

はあとのあと

“心を綴ったノート” “心が奏でる音”

珠洲市総合病院

TEL (0768) 82-1181

FAX (0768) 82-1191

2014(1)
第 33 号



垂水の滝 別名：吹き上げの滝

病院理念

“市民の心の支えとなる、地域の中核病院に”

1. 疾病の予防から在宅医療までの一環した体制の確立を目指します。
1. 安心と信頼の地域医療を目指します。
1. いたわりの心で皆様の健康と命を守ります。

目次

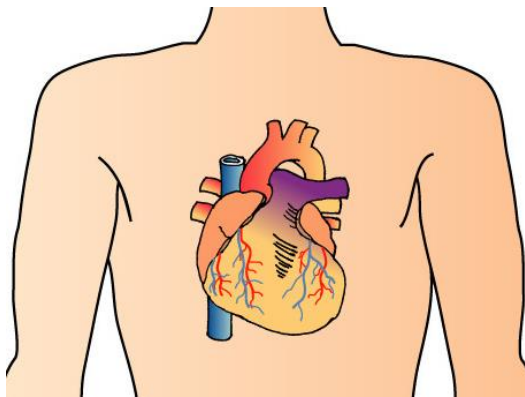
- 不整脈とは?? 1
- 耳鼻咽喉科の午後の診療日が変わります 2
- あなたの食事療法をサポートします！
- 産婦人科病棟から広報誌が発行されました 3
- 火災避難訓練を行いました
- 病院フェスタを開催しました 4
- 1月からのニューフェイス



自覚症状はないけど、健康診断で不整脈を指摘されて、このままでいいの不安な方はいらっしゃいませんか？今回は不整脈に焦点を当てたいと思います。

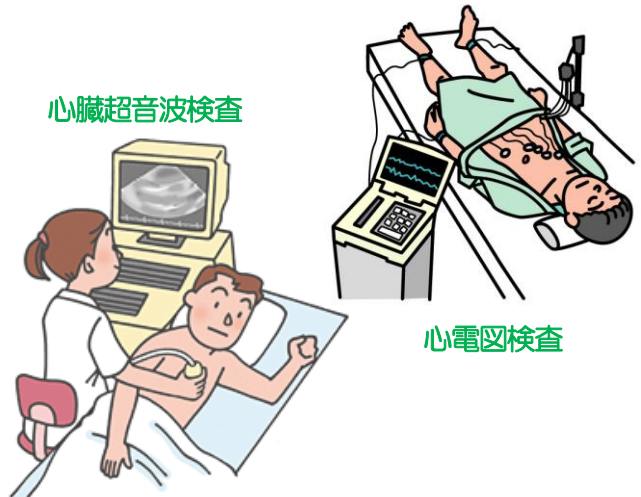
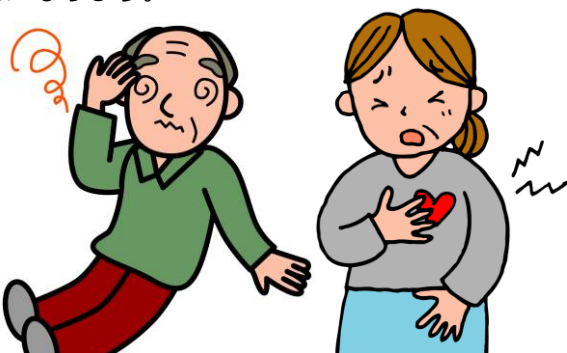
■不整脈とは？

心臓は全身に血液を送り出し、また全身をめぐる血液を受け取る重要な役割を果たしています。この心臓の働きは、正しい心臓の電氣的活動があって維持されていますが、不整脈とは、この**心臓の電気活動に異常をきたした状態**です。原因は生まれつきのもの、心臓病（狭心症や心不全など）や電解質異常などから二次性に生じるものなどがあります。



