

fureai ふれあい No. 51号

令和3年10月19日発行 第51号 発行／総合青山病院(0533)73-3777 印刷／磯昭栄社印刷所

<http://www.aoyama-hp.or.jp>

第47回

医師
からの
メッセージ

この春から新たに
『肛門外科』が稼働しました

肛門外科 部長 柴田佳久



総合青山病院にこの4月から勤務しております。先には、豊橋市民病院にて一般外科／肛門外科の診療・治療（手術）を受け

持っております（消化器がん・消化器一般・乳がん・内分泌疾患・直腸肛門疾患・便秘）。

当院では、『肛門外科』を新たに立ち上げ、また、今までの診療経験を持って消化器科にも所属しています。

『肛門外科』に関しては、この東三河地域（豊橋・豊川・新城・田原・蒲郡）に肛門専門医は少なく、基幹病院などの医療機関でも外科医が対応していることが一般的です。私はその少ない肛門外科専門医（学会認定医・指導医）の一人です。

先の病院でも多くの患者さまを診させていただき、またご紹介いただきたながら診療と手術をして参りました。肛門の症状

で困ってみえる方は多く存在しています。新設の『肛門外科』で、多くの方々のお役に立てると確信しております。

当院では、肛門外科の手術に關して麻酔科の協力を得ていることが患者さまの安心につながり、また、他科の先生にも相談できるので併存症を持つている患者さまにも対応できます。

私はこの病院で消化器疾患の診療をしていて、当院の消化器科から外科への橋渡しにもお役に立てると考えます。どこでどのような治療を受けるかは、患者さまのご希望が優先されます。一方、一つの病院で診療から診断、そして治療まで担当できる良い環境でもあると思っております。勿論、当院にかかられてる患者さまだけでなく、他の施設で診療を受け、また診断を受けての治療内容についても一

緒に考えることもさせていただけます。

近年増加している大腸がんや、若い人達に見られる過敏性腸炎（クローン病など）、高齢者に多い慢性便秘の治療にも当たっています。

私自身がこの地域で診療してきたことから、地域の病院や診療所の先生方と直接連絡を取ることも多々できる立場にあります。患者さまの診療を、もともと診ておられる先生と一緒に継続して行えることも、私が当院で診療させていただいている強みです。

地域の皆さまと医療関係者から信頼される病院／専門科である事に努めます。消化器の病気に不安を持つている方、肛門の病気で悩まれている方は気楽に私のところへ来ていただければと存じます。

心不全患者さまへの退院指導

2病棟 看護師長 嶋田亜未

再入院しないために 気をつけること…

再入院をしないためにも、注意事項を守ることが大切です。

①薬をしっかりと飲みましょう

薬を毎日欠かさずに正しく飲みましょう。自分で判断してやめるのではなく、医師に必ず相談して下さい。

②入浴時の工夫をしましょう

脱衣所と浴室の温度差を無くしましょう。特に冬は注意！お風呂のお湯は40〜41℃のぬるめにししましょう。つかるのは5〜10分です。

③便通を整えましょう

いきむと血圧が上がります、心臓に負担がかかります。便秘にならないようにしましょう。

④禁煙をしましょう

タバコは血圧を上げる作用があります。

⑤適度に体を動かしましょう

息が上がる、動作は心臓に負担がかかっています。ラジオ体操やストレッチがおすすです。少し息が上がったら休憩をはさみましょう。

⑥手洗い・うがいをしましょう

高熱や肺炎になり、血圧や心拍数が上がると、心臓に負担がかかります。感染症にかからないために、マスクをつける、手洗い・うがいをしましょう。また、肺炎を予防するためには、口の中をきれいに保つことが大切なので、毎食後に歯磨きをしましょう。

⑦水分・塩分を摂りすぎないようにしましょう

水分と塩分を摂りすぎると心不全を悪化させてしまいます。塩分は水分を溜め込みやすくします。味が濃い水分摂取が多くなります。

こんなことがあったら 病院へ！

□今まで楽にできていたことでも息切れがする

□就寝時、苦しくて目が覚める、仰向けで眠れない

□咳や痰が出る

□体重が急に増えた

(一週間で2〜3kg増えた)
退院時の体重()kg (月 日)

