



長崎県島原病院だより

こもれび

Nagasaki Prefecture Shimabara Hospital

2020 冬号

地域に信頼され、親しまれる病院を目指して、

みなさまと当院をつなぎ、

森に差し込む”こもれび”のような、

ひとすじの光をお届けしたいと思います。

Contents

- ・専門医に聞く
いき・活き・呼吸器
～質の高い呼吸器疾患診療の提供を目指して～
呼吸器科 医長 中島 章太2・3
- ・連携医療機関のご紹介
なおりレディースクリニック4
- ・日本放射線腫瘍学会第32回学術大会にて
小幡史郎医師感謝状授与4
- ・部門トピックス
放射線科 骨塩定量検査について5
- ・部門トピックス
島原病院健康フェスタ6
- ・部門トピックス
薬局 お薬手帳を持ちましょう!!7
- ・おうちで簡単! おいしい kitchen
「アスパラのチーズリゾット」8

病院理念

患者さん本人の立場に立った医療

病院指針

1. 早期診断、早期治療、早期リハビリテーションを医療の基本指針とします。
2. 診療にあたっては、インフォームド・コンセントを基本にして、患者中心の医療を展開します。
3. 早期退院と医療の継続を目的に、病診連携・保健・福祉の連携など、地域につながるチーム医療を展開します。
4. 地域医療を支援する施設として、常に医療水準の向上に努めます。
5. 経営基盤の確立に努め、協働、相互扶助、相互啓発を職場の規範として、活力ある病院づくりを進めます。

鬼火焚き

撮影 地域医療支援センター 森本



いき・活き・呼吸器

～質の高い呼吸器疾患診療の提供を目指して～

呼吸器科 医長 中島 章太

当院の呼吸器内科には4人の医師が所属し（1人は育児休業中）、島原半島地域の基幹病院の呼吸器内科として、また、地域がん診療連携拠点病院の呼吸器内科として、肺がんや肺炎などの様々な呼吸器疾患の診療にあたっています。



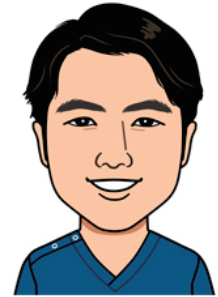
副院長
木下 明敏



医長
菅崎 七枝



医長
中島 章太



医師
赤城 和優

2018年には肺がんや肺炎・気管支炎、気管支喘息、気胸、間質性肺炎、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、結核・非結核性抗酸菌症など、延べ900人以上の入院患者さんの診療にあたりました。特に専門性の必要性が高い肺がん入院数は県内でも4～5番以内であり、特筆すべき点です。

当院は日本内科学会の教育関連病院であるほか、呼吸器内科関連としては、日本呼吸器学会・日本呼吸器内視鏡学会の認定施設、日本臨床腫瘍学会・日本緩和医療学会・日本がん治療認定医機構の認定研修施設であり、診療ガイドラインに則った標準治療を行うのみでなく、研究や教育にも取り組んでいます。

2019年の主な呼吸器疾患の入院患者数

疾患名	入院患者数(延べ)
肺がん	512
肺炎、気管支炎	279
間質性肺炎	34
気管支喘息	28
非結核性抗酸菌症	20
気胸	15
肺化膿症	13
慢性閉塞性肺疾患（COPD）	12
胸膜炎	12
結核	4

当院の呼吸器内科で行っている検査や診療風景についてご紹介します。

気管支鏡検査

気管支鏡検査は肺がんなどの呼吸器疾患の診断に欠かせない検査です。当院では週に1回、年間で延べ160件程の検査を行っています。ガイドシース併用気管支腔内超音波断層法（EBUS-GS）や超音波気管支鏡ガイド下針生検（EBUS-TBNA）などの機器や手技を導入し、診断率の向上や合併症の低減に努めています。



回診・カンファレンス

週に1回、病棟回診と呼吸器カンファレンスを行っています。呼吸器内科医だけでなく、病棟看護師や薬剤師、理学療法士、管理栄養士、医療クラークなどが参加し、患者さんの状態を多職種で共有することで、より良い診療の提供に努めています。



