



South Miyagi Medical Center

中核だより



病院理念

地域に信頼される、質の高い、親切な医療サービスを提供する

病院方針

- 医学・医療技術の進歩・発展を診療に反映させるように努め、地域の住民に安全で質の高い、患者さんの意思を尊重した医療及び快適な医療環境を提供する。
- 地域の医療機関との役割分担・機能連携のもとに、地域において不足している医療、特に第二次救急医療を強化し、二次医療圏での医療の充実を目指す。
- 地域の保健・医療・福祉機関との連携を図り、包括医療の向上に寄与する。
- 優秀な人材の育成を図るため、地域の医療従事者への教育・研修機能を充実させるとともに研修医・看護学生の受け入れを積極的に行う。

主な内容

みやぎ県南中核病院看護部のこれから	2 ページ
泌尿器科(1)「さわやか外来」	3 ページ
お酒と肝臓	4 ページ
栄養サポート「たらの味噌マヨネーズ焼き」	5 ページ
当院の安全な医療への取り組み	6 ページ
地域住民の皆様へ、面会時間のお知らせ、 外来ボランティア募集のお知らせ、この木何の木気になる木	7 ページ
外来診療時間及び担当医師のご案内	8 ページ



みやぎ県南中核病院看護部のこれから



看護部長 真壁 京子

3月11日東日本大震災から半年が経過したと思っておりましたら、まもなく師走を迎えるとしています。宮城県全域が被災地となり、病院周辺が停電と断水、ガソリン不足と住民の皆様にはさぞ不安な日々を過ごされたのではないかでしょうか。あらためて地域住民の皆様に対しましてこの場をお借りして心よりお見舞いを申し上げます。

みやぎ県南中核病院の看護部も満9歳となりました。開院当初住民の皆様のさまざまなお要望にお応えしきれず、ご迷惑をおかけしたことが数々思い出されます。急性期の病院として当初142名の看護師で日々の看護を実践いたしました。あれから9年目の8月1日現在281名の看護師が患者さん中心の看護に取り組んでいるところです。

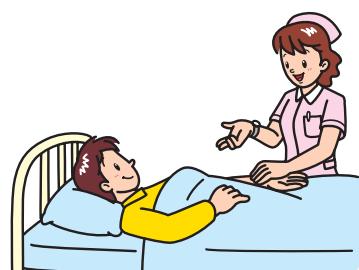
各地方の病院では全国的に看護師確保が課題となっており、当院でも看護師確保対策に力をいれて活動しているところです。その一環として、院内保育所設立が予定され、24年度開設をめざし準備中です。看護の職場は主に女性の職場であり、子育ての期間が数年から十数年にわたることもありキャリア形成が停滞する職員もいる現状です。医療現場では看護師だけに留まらず女性が働きやすくキャリア形成の積み重ねができることが望まれます。

地域の急性期医療を担う現場では看護師・助産師・保健師以外に医師・薬剤師・栄養士・放射線技師・検査技師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・視能訓練士・歯科衛生士など多くの女性が働く職場となっています。その中で3交代制の勤務をし、夜も休日出勤もあり24時間365日患者さんの側にいて療養上のお世話にあたっているのが看護師です。看護師には患者さんの状況はもちろん、ご家

族の思いを他の医療者に説明する責任があります。看護は手と目を駆使して観察し生活（衣・食・住・排泄・睡眠）援助をし、安楽な姿勢を整え、安全で衛生的な環境を整え、患者さんの健康レベルを分析し、自立に向けた計画と療養相談を行い、人生の終焉をその人らしく迎え、ご家族のそばにいて満足した別れの場に寄り添う仕事です。また急性期医療の中では患者さんの体力の消耗を最小限にすることを念頭に、各職種とチームワークを保ちながら診療の補助を行っています。

