

# 広報おきたま病院

第11号  
平成27年7月

各種  
指定等

救命救急センター  
地域がん診療連携拠点病院  
災害拠点病院

第二種感染症指定医療機関  
へき地医療拠点病院  
臨床研修指定病院

エイズ治療拠点病院  
地域医療支援病院



## （院内保育所 きらら保育園）

病院職員の子育て支援のため、平成23年4月に開設しました。多くの病院職員が利用し、子供達の元気な声が聞こえてきます。

## 目次

- p02 院長あいさつ
- p03 総合診療科紹介
- p04 シリーズ健康講座・診療科紹介  
腰痛症の治療と予防
- p06 部門紹介  
—栄養科—
- p07 お知らせ

## 病院理念

## 心かよう信頼と安心の病院



### 運営方針

- 1 患者本位の医療を展開いたします。
- 2 高度・救急医療を提供いたします。
- 3 健全経営の確保に努めます。
- 4 人材を育成いたします。
- 5 地域連携の推進に努めます。
- 6 快適な療養環境を提供いたします。



## ご挨拶と「総合診療科」について

置賜広域病院組合医療監  
(兼) 公立置賜総合病院院長

しほ  
洪

ま  
間

ひさし  
久

### あいさつ

少子高齢化社会を迎え「持続可能な社会保障制度」を目指して、昨年6月国会で成立した「医療介護総合確保推進法」が逐次施行されております。その中の医療法の一つに「地域医療構想」策定があります。厚労省では一連の医療法改正の中で最も重要と位置付けているようです。具体的には、わが置賜二次医療圏における10年後の医療需要・医療供給体制・そのための方策などを推計し、病床数・必要施設など数値目標を定め整備・実施していくものです。現時点での種々のデータによる人口減少のスピード、患者の圏外流出率などが策定資料となります。圏内の医療機関と競合する部分は話し合いで調整、連携、機能分担が必要になります。限りある社会保障財源をいかに効率よく活用し、減少して行く患者さんを奪い合うようなことは避けなければなりません。是非皆さんのご意見をお待ちしております。

当病院では、昨年度中に総務省の指示による第3次公立病院改革プランを策定し、この4月にスタートしております。「心かよう信頼と安心の病院」の病院理念に基づき、より多くの患者さんにご利用いただき、将来を担う若い医療人をひきつける「マグネット・ホスピタル」をキャッチフレーズにこれから3年間取り組んで参ります。患者中心の医療を展開するための「疾患別・機能別センター化」や、できるだけ地域完結型医療を目指しての人材の確保に力を入れて参ります。在宅医療・地域包括ケアにサテライト施設とともに、取り組んでいかなければなりません。皆様のご理解とご支援を宜しくお願い致します。

### 総合診療科について

これまでの各医学会認定の専門医制度では質の担保が不平等であるという事で、昨年5月第三者機関「日本専門医機構」が立ち上げられ、この機構認定の新しい専門医制度が平成29年度からスタート、平成32年には新しい専門医が誕生することになりました。内科や外科や小児科など18の基本領域専門医という事になり、例えば内科専門医を取った後でサブスペシャル分野の消化器内科専門医の資格取得という2階建てになります。この改革の中で19番目の基本専門医認定予定が「総合診療科」です。総合診療医の医師像として「日常遭遇する疾患や障害に対して、適切な初期対応と必要に応じた継続医療を全人的に提供する医師。疾病の予防、健康増進、介護、在宅医療、看取り、地域の保健・福祉活動など、人々の命と健康に関わる幅広い健康問題について、適切な対応ができる医師」といわれています。具体的な日常診療対象患者さんは、いくつかの疾患を併せ持ち、様々な家庭・地域環境を考慮した対応が求められる患者さんなので、多くは高齢老人にならざるを得ないと思います。当院では新しい制度での山形県「総合診療専門医」第1号を誕生させるべくプログラムの作成中であります。まだ医療法の縛りもあり院内標榜ではありますが、「総合診療科」外来診療・入院加療をこの4月からスタートしております。医療機関の先生方は、該当すると思われる患者さんにつき是非ご紹介いただきますよう、よろしくお願い致します。

## 「患者中心の医療」その達人をめざして

総合診療科 ● 高橋 潤



人口の高齢化が進みいろんな病気や問題をたくさん持っている人が増えてきています。それぞれの専門診療科だけでは対応が困難なことが多いです。なにか具合が悪い時、どこの科にかかればいいのかわからないこともよくあると思います。そんな患者さんたちを診療していくのが総合診療科の役割です。

