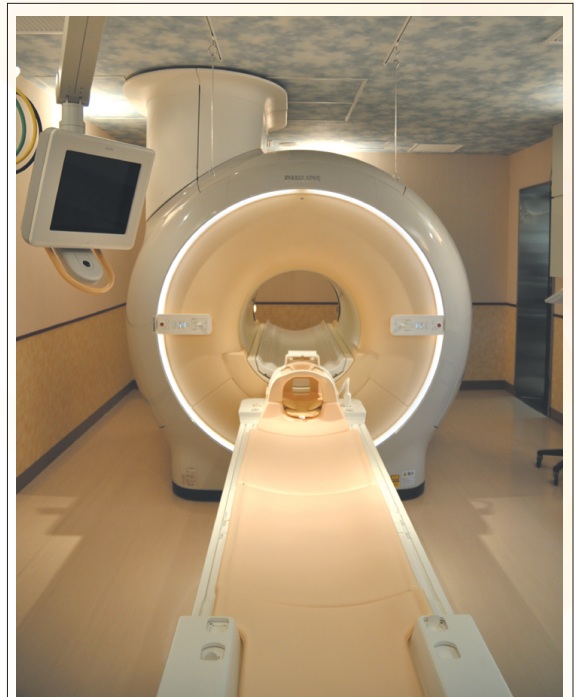
本院脳ドックでは2回の来院が必要で、概要は以下の通りです。

○1回目の来院：火曜日または水曜日。いずれも11:30受付です。この日は検査のみで帰宅です。検査内容は下記の通りです。

○2回目の来院：月曜日午前10時または火曜日午後2時受付です。

診察ののち、医師から総合評価の説明があります。

結果判定は日本脳ドック学会のガイドラインに準拠して行います。病気の時に受ける通常の診察より時間を長くとってありますので、健康に関し日頃疑問に思っていることも質問して頂けます。



最新の3テスラMRI(平成25年3月導入)

<検査内容>

○1回目来院時の検査内容

- ・身体測定、血圧測定、心電図検査、血液検査：脳卒中の危険因子を調べます。
- ・頸動脈エコー検査：頸動脈の動脈硬化や狭窄の有無などを調べます。
- ・頭部MRI、MRA検査(3テスラMRI)：脳梗塞、脳腫瘍、脳萎縮、脳動脈瘤などの有無を調べます。

○2回目来院時の診察内容

- ・神経学的診察：脳の隠れた症状がないかを調べます。
- ・認知機能検査：認知症の初期症状を捉えることができます。

<こんな方にお勧めです>

- * 血縁者にクモ膜下出血や脳出血・脳梗塞にかかった人がいる方
- * 心筋梗塞、狭心症、不整脈の病歴のある方、高血圧・糖尿病に長くかかっている方
- * 血液検査でコレステロール・中性脂肪・尿酸の値が高いといわれている方
- * 肥満、喫煙などの期間が長い方、脳に関してなんとなく不安を感じている中高年の方

【お問い合わせにつきましては、予約センター(072-441-8904)までご連絡下さい。】

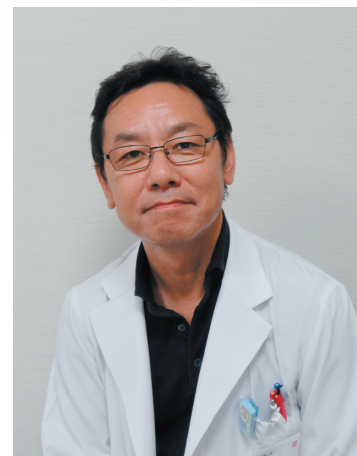
プレママチェックの勧め

副院長 兼 産婦人科部長 出口 昌昭

2014年5月12日月曜日から約9年ぶりに市立岸和田市民病院での産科診療を再開しました。産科当直医も毎晩常駐しています。ではこの9年間で産科診療はどのように変化したのでしょうか？泉州地区でも分娩施設の集約化は進みましたが、正直なところ産科診療そのものに大きな変化はありません。しかし昭和から平成になり、また20世紀から21世紀になり、妊娠するまでに苦労する人が急増しました。何らかの形で不妊治療を受けたことがある夫婦は6組に1組。全国で誕生する赤ちゃんのうち、36人に1人は体外受精で妊娠した子供になりました（体外受精児の最初の出産は1978年でした）。