さて東日本大震災で被災した方の中には、半年経った今でも様々な疾病を発症され搬送される方がおります。そんな中で当院では退院調整看護師がご本人とご家族の思いに寄り添って退院への支援を行っています。急性期の病院で在院日数が11日という現状のなか、1日平均の入院患者数は約250名、1ヶ月総退院患者数は600名を越しております。継続すべき日常生活への援助、説明が看護師の役割では大切な部分でもあります。安心して生活できる為の自己管理への相談、次回受診日までの説明に力を発揮しています。

平成24～25年度に予定されている救命救急センター、腫瘍センター開設に向け人員確保に日々奔走している状況です。みやぎ県南中核病院で救急看護や、がん看護と一緒に実践してくださる方を心待ちにしております。地域に信頼される病院をめざして頑張ってまいりますので今後とも住民の皆様のご指導・ご支援をよろしくお願い申し上げます。



●●● 泌尿器科(1)「さわやか外来」●●●

泌尿器科部長・人工透析室長 和泉 阜司

当院泌尿器科では、泌尿器科外来での一般診療以外に第2、第4水曜日の午後に女性泌尿器疾患専門外来として「さわやか外来」を開設しています。さわやか外来では女性の骨盤底の不具合が原因となる次のような疾患に特化して診療を行っております。(予約診療制となっております。)

- (1) 骨盤臓器脱：膣からいろいろな臓器が脱出してくる疾患群で性器脱とも言います。
脱出してくる臓器により、子宮脱、膣断端脱、膀胱瘤、直腸瘤、小腸瘤などと呼びます。
- (2) 各種の尿失禁：尿もれの多くは骨盤底の緩みによっておこります。
- (3) 子宮癌、直腸癌など骨盤内手術後の排尿障害。

これら以外の疾患は「泌尿器科外来」で診察します。

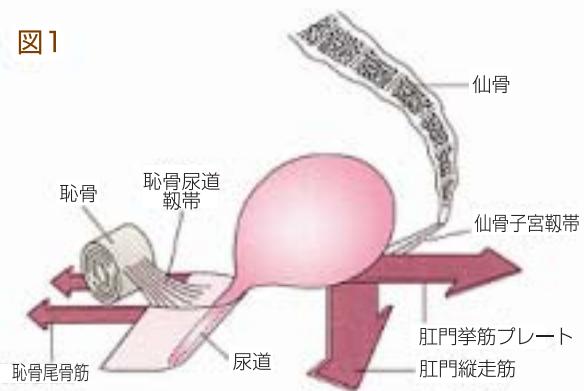
初めに：女性の骨盤底筋とインテグラル理論

骨盤底筋は前方の恥骨と後方の尾骨との間にあるハンモック状の筋肉群です。人間が二足歩行を始めたことから骨盤の底に腹部臓器の重みがかかるようになったため、それを支える役目を果たすことになりました。これらの支持組織が協力して膀胱、子宮、直腸など骨盤内臓器を支えるだけでなく、他にも種々の臓器や神経、筋肉の高度な協調が必要とされる蓄尿や排尿、排便という機能に重要な役割を果たしています。

インテグラル理論によると、膣はその中心にあり、前後をそれぞれ恥骨尿道靭帯と仙骨子宮靭帯によってつられたハンモックとして尿道を支えています。この膣ハンモックを前方・下方・後方に引っ張る三つの筋肉群があり、バランスをとっています（図1）。

尿漏れや性器脱、尿意切迫感など女性の下部尿路症状はこのハンモックの障害（骨盤底の緩み）によって起きるというインテグラル理論に基づいて、最近では尿失禁や骨盤臓器脱の治療が考えられています。この骨盤底の緩みは妊娠、出産が最も大きな原因となります。他には肥満による体重の負荷、更年期におけるエストロゲンの減少、加齢による筋肉の脆弱化などがあげられます。

図1



骨盤底の障害部位と疾患や症状

前方の恥骨尿道靭帯や尿道を吊っている膣の前壁に障害があると、尿失禁や便失禁が現れ過活動膀胱の症状が起こります。障害が進むと尿道が脱出する尿道瘤になります。中央の膣の前壁に障害がおこると、膀胱の支持が障害され、排尿困難・頻尿・過活動膀胱等の症状が現れ、障害が進むと膀胱が膣から脱出する膀胱瘤になります。後方の仙骨子宮靭帯や膣の後壁に障害がおこると排尿障害、過活動膀胱、下腹部痛などの症状が現れ、子宮脱、直腸脱、小腸脱などの性器脱が出てきます。