### 総合診療科?なにそれ?

患者さんにとってのお母さんの手料理みたいな感じです。



例えて言うなら、総合診療医≒お母さん、各診療科の専門医≒板前さん、シェフといったところでしょうか。お母さんの作る料理は、いわゆる「家庭料理」。料理人のような凝ったものや高級な料理はできませんが、和洋中の基本的なものは何でもこなす。お母さんは家族の好みはよく知っているし、食事で注意しないといけない家族の病気もよく知っています。また、その家庭のフトコロ事情もよくわかっているし、誕生日や子供の学校行事など家族個々人のライフスタイルもよく知っています。そうしたことを全て把握したうえで、朝昼晩それぞれのバランスや内容も考え、体調やイベントに合わせて日々の食事のメニューをライブ感覚で決めて作っています。(もちろん、お父さんも頑張ってくれています!!) 家庭料理を作るお母さんも、フレンチレストランのシェフも、高級料亭の板前さんも、時と場合によりそれぞれ必要。

総合診療医がお母さんになることはできませんが、その人の人生や家族に寄り添い、その人の気持ちに共感しながら同じ方向を向いた診療を心がけていきます。身体的・精神的・社会的・経済的な問題を解決できなくても一緒に改善する方法を考えることはできます。なんでも相談して下さい。

### 待ちの医療ではなく、攻めの医療!!

訪問診療・ケアカンファランス・健康教室など院外にも出て行きます。



人手も少ないためすぐには始められませんが、院外での活動も積極的に行ってきたいと思っています。寝たきりの方などに対してかかりつけの診療所の先生とタッグを組んで、後方病院として訪問診療を支援したり、医療依存度が高い患者さんには直接訪問したり、サービス提供事業者との連絡会議などにも出向いて行きたいと思っています。一般の住民の方や学校の児童・生徒向けの健康教室などもやっていきたいです。

### 患者さんに寄り添い、ともに闘う医療!!

なかなか診断がつかない、治療でよくならない、どこがどう、とは言えないが…みたいなケースは是非「かかりつけ医の先生」に紹介してもらってください。総合診療科に来ればすぐに期待に応える診断が出来るとは思いませんが、期待以上の診療を行うつもりでいます。よろしくお願ひします。

※受診方法：紹介予約制です。「かかりつけ医」からのご紹介をお願いします。

## 腰痛症の治療と予防 —こんな腰痛は要注意!!—

整形外科 ● 林

雅弘



平均すると、日本人は一生の内に数回は腰痛を患うといわれています。65歳以上では約4割が調査時腰痛を有しています。このように、腰痛は非常に一般的な多くの人にみられる症状です。この腰痛は発症後1か月以内の**急性腰痛**と、3か月以上持続する**慢性腰痛**に分けられます。この間の1～3か月の間は、亜急性腰痛としてその中間の特徴を持っています。

## 急性腰痛の特徴

通常の急性腰痛（発症後1か月以内）は1週間ほどで改善してきますが、なかなか改善しない時があり、この中には重大な病気（以後、腰痛の**レッドカード**といいます）が隠れていることもあります。

この腰痛のレッドカードには、表1及び表2のような特徴があり、これらに当てはまる症状があれば、是非整形外科を受診して検査を受けてください。



## 急性腰痛の診察

では皆さんが整形外科を受診すると、どのような診察・検査が行われるのでしょうか？ 私たちが行っていることを説明します。



最初に『どの様な痛みか？ 痛みが強くなる姿勢や動作は？』などを問診します。次に、診察して麻痺の程度を見ます。片足で立ったり、動いて痛みが誘発されるか、また皮膚の触覚や痛覚、下肢の筋力、腱の反射（反応）を見ます。必要に応じて、X線やCT（細かい断層写真）、MRI（神経や軟骨、筋肉などが見える検査）などの画像検査や採血検査を行うほか、間欠性跛行<sup>(\*)</sup>のある方には下肢の血液の流れを見る検査（TBI）も行います。これらの診察・検査から診断が付けられます。

※間欠性跛行…少し歩くと足が痛くなり、休まなければいけないが、短時間休むとまた歩けるようになる症状

【表1】 レッドカードの例

- ◇神経の麻痺をきたす腰痛
- ◇感染症による腰痛
- ◇腫瘍・がんに関わる腰痛
- ◇内臓の病気に関わる腰痛
- ◇関節リウマチ

【表2】 レッドカードの痛みの特徴

- ◇足に痺れや脱力があり歩行が困難
- ◇急に強い痛みが出現
- ◇安静にしても改善しない
- ◇ドンドン強くなってくる痛み
- ◇1ヶ月治療を受けても軽快しない