院内感染対策



当院では院内に ICT（Infection Control Team；感染制御チーム）を設置し、院内で起こる様々な感染症から入院患者さんやそのご家族、職員の安全を守るために活動を行っています。ICD（Infection Control Doctor；感染制御医師）の資格を持つ呼吸器内科医が ICT の一員として、看護師や薬剤師、臨床検査技師といった多職種のメンバーと協力しながら、感染症の治療やウイルス・耐性菌への対策など、横断的に病院全体の感染制御活動を行っています。

上記の取り組みは一例ですが、呼吸器内科に限らず、診療は医師のみでは行えません。

院内の看護師や薬剤師、理学療法士、管理栄養士、医療事務、医療クラークはもちろん、他院の呼吸器外科医や内科医とも積極的に連携し、肺がんをはじめとした様々な呼吸器疾患の診療にあたっています。

連携医療機関のご紹介

これからの医療は役割分担と連携が大切！
いつもご協力いただいている地域の医療機関をご紹介します。

なおみレディースクリニック

院長 浜口 直美 先生

長崎県島原市北安徳町3064番地1 ☎0957-61-1400

女性が気軽に受診できるクリニックを

婦人科の無床診療所を開業してもう3年が経ちます。右往左往していた開業当時が懐かしく、今では診療の流れもスムーズになって、島原の女性にも大分認知されてきたように思います。

開業してショックだったのは、婦人科的な診察を躊躇して、重症になるまで我慢してどうしようもなくなって当院をやむなく受診するという方が少なくなかったことです。また症状に対し、どの科を受診していいか悩んでいる患者さんにも多数出くわします。今後は気軽に立ち寄って何でも相談できるように、より親しみやすい雰囲気をつくることを目指します。がん検診や特定健診も積極的におすすめして、疾患の早期発見・予防の教育が私の務めだと思っています。

女性の悩みは尽きることがないため手広く診療を行っていますが、私の経験・勉強不足は否めず、島原病院の先生をはじめ近隣の先生方には救急対応など含めて、相当ご迷惑をおかけしております。これからも努力してまいる所存ですので、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。



日本放射線腫瘍学会 第32回学術大会にて 小幡史郎医師感謝状授与

ASRO
感謝状
小幡 史郎 殿
賞状は日本放射線腫瘍学会第32回学術大会において
国際癌治療増進研究協会-JASTRO
合同シンポジウム
島原病院における
KORTUC の実際
をご講演され会員一同に裨益するところ
誠に大なるものであります
よってここに感謝の意を表します
令和元年11月21日
日本放射線腫瘍学会第32回学術大会
大会長 芝本 雄太

令和元年11月21日名古屋国際会議場にて行われた日本放射線科腫瘍学会第32回学術大会において当院の小幡史郎医師が合同シンポジウム「島原病院におけるKORTUCの実際」を講演。感謝状をいただきました。

高い生活の質を維持したがんの治癒という、患者さんにとって最良の結果につながっていくことを期待される治療が話し合われた学会でした。

骨塩定量検査について

主任技師 井上 陽太

骨塩定量検査とは？

骨に含まれるカルシウムなどのミネラル成分の量を測定する検査で骨粗しょう症や代謝性骨疾患の診断に有用な検査です。骨密度の減少を早期に発見することで適切な予防や治療を行うことができます。

骨密度が減少する原因

骨密度は20歳頃をピークに40歳代までほぼ一定を維持しますが、50歳前後から減少していきます。加齢によって骨密度が減少するには、女性ホルモンの分泌量減少や、腸でのカルシウムの吸収が悪くなるなどの原因があります。

また、ステロイド薬の長期服用や性ホルモン抑制療法（前立腺がんや乳がん）なども骨密度が減少する原因となります。

当院での骨密度測定方法

骨密度を測定する方法はいくつかありますが当院では微量な X 線を用いた DEXA 法 (Dual Energy X-ray Absorptiometry の略語) での測定となります。DEXA 法とはエネルギーの異なる 2 種類の X 線を用い、骨と軟部組織の吸収率の差で骨密度を測定するもので、他の方法よりも迅速かつ高精度に骨密度を測定することができます。検査時間は 10 分程度で、検査による痛みもなく、仰向けで寝ているだけで測定できますので、患者さんに優しい検査となります。

