

2020年10月1日
68号

かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所 株式会社製作所ひたちなか総合病院
〒312-0057
ひたちなか市石川町20番1
TEL 029(354)5111
発行人 飯嶋和秀
編集 広報委員会
<http://www.hitachi.co.jp/hospital/hitachinaka/index.html>
※バックナンバーは当院ホームページに掲載しております。

ごあいさつ — 地域を護る病院として —



院長 吉井 慎一

かけはし10月号ということで、早いもので今年度も残すところ半年となりました。9月も猛暑日が続き、新型コロナウイルス感染拡大で、外出

自粛も約半年に及んでいます。今年の夏休みは、故郷で過ごすことができなかつた方や、熱中症、長時間の冷房、自粛による精神的ストレス等、体調を崩された方も多かつたのではないのでしょうか。

皆様もご存じのように、新型コロナウイルス感染症は、大都市や周辺地域を中心に陽性者数の増加が連日報道されています。茨城県でも陽性者は出ていますが、幸い重症者数の急激な増加はないようです。陽性者の濃厚接触者に対して、無症状でもPCR検査を実施しているので、当然陽性者は一時的に増加します。幸い現状では、欧米のように多数の死亡者が出るような事態にはならないと予測されます。このような状況下、今後新型コロナウイルス感染症は指定感染症から除外されるかもしれません。仮に指定感染症から除外されると、感染疑いのある発熱患者は保健所を通さないで、かかりつけの医療機関での受診も可能となり、また無症状・軽症者の扱いも検討されることとなります。

新型コロナウイルス感染症については、以前に比べ疫学的研究が進み、その実態は明らかになってき

ていますが、未だに不明な点が多いのも事実です。例年10月から予防接種が始まるインフルエンザは、前期は例年に比べ大きな流行はなかつたのですが、今年はいつ頃から始まり、流行の規模はどうなるか、まったく予測できません。通常の診療では、発熱等の症状からインフルエンザと新型コロナウイルスを鑑別することは困難です。発熱患者の多くは新型コロナウイルス感染症ではないのですが、頻度ははるかに低くても新型コロナウイルス陽性患者は存在すると思われまふ。重要なことは、症状の強い場合、インフルエンザを適切に診断し、治療薬を処方できる体制をとることです。県が中心に整備を進めていますが、最終的には保健所、市、医師会、基幹病院が協力していくことが必要です。

院内感染は、新型コロナウイルス感染症に限った問題ではありません。インフルエンザ等のウイルスに限らず、耐性菌などさまざまな病原体が自然界には存在しています。手洗い、アルコール消毒、マスク等の基本的な予防策は以前から行われており、今でもそれが基本中の基本です。当院は、インフルエンザ流行期に備え、発熱の患者診療をできるだけ診療場所・導線を変えて行う準備をしています。高齢者や基礎疾患を持った人が重症化しやすいのは、新型コロナウイルスもインフルエンザも他の肺炎も同様です。地域を護る病院として、withコロナ時代を職員一丸となって頑張っていく所存ですが、当院だけではマンパワー的にも限界があります。そのため、地域の皆様のご理解・ご協力をよろしく願ひたいします。

ひたちなか総合病院・総合健診センター休日のお知らせ

10月		11月		12月		1月																					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土							
				1	2	③	①	2	3	4	5	6	⑦	⑥	7	8	9	10	11	⑫	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨
④	5	6	7	8	9	⑩	⑧	9	10	11	12	13	⑭	⑬	14	15	16	17	18	⑰	⑩	⑪	12	13	14	15	⑯
⑱	20	21	22	23	⑳	㉑	㉒	㉓	24	25	26	27	㉔	㉕	21	22	23	24	25	㉖	⑰	18	19	20	21	22	㉗
㉘	26	27	28	29	30	㉙	㉚	28	29	⑳	㉑			㉒	25	26	27	28	29	⑳	㉓	25	26	27	28	29	⑳

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



がんの治療現場では、たくさんの専門家が一人の患者さんを支えています。
今回は多くの専門家の中から「がん化学療法」を支えるスペシャリストを紹介します。

薬剤師

化学療法室には専任薬剤師が常駐しており、治療開始前に患者さんへ治療スケジュールや使用薬剤の説明を行い、治療に対する理解と不安の解消に努めています。

治療内容は患者さんごとに異なるため、抗がん剤の投与量や治療スケジュールの事前確認を行います。また、患者さんへの副作用の確認や、医師と相談をした上で処方提案を行うなど、治療のサポートを積極的に行っています。さらに、治療経過が把握できるよう、実施した治療内容をお薬手帳に記載する取組みも実施していますので、患者さんや他の医療機関においても活用していただければと思います。

がん化学療法看護認定看護師

認定看護師とは、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上を図るため、特定分野において、公益社団法人日本看護協会が定める認定看護師教育課程を修了し、認定審査に合格した看護師です。