□血圧が低い、または高い

□脈が速い、または遅くなる

□足がいつもよりむくんでいる

□おしっこ回数や量が減る



今まで楽にできたことでも、息切れをしたり、いつもより足がむくんだり、尿の回数や量が減っている場合は、身体に水分が溜まっている可能性があります。定期的に体重測定をして理想の体重を把握しましょう。

安心して退院して いただくために

日常生活が少しでも改善し、快適な退院後の生活が送れるように、ご本人とご家族さまを含めた退院指導を行っています。入院中と変わらない生活を送ることとは難しいと思います。しかし、ご本人だけでなく、患者さまを支えるご家族さまへも退院後の生活をご説明し、理解していただくことで、より安心できる生活が送れると考えています。

また、コロナ禍であり、面会制限の中で、ご家族さまが入院生活をイメージできないことも少なくありません。そのためにも、パンフレットを用いて日常生活への理解を深めていただけられるように関わりを持っていきます。

退院指導は、退院当日になることが多いですが、疑問や質問があれば速やかに対応できるようにします。何かありましたら、お声がけください。

心不全とは…

心臓は全身に血液を送るポンプの役割をしている臓器です。心不全とは、そのポンプの役割が低下してしまう状態のことを言います。



脳梗塞や心不全を繰り返して、再入院される患者さまのために、2病棟では、パンフレットを用いた退院指導を行い、再入院を予防することを目的に活動をしています。

今回は、心不全のパンフレットから退院指導の内容をご紹介します。

PCR検査について

臨床検査室

副技師長 木川修一

新型コロナウイルス感染症により、誰もが知ることになったPCR検査。ところで、皆さまはPCR検査とはどんな検査なのかご存じですか？

PCR検査とは、英語で Polymerase Chain Reaction のことで、「ポリメラーゼ連鎖反応」と訳されています。1986年に発表され、必要な遺伝子だけを試験管内で増幅させると、とてもわかりにくいものになってしまいます。遺伝子とは遺伝情報を伝達するもののことをいい、遺伝子は細胞核の染色体のなかに、DNA（デオキシリボ核酸・Deoxyribonucleic acid）として存在します。ヒトなど多くの生物はDNAを鋳型として1本の鎖のRNA（リボ核酸・Ribonucleic acid）が作られ、

これをもとにたんぱく質を作ります。つまりDNAとRNAの両方持っています。ところが、ウイルスはどちらか一方しか持つておらず、DNAウイルスとRNAウイルスに分けられ、新型コロナウイルスはRNAウイルスの仲間です。RNAウイルスは、このままではDNAを増幅するPCRでは測れません。

新型コロナウイルスをPCRで検査するには、ウイルスを破壊して、中からRNAを取り出し、逆転写酵素を使ってRNAからDNAを合成します。DNAは通常二重らせん構造をしています。これを熱をかけることで鎖が紐解かれ、1本に分かれます。新型コロナウイルスだけしか持っていない特定の部分だけにDNA合成酵素を作用させるために合成起

点にプライマーを結合させて、必要なDNAを合成させます。目的のDNAがあれば必ずみ算のように増えるので、これに標識を付けておき、視覚的にわかりやすくして検出します。PCRは高感度ですが、検査の工程が複雑なため、迅速測定可能な装置でも検査結果が出るのに90分ほどかかり、患者さまに結果が出るまで待つていただくには時間が掛かり過ぎます。そこで、最近ではPCR以外にもいろいろな核酸増幅法が研究開発され、実用化してきています。



令和3年4月、当院に新人職員が入職しました。
オリエンテーションや各部門での研修を終え、
それぞれの部署へ配属されました。
皆さまにも温かく見守って
いただけたらと思います。
よろしくお願いいたします。



新人職員 6ヶ月が過ぎて

看護師

原 結香 (1病棟)



無事に手術を終えた患者さまが
日々回復していく姿を見ると看護
師としてのやりがいを感じます。複
数の患者さまを受け持つことで優
先順位や判断力が問われ、看護の
難しさを痛感しています。まだまだ
未熟ですが、少しずつ成長できる
ように頑張ります。

