

2022年1月1日  
73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。

## 新年のご挨拶



院長 吉井 慎一

新年あけましておめでとうございます。新型コロナウイルス新規感染者数は全国的に減少していますが、約2年近くに及ぶ感染者増加、それに伴う自粛要請で、ストレスの多い日々を過ごして来られたと思います。年末・年始は久しぶりに通常の過ごし方ができたでしょうか。

一方海外では、ヨーロッパを中心に感染拡大が未だ勢いを増し、これは韓国でも同様です。さらに南アフリカから新たな変異ウイルスが発表され、すでにヨーロッパ、アジアでも陽性者が確認されています。新しい変異ウイルスのはっきりとした性質、ワクチンや抗体療法の効果などは未だ正確には把握できていません。日本においては、政府が行動制限緩和への政策転換を進めており、今冬の感染再拡大（いわゆる第6波）が懸念されます。当院は地域を護る病院として、第5波以降、新規感染者増加や入院が必要な患者への備えを行ってきました。昨年11月からようやく通常診療が充実してきましたが、感染拡大に備えた通常の診療との両立を、職員一丸となってやり遂げる準備をしています。

流行拡大期には、政府より全国に「不要・不

急」な検査・手術を一時延期し、新型コロナウイルス感染症診療を優先との要請がありました。2020年度は、全国でがん検診を含めた健診受診率が大きく落ち込み、2021年度も完全には回復していません。全国がんセンターの統計では、新たにかんと診断された患者数は大きく下がっています。今後、がん以外の疾患も、ある程度病状が進んでから病院を受診する人が増加する懸念があります。当院は、急性期病院ではありますが、病床には限りがありますので、急性期の患者さんが増加するとすぐに満床になります。地域の医療機関と皆様の協力と理解がなければ、その役割を十分に果たせないと考えています。

今回の新興感染症の世界的拡大は、世界経済に大きなダメージを与えました。医療においては、人口当たりの病床数が世界一にも関わらず、以前から隠れていた医療体制の問題と、実際に診療する医療者のマンパワー不足が露呈しました。

その中で、医療は大きく変革する、またはすべきという意見が多く出ています。国としての方針は重要ですが、最終的に大きな影響を受けるのは国民です。もう一度原点に戻り、患者さんの視点にたった医療体制の見直しが必要と考えます。

最後になりますが、この一年間の皆様方、ご家族のご健勝とご活躍を祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

## ひたちなか総合病院・総合健診センター休日のお知らせ

	日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土		日	月	火	水	木	金	土								
							①								⑤								②								
1	②	③	4	5	6	7	⑧	2	⑥	7	8	9	10	11	⑫	3	⑥	7	8	9	10	11	⑫	4	③	4	5	6	7	8	⑨
月	⑨	⑩	11	12	13	14	⑮	月	⑬	14	15	16	17	18	⑰	月	⑬	14	15	16	17	18	⑰	月	⑩	11	12	13	14	15	⑮
	⑮	16	17	18	19	20	⑳		⑳	21	22	23	24	25	㉔		㉔	㉕	22	23	24	25	㉔		⑰	18	19	20	21	22	㉔
	㉔	㉕	25	26	27	28	㉔		㉔	28							㉔	28	29	30	31			㉔	24	25	26	27	28	㉔	㉔

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



## 救急センター

### 当センターのミッション

当院のミッションそのままに！「地域を護る病院」

### 当センターの強み

平日日中（8：15～16：30）は総合内科が当センターを一手に担い、「広く診る」を実践しています。平日日中の救急外来では、ほとんどの患者さんを受け入れている状態であり、すぐに専門科への診療引き継ぎが必要なケースも、各科の協力で迅速な診療が提供できています。



