

# まぎずな

- 02 緩和ケアについて
- 04 出前講座
- 05 外来医師一覧表
- 06 病院まつりを開催しました
- 07 管理栄養士がすすめる健康レシピ
- 08 リソースナースセミナーを開催します  
院内合同研究発表会を開催しました

病院から見える町並みと浜名湖



## 基本理念

### 「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念といたします。

## 基本方針

### ◎ 患者中心の医療

患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。

### ◎ 自治体病院としての役割

地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。

### ◎ 病院機能の充実・強化

医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。

### ◎ 地域連携

地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。

### ◎ 職員の資質の向上

職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に励みます。

### ◎ 働きやすい職場環境

病院職員が誇りを持ち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。

### ◎ 健全経営

効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

# 緩和ケアについて

外科 太田 学

緩和ケアをご存じでしょうか。

ほんの十数年前まではがんが進行した方の「終末期医療」や「ターミナルケア」といった看取りの医療としか考えられていませんでしたし、苦痛をとる技術も知識も発展していませんでした。

今「緩和ケア」は、日本のがん治療においてなくてはならない大きな存在となっています。

緩和ケアが認識されだしたのは、ここ20年のことです。政策においてやっと平成19年に施行された「がん対策基本法」に初めて緩和ケアの充実が盛り込まれ、さらに平成24年に改定された「がん対策基本計画」では、緩和ケアは「がんと診断された時からの緩和ケア」という文言が盛り込まれました。(図1)

本邦の緩和ケアは、がん患者を中心に推進されてきました。それはがん治療における緩和ケアの介入はQuality of Life(QOL:生活の質)の向上のみならず予後にまで影響するほど大きな力があるからです。新しいがん治療薬剤1剤に匹敵する影響があるとも言われています。

がん診療における治療の柱は「手術」「化学療法」「放射線治療」の3つがあり、現在も大きく発展を遂げています。さらに「栄養サポート」「リハビリテーション」そして「緩和ケア」これらすべてをもって、はじめてがん集学的治療としてがん治療がなされていきます。(図2)

すでに「緩和ケア」という言葉は、以前と比べると広く知られるようになりました。しかし、実際はまだまだ「緩和ケアは、いつ・どこで・どんなときに受けられるのでしょうか」ということを何度も聞きます。

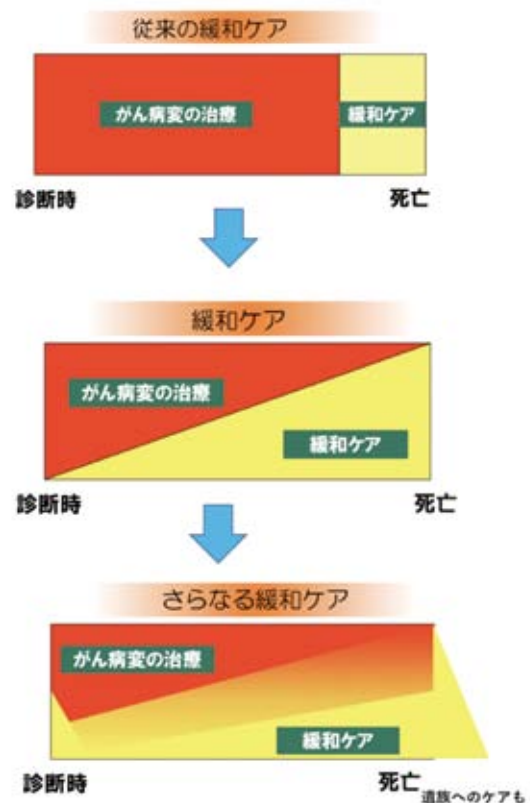


図 1



図 2

表 1

世界保健機関(WHO)の緩和ケア定義(2002年)
緩和ケアとは
緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメントと対処(治療・処置)を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフを改善するアプローチである。
緩和ケアは
<ul style="list-style-type: none"> <li>・痛みやその他の苦痛な症状を和らげる</li> <li>・生命を尊重し、死を自然の過程と認める</li> <li>・死を早めたり、引き延ばしたりしない</li> <li>・患者ケアの心理的側面とスピリチュアルな側面を統合する</li> <li>・死をむかえるまで患者が人生を積極的に生きてゆけるようささえる</li> <li>・家族が患者の闘病経過や自分自身の死別悲観に対処できるよう支える</li> <li>・チームアプローチを用いて患者と家族のニーズに取り組む。必要に応じて死別後のカウンセリングの提供も含まれる</li> <li>・QOLを高め、病気の経過に対して良い影響をあたえる</li> <li>・疾患の早期から適用することが可能であり、化学療法や放射線治療など延命を目指す他の治療と並行して行われる。また、不快な合併症をより良く理解しマネジメントするために必要な検査も含まれる</li> </ul>