看護師

竹富 愛紗 (2病棟)



2病棟は緊急性や重症度の高い
患者さまや、回復期の患者さまに
合わせた看護が必要です。でき
る技術が増えることにやり甲斐
を感じながら、少しずつ患者さま
のニーズに合わせた看護を提供
できるようにしていきたいです。

看護師

蒲野 汐里 (3病棟)



社会人となり、今までとは異なる環
境に入り、同じ学校を卒業した仲間
もない中で不安が多く、心配でし
た。今では新たな仲間と出会い、研修
や日々の看護業務を行っていく中で
多重課題にも追われ、苦戦しながら
も仲間と支えあいながら日々頑張っ
ています。一人前の看護師になれる
ようこれからも頑張ります。

看護師

神谷 真叶 (3病棟)



日々看護技術の習得に励み、
様々な疾患や病期の患者さまと
関わる中で、個性のある看護
につなげていくことの難しさを感じ
ています。それと同時に看護
の楽しさ、奥深さを感じつつ、温
かな看護を心がけながら頑張っ
ています。

看護師

植田 喬子 (西1病棟)



最初は不安がありましたが、先輩
方の指導により、少しずつ出来る
事が増え、喜びとやりがいを感じて
います。患者さまがリハビリで徐々
に回復する姿を見て嬉しく感じ、
安心して退院していただけるよう
寄り添った看護を目指していきたい
です。

看護師

大場 朱莉 (西2病棟)



最初は戸惑いや不安がありまし
た。しかし、先輩方のサポートが
あり、できることが増えていま
す。まだ先輩方のような看護を行
うことはできていませんが、自分
自身、患者さまの気持ちに寄り添
った看護を行っていくよう努
めていきます。

看護師

河本 航希 (手術・中央材料室)



私は手術室に配属されました。手
術室は専門性が高く、入るときは
不安と期待でいっぱいでした。今
では先輩方の指導もあり、出来
る事が増え、成長していると実感
します。早く手術室看護師として
一人前になれるよう努力してい
きます。

臨床工学技士

岩瀬 好美 (臨床工学室)



臨床工学技士として働いて半年が
経ちました。先輩の丁寧な指導を受
けて、少しずつできる業務が増え
てきましたが、知識不足や技術不
足を痛感しています。日々の勉強
に励みながら、患者さまに信頼さ
れる臨床工学技士になれるよう、
これからも頑張りたいと思います。

臨床検査技師 岡田 龍季 (臨床検査室)



臨床検査技師として働き始めて6ヶ月経ちました。先輩方の指導のおかげで、少しずつ行える業務が増えてきました。まだまだ知識や経験不足から至らない点多々ありますが、患者さまや医療の役に立てる臨床検査技師を目指し、努力していきたいと思います。

作業療法士 石堂 乃愛 (リハビリテーション技術室)



入職して半年が経ちました。当初は分からないことが多く、不安もありましたが、先輩方の丁寧な指導のおかげで、少しずつ行える業務が増えてきました。未熟ではありますが、患者さまに寄り添い、よりよい生活ができるようなリハビリを提供していきたいよう努力していきたいと思います。

言語聴覚士 鈴木 玖実 (リハビリテーション技術室)



入職して半年が経ちました。緊張してあたふたすることが多い私は、患者さまや先輩方の温かい言葉に支えられています。至らぬ点が多いと思いますが、患者さまのお役に立てるよう、精一杯努力して参ります。よろしくお願いいたします。

言語聴覚士 朴 美耀 (リハビリテーション技術室)



先輩方から指導いただく中で、入職半年を迎えることができました。より良いリハビリテーションを提供できるよう、患者さまお一人お一人にしっかりと向き合い、努力していきたいと思います。

医療事務 安部 ひなた (医事課)



新入職員として入職し6ヶ月が経ち、業務や環境にもだいぶ慣れたように思います。今年も新型コロナウイルスの影響で異例な場面が多く、大変な部分もありますが、とてもやりがいのある職業だなと改めて感じました。一日でも早く戦力になれるように、これからも努力していきます。

