



■みえPETがん診断センター TEL (0598)52-6055(直通)
FAX (0598)52-6057

■健診センター「あさひ」 TEL (0598)52-6052(直通)
FAX (0598)52-6057

■ART・生殖医療センター TEL (0598)52-6025(直通)
FAX (0598)52-6035

新年のご挨拶

●院長 諸岡 芳人



新年あけましておめでとうございます。

今年はひつじ年、職員一同ウールの暖かさに負けないように、これまで以上に暖かいハートを持って患者さんの診療にあたることを目標としたいと思います。これまでも、安心して受診して頂ける済生会、より質の高い医療を提供できる済生会をめざすという目標を掲げてきました。少しは進歩のきざしがあると感じて頂ければ嬉しいのですが。また当院は総合病院として充実を図り、地域医療に貢献していきたいと考えています。その観点から緩和医療科、形成外科の開設、消化器センター、脊椎センター、脳卒中ケアユニットの設置などを行ってきました。まだまだ毎日診療が出来ない診療科もありますが、特に地方の医師不足の状況が改善されていない厳しい状況もご理解を頂きたいと思います。

昨年当院の出来事を振り返ってみますと、4月には研修医8名、看護師34名を含む52名の新人職員がそれぞれに「夢」を持って私たちの仲間に加わりました。私たち古株も元気をもらいます。診療の傾向としては、夏場の暑さがそれほどなく、梅雨が明けたかどうかははっきりしないまま過ぎてしまった感があり、熱中症の患者さんが例年よりも少ない傾向がありました。同じように天候の関係が夏場に脳梗塞などの脳卒中や心筋梗塞などの心疾患で運ばれる方も少なかったように思います。MR、CTなどの高額な医療機器については、リニューアルが済み、新たな変更はありませんでした。一番の大きな外見的变化は医師などの多くの職員が着用していた長袖で丈の長い白衣が病院からほぼ無くなり、手術着のようなユニフォームに変わっ

たり、手術着のようなユニフォームに変わっ

たことです。これは職員が診察、検査や色々な処置をする際に動きやすく、清潔度も増すことが大きな理由です(でも多少テレビの影響もあるかもしれません)。長い白衣は、袖や裾(すそ)が不潔なところに無意識に触れたりすることがあるので、入院中の患者さんの診察には感染対策上良くないということになってきており、ナースキャップが段々無くなって行った様に、時の流れかもしれません。

外に目を向けてみると、昨年はノーベル物理学賞に青色発光ダイオードを発明した、赤崎 勇教授、天野浩教授、中村修二教授の3名が選ばれました。知的分野ではどうしても2番ではいけない日本にとって、明るい話題でした。所で、毎年、文学賞の下馬評に挙がる村上春樹氏ですが、そろそろ本当に受賞されると、また今年の明るい話題の一つになるのですが。期待しています！

地球の外に目を向けると、宇宙の話ですが、惑星探査機「はやぶさ」が小惑星イトカワから劇的な帰還をはたしたのは2010年6月13日。何本かの映画にもなり技術者たちの苦労・奮闘をうかがい知ることが出来ました。そして2014年12月3日午後1時22分「はやぶさ2号」を載せたH-II A26号機が種子島宇宙センターから小惑星をめざして発射されました。たまたま外来診療が終わった直後で実況中継を見ることが出来ました。発射の瞬間から空のかなたに消えて行くまで、わずか数分間のロケットショーでしたが、人間が乗っているかの様にハラハラドキドキしました。所で、実際に宇宙に行くことが出来た日本人宇宙飛行士は一番乗りの秋山豊寛さんから9名の方がおられます。その中には向井千秋さん、山崎直子さんの2名の女性飛行士もおられました。最近では若田光一さんや野口聡一さんのように数か月

～半年という長期滞在になってきているようで、帰還した時の地球の重力はどのように感じるのか興味があります。恐らく何十キロかの重りを背負った感じになるのではないのでしょうか。体の内蔵の方に影響はないのかな？日本の宇宙飛行士が日本のロケットで宇

宙と行き来する日は来るのでしょうか！莫大な費用が掛かるでしょうが、「夢」がない社会に明日はありません。さて、この「はやぶさ2」は2020年末頃の帰還予定ということですが、この年は東京オリンピック・パラリンピックの開かれる年でもあり、今から楽しみです。2020年は私たち済生会にとっての大きな「夢」をどうしても実現させたい年でもあります。