柴崎 俊一



大西 晶子



山田 修三

救急センター 救急・総合内科

### 主な対応疾患

総合内科単独で対応可能な疾患として心停止・敗血症性ショック（ARDS合併で挿管、AKIでCHDFまで対応）などの各種感染症・糖尿病性ケトアシドーシス・急性腎不全・高カリウム血症などがあります。また、高齢者の発熱はもちろん、「なんか様子がおかしい」などの老年救急領域も数多くお受け入れしています。また他の診療科と連携して、急性冠症候群・脳卒中・消化管出血・外科的急性腹症・各種骨折なども当センターで初療を行っています。なお、緊急疾患でない場合の救急外来へのご紹介は、翌日以後の一般外来に案内を変更するケースもございます。予めご容赦ください。

### 当センターの改善点

当センターの今後の改善点は、休日夜間に当直医が1人体制になることです。その体制の弱さから、休日夜間に、地域の皆様のご期待に十分に沿えていない点が現状でございます。この点を深く受け止め、2022年度以後の体制見直しを進めており、追って皆様にご報告できればと考えています。



救急外来スタッフ

## 内視鏡室では、消化器内視鏡技師資格があるスタッフが対応いたします

内視鏡と耳にすると「苦しい」「痛い」「つらい」といったイメージをお持ちかと思いますが、私たち、消化器内視鏡技師は患者さんのそのような不安をできる限り和らげるために、患者さんに寄り添って検査介助にあたっています。

また、当院では早期癌などに対する手術において、開腹手術に比べて患者さんの負担の少ない、内視鏡での手術も行っています。

また、医師の隣に立ってサポートを行い、手術が安全かつスムーズに行えるよう努めています。

病気を早期に発見するために内視鏡検査は有用です。私たち消化器内視鏡技師をはじめ、スタッフ全員でサポートいたしますので、検査を受けにいらっしやっちはいかがでしょうか。



内視鏡スタッフ

## 地域の先生紹介

### 田中循環器内科クリニック

当院は2018年（平成30年）7月1日に、ひたちなか市津田で開院いたしました。当日は晴れて暑い日だったと記憶しています。院長・田中喜美夫は昭和の終わりに筑波大学で医学教育を受けて、平成に改元された年に医師としてのキャリアを開始いたしました。

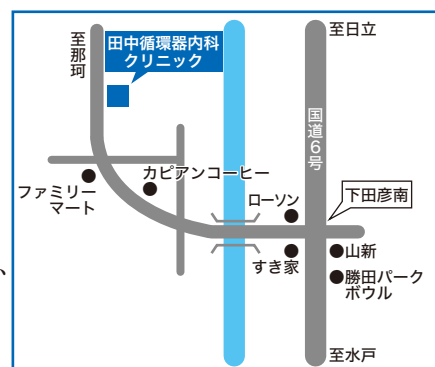
ひたちなか総合病院（当時は水戸総合病院）をはじめ水戸以北の病院で、多くの患者さんの循環器内科・内科診療に従事し、令和とともにクリニックを開院いたしました。昭和の学生、平成の勤務医、令和の開業医です。

当院は循環器の専門性を生かして、クリニックで提供可能な最高の医療を理想として診療していますが、多くの疾患を持つ高齢者が増加し、一つのクリニックだけで診療が完結することはありません。ご家族の協力、近隣診療所での併診、ひたちなか総合病院をはじめ専門医との併診、介護施設や行政との連携など、地域全体が一体となった介入が必要です。

現在、医師1名、生理検査技師1名、看護師5名、事務5名の計12名でチームを作り、各患者さんの疾患や生活背景に寄り添いながら日々診療に奮闘しております。医療者サイドからの目線ではなく、患者さんが必要とする医療を提供して、地域のかかりつけ医として貢献していきたいと思っています。



田中循環器内科クリニックの皆様



## 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）

## 新型コロナワクチン3回目接種が始まりました！

薬務局 佐藤 和人

当院では12月7日から新型コロナワクチン3回目接種が始まりました。今後2回接種した18歳以上のすべての市民の皆様に対して、接種完了から原則8カ月以降順次開始される予定です。