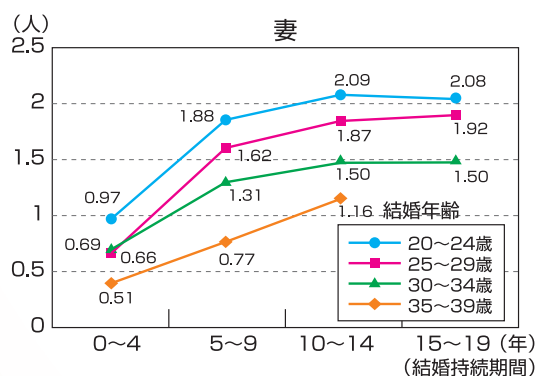
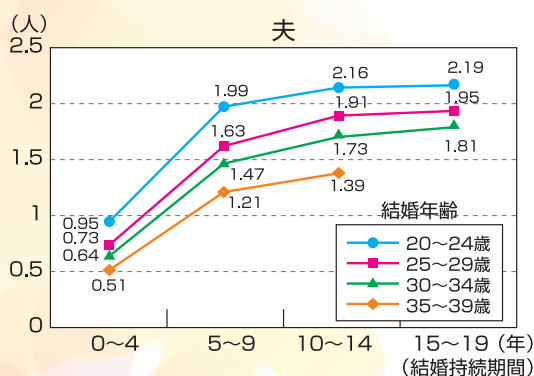
原因として晩婚化がすすんだことが挙げられています。妻の平均初婚年齢は1970年代半ば以降上昇傾向にあり、1975年時点で24.7歳だったものが、2011年時点では29.0歳となりました。

このような晩婚化に伴い、平均出生時年齢も上昇しており、第一子出生時の母の平均年齢は1975年には25.7歳でしたが2011年には30.1歳にまで上昇していることがわかっています。



また、夫妻の結婚年齢別にみた平均出生子ども数を見ると、妻の結婚年齢が20～24歳の夫婦（結婚持続期間15～19年の場合。以下同じ。）では平均出生子ども数が2.08人であるのに対し、25～29歳では1.92人、30～34歳では1.50人となっており、結婚年齢が高くなると出生子ども数が減少する傾向が見られました。

夫妻の結婚年齢別・結婚持続期間別に見た平均出生子ども数



(注) 1 対象は初婚どうしの夫婦（出生子ども数不詳を除く）。

2 集計客対数(妻、夫)：結婚年齢20～24歳(1,505、922)、25～29歳(2,687、2,533)、30～34歳(842、1,289)、35～39歳(178、420)

資料) 国立社会保障・人口問題研究所「出生動向基本調査(結婚と出産に関する全国調査)(夫婦調査)」より国土交通省作成

日本での不妊治療のデータからみると、体外受精の成功率は32歳から継続的に下がり始め、37歳から低下の速度が加速し、31歳までは1回あたり2割程度の出産率を保っていますが、37歳では14.2%、40歳で7.1%と低下し、その後急速に減って45歳では0.6%となります。このような事実から、最近では「卵子の老化」が話題となり報道等でも取り上げられるようになりました。

だからと言って「若いうちに産みましょう」と

言うつもりはありません。女性の社会的役割が大きく変わった今、出産年齢がある程度上昇することは先進諸国に共通の現象で、もはや避けられません。20代の多くの女性は社会に出て忙しく働かれています。産婦人科受診には勇気もあるし時間もなかなか取れないと思いますが、将来赤ちゃんが欲しいと希望されている女性には、20代の中に勇気を出して一度子宮がん検診を含めたプレママチェックに来院されることをお勧めします。

産婦人科再開のおはなし

産婦人科病棟師長 田中 八重

昨年夏に、当院に産婦人科が復活するという大きなニュースが私達にもたらされました。

8年半前、産科医師の不足から、出産を受け入れることができなくなったとき、「いつになったら市民病院でお産ができるのか」「なぜ遠くまでお産に行かなければならないのか」と言った声を多数いただきましたが、病院で働く私達にとっても、どうすることもできず、もどかしくつらい気持ちで日々を過ごしてきました。

そこに思いもかけずこのニュースを聞き、喜びとともに、再開への準備に身の引き締まる思いでした。何しろ8年半の空白期間は大きく、病棟の設備などもすべて見直した結果、病棟の改装や、医療機器にいたってはすべて新たにすることがありました。