役割としては、がん化学療法を安全・確実にを行い、副作用症状のマネジメントや患者さんがセルフケアを実践できるよう支援しています。

また、チーム医療として医師や薬剤師、臨床心理士、栄養士などと協働し、患者さんとご家族が日常生活を保ちながら、安心して治療を受けられるように活動しています。

臨床心理士

臨床心理士は主にごがん患者さんやそのご家族の不安や心配なことを共に考え、心の健康を保ちながら治療に臨めるようサポートしていくことが役割となります。

病気になるとどうしても視野が狭くなりがちです。誰かに話を聞いてもらうことにより気持ちが楽になったという経験をされた方も多いためです。

私たちは一人ひとりの気持ちに寄り添い、その人の価値観を大切にしながらお話を伺うことを意識しています。

医療ソーシャルワーカー

医療ソーシャルワーカーは、患者さんやご家族の相談にのり、治療を受けながら生活をするために必要な支援をしています。

患者さんやご家族の中には、介護サービスが必要であったり、お金の心配があったり、復職への不安を感じている方もいらっしゃいますので、ケアマネジャーや社会保険労務士、市役所やハローワークの方などとも相談をしながら支援をしています。

リンパ浮腫外来担当看護師

リンパ浮腫による苦痛を和らげることができるよう支援しています。

がんの治療である手術療法や放射線療法の後遺症で「リンパ浮腫」という上肢や下肢のむくみを引き起こすことがあります。軽い浮腫であれば、普段の生活を送ることができますが、悪化すると生活に支障をきたすことがあります。発症後に早い時期からケアをはじめ、悪化を防ぐことが重要です。

リンパ浮腫ケア外来では、スキンケア・リンパドレナージ・弾性着衣や弾性包帯による圧迫療法・運動療法・体重管理を組み合わせたケアを中心にセルフケア指導を行っています。



がん化学療法を支える専門チーム

2020年4月副院長に就任した辻井医師、2020年6月医局長に就任した今村医師を紹介します。



2020年4月より副院長となりました辻井績武（つじいいさむ）です。光陰矢の如く、整形外科医となり25年が経ちましたが、まだまだ診療において学ばされることが多い毎日です。

当院には2008年より整形外科医として勤務し、救急車で搬送されてくる患者さんや地域の開業の先生からご紹介いただいた患者さんを中心に診療し、勤務時間の大半を手術に費やしています。

病院勤務の整形外科医が診療時間の大半を本来の仕事である手術に割くことができているのは、地域の開業の先生方が外来診療を担っていただいているおかげだと思っております。この場を借りて御礼申し上げます。これまでは整形外科の責任者としてより良い医療を提供できるように努めておりましたが、今後は病院全体としてはこの地域全体の医療に貢献できるように頑張っていきたいと思っております。



この度医局長を務めさせて頂きます外科の今村史人（いまむらふみと）と申します。私は2002年10月より当院に勤務し、今年で18年目となります。この18年間で病院は改築され、医師数も激増致しました。

当然、医師数が増えれば医療の質も保証される、というわけではありませんが、数が増えればできることも増えることは痛感しております。医局長としてできることは限られていますが、近くの医療機関との連携および医師の業務を円滑にすることで、患者さんに利益をもたらす手伝いをしていきたいと思っております。至らぬ点多々あると思っておりますが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

看護師の各部署の様子は、ひたちなか総合病院ホームページ内「Hi☆Tachiなか」に掲載していますので、ぜひご覧ください★

地域の先生紹介

やまき内科クリニック

やまき内科クリニック院長の山木万里郎（プライマリーケア連合学会認定医・指導医、腎臓専門医・指導医取得）です。15年前にひたちなか総合病院を退職し津田で開業しました。ひたちなか総合病院にはCT、MRIの撮影を依頼したり（的確な読影に感謝しています）、また患者さんを紹介したり（総合診療科や外科には重症患者の救命もして頂いた事があります）など、地域の1次診療担当者として大変お世話になっております。

一方で、ひたちなか総合病院や総合健診センター等よりこの15年間に300名以上の腎疾患患者さんをご紹介して頂いています。残念ながらひたちなか総合病院では腎臓専門医が非常勤のため、腎疾患の診断と治療に関して入院不可という事もあり、腎生検や透析導入が必要と判断した場合、私が以前在籍した自治医科大学附属病院や近隣の総合病院の腎臓内科に紹介しております。また、総合内科専門医として腎疾患以外の患者さんも診ておりますが、ひたちなか総合病院のバックアップあってのものと思っております。今後もひたちなか総合病院との補完関係を保ち、地域医療に少しでも貢献したいと存じます。