医療事務 伊藤 夕希奈 (医事課)



入職してから今日まですごく時間が早く過ぎたように感じました。通常業務に加え、コロナの対応をすることになり、慣れない大量の予診票に最初は戸惑い時間がかかってしまいましたが、今ではスムーズに仕事を進められるようになったと思います。これから通常業務にも少しずつ慣れていき、一人でこなせるようになりたいです。

医療事務 福井 貴広 (医事課)



新入職員として医事課に配属されて6ヶ月、多くのことを学ばせていただきました。6ヶ月が経ち、専門的な知識や接遇など、まだまだ不足しているスキルが多いことも痛感しました。これからも自分のスキルを磨き、日々努力していく決意です。

医療事務 野口 萌乃 (医事課)



入職して早くも6ヶ月が経ちました。通常の業務に加え、コロナに関する業務もあり、忙しい毎日ですが、とても充実した日々を送っています。目の前の業務を確実にこなし、早く一人前になれるようこれからも頑張ります。

医師事務作業補助者 谷口 凜 (医療サービス課)



メディカルクラークとして働き始めて6ヶ月が経ちました。書類の作成や電話対応など、慣れない事ばかりですが先輩方に指導いただき頑張っています。知識を身につけ、業務の幅を広げられるよう努力していきます。





令和3年度 救急医療功労者 愛知県知事表彰



この度、私は、令和3年度救急医療功労者愛知県知事表彰を受賞させていただきました。これは個人に対しての表彰ですが、本院赴任までの大学での実績、本院赴任後の救急をはじめとする地域医療への貢献および医師会役員としての実績などが評価されたものと思います。

今後、この表彰に恥じぬように、本院において救急をはじめ地域医療に貢献していきたいと考えています。

第44回 知っ得!! 情報

医療費助成制度 について

医事課 主任 三浦 朱里

重い病気にかかって、医療費の負担が大きくなる場合があります。医療費の額や特定の病気によっては、その負担を軽くしてくれる医療費助成制度があります。今回は主だった二つの制度を説明します。

1 高額療養費制度

1か月にかった医療費の自己負担額が一定額を超えた場合に、その超えた金額が高額療養費として支給されます。事前に保険者に申請し、交付された限度額認定証を医療機関や薬局の窓口に表示していただければ、自己負担限度額までの支払いとなります。

2 難病医療費助成制度

指定難病の治療費において、1か月の自己負担限度額を超えた場合に、指定難病の認定を受けておけば、窓口でのお支払いが自己負担限度額までとなります。

医療費のお支払いに関してお困りのことがございましたら、入院・外来窓口までご相談ください。



栄養のチカラ

旬のレシピ

れんこんまんじゅう

管理栄養士が考える、栄養に配慮した体に良いレシピや栄養情報をお届けします。



材料(4人分)

- れんこん …………… 250g
- 片栗粉 …………… 大さじ2
- 塩 …………… 少々
- A { だし汁 …………… 200ml
- しょうゆ …………… 大さじ1
- みりん …………… 大さじ1
- しいたけ …………… 30g(小2個)
- 人参 …………… 20g(中2cm)
- 片栗粉(とろみ用) …… 大さじ1/2
- 三つ葉 …………… 適量

作り方

- 1 れんこんは皮をむき、1/4を粗くきざみ、3/4をすりおろして片栗粉、塩を加えよく混ぜる。
- 2 1を4等分し、ラップにのせて茶巾絞りのように丸くまとめる。
- 3 耐熱皿にのせ、600Wで4分加熱する。
- 4 Aを鍋に入れ、人参、しいたけに火が通るまで煮たら水で溶いた片栗粉でとろみをつける。
- 5 3のラップを外して器に盛り付け、4をかけて三つ葉を添える。



木々の色づくに秋の深まりを感じる頃となりました。今回は秋の食材「れんこん」を使ったメニューをご紹介します。旬の食材は安価に手に入れることができるだけでなく、その季節に必要な栄養素が含まれています。れんこんには、皮膚の再生に必要とされるビタミンCが含まれており、根菜類なので体を温める作用があります。空気が乾燥し皮膚が傷つき、朝晩の温度変化に体が冷えるこの季節にはありがたい食材ですね。おろすというひと手間はかかりますが、子供からお年寄りまで美味しく頂ける一品となります。