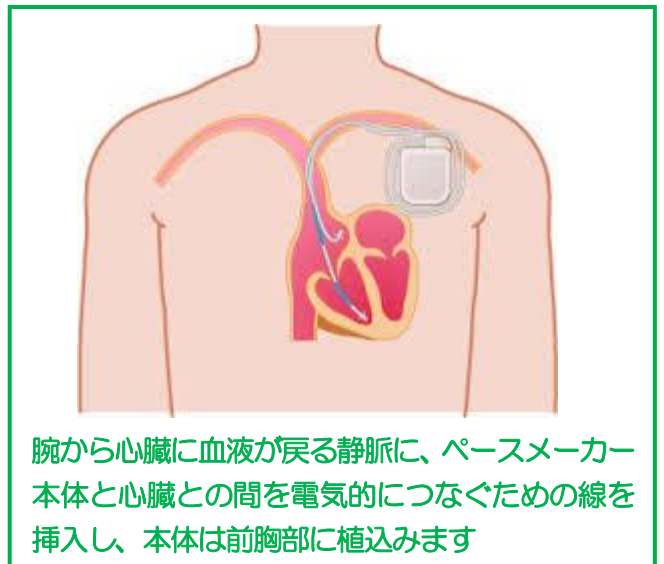
■不整脈の症状、検査

症状は無症状のものから、動悸、胸苦、めまい、失神など様々です。不整脈は、放置してよいもの、経過観察が必要なもの、治療が必要なものにわけられ、これをきちんと評価する必要があります。具体的な検査として、心電図、血液検査、心臓超音波検査、24時間心電図などがあげられます。遺伝的な要因の場合もあるので、血縁者の不整脈の有無も参考になります。



■不整脈の治療

不整脈治療は、基本的に症状を有しているか否かが治療を決めるポイントになりますが、その方の年齢や基礎疾患など背景によって病的意義が異なります。つまり、同じ病名の不整脈でも、ある方が経過観察で良くても、別の方には治療が必要になる場合があります。具体的な治療としては、多くは薬物治療（脈をおさえる、脳梗塞を予防するなど）ですが、カテーテルで不整脈の原因回路を焼灼するという方法もあります。また、脈が遅い不整脈の場合、お薬で脈を速くすることは困難であり、その場合は**ペースメーカー治療**となります。



腕から心臓に血液が戻る静脈に、ペースメーカー本体と心臓との間を電氣的につなぐための線を挿入し、本体は前胸部に植込みます

当院でも心疾患の検査は充実してきております。動悸を自覚されている方、不整脈を指摘されて不安に感じている方など是非一度ご相談ください。

最後に、私事ですが1月19日付で珠洲を離れることになりました。珠洲の医療に少しでも貢献できたのであれば嬉しく思います。短い間でしたがありがとうございました。

耳鼻咽喉科の午後の診療日が変わります

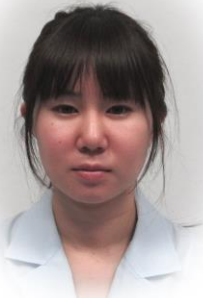
耳鼻咽喉科の午後の診療日が平成 26 年 4 月から水曜日になります。
ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

平成 26 年 3 月まで	平成 26 年 4 月以降
午後の診療日 月曜日と金曜日	午後の診療日 水曜日

※平日の午前中は毎日診療を行っています。

あなたの食事療法をサポートします！

栄養科 松田 明梨



栄養科では外来患者さんと入院患者さんを対象に栄養指導を行っています。栄養指導とは、糖尿病や高血圧症、腎臓病など様々な病態の患者さんに食事のアドバイスをすることです。病気の治療には手術や薬物療法など

がありますが、食事療法も大切な治療のひとつです。食事は毎日の生活に欠かせないものなので、食事療法は患者さんが正しく継続することで効果が得られます。患者さんにとって食事療法は、病態をよくするために何をどうやって、どのくらい気を付けたらよいのか悩むことの多い治療法です。



栄養指導では、まずは患者さんが普段どのような食生活をしているかを聞きとります。次にそこから分かった問題点や、それぞれの患者さんの病態に合った食事療法（どのようなものをどれだけ食べたら良いか、どのようなことに気を付ければ良いかなど）について説明をしていきます。例えば高血圧症の患者さんでは、塩分の摂取量が重要なポイントのひとつとなるので、塩分の摂取量が多かったり、濃い味付けが好みである場合にはどのようにすれば塩分を減らせるかを一緒に考え、薄味でもおいしく食べられる調理法や料理を紹介します。



患者さんによって必要なエネルギー量や栄養素は異なりますし、食事療法に対する意欲がある患者さんでもいけばそうでない患者さんもいらっしゃいます。食事療法は継続して初めて効果が得られるので、患者さんが継続的に食事療法に取り組めるよう、その人に合わせた指導をすることが必要です。誰でも話を聞いて理解はできても、すぐにそれを実行することはなかなか難しいと思います。まずはできることから始められるよう患者さんをサポートしていきたいと思います。食事療法について分からないことや相談したいことがあれば診察の時に主治医へおっしゃってください。