オリンピック・パラリンピックといえば、ソチの冬季大会での男子フィギュア金メダリスト羽生結弦選手、スキージャンプ界のレジェンド葛西紀明選手、そして涙なくして見られなかった真央ちゃんのフリー演技など感動しましたね。その他、色々なスポーツにおいて日本人選手の記憶に残る活躍がありました。アメリカツアーで優勝松山英樹プロ、石川遼君もがんばれ。内村航平選手、吉田沙保里選手、萩野公介選手…等そしてテニスの錦織圭選手。錦織圭選手の活躍の場面では、先輩の松岡修三さんがキャスターとして大変盛り上げてくれて、一層楽しませてもらいましたが、試合が始まる前から相手にプレッシャーを与えることが出来る選手が本当の一流選手という彼のコメントに大いに納得しました。今年もたくさんの感動する場面に会えると思いますが、その最短距離にいるのはテニスの錦織圭選手だと思います。彼は4大大会できっと優勝します！これは「夢」ではなく！

最後に素人政治評論家の一言。田村憲久元厚生労働大臣も問題なく当選されていると思いますし、安倍内閣もそのまま続いていると思います。アベノミクス3本目の矢と言われる規制緩和(岩盤規制と言われる既得権益層を守るための規制を無くすこと)がどれだけ成功するかが、景気の改善につながり、海外からの日本の評価につながると聞いていますので、頑張ってくださいと思います。夢で終われば日本はもっと困ったことになるのでしょうか。

では、今年一年の皆様のご多幸をお祈り申し上げます。



各科の紹介

電話交換室

●井上 朱美

こんにちは。電話交換室です。

私達、電話交換手は4名で済生会松阪総合病院の声の窓口として、お電話に対応させていただいております。



皆さんの立場になって、皆さんのお役に立てるようにと日々精進させていただいておりますが、やはりどうしても朝の時間は多数のお電話を頂きますので、対応しきれない時があり、大変ご迷惑をお掛けすることもございます。

そんな私達にとって皆さんからの「ありがとう」のお言葉は、とても感謝を感じ、やり甲斐を与えていただける唯一の宝物です。これからも、病院との架け橋になればと、日々交換手一同頑張っていきたいと思っております。

管理栄養士:松本 由紀

白菜とベーコンのサラダ

●材料(2人分)

白菜……………160g
塩……………適宜
ベーコン……………10g
イタリアンドレッシング……大さじ2杯
黒こしょう……………少々
＜1人分51kcal、食塩0.7g＞

●作り方

- ①白菜は千切りにし、塩もみしておく。
- ②ベーコンは1cm程度に切り、カリカリになるまで炒めて冷ます。
- ③白菜から出た水分をしっかりと絞り、②のベーコンとドレッシング、黒こしょうと和える。

◎当院の食事はマルタマフーズ株式会社に委託しています。今回よりマルタマフーズの栄養士&調理師がおすすめする病院食人気レシピを紹介していきたいと思います。今回は有滝栄養士おすすめのレシピです。



おくすり通信

済生会松阪総合病院 薬剤部



●今回は便秘と下剤についてお話します

皆さんの中には便秘がちで、下剤を使用している方もいらっしゃると思います。一口に便秘に対する下剤といってもいくつかの種類があり、それぞれ作用する過程が異なります。下剤は「水分を含ませて軟化させる」「腸の運動を促進させる」「腸の内容物を粘滑させる」等の作用で排便を促します。今回は、便秘と下剤に関するお話です。

便秘とは？

排便間隔が延長、糞便量が少なく(健常人150g程度)、3日以上便通のない状態を言います。

便秘の予防策

- 朝食を必ずとり、朝食後の排便習慣を身に付ける。
- 繊維の多い食事をとり、便量を増やす。
- 精神面でゆとりのある生活を心がける。

便秘の治療

生活・運動習慣の見直しを行います。それでも改善が得られない場合に薬物療法を考慮します。

便秘薬の分類

○塩類下剤(マグミット®剤、新レシカルボン®坐剤)

浸透圧により腸管に大量の水分を保持し、内容物を増大させ

やわらかくする

○大腸刺激下剤(センノシド®、ラキソベロン®液、アローゼン®)

腸管粘膜・神経を刺激して腸管運動を促進させる

○腸液分泌促進剤(アミティーザ®)