※次回は、－泌尿器科(2)「女性の尿失禁」－を掲載します。



お酒と肝臓



消化器病センター長 三浦 雅人

健康診断で肝機能（特にγ-GTP）の異常を指摘されて医療機関を受診すると「お酒は飲みますか？」と必ず質問されます。ここで質問されている「お酒」とは日本酒のことだけではなく、アルコールを含む全ての飲みものを指しています。ウイスキー、焼酎、ワイン、梅酒などはもちろんですが、養命酒などでも肝機能異常の原因になることがありますので、量も含めてなるべく正確に医師に伝えることが大切です。（なぜか私が質問すると少なめに答える人がとても多いのです。）

さて、日本酒1合（180ml）は、ビール500ml、ワイン240ml、焼酎90ml、ウイスキー・ブランデー60mlとほぼ同等のアルコール量（22g）であり、体重60kgの人であれば完全に分解するのに約3時間かかります。したがって、朝にアルコールが残らないようにするための適正な晩酌量としては1日日本酒換算2合までと考えられ、肝機能異常が起こる可能性が高い1日3合以上飲酒する人を「常習飲酒者」、5合以上飲酒する人を「大酒家」と呼んで区別しています。また、女性の場合は女性ホルモンの関係で男性の半分のアルコール量で肝硬変に移行しますので、毎日飲酒することは避けて下さい。（キッチンドリンカーの場合、比較的若年女性の肝硬変が多いです。）

次に、アルコールの分解の仕組みですが、肝臓に運ばれてからアルコール脱水素酵素（ADH）によってアセトアルデヒドと水素に分解され、さらにアセトアルデヒドはアセトアルデヒド脱水素酵素2型（ALDH2）によって酢酸と水素に分解され、最終的に炭酸ガスと水になって体外に排出されます。このアセトアルデヒドという物質が血液中に増えた状態が悪酔い・二日酔いの状態であり、お酒に強いかどうかはアセトアルデヒドを分解する酵素（ALDH2）を多くもっているかどうかによって決まります。ALDH2を多く持っている人はお酒を飲んでも顔が赤くなりませんが、生まれつき少ない人は顔が赤くなり、日本人の場合おおよそ半分ずつの割合と言われています。

また、最近、飲酒により食道がんになる危険性が高まることが報告されています。飲酒しない人の食道がんになる確率を1とすると、お酒を飲んで顔が赤くならない人が1日3合飲酒した場合には11倍になりますが、顔が赤くなる人の場合なんと77倍の確率で食道がんになるとの結果でした。したがって、お酒を飲んで顔が赤くなる人は食道がんの早期発見のために健康診断で積極的に食道内視鏡検査を受けた方が良いと思われます。

最後に、肝臓を悪くしないための飲酒は日本酒換算で1日1～2合程度に留めるのが良く、さらに週2回の「休肝日」を設けることがとても重要です。今後もずっとおいしいお酒を飲み続けることができるようになんさんの生活の中の飲酒スタイルを少し見直してみてはいかがでしょうか。



●● 栄養サポート ●●

たらの 味噌マヨネーズ焼き



魚へんに雪と書く鰯は冬が旬。鍋物、汁物、フライ、ムニエル、干物を野菜と煮付けたり、幅広い食べ方があります。

今回はみそを混ぜたマヨネーズ焼きにしてみました。お試しください。

栄養量

エネルギー 220kcal たんぱく質 17.1g
脂肪 11.1g 食塩 1.3g 鉄 1.0mg
亜鉛 0.9g 食物繊維 2.0g

材料(1人前)

