



済生会ニュース

平成19年9月1日発行 三重県松阪市朝日町一区15番地の6 駐 0598-51-2626代／ fax 0598-51-6557
<http://www.matsusaka.saiseikai.or.jp>

専門看護師紹介

がん看護専門看護師 村木明美

こんにちは。がん看護専門看護師の村木です。みなさんは「専門看護師・・・？」という言葉をお聞きになったことはありますか？専門看護師（Certified Nurse Specialist; CNS）とは、日本看護協会が認定する資格認定の一つで、認定試験に合格し、ある特定の分野において卓越した看護実践能力を有することが認められた者をいい、6つの役割（実践、相談、調整、倫理調整、教育、研究）を果たすとされています。私は昨年11月に「がん看護」という分野で認定を受けました。専門看護師としては、まだまだ駆出しおの1年生になります。現在、がん看護専門看護師は全国に79名、三重県には私を含め3名（三重大学医学部附属病院・市立四日市病院）が活動しています。

私は平成元年に当院に入職し、内科病棟、外科病棟で勤務してきました。特に外科病棟では、がん患者様の痛みをはじめとした症状の緩和に関して何とかしたいという強い思いを抱くようになりました。4年目を迎えた頃、半年間休職して、神奈川県立看護教育大学校（現神奈川県立保健福祉大学）のがん看護課程で学ぶ機会を得ました。その時「なぜ同じ日本なのに都会で受ける医療と地方の医療にこんなに格差があるのだろう！」と愕然とした記憶を今でも鮮明に覚えています。疼痛コントロールをはじめ、知らないことが多すぎて・・・患者様に申し訳ないという気持ちで一杯になりました。もっと勉強して地方の看護のレベルを上げたい！という大それた夢を持ち始めたのはこの頃です。

平成7年を迎え、しばらく臨床現場を離れ、三重大学で看護学生を教えるという仕事に就きました。一言では語れない濃厚な7年間を教育の現場で過ごしました。私的なことですが、自分が入院するという経験や家族の看取りの経験もしました。振り返るとすべての経験が、今につながっているように思います。

平成14年に三重大学大学院のがん看護専門看護師コースに入学し、2年後に修士課程を修了し、当院に復職いたしました。

さて、今や国民の2人に1人が、がんに罹患し、がんの予防・治療・ケアは国家を挙げての関心ごとであります。今年4月から「がん対策基本法」が施行され、日本のどこにいても、高度ながん治療とケアが受けられる体制を整えていくという国の方策は既に動き出しています。

当院でも地域の基幹病院として、患者様やご家族、地域の人々のニーズに応えられるよう、様々な取り組みを行っています。私のような専門看護師が院内を横断的に活動できるよう独立したポジションを与えられていることもそのひとつと言えるでしょう。

私は疼痛コントロールや化学療法の副作用に対するセルフケア支援をサブスペシャリティとしています。現在、主に午前中は外来化学療法室、午後は外来や病棟をラウンドしています。症状緩和に関する相談を受けるコンサルテーション業務や、実際にベッドサイドに伺い、患者様やご家族の声に耳を傾ける時間を大事にしています。具体的な例をあげると、痛みのある患者さんに対して細かく観察し、鎮痛薬の効果的な使い方や評価を適切に行っていきます。病棟スタッフらと協働しながら、痛みを和らげる看護ケアを工夫し、日常生活での障害や心の悩みが解決できるよう患者様と家族を支援していきます。また、患者様と医師の間の橋渡しをしたり、医療者向けの勉強会を開催したりしています。

まだ手探りの状態で期待に応えるというところまで至っていません。しかし、焦らず、まずできることから、じっくり取り組みたいと考えています。こんな看護師がいることを知っていただくということからのスタートです。よろしくお願いします。



2病棟5階

係長 稲垣知子

—イベントを大切にしています—

私たちの病棟は、脳神経外科と神経内科・眼科（男性患者様）の混合病棟です。一般病室の55床と、集中治療室（NCU）の8床から成り、スタッフは40名で日々のケアにあたっています。

主に脳神経外科では、脳血管障害の発症で緊急入院・手術が多い中、最近の傾向として頸椎症や胸部脊柱管狭窄などの手術目的で入院される患者様が増えていきます。神経内科では、「頭痛外来・グッドDrのインターネットランキング」においてこの地方で上位に選ばれてい



るだけあり、脳梗塞や神経・筋疾患の入院が多くあります。眼科では白内障の手術が多く、入院は3～4日と短期の入院がほとんどですが、週2回の手術日は多いときで3～4件手術があります。

毎日忙しい病棟ですが、課長を始め、スタッフは“ライフイベント”を大事にしています。突然的に発症、また不慮の事故などで入院された患者様に「人生の節目」というべきイベントのお手伝いをさせていただいている。

この3月にはA君の高校卒業式を病室にて行いました。制服に着替えて友達の見守る中、校長先生から卒業証書を受け取ることができました。その他、入院中の患者様の誕生日なども家族とともに祝いしたりしています。患者様家族にとってつらい入院生活ですが、イベントを入院しているからあきらめるのではなく、楽しい時間を共有することで、それが刺激となり回復への意欲につながることを期待しています。