腸液の分泌を促進して、腸の内容物を排泄しやすくする

○浣腸剤・坐薬(グリセリン®浣腸、新レシカルボン®坐剤)

直腸を局所的に刺激して排便反射を誘発する、潤滑液としても働く

服用後どのぐらいで効果が現れるか？

個人差はあるものの、上記の当院採用の内服薬ではほぼ半日くらいといわれています。浣腸薬では3分位、坐薬では5～60分位だといわれています。

■市販薬も含めて大腸刺激下剤を乱用すると薬剤に対する耐性が出て効き目が弱くなり、薬剤の使用なしでは便通が得られなくなる恐れもあります。また、長期使用はこの下剤の依存性を引き起こし、大腸がその働きを下剤に依存する腸弛緩症候群を起こします。したがって刺激性下剤による便秘の治療は短期間にとどめておくべきです。

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。

認定看護師紹介

糖尿病看護認定看護師 松井 美貴

私は、糖尿病看護認定看護師で、院内では、糖尿病患者さんの直接的ケアから、スタッフへの糖尿病に関する相談や教育を実施しています。院外では、東海地区の糖尿病に関する研修やイベントの企画、運営などを行い、地域の方が糖尿病を正しく理解し、発症・進行の予防ができるよう活動しています。

当院で看護相談の「糖尿病なんでも相談」をはじめから12年が経過します。現在、年間約500件の相談やフットケアに対応させて頂いていますので、本当に多くの患者さんや

ご家族との出会いがあります。

糖尿病と他の病気との大きな違いは、実際に治療を実行していくのが患者さん自身だということです。ご存知の通り、糖尿病は毎日の適切な食事・運動と薬を使うことが治療です。それを継続することは、容易なことではありません。私たち医療者がどうサポートすれば「少しでも負担を軽減できるのか」を考えています。

「糖尿病なんでも相談」では、自己管理の方法や、療養の工夫や足のケアなどを一緒に考えています。また、一生懸命測定してもらっ

た血糖値をみて療養を振り返り、これからのヒントをみつめています。最近、臨床心理士による糖尿病心理検査で糖尿病による負担感・対処の傾向等を確認し、患者さん自身と共有し日頃のサポートに反映させています。患者さん同士の交流の場でもある糖尿病教室は年2回開催し、明日からすぐに使える療養方法を楽しくわかりやすく伝えています。

糖尿病があっても健康な人と同じように、またそれ以上に幸せな生活が送れることを目指して一緒に立ち向かいましょう。



検査データの見方 医療技術部 検査課

脳波検査編

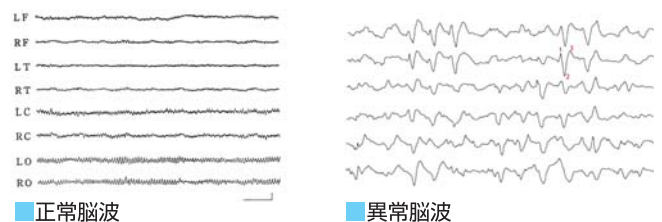
今回は、脳波検査について述べさせていただきます。

脳波検査は、頭部に電極をつけて脳から発生する微弱な電気の活動を観察・記録し、脳神経の働きを調べる検査です。CTやMRIなどの形態学的画像検査と異なり、大脳機能をリアルタイムで評価することができ、睡眠・発達・機能低下の程度を評価したり、脳の異常な活動状態を把握したりする検査です。痛みも刺激もない安全な検査で、一時間程度で終了します。脳波検査の対象となる病状には意識障害や頭部外傷、失神、けいれんなどがあげられます。また、脳波検査は脳機能異常を客観的にとらえ、てんかん・脳炎・無酸素脳症・脳腫瘍など臨床診断を定めるための重要な補助診断法の一つです。

一般的な脳波検査はシールドルームという電氣的に隔離された部屋でイスに座った状態で専用のペーストを用い20個ほどの電極



を頭部、耳朶につけます。同時に心電図も記録するので手首にも電極をつけます。電極を包帯などで固定してから、ベッドに移動し休んでいただき記録は30分程度で行います。安静覚醒閉眼での記録が基本ですが、刺激を与えて脳波の変化を記録する賦活検査も行います。賦活検査とは、開閉眼・光刺激・過呼吸(深呼吸3分)などがあります。また、睡眠時の脳波を記録することで睡眠の状態や睡眠時にしか出現しない異常波を捉えることができます。