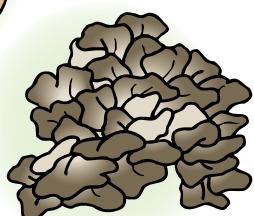
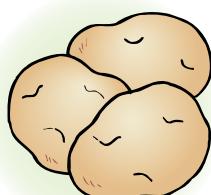
鰯	1切れ	マヨネーズ	小さじ2
まいたけ	20g	みそ	小さじ1
たまねぎ	30g	サラダ油	小さじ1
ジャガイモ	100g	塩、胡椒	少々

作り方

準備：オーブンを180度に温めておく

- ① ジャガイモは皮をむき、適当な大きさに切り、やわらかく茹で、つぶしておく。
- ② 鰯は素焼きにし一口大に切っておく。
- ③ たまねぎは薄く切り、サラダ油で炒め、しんなりしたら、ほぐしたまいたけを加え、しんなりするまで更に炒める。
- ④ 耐熱の皿にジャガイモ、いためたまねぎとまいたけをのせ、鰯を並べ、味噌とマヨネーズを混ぜたものをぬり、オーブンで焼く。

味噌マヨネーズがこんがりしたらできあがりです。



まいたけ

栄養学的にはビタミン類やミネラル、食物繊維に富み、特に亜鉛、ナイアシン、ビタミンDを多く含む。食物繊維を構成する多糖類β-グルカン、マイタケDフラクションの一部は身体の免疫力を高めるなど、さまざまな効果があるとする研究もなされてます。

ジャガイモ

ナス科ナス族の植物で原産国はアンデス高原(標高3000mの高地)が原産国で紀元前から栽培されていました。ジャガイモには、ビタミンB群、ビタミンCやミネラル成分が豊富に含まれ、特にビタミンCはみかん並みに含まれています。熱にも強く、煮たり焼いたりしても壊れにくい。

カリウムも豊富に含まれ、体内のナトリウム量を調節するはたらきがあります。また、食物繊維も豊富で整腸作用、便秘の改善効果もあります。

••・当院の安全な医療への取り組み ••・

医療安全管理室

当院は、住民の皆様が安心して医療を受けていただけるよう医療安全を推進しています。前々回第19号では「患者さんを間違えた事例」前回第20号では「休薬せず検査が延期された事例」を掲載しましたが、今回は当院の医療安全推進月間を機会に皆さんに医療安全に参加できることをまとめました。

医療者は専門職としてたゆまぬ努力をすることは言うまでもありませんが、安全で安心な医療は、皆さんと医療者の協働作業によって成り立つと言われています。

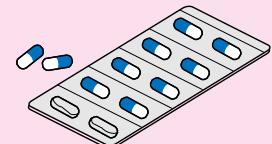
1. 治療に关心を持ち疑問や心配は声に出しましょう

すべての治療はあなたを中心にはすみます。病気についてはご自身でも勉強しましょう。わからないことやご希望があるときには遠慮せず病院の職員にお伝えください。



2. 自分が服用している薬について知りましょう

お薬にはたくさんの種類やのみ方があります。初めてのお薬を手にした時や、何か疑問に思った時は服用する前に確認しましょう。



3. お薬手帳をお持ちの方は診察時・入院時には持参しましょう

人によってはいくつかの病院や診療所にかかっていることがあります。検査や治療によっては一時服用を止めるお薬があります。又、他の病院から同じ作用がある薬をもらっている場合、一緒に飲むと作用が打ち消される薬や副作用が強く出る薬をもらっている場合は調整が必要です。お薬手帳は必ず持参しましょう。



4. 検査や注射、薬を受けとる時などは自分の名前を伝えましょう

病院には、よく似たお名前の方がおられます。検査や注射、薬を受けとる時などはフルネーム(氏名)を伝えてください。



5. 院内は履き慣れたすべりにくい踵をおおう靴でございましょう

スリッパはすべりやすくケガのもとになります。特に入院中は履き慣れたすべりにくい踵をおおう靴でございましょう。





当院は、地域のかかりつけ医の先生方と連携し役割を分担しながら診療にあたっております。初期診療はかかりつけ医の先生で、高度な医療が必要な場合は当院で担うというように、役割・機能を分担していますので、以下の事をお願いしております。