緩和ケアの役割は、がんに伴う体と心の痛みやつらさを和らげることです(表1参照)。体のつらさだけでなく、心のつらさや療養生活の問題など幅広い支援を行い、患者様や家族が自分らしく過ごせるよう支えることも大切な役割です。苦痛を取り除くには、多職種にわたりチームで対応することが極めて重要になります。(図3)

緩和ケアはいつでもどこでも、がんと診断されたときからさらにはそのご家族を含めて緩和ケアを受けて頂くことができます。がん拠点病院では緩和ケアチームの設置が義務付けられていますが、当院ではこれまで緩和ケアチームは設置されていませんでした。そこで2017年10月1日から緩和ケアチームを設置しました。

緩和ケアにかかせないチーム医療

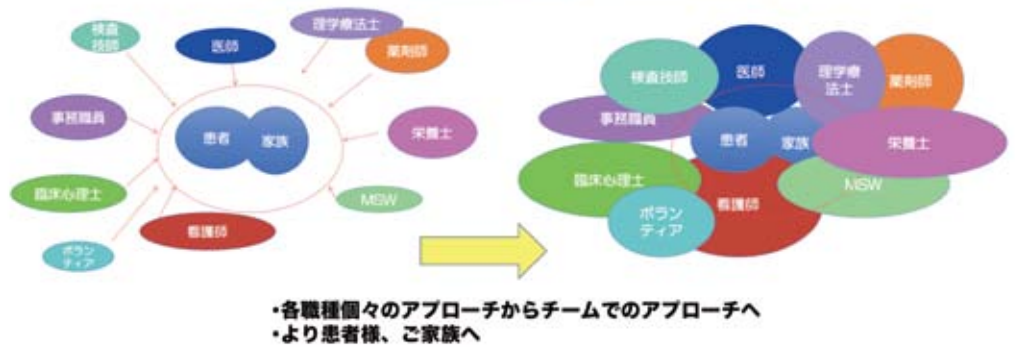


図 3

コアメンバー

	太田 学 医師
	豊田 清子 看護師 (がん性疼痛看護認定看護師)
	志田 友美 薬剤師

さらに栄養科、リハビリテーションともいつでも連携しています。

がん患者様でなくとも苦痛でお困りの方全てに対応しております。緩和ケアチームは患者様の苦痛を取り除くことが最大の目的です。治療については担当医が主となりますが、担当医と緊密な連携を保ち、他の職種と連携をとりながら苦痛を取り除いていきます。

「がんと診断された時からの緩和ケア」を目指し、また多くの患者様に緩和ケアの重要性を知っていただくべく、院内にはポスター掲示等もおこなっております。まずはお気軽に「緩和ケア」に関する相談をしていただけたら幸いです。