ご意見箱の設置について

●患者サービス検討委員会

皆さんご存知でしょうか？

当院には、皆さんのご意見を頂くためにエントランスホールや各病棟にご意見箱を設置しています。



頂いたご意見は、各部署や患者サービス検討委員会で共有し、医療・ケアの質や環境の改善に努めています。頂いたご意見から、たとえば、2階廊下の曲がり角にカーブミラーの設置や、トイレの荷物置きなどの設置などの改善につなげることができました。

また、ご意見の中には「朝、総合案内の看護師が受付の拭き掃除をきれいにされているのが気持ちがいい。」というお褒めの言葉もいただき励まされています。本当にありがとうございます。

これからも、直接職員に伝えることに迷いを感じられる場合でもお気軽にご意見箱をご利用下さい。皆さんのご意見を真摯に受け止め、皆さんに寄り添えるよう努力していききたいと思います。

どうぞ、率直なご意見を投函して下さい。



理念

こころからの医療

「救療済生」の精神に基づいた、
こころからの医療を提供します。

方針

- 患者さんから満足と信頼が得られるように、笑顔、まごころ、思いやりを大切にし、心のこもった安全な医療サービスを実践します。
- 日々医療水準の向上を目指し自己研鑽に励み、適正な医療を実践します。
- 地域の医療福祉施設との連携を密にし、地域医療支援病院として地域に貢献していきます。
- 患者さんの個人情報を遵守します。

目標

思いやりの心を持ち、納得のいく説明と共に、
より質の高い医療の提供を目指します。

外来診療担当表 (2015年1月1日)

- 受付時間／8:00～12:00(診療科と曜日によって多少変更があります)
- 休診日／土・日曜日、祝日、年末年始(12/30～1/3)
- 診察時間／(午前)9:00～12:00 (午後)13:30～