そのような中で病棟に残っていた助産師を中心に、さらに新たな仲間を迎えながら「安心で安全なお産」ができる環境を整えることを目標に、準備を進めてきました。

まず昨年10月に3名の医師が着任し、婦人科を再開しました。さらに今年4月2名の医師が加わって産婦人科医師5名体制となり、5月12日ようやく産科の診療が再開されました。

そしてこの6月25日には、再開後初めての産声を無事聞くことができました。現在では看護スタッフも助産師10名看護師22名（うち、外来2名）の総勢32名体制となり、助産師は今後も増員されていく予定です。

病棟の管理者として、準備を整えその日を迎えたつもりでしたが、幾ばくかの不安もあったことは否めませんでした。もちろん医師の協力は心強かったのですが、長らく助産師業務を離れていた助産師がブランクを感じさせず、スムーズに業務を進めているのを見た時、その不安は払拭されました。また医師・助産師・看護師の連携で仕事を進める充実感、病院の中で産声を聴く喜びといったものが胸によみがえってきました。

忘れられない看護体験の中で、分娩直後に本当に良いお産をさせてもらったと涙を流されたお母さんが居られました。その方は最初のお産がとても辛く苦しかったそうで、今回のお産は私たちのサポートでとても気持ちが楽だったということでした。実際その時立ち会った私たちも充実した時間を一緒に過ごせたと心から思えた事例でした。

出産に関わるデータを見ると、平成25年の出生率は1.43で前年よりやや上昇していますが、第1子出生時の母の平均年齢は上昇傾向にあり30.4歳で、出生数から見ると、15～19歳と35歳以上の各階級で前年より増加して、20～29歳では減少しています(厚生労働省調べ)。晩婚晩産化の傾向が強くなるなど、お産の在りようもどんどん変化していることがうかがえます。

私たちスタッフは、そうした変化にも対応しながら、妊娠出産産後をよりよく過ごせるようサポートしてゆきたいと考えています。そして出産という一生に一度あるか二度あるかの大切な経験に寄り添ってあげればと願っています。



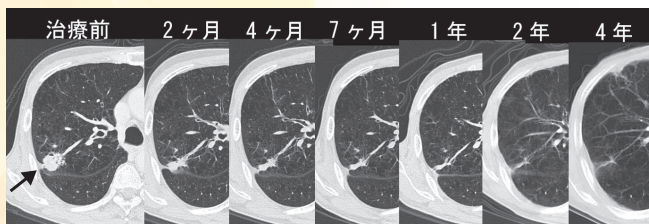
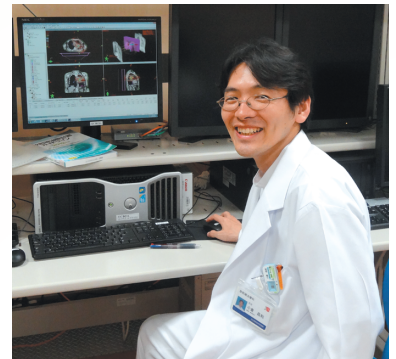
産婦人科病棟スタッフ
(田中師長は上段左から4人目)

肺がんに対する定位放射線治療

放射線治療科 小倉 昌和

放射線治療は、手術、抗がん剤治療とともにがん治療の三本柱を成しており、近年急速な技術的進歩を遂げました。定位放射線治療は、小さな病変に対して、ミリメートル単位の精度で正確に狙い、三次元的にいろいろな方向から高い線量の放射線を集中して照射する、高精度照射法の一つです。

もともとは、頭蓋内病変に対する照射法として開発されましたが、約20年前から体幹部への応用がはじまりました。体幹部の場合は、頭部とちがって、呼吸により「動く」病巣を「狙い撃つ」必要がありますが、病巣の呼吸移動範囲を確認できる画像診断機器と撮影技術、病巣の形状に合わせてビームを絞りこめる放射線治療装置と適切な放射線量を定めるための素早く計算できるコンピュータ技術、治療の際に狙いを定めるために病巣の位置を治療直前あるいは治療中に確認できるシステム、からだや病巣の呼吸による動きをモニタするシステム、などの開発により可能になりました。現在、小さな肺がんに対する治療として、国内でかなり普及しており、肝がんに対しての実用化も始まっています。たとえば、早期（I期）非小細胞肺がんに対する治療は、従来外科手術が標準とされてきましたが、高齢の患者さんや肺気腫などで呼吸機能が低下している患者さんでは、手術が危険で行うことができない場合もしばしばあります。このような患者さんにとって、定位放射線治療は最適な治療法です。病巣の位置が気管や心臓・大血管に接していなければ、4回もしくは8回の照射、わずか2週間という短期間で治療が完結できます。大きさが3cm以内であれば、局所制御が80%以上と高く、副作用の頻度も非常に少ないので、まさに、「からだにやさしい治療」といえます。当院でも平成24年12月より肺腫瘍に対する定位放射線治療を開始し、平成26年6月までに18人の患者さんに治療を行いました。