# 出前講座

病院職員が講師として出向いて、病気の予防や食生活の改善などについて分かりやすくお話しします。  
どなたでもお気軽にご利用ください。

対 象 ▶ 市内在住・在勤・在学で10人以上の団体・サークルなど  
問合せ先 ▶ 管理課 TEL 576-1231

No.	講座名	内 容	担当部署
1	健康寿命をのばす食生活について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 健康寿命とは?平均寿命と健康寿命の違い。</li> <li>● 健康寿命を長くする。</li> <li>● 健康寿命を左右する3つの「年齢」血管年齢、骨年齢、腸年齢</li> <li>● 健康寿命をのばす食生活5つのポイント(中高年向け)</li> </ul>	栄養科
2	発達障害について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 相談</li> <li>● ケースカンファレンス</li> <li>● 講義</li> </ul>	リハビリテーション技術室
3	健康な身体を維持するために自分で取り組める生活術	関節・筋肉・呼吸・循環・自律神経機能などの身体の基本性能を維持・向上するために自分で取り組める簡単なメンテナンス方法を提案・指導します。	
4	診療放射線技師の仕事①	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 将来医療従事者を目指す学生を中心に診療放射線技師の資格と仕事内容の紹介</li> <li>● 様々な検査機器・検査内容と画像を紹介</li> </ul>	放射線科
5	診療放射線技師の仕事②	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 診療放射線技師の資格と業務内容の紹介</li> <li>● 医療用放射線(人体への照射)は医師・診療放射線技師のみが行うことができることについて</li> <li>● 診療放射線技師が携わる放射線業務と当院での検査業務の紹介</li> </ul>	
6	医療被ばくについて	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 震災以来、放射線にはどうしても怖い、恐ろしいといった悪いイメージがあるが、放射線の悪い影響だけでなく長所を理解しやすい内容で紹介</li> <li>● 放射能と放射線の違い、医療被ばく、放射線防護の三原則について</li> </ul>	
7	後発医薬品(ジェネリック医薬品)について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 後発医薬品についての解説</li> <li>● 国民総医療費の動向とそれに占める医薬品費の推移</li> <li>● 国の後発医薬品使用促進策について</li> <li>● 先発品との違い、後発医薬品の品質について</li> <li>● 先発品か後発品かの選択についてのアドバイスを行う</li> </ul>	薬剤部
8	病院薬剤師の仕事について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 日常業務について(調剤、注射の払い出し、病棟業務、抗癌剤の調製、医薬品情報などの説明)</li> <li>● 薬物療法が安心かつ安全に受けられるようサポートしていることを紹介</li> </ul>	
9	糖尿病のお薬について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 内服薬の種類と特徴</li> <li>● インスリンの種類と特徴、手技</li> <li>● 低血糖の症状と対応について</li> </ul>	
10	輸液を中心とする栄養管理について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 輸液における水分、電解質、糖質などの役割</li> <li>● 脱水時などの経口補水療法(ORT)</li> <li>● 夏バテ対策</li> </ul>	
11	がん治療の実際～消化器がんを中心に～	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 消化器がんの種類や特徴</li> <li>● 薬による治療の実際～ガイドラインによる標準治療を中心に</li> <li>● 抗がん剤の副作用の変遷</li> </ul>	看護部
12	感染症について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 施設、病院、診療所、学校などにおける感染対策について</li> <li>● 子どもの感染症</li> <li>● 流行時の感染症とその予防策</li> </ul>	
13	フットケアについて	糖尿病による足の病気と予防対策	
14	糖尿病について	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 糖尿病とは</li> <li>● 糖尿病を予防する生活習慣について</li> </ul>	
15	家庭介護について	家庭介護に役立つ技術(安全で安楽な体の向きの変え方、衣類の着脱、保清、移動の方法など)	
16	災害対策について	トリアージ、応急処置、搬送方法など	
17	認知症について	認知症とは?認知症の在宅での対応の仕方等	
18	とこずれについて	何故、とこずれが発生するのか?またその予防対策は?	
19	慢性腎臓病について	腎不全の基礎知識と予防	
20	命の大切さについて	小学校、中学校、高校に訪問して講話	
21	もしかして… 低栄養じゃありませんか?	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 低栄養とは?</li> <li>● シニア(年長者)世代の食生活の特徴</li> </ul>	栄養科
22	「みんなでつろう!」元気な身体 ～自分らしい生活をおくるために～	地域包括ケアシステムが推進されていく中で、今後は地域住民主体でつくる活動が重要となります。集団活動や集団体操のやり方、運動を継続するためのポイント等を説明します。(形式:相談、講義、実技等内容に応じて)	栄養科

# 外来診療担当一覽表

平成30年4月1日現在

内科		月	火	水	木	金
総合内科	午前	鈴木千	寺田肇	浄宇	林 ☆○高羽 (血液内科)	鈴木千
	午後			☆乾		☆鈴木千
免疫内科	午後		☆小川法			
消化器内科	午前	鈴木崇	堀尾	太田	堀尾	
呼吸器内科	午前	柄山	榎本			赤堀
循環器内科	午前	林	宣原	寺田肇	宣原	浄宇
		加藤秀	浅井	林	浅井	加藤秀
糖尿病外来	午後	☆寺田肇				
内分泌科	午前					
	午後		☆酒井			
腎臓内科	午前	☆加藤明				
神経内科	午前					◎高嶋
禁煙外来	午後			☆乾		

○印の医師の受付は11時までです。  
 ◎印の医師の診察は予約のある患者様または紹介患者様のみとなります。  
 ※免疫内科の午後の診察は13時30分からです。  
 ※糖尿病外来の受付は13時から15時までです。  
 都合により診察医師が変更になる場合があります。