担当医は変更になることもあります。

		月		火		水		木		金		
内 科	1 診	吉澤 尚彦		吉澤 尚彦		福井 義尚(腎不全)		行本 弘樹		石川 英二(腎臓)		
	2 診	須川 正宏		李 由紀		青木 雅俊		大学医師(糖尿)[午前]《要予約》 須川正宏[午後]《要予約》		青木 雅俊		
	3 診	加藤 誉史		遠藤 真由美		山脇 弘二		市川 和秀		櫻井 正人		
	4 診	橋本 章		橋本 章		脇田 喜弘		河俣 浩之		福家 洋之		
	5 診	清水 敦哉		上村 泰弘		山本 麻里子		福家 洋之		上村 泰弘		
	6 診	垣本 斉		南川 光三		河俣 浩之		小林 稔彦		南川 光三		
	7 診 消化器外来	中島 啓吾		清水 敦哉		中島 啓吾		清水 敦哉		脇田 喜弘		
	8 診 循環器外来	市川 和秀		櫻井 正人		垣本 斉		垣本 斉		山脇 弘二		
精神科(午後)*院内入院患者のみ				精神科医師 *15:30～						精神科医師 *13:00～14:00		
外 科	1 診	田中 穰		長沼 達史		長沼 達史		近藤 昭信		田中 穰		
	2 診	市川 健		近藤 昭信		中島 紳太郎		河埜 道夫		長沼 達史		
	(紹介のみ)		藤森 健而				藤森 健而					
	午 後 ◆消化器外科外来			外科医師 *13:30～15:00		外科医師(肛門) *9:00～15:00				外科医師 *13:30～15:00		
乳腺外来 (午後)	健診センター	李 由紀 *13:00～16:00 ※新患受付15:00まで		花村 典子 *14:00～16:30 《要予約》		李 由紀 *13:00～16:00 ※新患受付15:00まで				李 由紀 *13:00～16:00 ※新患受付15:00まで		
脳神経外科	1 診	諸岡 芳人		藤本 昌志		諸岡 芳人						
	脳血管内治療外来						朝倉 文夫		朝倉 文夫			
	2 診	村田 浩人		土屋 拓郎		村田 浩人		土屋 拓郎		藤本 昌志		
整形外科	3 診	久保 和親		久保 和親				久保 和親				
	1 診	友田 良太		大学医師 ※受付11:00まで		今原 敏博				今原 敏博		
	2 診	新 患						友田 良太		森本 政司		
	3 診	浅野 貴裕				川喜田 英司		川喜田 英司		浅野 貴裕		
脊椎センター	友田良太 (人工関節外来) (要予約・紹介のみ) *14:00～16:00				乳児検診(4ヶ月) ※要予約							
	午 後											
産婦人科	午 前	1 診	高倉 哲司	張 凌雲	高倉 哲司	菅谷 健 *10:00～	竹内 茂人 *9:30～					
	午後 (予約・紹介のみ)	2 診	竹内 茂人 *10:00～	高倉 哲司 *9:30～	二井 理文	張 凌雲	高倉 哲司 *8:30～10:00 《要予約》					
		3 診	二井 理文		張 凌雲	竹内 茂人 *11:00～	二井 理文					
		1 診		手術	高倉 哲司 (1ヶ月検診)	手術	手術					
	2 診											
	3 診			乳房外来(要予約) *14:00～16:30								
ART・ 生殖医療 センター (完全予約制) ※注 1	午 前	1 診 再診	菅谷 健 *8:30～9:00	菅谷 健 *8:30～9:00	菅谷 健 *8:30～9:30	菅谷 健						
	午後 (夕診 (16:30～18:00))	2 診 再診	竹内 茂人 *8:30～9:00	竹内 茂人 *8:30～	竹内 茂人 *8:30～	竹内 茂人 *8:30～10:00	竹内 茂人 *8:30～					
		1 診 新患	菅谷 健	手術	菅谷 健	手術	手術					
		2 診 新患	竹内 茂人		竹内 茂人							
		1 診 再診	菅谷 健		菅谷 健		菅谷 健					
	2 診 再診	竹内 茂人		竹内 茂人		竹内 茂人						
小 児 科	午 前	老谷 嘉市		西浦 樹理 *9:15～	老谷 嘉市	西浦 樹理 *9:15～	老谷 嘉市/西浦樹理					
	午後			予防接種(医師交代) *13:30～15:00 《要予約》	老谷 嘉市 乳児検診(1ヶ月・4ヶ月) *14:00～15:00 《要予約》	血型・7/4/4+採血 *13:00～13:30 (※※2・4・6曜日のみ) 予防接種(医師交代) *13:30～15:00 老谷嘉市(一般診療) *13:00～17:00	乳児検診(医師交代) (7ヶ月以降) *14:00～15:30 《要予約》					
眼 科		眼科医師 *9:30～		眼科医師 *9:30～	眼科医師 *9:30～	眼科医師						
皮 膚 科				大学医師 ※受付10:00まで			大学医師 ※受付10:00まで					
耳鼻咽喉科					大学医師	大学医師						
泌尿器科	1 診	森 脩		小川 和彦	森 脩	柳川 眞	金原 弘幸					
	2 診 新患	小川 和彦		柳川 眞	金原 弘幸	小川 和彦	柳川 眞					
神経内科	1 診	坂井 利行		近藤 昌秀	坂井 利行	近藤 昌秀	川名 陽介					
	2 診	川名 陽介		神経内科医師	加藤 奈津子	神経内科医師	神経内科医師					
麻 酔 科	宮村 とよ子		宮村 とよ子		宮村 とよ子		宮村 とよ子					
	車 武丸		車 武丸		車 武丸		車 武丸					
放射線科	宮村 とよ子 ※受付10:00まで		宮村 とよ子		宮村 とよ子		宮村 とよ子					
	パインクリニック		車 武丸		車 武丸		車 武丸					
放射線科	西出 喜弥		寺田 尚弘		蟹井 善統		中川 俊男					
	放射線治療		豊増 泰(午前)		伊井憲子(午後)							
緩和医療科 (完全予約制)	午 前	清水 美恵				清水 美恵						
	午後					清水美恵/阿波宏子						
形成外科		香川 久香 (治療)《要予約》		香川 久香 《紹介のみ》 *10:00～診療 *11:00～治療		香川 久香						
口腔外科		佐藤 耕一		佐藤 耕一		佐藤 耕一						
フットケア外来		辻 忠孝		辻 忠孝		辻 忠孝						
ストーマ外来				午前 《要予約》								
				午前 《要予約》								

《特記事項》 注1) ART・生殖医療センターは完全予約制です。初診でも予約が可能ですので、予め電話予約の上ご来院ください。