定位放射線治療を受けた早期肺がん患者のCT画像(他院症例)。

71才男性、右肺2cm大の病巣(腺がん 左図矢印部分)は、治療により縮小し、4年経過した時点でも制御されています。

写真館

「高齢者が住み慣れた地域で生活する」をテーマに、5月24日(土)に看護フェアを行いました。たくさんのご参加ありがとうございました。



院内デイケアルーム展示



講演会風景



救急蘇生の体験

お薬の話 正しい薬の使い方〈その2〉

お薬説明書の重要性～使用方法や服用量などの注意点～

薬剤長 檉葉 利人

処方薬には必ず“お薬説明書”がついてきます。そこには、使用方法や服用量、効能効果、そして使用上の注意や副作用に関する内容が記載されていますので、必ず一読してから薬を服用してください。

薬を“飲み忘れた”場合、次に飲む時間が迫っている時は1回飛ばして、次から指示通りに飲んでください。1度に2回分をまとめて服用すると“量が多すぎて”よくありません。また、薬は光や熱、温度などによって品質が変化することもあります。以前もらった薬が余っていても服用せず、“有効期限”もありますので、服用期間は必ず守るようにして下さい。

用法と用量を正しく守って薬を“飲みきる”ことが重要です。余った薬をとっておいて、次に具合が悪くなって自分の判断で服用したり、症状が似ている、よく効いたからといって家族や知人に渡したりしてもいけません。

次回は、お薬手帳についてのお話です。



栄養ニレシピ なめことオクラのおろし蕎麦
～梅肉仕立て～

【栄養量】エネルギー 324kcal、たんぱく質 13.6g、食物繊維 8.7g、食塩 4.1g



夏バテにあっさりのどごしの良いメニューはいかがでしょうか。今回は蕎麦を使った簡単で美味しいレシピをご紹介します。

蕎麦は食物繊維やミネラルを豊富に含み、大根は消化を促進するので、蕎麦と大根おろしの組み合わせは胃の調子が悪いときやお腹のはりを改善。また、梅に含まれるクエン酸がエネルギー代謝に関わり、疲労物質をためずに外に排泄し、体の疲れや夏バテによいとされています。

これらの作用は、糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病の予防・症状改善にも役立ちます。 栄養管理部

材料(1人分)

- 蕎麦(ゆで) ……180g
- オクラ ……1/4ℓ*ツク(25g)
- 大根 ……1/6本(140g)
- a なめこ ……1/2ℓ*ツク(50g)
- 梅肉 ……5g(大さじ1/2)
- かつお粉 ……小さじ1
- そうめんつゆ(ストレート) ……10cc
- きざみ海苔 ……少々
- そうめんつゆ ……80cc