外科		月	火	水	木	金
午 前		太田	太田	鈴木章 (乳腺)	鈴木章 (乳腺)	太田
		鈴木章 (乳腺)	中島	中島	斉藤(血管) (10時から)	鈴木章 (乳腺)
		中島 (10時から)				
専門外来	午後				☆神谷	
呼吸器外科				☆船井和 (第1,3) (14時から)		
心臓血管外科				☆高橋 (第2,4) (14時から)		
血管外科					☆斉藤 (第2,4)	

泌尿器科		月	火	水	木	金
午 前		中西	赤羽	中西	中西 (10時まで)	中西
		田村	中西 (10時30分)	大塚	赤羽	赤羽 (10時から)

※血液透析を実施しています。

小児科		月	火	水	木	金
午 前		夏目	夏目	夏目	夏目	夏目
専門外来	午前		☆關 (循環器) (第2)			
	午後	☆夏目 (内分泌)	☆田口 (アレルギー) (第2,4)		☆宮本 (神経) (第1,3)	☆田口 (アレルギー) (第1,3)
			☆夏目 (乳幼児健診)		☆夏目 (内分泌)	☆石垣(第2) ☆杉江(第4) (神経)

婦人科		月	火	水	木	金
午 前		三宅	三宅	三宅	三宅	三宅

※水曜の受付は11時までです。

耳鼻いんこう科		月	火	水	木	金
午 前		船井	船井	船井	船井	船井
午 後		☆特殊検査		☆学童診察		

専門外来		月	火	水	木	金
脳神経外科	午前	稲永 (隔週)			山本 (隔週)	
				☆水野(第2) ☆二宮(第4)		
皮膚科	午後		中澤 (第1,3,5) 糟谷 (第2,4)		伊藤 (第1,3,5) 宮澤 (第2,4)	

※皮膚科の新患受付は8時から15時までです。なお、診察は13時30分からです。

眼科		月	火	水	木	金
午 前				野村		飯田
午 後			☆小島			

※火曜の診察は電話予約可能です。  
 ※水曜の受付は11時までです。

整形外科		月	火	水	木	金
午 前		杉谷	杉谷	杉谷	杉谷	萩原

※木曜の受付は10時30分までです。

形成外科		月	火	水	木	金
午 前					☆藤原	

麻酔科(ペインクリニック)		月	火	水	木	金
午 前					☆岩本	

※各科診察は、医師の都合等により変更または  
 休診となる場合があります。  
 ☆印の医師の診察は予約制です。

# 病院まつりを開催しました

広報委員 イベント部会

平成30年3月10日(土) 市立湖西病院 病院まつりを開催しました。  
タイムスケジュールと設置されたブースは以下の通りです。

タイムスケジュール	時間	内容
	13:05 ~ 13:15	和太鼓演奏(微笑保育園)
	13:30 ~ 14:15	加藤医師による講演会 ー動脈硬化と心臓病ー
	14:15 ~ 15:30	各ブースによる催し

ブース名	ブース内容
ちびっこなりきりドクター・ナース	医師・看護師の白衣を着て記念写真を撮りました。
画像診断機器見学体験ツアー	放射線科にある画像診断機器を見学しました。
※肺年齢測定	肺年齢を測定しました。
※軟こう作り体験	ハンドクリームに使える軟こうをつめる体験をしました。
※ロコモチャレンジ	「歩く」・「立つ」という能力を調べました。健康寿命を延ばすことを目的としています。
※認知症コーナー	パソコンを使い認知症の程度を確認したり、予防方法をアドバイスしました。
※血管年齢・骨密度測定	血管年齢や骨密度を計測しました。
※体成分分析装置	体内の水分量や基礎代謝などを調べました。
※肌年齢測定	肌年齢を測定しました。

※…人数制限があり、整理券を入手した方のみ体験できました。

はじめに微笑保育園の園児による和太鼓演奏を行い、活気ある音がホール全体に響き渡りました。

例年行っている「簡易健康診断」や、今回初めて設けたブースの「ロコモチャレンジ」など、子どもからお年寄りまで皆様が楽しめる内容でした。

市民の皆様約130人にお越しいただき、盛況のうちに終わることができました。今後も地域の皆様に親しまれる病院作りを目指し、より一層地域への貢献ができるよう努めてまいります。

催し物の内容は毎年変わりますが、今年度の内容を見て興味を持たれた方は、来年ぜひ参加して下さい。



▲加藤医師による講演会



▲画像診断機器見学体験ツアー

管理栄養士がすすめる

# 健康レシピ

1食あたり塩分2g未満で  
高血圧予防 第2弾!!