おくすり通信

済生会松阪総合病院 薬剤部



アルコールとくすりについて…

今回は、アルコールとくすりの相互作用についておはなしします。

一般的に、服薬中は、アルコールの接取は控えるようにいわれていますが、それはなぜでしょうか？

★アルコールには、中枢神経を抑制する作用があります。そのために、中枢神経抑制作用をもっている催眠薬や鎮静薬、抗ヒスタミン薬などをアルコールと一緒に飲むと、反射神経が鈍くなる・判断力が低下などの中枢神経抑制作用が強まり危険です。

★アルコールはくすりの代謝にも影響します。アルコールによりくすりの代謝が抑えられ、くすりの効果が強まり、中毒症状が現れることがあります。また逆に、くすりによりアルコールの代謝が抑えられ、ジスルフィラム様作用（顔面紅潮、低血圧、吐き気、頻脈、呼吸困難など）が現れることがあります。

栄養ドリンクや食品に含まれる微量のアルコールでも、くすりとの相互作用が現れる危険があるので、注意しましょう！

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。





知って得する病気の話

顔面神経麻痺

神経内科 近藤昌秀

正式には末梢性特発性顔面神経麻痺と言われます。よく顔面神経“痛”という言葉を耳にしますが「痛かったですか？」とお聞きしても「いえいえ痛みはなかったですが、急に顔半分が麻痺したんです」と答えられることが多いです。実は顔面神経は運動神経なので麻痺はしても痛みは起こりません。ちなみに顔に強い神経痛が起こるのは多くは三叉神経痛によるものです。なぜか顔面神経麻痺の病名がいつの間にか顔面神経痛になっている方によくお会いします。

急に顔の左右半分が麻痺したときには当然、治療と原因探しが並行して行われます。顔面神経障害は帯状疱疹など種々の炎症性疾患、糖尿病などの代謝障害、血管障害、中耳炎など近傍の炎症の波及、外傷、腫瘍など様々な原因で起こります。特発性顔面神経麻痺というのは、その中で細かな原因が決まらなかったものを言います。情けないようですが、実はこれが一番多いのです。しかし、その大半は顔面神経が何らかの原因で炎症を起こし、耳の奥で頭蓋骨を貫く場所で障害されることが多いことが分かっています。さらにヘル

ペスウィルスの関与が多いことも分かってきました。

治療は早期からステロイド（炎症を抑える）、ビタミン薬（神経修復）、血流改善剤（血行改善）などを使用します。さらに抗ヘルペスウィルス剤を使用することも増えてきています。特に大量のステロイドを使用する際は入院して頂くこともあります。

発症から半月以降に顔面神経伝導検査などの検査を行い、この先にどうなるか大まかな予想をたてます。症状の軽い人は2か月くらいで目立たなくなりますが、半年を越えても障害がのこる方もいます。御自分で筋肉が硬くならないようにマッサージしたり、左右対称な自然な表情を作ったり、麻痺筋を個別に収縮させること（他の筋が動いてきたら抑制するように心がけるか、中止する）を続けて頂きます。いずれも鏡を見て行うのがよく、特に眼と口の運動は分離して行なうことが病的共同運動（例：マバタキすると口もパクパクする）を予防するために必要です。また眼を閉じきれない間は、眠るときや、強風時はテープや眼帯で眼を閉じ、起きている時は点眼液で眼が乾燥しないようにします。これを怠ると角膜炎や結膜炎を起こして眼を痛めますので注意が必要です。治療はなるべく早く始める方が有利です。何か症状があればお早めに受診されることをお勧めします。



大きく変わる健診・保健指導

みなさんはご自分の腹囲が何センチか、ご存知ですか？医療機関では腹囲をおへそ周りで測るため、皆さんが思っているよりも太くなっています。

ではどうしておへそ周りで腹囲を測るのでしょうか。それは内臓の周りに脂肪が溜まる「内臓脂肪型肥満」を見つけ出すためです。

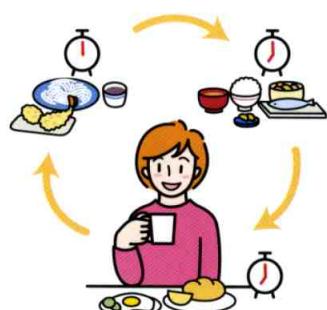
今話題のメタボリックシンドロームも腹囲が基準となっています。自覚症状がほとんどないので治療をせずに放置しがちで、その結果、脳梗塞や心筋梗塞などの病気になる危険性が高くなります。

そこで、働き盛りの方々にご自分の健康について自覚していただき、生活習慣を見直していただこうと、平成20年度から健診制度が新しくなり、健診・保健指導が40歳以上75歳未満の被保険者と被扶養者に義務化されることになりました。保健指導の必要性ごとに「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」の3つに区分して、対象者一人一人に合わせた保健指導を行います。