これらの症状があれば、整形外科を受診してください

## 急性腰痛の治療

**非特異的腰痛**（レッドカードの無い急性の腰痛）は、特に治療を行わなくても改善してきます。安静にしているだけでも動いていても治る速さは同じといわれています。ですから、疼痛が鎮痛剤などで我慢できるのであれば、仕事を含めて安静にしている必要はありませんが、疼痛が強く、動く事ができなければ安静にしてください。この期間の疼痛を軽減する方法としては、腰痛バンド、消炎鎮痛剤、硬膜外ブロックという注射による治療があり、外来でも受けることができます。

では、**腰痛のレッドカード**の時はどのようにするのでしょうか。みんなすぐに手術になるのでしょうか？いいえ、そんなことはありません。

麻痺のある場合でも、症状が片足のみで筋力の低下が正常の半分くらいまでであれば、前述の腰痛バンドや硬膜外ブロックによる治療で改善してくる方も多くいます。

しかし、両足や会陰部に症状がある時には、手術を必要とする方も多くなってきます。

麻痺以外のレッドカードの場合も、まずはコルセットを作ったり、薬を使用したり、入院点滴、放射線照射など色々な治療を行います。それでも改善しない時には手術が選ばれる事もあります。

手術には、神経の圧迫を取り除く**除圧術**と、ぐらぐらしている脊椎を固める**固定術**があります。どのような人にどのような方法の手術を行うかに関しては、今なお専門の学会内でも議論が続いています。

## 慢性腰痛の特徴

**慢性腰痛**の時は、腰部が原因だけでなく、痛みを引き金に引き起こされた精神と身体のバランスの崩壊が原因となっている事もあります。

このため、神経の安定剤や抗うつ剤などを使用すると改善する事もあります。また、神経の痛みの感じ方を和らげるプレガバリンなどが近年実用化され、慢性の神経痛に効果が認められています。

しかし、慢性腰痛には、**腰痛体操**<sup>(※)</sup>が最も効果があります。体操の種類には特に差がなく、

1. 腰椎や下肢のストレッチ
2. 腹筋または背筋の筋トレを入れたもの

になります。腰痛教室などで定期的に腰痛の生活指導を受ける事も効果があります。

## 慢性腰痛の予防

では、**予防**としてはどんなことがあるのでしょうか。

1. 適度な運動を定期的に行う
2. 趣味を持ち楽しむ
3. ストレスをためない
4. うつ状態にならない
5. 仕事しすぎない

といった事が上げられています。



慢性腰痛の場合は、

**『腰痛と喧嘩せずうまく付き合っていく』**ことも大事な事です。

## むすびに

急性腰痛においては、ほとんどの場合は1週間程度で腰痛は改善してきますが、レッドカードの場合は要注意です。注意を要する症状の方は整形外科を受診して下さい。

慢性腰痛は、薬物療法だけではなく種々な治療法があるので、整形外科でご相談下さい。

**皆が一度はかかる腰痛、うまく切り抜けましょう！**



※【腰痛体操のパンフレット】  
整形外科外来に設置しています

# 栄養科

診療部長（内科系二）（兼）栄養科長 ● 江口 英行

入院中の食事は、治療の一環として提供するものと位置づけられています。患者様の病状に応じて必要とする栄養量を提供するため、管理栄養士・栄養士と調理師が協力し合い、毎日の献立作成と調理に携わっています。

## 平成27年度 栄養科方針

- 1 安全安心でおいしい食事の提供を目指します。
- 2 チーム医療の一員として、最適な栄養サポートと食事指導を行います。



### 行動目標

- ① 食品衛生管理を徹底し、食中毒予防に努めます。
- ② 嗜好調査・喫食量調査をもとに、病態に合わせたおいしい満足度の高い食事を提供します。
- ③ 評価に基づく栄養療法の提供をするため、NST(※)の充実を図ります。
- ④ 病態に応じた適切な栄養食事指導や食事療法の提案をします。

### (※)NST(栄養サポートチーム)

平成18年5月に入院患者の栄養管理を行うために設置されました。現在、日本静脈経腸栄養学(JSPEN)と日本栄養療法推進協議会(JCNT)からNST稼働施設認定を受け活動しています。

また、他のチーム医療への参画として、糖尿病療養委員会、褥瘡対策委員会、緩和ケアチーム、感染対策チームなど、多くの委員会に参加しています。これらの活動を通じて、管理栄養士及び調理師の専門知識の向上を図るだけでなく、病院全体の質の向上に貢献できるよう努力しています。

## 食事の提供

食事は、温冷配膳車・ホットフードカート・コールドフードカートなどを用いて温かいものは温かく冷たいものは冷たい状態で提供しています。水曜から金曜日の昼食は2種類のメニューを選択していただく方式をとっています。(ただし食種または病態によってはそちらが優先になります。)また、出産のお祝いとしてお祝膳も提供しています。