- ①緊急性のない場合は、かかりつけ医の先生を先に受診していただくようお願いいたします。
- ②地域の診療所からの紹介及び予約の患者さんが優先となっておりますので、紹介状がない場合は待ち時間が長くなる場合がありますのでご了承ください。（救急を除く）
- ③当院受診の際、紹介状のない患者さんは診療費の他、厚生労働省告示より保険診療外として1,575円（税込み）をいただいております。

••• 面会時間のお知らせ •••

※入院患者さんの安静・治療の為、面会時間は必ずお守りください。

※患者さんの状態によっては面会時間内でも面会をご遠慮していただく場合もありますので、ご了承ください。

※面会カードを発行しておりますので、お受け取りになってからご面会ください。面会後は必ず返却をお願い致します。

平 日
一般 病棟 14:00～20:00
2階重症病棟 14:00～16:00

土曜日・日曜日・祝日
一般 病棟 11:00～20:00
2階重症病棟 14:00～16:00

••• 外来ボランティア募集のお知らせ •••

◎活動内容：ご来院の方の院内案内や移動のお手伝い等

◎活動時間：平日9:00～11:00のうち、ご希望の曜日、時間で活動していただきます。（要相談）

◎現在16名の方が登録しており、毎日平均2～4名で活動しております。ボランティア未経験の方もお気軽にご相談下さい。（平成23年10月現在）

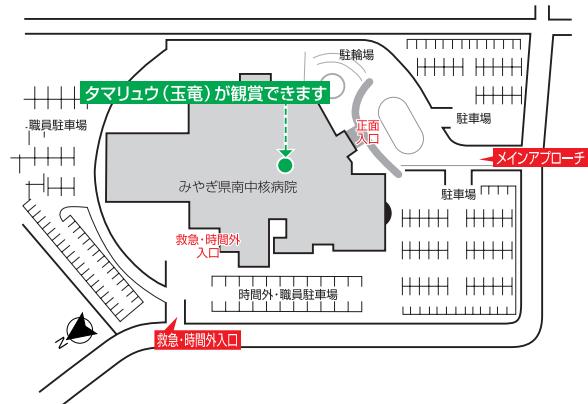
◎問い合わせ みやぎ県南中核病院 総務課 関場まで
TEL (0224) 51-5500 （内線2010）



タマリュウ(玉竜)



- ◆植樹数 944株
- ◆ユリ科
- ◆ホスピタルホール中庭のモミジの根元ほか
- ◆グランドカバーや寄せ植えによく利用されます。雑草を抑えてよく繁り、踏まれても元気に生育します。



