

2023年1月1日  
77号

# かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所 株式会社日立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 渡辺明宏  
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

新年明けましておめでとうございます。皆様方におかれましては清々しい新年を迎えられたことと心からお慶び申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大（第8波）は、12月には収束せず、高齢者を中心に入院患者数も増加しています。一方、経済活動はほぼ通常通りで、政府も来年以降の早い時期に感染症2類から5類へ変更することを予定しています。実際にオミクロン株に変わり、重症化率は以前のデルタ株より低く、死亡率もインフルエンザと同等以下になったと言われています。新型コロナウイルス感染症は今後も無くなることはありませんが、2023年は、医療だけでなく、日本全体がコロナ禍後に適切に対応することが必須となります。

当院はリニューアルして12年が経過しました。この間、医師数は約2倍になり、医療の質も向上し、皆様のご支援もあって入院・外来とも患者数は増加しています。一方で、302床の病床

数（50床の回復期病床含む）では、満床で入院依頼を受けられないことや、日々の外来の混雑、待ち時間で、皆様には大変ご迷惑をかけています。特に昨年は、隣接する水戸医療圏で、新型コロナウイルス感染症入院の増加により救急受け入れ制限が相次ぎ、4月から9月の半年間で、当院の救急車受け入れは2,000台を超えました。急性期病床250床の病院としては、全国でも類を見ない数字となりました。

リニューアル後から現在までを当院の第一次成長期とすれば、2023年度以降は第二次成長期と考えています。人口減少が比較的少ない、市内で唯一の総合病院として、医療需要の減少はなく、むしろ近隣の医療圏からの逆流で、さらに需要が増加すると考えています。そのため、今まで以上に当院と地域の医療機関、介護施設との連携強化が必要になります。さらに、市民の皆様のご理解・ご協力が必要になります。苦難の道は続きますが、地域に必要とされている医療を安全・高品質に提供することを、職員全員で共有し、同じ方向に向かって努力すれば道は開けると確信しています。

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

1月		2月		3月		4月																					
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
①	②	③	4	5	6	⑦				1	2	3	④	⑤	6	7	8	9	10	⑪	⑫	13	14	15	16	17	⑱
⑧	⑨	10	11	12	13	⑭	⑮	16	17	18	19	20	⑲	⑳	21	22	23	24	㉔	㉕	26	27	28	29	30	㉖	
⑳	㉑	㉒	㉓	㉔	㉕	㉖	㉗	㉘	㉙	㉚	㉛	㉜	㉝	㉞	㉟	㊱	㊲	㊳	㊴	㊵	㊶	㊷	㊸	㊹	㊺	㊻	㊼
㊽	㊾	㊿					㊿																				

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センター休日



## リウマチ科

リウマチ科では  
県央・県北を中心  
に関節リウマチや  
自己免疫疾患の診  
断から治療まで、  
入院外来問わず行  
っています。県  
央・県北の砦とし  
ての誇りを胸に、  
4名の常勤医と2  
名の非常勤医で患  
者さんのケアに努  
めています。



リウマチ科医師  
(左から) 奥田医師、倉島医師、小國医師、茂木医師

さて、リウマチ

性疾患や膠原病、自己免疫疾患は希少疾患やいわゆる難病と言われており、普段生活している中では馴染みのない病気ばかりです。“不治の病”というイメージから悲観的になってしまう方も多くいらっしゃるかと思います。確かに今もって全容の解明されていない疾患ばかりであり、現在においても残念ながら完治させるまでには至っておりません。しかし医療の進歩により「寛解」、つまり病気を封じ込めることができるようになりました。

関節リウマチを例にとっても、20年ほど前までは十分な治療薬もなく、関節の変形を止めることができず、日常生活に支障をきたすようになるのを黙ってみているしかできませんでした。生物学的製剤やJAK阻害薬といわれる薬剤の台頭により、関節の破壊を抑制するどころか病気の発症前の状態まで身体機能の改善をすることができるまでになっています。また、関節エコーといった診断技術も進歩しており、これまでよりも早く確実な治療が行えるようになってきました。

膠原病においても、これまではステロイドしか武器がない中で病気の勢いを十分に抑えることができなかつたり、ステロイドの副作用にも四苦八苦したりとありましたが、ステロイドの使用法の向上に加え免疫抑制薬や生物学的製剤の進歩により、疾患活動性を抑えつつ治療による副作用や合併症に注意し社会生活を送れるようになりました。

膠原病は一般的には女性に多い病気とされており、これまでは病気により妊娠を諦めなければならなかったような方でも治療を継続しながら妊娠・出産をめざすことも可能となっております。

全身にまたがる疾患となるため、必要に応じて複数の診療科とも連携しながら治療を行い、安心して患者さんが生活できるようこれからも精進してまいります。

今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



カンファレンスの様子

## 窓口・事務業務を担当しています！

私たち株式会社ニチイ学館は、総合窓口・各診療科窓口・病棟での事務業務を総勢70名のスタッフで対応しています。

医療事務業務を行ううえで、常に『患者さんの気持ちに寄り添った対応』をコンセプトに、来院される全ての皆さまが心穏やかに治療に専念できるよう、分かりやすいご案内を心掛けています。