ホームページ<https://www.yamakinaika-clinic.com>



院長 山木万里郎



医療連携に関するお問い合わせは地域医療連携推進センターへ

8：15～16：30（月曜日～金曜日）

TEL 029-354-5202（直通）

FAX 029-354-5220（直通）

インフルエンザ予防接種のお知らせ

10月1日（木）からインフルエンザワクチンの予防接種を開始致します。

1. 成人の方

(1) 定期通院中で外来受診予定のある方

10月1日（木）より外来受診時に予防接種が可能です。
 予防接種をご希望の方は、主治医にご相談下さい。

(2) 定期通院中で外来受診予定の無い方

予防接種外来（完全予約制）を開設致します。

- ① 予約開始日 **10月1日（木）**
- ② 接種日時 **10月16日（金） 15:00～15:40**
10月23日（金） 15:00～15:40
10月30日（金） 15:00～15:40
11月6日（金） 15:00～15:40
11月13日（金） 15:00～15:40

③ 予約方法 電話予約のみ

- ・ 電話番号 **029-354-5111（代）**
- ・ 受付日時 平日 **13:00～16:00**

※上記時間帯以外は予約をお受け出来ませんので予めご了承ください（時間外、土・日・祝日は予約不可）。
 ※予約状況により他院での予防接種をお願いする場合がございますので、予めご了承ください。

(3) 接種料金 （13歳以上）4,580円/回

※市町村より配付された「インフルエンザ予防接種予診

票」をご提出された方のみ、助成適用額での予防接種が可能です。

(4) その他

「インフルエンザ予防接種予診票」は、事前に必要事項（当日の体温等）を記入の上、ご持参下さい。

2. 小児の方

予防接種外来（完全予約制）を開設致します。

(1) 予約開始日 **10月1日（木）**

(2) 予約方法 電話予約のみ

- ・ 電話番号 **029-354-5111（代）**
- ・ 受付日時 月・火・金曜日 **15:30～16:30**

※上記時間帯以外は予約をお受け出来ませんので予めご了承ください（時間外、土・日・祝日は予約不可）。

(3) 接種料金 （13歳未満）4,080円/回

※市町村より配付された「インフルエンザ予防接種予診票」をご提出された方のみ、助成適用額での予防接種が可能です（該当市町村：ひたちなか市、東海村、那珂市、常陸大宮市）。

(4) その他

- ・ 予防接種時に、「インフルエンザ予防接種予診票」及び「母子手帳」を必ずご持参下さい。

健康維持のためできるだけ 身体を動かしましょう！

総合健診センター 岩谷 悦子

秋は、運動しやすい季節です。皆さんは、日頃から意識して身体を動かしていますか？

今年は新型コロナウイルス感染症対策による外出自粛や在宅勤務等で普段の生活より身体を動かす機会が減った方も多いのではないかと思います。

活動量が減ると体力の低下、生活習慣病の発症や筋肉が衰えるなど別の健康被害にもつながる恐れがあります。健康維持のため運動のポイントと目安をご紹介します。

1. 運動のポイント

- ① 体調確認をし、体調不良がある場合は運動を控える。
- ② 家の中ではテレビ体操やラジオ体操など気軽に出来る運動を行う。
- ③ 座ったままや横になる時間を減らし、なるべく身体を動かす。
- ④ 家の周辺など屋外で運動や散歩する時は周囲の人との距離を保ち行う。
- ⑤ 普段から通勤や買い物、散歩時には積極的に歩く。
- ⑥ すき間時間を活用し、立ったついでにスクワットをしたり早足で通勤する。
- ⑦ 掃除や洗濯などの家事で身体を動かす。
- ⑧ ストレッチや筋肉トレーニングを家事や仕事の合間に行う。

2. 運動の目安

厚生労働省の「健康づくりのための身体活動指針」は全世代に向けて「プラス10（テン）」まずは今より10分多く身体を動かすことを推奨しています。短い時間でも良いので、自分の出来る事から始める事が大事です。

治療中の病気や身体に痛みがある方は、かかりつけ医にご相談して下さい。

◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏名	異動日
内科	徳留和佳	退職（2020. 7. 31）
	中泉太佑	退職（2020. 9. 30）
呼吸器内科	大島央之	採用（2020. 10. 1）
消化器外科	八木健太	退職（2020. 9. 30）
整形外科	小出知輝	退職（2020. 9. 30）
	渡邊優	採用（2020. 10. 1）
小児科	三村尚	退職（2020. 8. 31）
耳鼻咽喉科	福蘭隼	退職（2020. 9. 30）
	中川博人	採用（2020. 10. 1）
臨床研修医	菊池啓太	退職（2020. 7. 31）
	吉光寺直哉	退職（2020. 7. 31）
	吉田将太	退職（2020. 7. 31）
	山口章	退職（2020. 9. 30）
	湯原美貴子	退職（2020. 9. 30）
	萩原梨帆	退職（2020. 9. 30）
	山岸和美	採用（2020. 7. 1）
	八田幸乃	採用（2020. 7. 1）
	湯原美貴子	採用（2020. 7. 1）
	長谷川瑛里	採用（2020. 8. 1）
	鯨岡裕平	採用（2020. 8. 1）
	立石綾	採用（2020. 8. 1）
	深井陽太郎	採用（2020. 8. 1）
	菊池啓太	採用（2020. 9. 1）
伊東里奈	採用（2020. 10. 1）	
山寄肇	採用（2020. 10. 1）	