日本国内での2回接種完了者は76.5%（11月26日時点）で、世界でもトップレベルの接種率です。とりわけ65歳以上の高齢者の接種率は90%超と驚異的です。これだけ接種率が高いにも関わらず、なぜ3回目接種が必要なのでしょう？

新型コロナワクチンを打ったあと、私たちの体の中では新型コロナウイルスの病原性をおさえる作用のある「中和抗体」がたくさん作られます。中和抗体はウイルスが侵入しようとする異物として認識し、排除しようとする。

しかし、時間が経つとともに中和抗体の数は減っていきます。中和抗体だけでワクチンの効果すべてが語れるわけではありませんが、実際に感染予防効果は88%（2回目接種後1カ月以内）から47%（5～6カ月後）に減少するという報告があります。入院予防効果や重症化予防効果は半年まで維持されるとの報告もありますが、60歳以上では重

症例の発生率が上昇したという報告もあり、2回接種したからといって油断はできない状況です。こうしたことから来たる次の波に備えて3回目の追加接種が急がれているのです。

気になる3回目接種後の副反応ですが、基本的には2回目と大きな違いはないと考えて良いでしょう。ファイザー社製のワクチンの場合、リンパ節の腫れが1,2回目より若干高い傾向があるものの、ほとんどの副作用は2回目と同程度か低いとされています。

新たな変異ウイルスの登場が世間を騒がせていますが、ウイルスは増殖、流行を繰り返す中で変異していくものです。私たちにできることはウイルスが活動しやすい環境を徹底的になくすこと。ワクチン接種に加え、これまでどおりマスク・手洗いなど基本的な感染防止対策を実践していくことが大切です。

参考：厚生労働省 新型コロナワクチンQ&Aより  
Qなぜ、追加（3回目）接種が必要なのですか。

<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/0096.html>

## 日々の少しの意識で腸は変わる

総合健診センター 岩谷 悦子

腸活と聞くと発酵食品や野菜、果物などなんとなく食事での方法を想像しますが、実は生活習慣を改善することも腸活の一種です。腸内環境を整えるメリットと生活習慣のポイントをご紹介します。

### 1. 腸内環境を整えるメリット

・免疫力を高める

腸内には、全身の70%の免疫細胞が存在し、腸内の善玉菌は私たちの免疫細胞を刺激し、活性化させる働きを持っています。

・栄養素の代謝を促進させる

腸内環境が整った状態の場合、消化・吸収作業を効率よく行い、エネルギーの生産がうまくできます。腸は私たちの体を健康的なものにするための鍵を握っている部分です。

### 2. 腸内環境を整える生活習慣

・睡眠をしっかり取る

睡眠は脳の神経系にとって重要な休息です。腸は、第二の脳と言われ、お互いに連携しあって働いています。腸の働きを最大値にするためにもしっかり睡眠を確保しましょう。

・適度な運動をする

ウォーキングやジムでの運動は、体の血流を良くします。その結果、腸の動きが活発になり、便秘改善や栄養

素の代謝促進の効果があります。

・毎日同じ時間に食事と睡眠を取る

食事や睡眠などの生活習慣は、体に刺激を与える因子です。食事は血糖値の変動が刺激となり、睡眠は光が刺激となり、体のリズムを作り出しています。毎日の生活リズムを一定にすることで腸のリズムを整え腸内環境が整います。

日々の少しの意識で食と生活習慣の両方からアプローチすることが何より大切です。ぜひ今日からご自分の出来る方法で試してみてください。

## ◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏名	異動日
内科	山崎 亮太	退職 (2021.10.31)
	山田 修三	採用 (2021.12.1)
麻酔科	功刀 沙也香	採用 (2022.1.1)
臨床研修医	成田 真実	退職 (2021.10.31)
	武本周平	退職 (2021.11.30)
	堀 舜也	退職 (2021.11.30)
	坂 隆寛	退職 (2021.12.31)
	石田 智己	採用 (2021.11.1)
	萩原 梨帆	採用 (2021.12.1)
	檜山 駿輝	採用 (2022.1.1)