《外来診療時間及び担当医師のご案内》

2011年11月予定

診療科		受付時間 (診察時間)	月	火	水	木	金
内科	糖尿病	8:00~11:00 (9:00~)	坂田芳之	非常勤医師	坂田芳之	非常勤医師	×
	甲状腺(第1・3・5火曜)	13:00~16:00 (13:30~)	×	非常勤医師	×	×	×
	リウマチ・膠原病	8:00~11:00 (9:00~)	佐藤 仁	×	×	佐藤 仁	×
	膠原病(第2・4金曜)	12:30~15:00 (13:00~)	×	×	×	×	非常勤医師
	腎臓病	8:00~11:00 (9:00~)	×	×	非常勤医師	×	×
		13:00~16:00 (13:30~)	佐藤 仁	×	非常勤医師	佐藤 仁	×
循環器内科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	堀口 聰	小山二郎	富岡智子	塩入裕樹	井上寛一
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	塩入裕樹	井上寛一	堀口 聰	小山二郎	富岡智子
消化器内科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	梅村 賢	阿曾沼祥	飯岡佳彦	藤坂／三浦	大沼 勝
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	大沼 勝	三浦雅人	梅村 賢	阿曾沼祥	飯岡佳彦
	肝臓(紹介のみ)	8:00~11:00 (9:00~)	×	×	×	×	三浦雅人
腫瘍内科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	二井谷友公	杉山克郎	杉山克郎	二井谷友公	杉山克郎
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	杉山／二井谷	二井谷／非常勤医師	杉山／二井谷	杉山／非常勤医師	二井谷友公
呼吸器内科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	岡田信司	山田紀広	岡田信司	岡田信司 小林 誠	山田紀広
	再来	8:00~11:00 (9:00~)					
	呼吸器腫瘍(紹介のみ)	8:00~11:00 (9:00~)					
神経内科	新患(予約優先)	8:00~11:00 (9:00~)	望月 廣	望月 廣	望月 廣	当番制	望月 廣
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	×	×	瀧谷 聰	望月 廣	及川崇紀
外科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	力山／有明／高橋	後藤慎二	赤田昌紀	上野達也	佐藤 俊
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	高橋／赤田	上野達也	佐藤／内藤／有明	高橋道長	後藤慎二
	呼吸器外科(紹介のみ)	8:00~11:00 (9:00~)	×	非常勤医師	×	×	×
	血管外科(紹介のみ)	13:00~16:00 (13:30~)	×	×	×	非常勤医師	×
	乳腺外科(紹介のみ)	13:00~16:00 (13:30~)	×	非常勤医師	×	×	×
	ストマ外来(紹介のみ)	13:00~16:00 (13:30~)	×	×	×	内藤広郎	×
	肛門外來(紹介のみ)	9:00~10:30 (9:00~)	×	×	内藤／上野	×	×
脳神経外科		8:00~11:00 (9:00~)	荒井啓晶	×	荒井啓晶	荒井啓晶	荒井啓晶
整形外科	新患	8:00~11:00 (9:00~)	×	橋本禎敬	×	李 榮茂	岡田 篤
	再来	8:00~11:00 (9:00~)	李／橋本／岡田(予約のみ)	李 榮茂	×	岡田 篤	橋本禎敬
形成外科		8:00~11:00 (8:30~)	澤村／庄司	澤村／庄司	澤村／庄司	×	澤村／庄司
皮膚科	新患	8:00~11:00 (8:30~)	×	笹井 収	×	笹井 収	笹井 収
	再来	8:00~11:00 (8:30~)	×	笹井／古館	×	笹井／古館	笹井／古館
小児科	一般(午前)	8:00~11:00 (9:00~)	大沼／非常勤医師	大沼／大原	大原／非常勤医師	菊池／大沼	大原／非常勤医師
	一般(午後)	15:00~16:00 (15:00~)	菊池／大沼	大沼健兒	菊池／大原	大沼／菊池	大原／大沼
	心臓外来	13:00~15:00 (13:30~)	×	大原朋一郎	×	×	×
産婦人科		8:00~11:00 (9:00~)	戸澤／廣木	戸澤／廣木	戸澤／廣木	戸澤／廣木	戸澤／廣木
泌尿器科		8:00~11:00 (9:00~)	和泉卓司	和泉卓司	川村裕子	川村／非常勤医師	和泉卓司
眼科		13:00~16:00 (13:30~)	×	非常勤医師	×	非常勤医師	×
耳鼻咽喉科		13:30~16:00 (14:00~)	非常勤医師	×	非常勤医師	×	非常勤医師
歯科口腔外科(予約・紹介のみ)		8:00~11:00 (9:00~)	伊藤／樋口	伊藤／樋口	伊藤／樋口	伊藤／樋口	伊藤／樋口
		13:00~16:00 (13:30~)	伊藤／樋口	伊藤／樋口	×		

- 緊急性の高い患者さんは、この時間に関係なく24時間受付いたします。
- 電話による予約受付はいたしておりません。
- 他院からの紹介状をお持ちの方のみ、電話での予約を受け付けています。受付は、平日の午後2時から4時まで(地域医療連携室)。
- 予約変更の受付は、平日の午後2時から4時までとなっております。

なお、時間・医師等については、
変更となる場合がありますので
ご了承ください。

みやぎ県南中核病院 〒989-1253 宮城県柴田郡大河原町字西38-1 TEL.0224-51-5500(代表)