産婦人科病棟（2階東病棟）から広報誌が発行されました

当院は、2012年に『赤ちゃんにやさしい病院（BFH）』に認定されました。そこで、当院での様子や取り組みなどについて、みなさんに少しでも知ってもらいたいという思いから広報誌「smile hug」を発行することになりました。

第1回目は産婦人科や小児科の医師や看護師の紹介をしており、今後は母乳育児の様子や取り組みについて紹介していく予定です。

「smile hug」は年3～4回発行し、次回は4月を予定しています。興味を持たれた方は正面玄関に入ってすぐの左手側に広報誌「はあとのおと」と一緒に置いてあるのでぜひ手に取ってみてください。



赤ちゃんにやさしい病院とは？

母乳育児に積極的に取り組み認定審査に通過した施設が「赤ちゃんにやさしい病院」に認定されます。



火災避難訓練を行いました

11月27日、火災避難訓練を行いました。この訓練は災害拠点病院としての防火意識の対応能力の向上を図ることを目的に毎年行われています。日中に3階の病室で火災が起きたと想定し、医師、看護師、事務職員など約100名が参加しました。

訓練では、火元の確認に始まり、消火器による初期消火や避難経路の確保、患者の避難が行われ、参加した職員は真剣な様子で取り組んでいました。訓練後の講評で院長は、「火災が起きた際、その被害を抑えるためには初期行動が非常に重要です。今回、火元の確認から患者の避難まで9分以内に行うことを目標としましたが無事達成でき、よい訓練になったと思います。」と述べました。また、珠洲消防署職員の方からは「消火から避難までの行動を速やかに行うことができている

ました。今回は日中を想定した訓練でしたが、今後は夜間を想定した訓練にも取り組んでみてください。」と講評をいただき、訓練は無事終了しました。



訓練中に来院された方にはご迷惑をお掛けし、申し訳ありませんでした。珠洲市総合病院では患者さんにより安心していただけるよう、これからも訓練に取り組んでいきます。

病院フェスタを開催しました

10月27日(日)、開かれた病院づくりを目指し、病院の役割や医療の大切さを楽しみながら知ってもらうことを目的に病院フェスタを開催しました。このイベントは去年から始まり、今年が2回目となります。



若山保育園児によるオープニングイベントから始まり、ABI測定や病院見学ツアー、骨密度測定、メディカルチェックといった医療コーナーや薬剤分包装機を使った『お菓子で「クスリ」を作ってみよう』、スーパーボール作成体験など子供向けコーナーも設置し、子供から大人まで多くの方に楽しんでいただきました。



また、「糖と血管のはなし」と題して金沢大学附属病院の小泉教授による講演が行われ、「日本人は欧米の人に比べ、体質の違いから少しの肥満でも糖尿病になりやすく、注意が必要です」などの話をされました。講演を聞いた方からは「自分はまだまだ大丈夫だと思っていたけど、ちょっとした運動でもいいから始めてみようと思った」といった感想がありました。

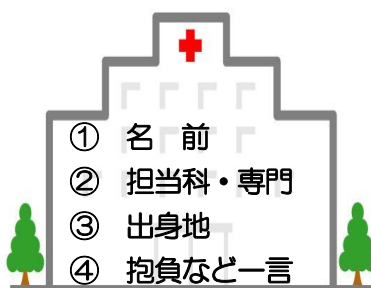
なりきりコーナーでは白衣やナース服、消防服に着替え医師や看護師、消防士に変身。赤十字センターのゆるキャラ「けんけつちゃん」との記念撮影も行い、皆思い思いのポーズをとり、笑顔を見せていました。