これからも、地域の皆さまに安心して来院していただけますよう、医療事務のチームとして笑顔で対応してまいります。



株式会社ニチイ学館スタッフ

## 地域の先生紹介

### 海原 医院

当院は、1968年（昭和43）年に佐和駅近くに父が開院、1997年（平成9年）にマラソン道路沿いに移転しました。同時に昭和大学第三内科を退任した私は、父の下で開業しました。当時の大学病院では、循環器、内分泌代謝、神経内科の三領域を基本に様々な疾患の治療を行っていました。

高齢者医療を主体とした生活習慣病を中心に経験をつむことができ、小児医療を含めた広い間口で、かかりつけ医として開業し現在に至っています。



手に余る疾患に対しては、主にひたちなか総合病院に紹介させていただきました。ゲートキーパーという立場で、図らずとも病診連携を開始して20余年経ちました。当時のひたちなか総合病院の院長先生から、紹介数が最多だったとのコメントをいただいたこともありました。

内科、小児科医としてかかりつけ医の本分を果たして、更に病診連携による高度な医療への方向付けのできる診療所をめざしています。

どうぞよろしく願いいたします。



院長 海原 正宏

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）

## 皆さんのいびきは大丈夫ですか？ —睡眠時無呼吸症候群とCPAP療法—

臨床工学科 岡崎 健一

睡眠時無呼吸症候群（SAS）は、睡眠中に繰り返される無呼吸によって、日中の強い眠気、高血圧や動脈硬化、心筋梗塞や脳梗塞を引き起こす病気で、多くの方が共通していびきをかいています。

国内の潜在患者数は500万人以上とも言われていますが、周囲からのいびきの指摘で睡眠時無呼吸症候群が発覚するケースが多い一方、適切に治療を受けている方はおよそ1割程度とみられています。その治療法の一つにCPAP（シーパップ）療法（持続陽圧呼吸療法）がありますが、これは専用装置からホース、マスクを介して気道に空気を送って無呼吸を防ぐもので、正しく使用している間は大幅な効果が期待できます。しかし、治療効果は患者のモチベーションの影響によるところが大きく、眠気などの自覚症状が強い場合は使用率が高く、より一層効果

を実感する方が多いですが、元々自覚症状が乏しい、窮屈感や呼吸困難感を強く感じる、面倒、などの理由で十分に使用できず、効果が得られないケースも一部でみられているのが現状です。

当院では、年間約150人の方が外来でCPAP治療を受けていますが、医師、看護師の適切な指導によって、多くの方が正しく継続使用し、高い治療効果を維持しています。中等症から重症の睡眠時無呼吸症候群を放置すると、心筋梗塞・脳梗塞・生活習慣病・眠気による事故などを引き起こし死亡率が非常に高くなると言われており、大変危険です。家族や知人でいびきのひどい方はいませんか？「いびきがひどい…」、「呼吸が止まっている？」などと感じた時は、早めの検査と治療を考えてはいかがでしょうか？

## 歯の健康を守ろう！

総合健診センター 河野 理佐

何歳になっても元気に過ごせるよう、しっかりと歯の健康管理をすることが大切です。どのような習慣が歯の健康を守るのか見ていきましょう。

### ★歯が健康で、口腔機能が維持されていると

#### こんなにいい事が！

- ①歯の本数が多いほど寿命が長い
- ②色々な食品の咀嚼が可能になり、なんでもおいしく食べることができる
- ③口腔機能が維持されていると、姿勢や歩行が安定する
- ④食べ物をしっかり噛むことで栄養吸収が促進される
- ⑤噛む回数が多いと唾液がたくさん出て、口腔内の清潔が保たれる
- ⑥脳が活性化され、認知症の予防につながる
- ⑦歯周病を予防する事が、全身の生活習慣病を予防することにつながる

### ★口腔機能を維持するために！

- ①歯ごたえのあるものをよく噛んで食べましょう  
噛むことであごの筋肉が鍛えられます

- ②舌体操や唾液線マッサージを取り入れましょう  
口腔機能は40代頃から低下しやすくなります。トレーニングすることで大幅な機能低下を防ぐことができます
- ③口腔内を清潔に保ちましょう  
歯ブラシのみのケアではなく、デンタルフロスや歯間ブラシで隙間対策、薬用洗口液で粘膜ケアを行います
- ④抜けた歯は放置せず歯科医院へ  
歯並びや噛み合わせを整え、噛む機能を回復させます
- ⑤かかりつけ歯科医院を持ちましょう  
虫歯や歯周病の治療、義歯の調整などを行うことで良いコンディションを保つことができます

### ◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏名	異動日
総合内科	山崎 亮太	採用 (2022.11.1)
臨床研修医	山崎 勇輝	退職 (2022.11.30)
	瀧 良輔	退職 (2022.12.31)