☆塩分制限の必要な方は、めんつゆの量を減らしましょう。

作り方

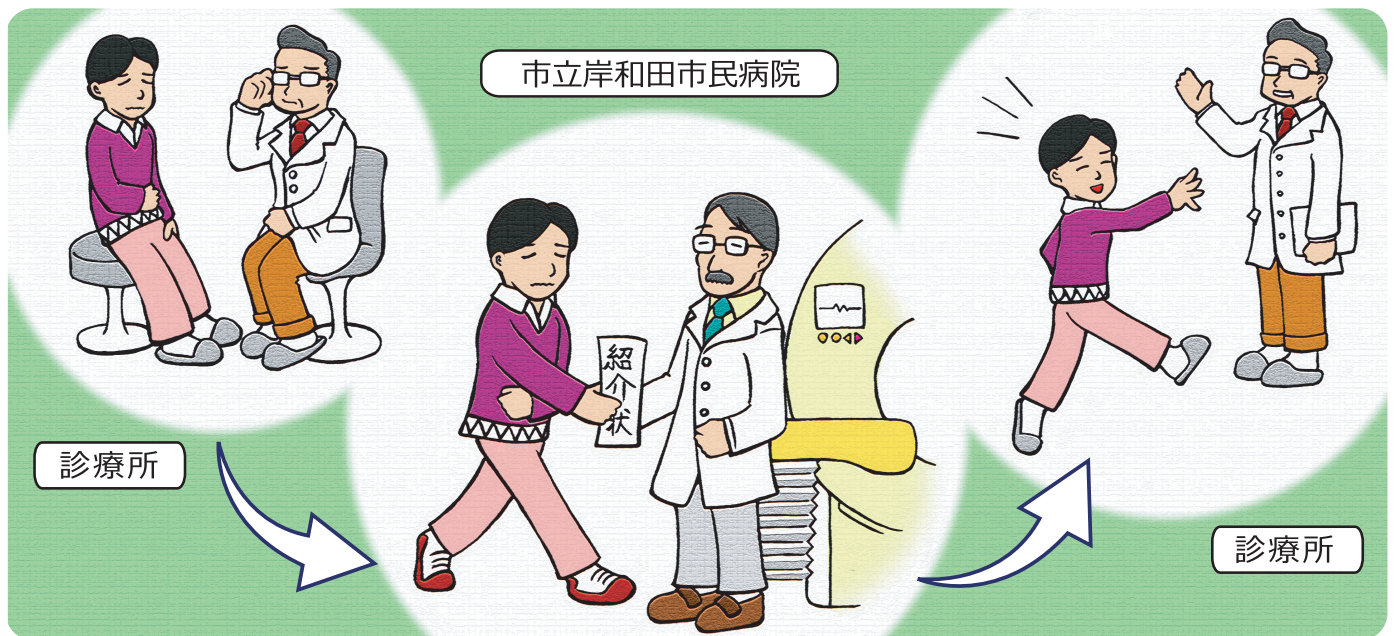
1. オクラはさつと茹で、冷水に取り、小口切りにします。
2. なめこはさつと茹で、ザルに取り、蕎麦は茹でておきます。
3. 大根は大根おろしにし、水気を切っておきます。
4. ボールに a の茹でたなめこ、梅肉、かつお粉、そうめんつゆを入れ、合わせておきます。
5. 器に茹でた蕎麦、そうめんつゆを入れます。
蕎麦の上に大根おろし、なめこ(梅肉・かつお粉・そうめんつゆを合わせたもの)、オクラ、きざみ海苔を盛り付けます。

かかりつけ医を持ちましょう!

かかりつけ医制度の推進

市立岸和田市民病院は、「かかりつけ医（お近くの開業医）」とそれぞれの機能に応じた役割分担をし、相互の協力のもと、泉州地域全体に質の高い医療を提供できるような体制の構築に努めております。

患者さんが調子の悪いときは、まず「かかりつけ医」を受診され、専門的な診療が必要であると判断されれば、当院紹介のうえお越しいただき、治療後に症状が安定すれば、再び「かかりつけ医」にて診てもらえる「かかりつけ医制度」を推進しておりますので、皆さま方のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



「かかりつけ医制度」イメージ図

紹介状が必要な診療科

※下記の科の受診を希望される場合は、かかりつけの先生へご相談ください。

耳鼻咽喉科 手術や重症症例など入院の対象となる患者様の診察に注力するため、紹介状をお持ちの方に限らせていただいております。

神経内科・精神科・膠原病外来 常勤医不在であり診察日が限られていますので、待ち時間短縮のため完全予約制とさせていただきます。

眼科 常勤医師が1名であり、待ち時間短縮のため完全予約制とさせていただきます。

呼吸器内科 常勤医の減少により、長い待ち時間が生じるため、紹介状をお持ちでない場合には後日に予約をお取りいただき受診していただくことになっております。

腫瘍内科・放射線治療科・緩和ケア内科 今までの治療経緯や病状を確認するため、紹介状を確認の上、完全予約制とさせていただきます。



ここ数年は当院でも診療科の減少・縮小が相次いでいましたが、昨年は婦人科が常勤となり、今年4月からは血液内科が常勤、5月から産科が再開されるという明るいニュースが続いています。「うらら」では院内の新しい動きや、病院の特徴などをお知らせしていきます。

平成26年 初秋



市立岸和田市民病院

〒596-8501 岸和田市額原町1001番地
TEL.072-445-1000 FAX.072-441-8812
URL <http://www.kishiwada-hospital.com/>