これからも地域の皆さんが元気でいられるために頑張っていきます。



1月からのニューフェイス

1月20日から着任した医師1名を紹介します。



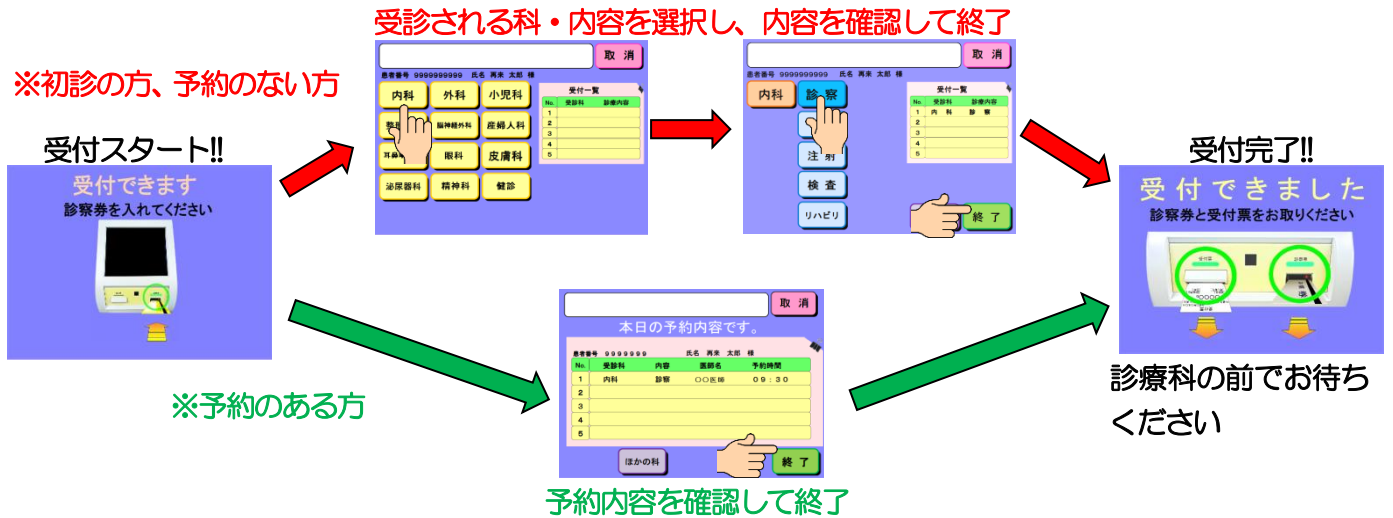
① ^{ふじた} 藤田 ^{ちから} 主税

② 内科

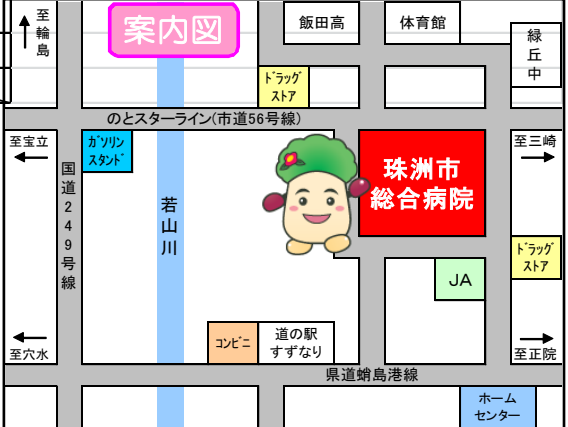
③ 福井県

④ 1月上旬までは富山赤十字病院に勤務していました。内科全般において、皆様のお役に立てるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

受付機操作手順



外来診療日程						平成26年1月20日現在
午前	受付時間	8:00~11:30		診療時間	9:00~12:30	
診療科	月	火	水	木	金	
内科	1 診	波佐谷	追分	波佐谷	循環器	波佐谷
	2 診	追分	寺本	西岡	追分	藤田
	3 診	西岡	清水	追分	藤田	寺本
外科	坂本 廣瀬 坂本 武居 廣瀬					
呼吸器外科						小田ほか
小児科	和田	馬瀬				
耳鼻咽喉科	榎田	笠原/加納	榎田			
整形外科	大成・中西					
産婦人科	山城					
脳神経外科	浜田		河原/清水	浜田		
泌尿器科	月曜日診療(月曜日が休日の場合、火曜日診療) 角野/大筆/栗林/町岡					
皮膚科	越後		永岡	尾高 診療開始 10:00~		
精神科		西村	西村			
健診室	佐々木					
午後	受付時間	12:00~16:00		診療時間	14:00~17:00	
診療科	月	火	水	木	金	
内科	1 診	佐々木	藤田	佐々木	西岡	循環器 (予約のみ)
	小児科	予防接種	慢性疾患	健診・予防接種		予防接種
耳鼻咽喉科	榎田					
眼科				馬渡・小澤(隔週) 受付 15:00まで	馬渡 受付 15:00まで	
産婦人科	産後2週間健診		産後1か月健診	産後2週間健診		
禁煙外来(産婦人科)	予約のみ					



編集後記

垂水の滝は、強い海風が吹き付ける日には、流れ落ちる水が強風にあおられて上に向かって吹き上がることから「吹き上げの滝」と呼ばれるようになりました。寒く、強風の吹く日には、波の花とのコラボレーションが見られるかもしれませんね！