1人分の栄養価(2品合計)

エネルギー 570Kcal  
塩分 1.6g



## 野菜たっぷりドライカレー

エネルギー 520Kcal / 塩分 1.3g

### 材料(4人分)

ご飯 ..... 600g  
玉ねぎ ..... 中1個(約200g)  
人参 ..... 中1本(約120g)  
ピーマン ..... 中3個(約100g)  
トマト缶 ..... 1缶(400g)  
豚ひき肉 ..... 280g  
酒 ..... 小さじ4  
サラダ油 ..... 小さじ1  
おろしにんにく ..... 小さじ2  
おろし生姜 ..... 小さじ2  
A カレー粉 ..... 小さじ4  
ウスターソース ..... 大さじ2  
ケチャップ ..... 大さじ2  
ドライパセリ ..... 適量

### 作り方

1. 玉ねぎ・人参・ピーマンは粗いみじん切りにする。
2. フライパンにサラダ油を熱し、ひき肉を炒め、酒を加えて更に炒める。
3. 肉に火が通ったら玉ねぎ・人参を加えて玉ねぎがしんなりするまで炒める。
4. トマト缶を加え5分ほど炒め水分を飛ばし、調味料Aとピーマンを加え更に5分程度炒め水分を飛ばす。
5. お皿にご飯を盛りお好みでドライパセリを振りかけ、4を盛り付けたら完成。

### point

ルーを使用するカレーには1人前でおよそ2～3gの塩分が含まれますが、水・ルーを使用しないドライカレーは野菜の旨味を十分に利用でき、少ない塩分で美味しく食べることができます。  
また、トマトを使用することで辛さがマイルドになりお子様でも美味しく食べることができます。

## 大根とツナのサラダ

エネルギー 50Kcal / 塩分 0.3g

### 材料(4人分)

大根 ..... 400g  
かいわれ大根 ..... 1パック(約40g)  
玉ねぎ ..... 中1/3個(約60g)  
ツナ缶(水煮) ..... 小1缶(約70g)  
麵つゆ(ストレート) ..... 小さじ4  
ごま油 ..... 小さじ1

### 作り方

1. 大根は千切りにする。  
玉ねぎは薄切りにして水にさらす。
2. 玉ねぎの水気を絞り、大根と混ぜ合わせて器に盛り、ツナとかいわれ大根のをのせる。
3. 食べる直前に、麵つゆとごま油をかけて完成。

# 「リソースナースセミナー」を開催します

**医療・看護従事者対象**

市立湖西病院では、特定の分野に精通した看護師(リソースナース)が活動しています。

この度、専門知識をもっと幅広く地域の医療・看護従事者へ役立てていただくため「リソースナースセミナー」を開催することになりました。

下表のとおり、テーマの看護師が最新の知識を伝えていきます。是非ご参加ください。

**対象者** ● 湖西市内の医療介護施設に勤務されている方 (対象施設には案内を送付しています)  
**と き** ● 原則7～11月の第三金曜日 (変更になるときがあります)

## 私たちが担当します



月	担当看護師	テーマ
7月	感染管理認定看護師	標準予防策について
8月	認知症看護認定看護師	認知症の基礎知識と事例検討
9月	日本糖尿病療養指導士	元気は足から～糖尿病患者のフットケアの実際～
10月	がん性疼痛看護認定看護師	がん性疼痛について
11月	皮膚・排泄ケア認定看護師	褥瘡発生アセスメントとハイリスク患者

# 院内合同研究発表会を開催しました

平成30年2月16日(金)に院内合同研究発表会を開催しました。

看護師や医師など各分野の知識を持った職員が日頃の研究内容を披露しました。専門性の高い内容を発表することにより、職員間で知識の共有をすることができました。

また、優れた発表を投票により決定しており、下表の演題が選ばれました。

入賞区分	演題名	発表者
最優秀演題	聖隷浜松病院との画像連携について -クラウドを利用した(新)画像連携システムの構築-	診療放射線技師 小嶋 秀樹
優秀演題	腎不全患者に炭酸ガス造影を用いて経皮的血管形成術(PTA)を行った2例	医師 浅井 正嘉
	退院支援に対する病棟看護師の意識調査	看護師 相曾 桃子



▲医師発表



▲放射線技師発表