アレンジアイデア

1の段階でエビやぎんなんを加えて頂くと豪華な一品となり、三つ葉の代わりに柚子やわさびを添えて頂くと、大人の味へと変化します。



A S O B I
N O
H I R O B A

遊びの広場

数独の解き方



1. タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1~9までの数字が1コずつ入ります。
 2. 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9コ)にも1~9までの数字が1コずつ入ります。
 3. 従って、タテ、ヨコ、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。
- とにかく、算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

答えは8ページ目をご覧ください。

		2		3		5	
			9			3	1
		6				9	
	8		1			6	
		4			2		
	6			9		8	
9					8		4
	7			1			
3			7				8

ふれあい箱の回答

たぐわすの意見がうけとれまわ。



お褒めの言葉

こちらの病院で手術・入院できたこと、本当に良かったなと思っています。快適な入院生活を送ることができました。心から感謝しております。ありがとうございました。お世話になりました。

1病棟 入院患者さま

温かいお言葉をありがとうございます。今後とも患者さま側に立った医療を目指し、職員一同精進してまいりますのでよろしく願いいたします。



ご意見

母を連れてワクチン予約の申込みに来ました。豊川市からの通知どおり5/10まで控えていたのに、仮予約でいっぱいと言われました。受付の方は頭を下げてくださいましたが、このやり方はどうかと思いました。

外来 外来患者さま

当院では予約の混乱を避けるため、かかりつけ患者さまには仮予約という形をとらせていただいております。各入口、受付、電光掲示板、ホームページ等でお知らせしておりましたが、どの患者さまにも同じように伝達できていなかったかと思われます。

患者さまにはご迷惑やご心配をおかけし、大変申し訳ございませんでした。

なお、現在はコロナワクチン予防接種専用ダイヤルを開設しておりますので、詳しくは受付までお問い合わせください。

遊びの広場の解答

1	9	2	8	3	7	4	5	6
4	5	7	9	2	6	3	8	1
8	3	6	5	4	1	2	9	7
2	8	9	1	7	3	6	4	5
5	1	4	6	8	2	9	7	3
7	6	3	4	9	5	8	1	2
9	2	1	3	5	8	7	6	4
6	7	8	2	1	4	5	3	9
3	4	5	7	6	9	1	2	8

編集後記

少しずつ秋も深まり、美しい紅葉が見られる季節となりました。まだまだ遠方への外出や旅行はできませんが、爽やかな秋晴れの下、ウォーキングをしながら近所で紅葉を楽しませてみてはいかがでしょうか。秋の夜長に読書なども良いですね。

今年の夏は、東京オリンピック・パラリンピックが開催されました。賛否両論ある中での開催ではありましたが、今回より新しく加わった種目もいくつかあり、テレビの前で熱い声援を送られていた方も大勢いらっしゃるのではないでしょうか。これを機に新しいスポーツを始められた方もいらっしゃるかもしれません。日頃から適度な運動を心掛け、健康な体作りにも努めましょう。

広報委員会では今後も皆さまにより親しんでいただける広報誌「ふれあい」をお届けできるよう、皆さまからのご意見、ご感想等をお待ちしております。

病院の理念 患者さま側に立った全人的医療を目指します

基本方針

地域の中核病院として安全で質の高い医療に努めます
患者さまが安心出来るゆきとどいた診療を提供します
患者さまに信頼されるゆきとどいた看護を提供します
患者さまに満足されるゆきとどいたサービスを提供します
患者さまがやすらげる快適な環境を提供します

患者さまの権利

1. 適切で質の良い医療を受ける権利を有します
2. ご自分の医療の内容について知る権利と説明を受ける権利を有します
3. ご自分の医療の内容について自由に選択し決定する権利を有します
4. ご自分の医療について他の医師の意見を聞く権利を有します
5. 人格を尊重されプライバシーを保護される権利を有します
6. ご自分の診療録の開示を求める権利を有します