健診センターあさひ 保健師 辻井奈津希

保健指導対象者を腹囲によって選定するのですが、それだけ内臓脂肪が重要視されているといえます。

内臓脂肪は蓄積されやすく解消されやすいという特徴がありますから、日常の食事や運動など、生活習慣を見直し、健康的に体重を減らしましょう。



体重減少のためのワンポイントアドバイス

- 食事は1日3食時間を決めて
- 食事はゆっくり食べましょう
- 料理の品数、皿数を増やしましょう
- 筋肉をつけましょう
- 積極的に階段を利用しましょう

「第5回 いちにち糖尿病教室」
開催のお知らせ

昨年度に引き続き、今年度もいちにち糖尿病教室を開催いたします。
同じ立場の患者さん、ご家族の方や医療スタッフと一緒に、糖尿病について学んでみませんか?
なお、今年度の昼食は、三重県立相可高校食物調理科 村林先生による糖尿病食をご用意しております。
多数のご参加をお待ちしております!



日 時：平成19年11月17日（土）午前9:30～午後1:30
場 所：済生会松阪総合病院 2病棟7階 講堂
内 容：食べ物のウラ側を知ろう（管理栄養士）、インスリンのはなし（薬剤師）、血糖値を測ろう（臨床検査技師）、みんなで運動（理学療法士）、何でも質問コーナー（医師）など。
※内容に多少の変更がある場合もあります。ご了承ください。
昼 食：三重県立相可高校食物調理科による、糖尿病食
参加費：昼食代として、500円
定 員：30名

申し込み方法 参加は予約制になっております。当院内科外来までお申し出ください。
済生会松阪総合病院 糖尿病委員会

new face

新任 Dr. 紹介

よろしくお願ひします！



泌尿器科

金原 弘幸

整形外科

植村 剛

□ 外来診療担当表

（2007年9月1日）

★担当医は変更になることもあります。

● 受付時間

8:00～12:00（診療科と曜日によって多少変更あります）

午前9:00～12:00／午後1:30～

土・日曜日、祝祭日、年末年始(12/30～1/3)、創立記念日(5/30)

	月	火	水	木	金
内 科	一診				
	二診	須川 正宏	南川 光三	垂見 敏明	須川 正宏
	三診	保田憲基（午後）	小林 稔彦	脇田 喜弘	小林 稔彦
	四診	森谷 熱	森谷 熱	井口 正士	井口 正士
	五診	清水 敦哉	上村 泰弘	上村 泰弘	大学医師（午前）
	六診	垣本 齊		田中 淳子	坂井 正孝
	七診	中島 啓吾	清水 敦哉	中島 啓吾	清水 敦哉
	八診	坂井 正孝	垂見 敏明	垣本 齊	保田 憲基
外 科	一診	藤森 健而	長沼 達史	長沼 達史	北川 真人
	二診	田中 穠	北川 真人	柏倉 由実	飯澤 祐介
	午後		外科医師（肛門・乳臍）		外科医師（肛門・乳臍）
脳 神 経 外 科	一診	諸岡 芳人	諸岡 芳人	諸岡 芳人	諸岡 芳人
	二診	村田 浩人	清水 重利	村田 浩人	石垣 共基
整形 外 科	一診	今原 敏博	整形外科医師	今原 敏博	整形外科医師
	二診	竹上 謙次	森本 政司	森本 政司	竹上 謙次
	三診	植村 剛	竹上 謙次	高北 久嗣	植村 剛
	午後			乳児検診	竹上謙次（腰痛外来）
産婦人科	午 前	高倉 哲司	紀之本将史	高倉 哲司	菅谷 健
	二診	竹内 茂人	高倉 哲司	紀之本将史	高倉 哲司
	三診			竹内 茂人	
	午 後		手 術	高倉 哲司	手 術
	一診				
	二診				手 術
ART ・ 生 殖 医 療 セ ン タ ー (予 約 制)	午 前	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健
	二診再診	竹内 茂人	竹内 茂人	竹内 茂人	竹内 茂人
	二診再診	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健	手 術
	一診新患（予約）	竹内 茂人	手 術	竹内 茂人	
	二診新患（予約）				
	夕 診	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健	
小 兒 科	午 前	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健
	午 後	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市
			予防接種	乳児検診	老谷嘉市（アレルギー外来）
眼 科	一診	宮村 昌孝	交代	宮村 昌孝	宮村 昌孝
	二診	江崎 弘治		江崎 弘治	江崎 弘治
	三診				
皮膚科		垂水 千早	垂水 千早	垂水 千早	垂水 千早
耳鼻咽喉科		大学医師		大学医師	大学医師
泌尿器科	一診	森 健	小川 和彦	森 健	柳川 真
	二診（新患）	小川 和彦	柳川 真	金原 弘幸	小川 和彦
神経内科		坂井 利行	近藤 昌秀	坂井 利行	坂井 利行
麻酔科		宮村とよ子	宮村とよ子	宮村とよ子	宮村とよ子
放射線科	寺田 尚弘	野本 由人	加藤 幹愛	中川 俊男	野本 由人
	村田知恵子				
口腔外科	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一
	朴 一根	朴 一根	朴 一根	朴 一根	朴 一根