今年1月から食事管理システムを変更し、食札には献立名・栄養量を表示し、それに加えてはし・スプーンの提供を始めたところ患者様には好評いただいています。



## 栄養指導・相談

外来・入院の患者様を対象に、医師の指示に基づき、食事に関する指導・相談を行っています。また、開院当初から糖尿病教室での食事療法の指導を週1回管理栄養士が担当しています。

## さいごに

管理栄養士・栄養士と調理師あわせて40名以上の大所帯ですが、たいへん和やかな雰囲気でも働いており、これが食事をさらに美味しくしていると思っています。



紹介状

## かかりつけ医を持ちましょう

—初めての来院では紹介状を—

かかりつけ医とは、身近に日常的な診療や健康管理を行ってくれるお医者さんです。

かかりつけ医での診療内容をご紹介いただくことで、当院での重複検査などをせずに、スムーズに受診をすることができます。

紹介状を持参せずに来院された場合は、「非紹介患者初診加算料」として**1620円**をご負担いただいております。



## がん相談支援センターからのお知らせ

今年の患者サポートサロン予定

月日	サロン内容
6月中	介護のお悩み相談
7月7日	口コミ体操
8月20日	口腔ケア
9月15日	乳がんの方の集い
10月 (未定)	骨粗鬆予防の料理

毎回14時～16時の予定で開催しております。お問い合わせやお申し込みは医療連携・相談室まで ☎0238-46-5000 内線(1902)

### ご協力をお願いします

治療後脱毛の方に、タオル帽子をプレゼントするため、ボランティアとして病院来院者、地域の方々にご協力をいただいております。作り方を相談窓口で説明しておりますので、ご協力いただける方はお声をかけて下さい。

## 臨床実習医学生の診療参加型等の実習にご理解とご協力をお願いします

当院は山形大学医学部と「山形県広域連携臨床実習に関する協定」を締結し、平成24年1月から臨床実習医学生を受け入れています。これは「**診療参加型及び見学型臨床実習**」と呼ばれるもので、医学生が、①**実際の医療現場の一員として診療に参加すること**、②**指導医師のもとに許容される一定範囲の医行為を行うこと**、③**将来医師となるために必要な知識、思考方法、技能、態度を修得することを目指すもの**です。

この実習で得られたことが、国家試験後の医師臨床研修へと受け継がれ、あわせて質の高い医療の提供と地域医療への関心を高めることに繋がります。置賜に将来貢献してくれる「良き臨床医」を養成するためには、必要不可欠な実習制度です。

一方で、上記の目的を達成するためには、患者様の理解と協力が必要となります。当院では、臨床実習医学生が「臨床実習で学生に許容される医行為のガイドライン」に基づき、指導医の指導と監視の下で、限定された範囲内で臨床実習を行っています。実習にあたっては、患者様の同意が前提条件になりますが、患者様は協力を拒否することも、同意した後に同意を取り消すこともできます。いずれの場合においても、その後の診療に不利益を受けることはありません。

医学生にとって、当院での臨床実習は貴重な体験となります。将来の地域医療を支える「人財」の育成に、みなさんのご理解とご協力をよろしくお願い致します。



# おきびょう夏フェス2015を開催します!

コンサートや各種イベントなど多彩な内容をご用意して皆様のご来場をお待ちしています。

日時 ● 8月8日(土) 12:45~17:00

会場 ● 公立置賜総合病院1Fホスピタルプラザ及び駐車場(入場無料)



## ステージイベント

- ・地元中学生によるオープニングコンサート
- ・けん玉パフォーマンス など

## 体験イベント

- ・AED体験 ・肩こり、腰痛体操
- ・健康相談コーナー
- ・パワーストーンストラップづくり
- ・調剤体験 など

ドクターヘリや、  
はたらく車の展示もあります。  
また、お祭り屋台や  
産直販売も行います!



## 職員採用試験

### ◆募集職種・採用予定人員

助産師・5名程度、看護師・30名、行政職(上級)・若干名

### ◆受験資格

助産師・看護師：昭和46年4月2日以降に生まれた者で、  
当該職種の免許を有する者  
若しくは平成28年6月30日までに当該免許を取得する見込みの者

行政職：ア) 昭和61年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた者

イ) 平成6年4月2日以降に生まれた者で、大学(短期大学を除く。)を卒業した者  
若しくは平成28年3月31日までに卒業見込みの者

◆試験期日・会場：9月20日(日)・山形県立南陽高等学校

◆受付期間：7月13日(月)~8月14日(金)必着

◆お問い合わせ：総務企画課職員係 (TEL0238-46-5000)