最後に

骨密度が減少し骨粗しょう症の状態になると、何かにぶつかったりするだけで骨折してしまうことがあります。また、転倒などにより腰の骨や大腿骨を骨折すると寝たきりの原因にもなります。

症状がなくても自分が骨粗しょう症のリスクがあるか心配な方は、この検査で現在の状態がわかりますので主治医にご相談ください。

骨密度測定結果

測定結果

同年齢の平均値との比較結果

あなたの腰椎の骨密度は **1.081 [g/cm²]** の範囲と比較する...です。

同年齢の平均と比較すると **92.87%** です。

若年成人の平均と比較すると **90.69%** です。

<骨密度基準>

正常	若年成人平均値の80%以上
骨量減少	若年成人平均値の70%超～80%未満
骨粗しょう症	若年成人平均値の70%以下

測定年月日	年齢	部位	骨密度 (g/cm ²)	前回比較	同年齢比較	若年成人比較	Z-Score	T-Score
2019/03/28	45.7	L2-L4	1.081 [g/cm ²]		92.87%	90.69%	-0.53	-0.76

測定年月日	年齢	部位	骨密度 (g/cm ²)	前回比較
2019/03/28	45.7	L1	0.945 [g/cm ²]	
		L1		
2019/03/28	45.7	L2	1.041 [g/cm ²]	
		L2		
2019/03/28	45.7	L3	1.041 [g/cm ²]	
		L3		
2019/03/28	45.7	L4	1.156 [g/cm ²]	
		L4		

当院では腰椎と大腿骨頸部それぞれの部位で骨密度測定を行っています。



島原病院健康フェスタ



オープニングセレモニー
口加高等学校 吹奏楽部



島原消防署
心臓マッサージ体験



尿検査
おしっこでわかるあなたの健康



お楽しみイベント
くじ引き



健康セミナー



お薬相談
薬の事で困っていませんか？



島原市地域包括支援センター
相談コーナー



こども薬剤師体験
「おいしい」お薬作ってみよう



こども医師体験
顕微鏡をのぞいてみよう



栄養相談
今の食事で大丈夫？



ミニコンサート
ラフォーレ ミュゼ



ミニコンサート
AZUMA★BAND

令和元年11月9日（土）秋晴れの中、島原病院健康フェスタ2019を開催いたしました。多数の後援を頂き、多くのご来場者をお迎えし、盛況のうちに終了することができました。病院職員一同心から感謝いたしております。地域の中核病院として住民の方々の健康増進に微力ながら関わることができたのではと考えております。今後とも地域に信頼され親しまれる病院を目指してまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。

薬 局

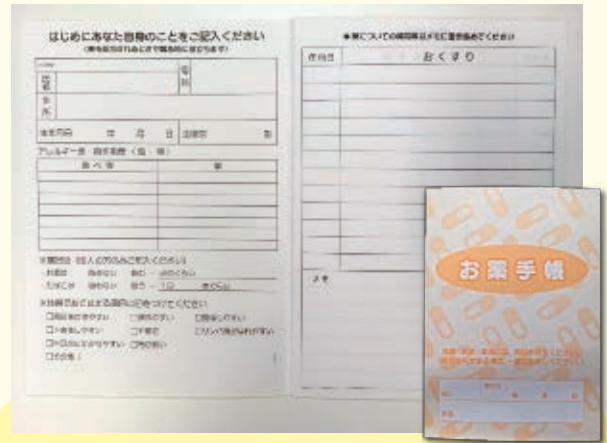
お薬手帳を持ちましょう!!

薬局 藤井 修平

<お薬手帳とは?>

『お薬手帳』はもう既に多くの方がご利用されていると思いますが、今回は改めてお薬手帳についてご紹介します。

お薬手帳は、患者さんに処方されたお薬の名前や飲む量、回数などの記録（薬歴）を残すための手帳です。この記録があれば、医師・歯科医師や薬剤師は、どのようなお薬をどのくらいの期間使っているか容易に知ることができます。また、他の病院や医院等でお薬をもらうときにも、お薬手帳を見せることで、同じ薬が重複していないか、さらには飲み合わせの悪い薬の確認も行えます。



当院で配布しているお薬手帳
(最初のページはご自身で記入しましょう)

<お薬手帳は災害に強い味方>

2011年の東日本大震災では多く医療機関や薬局など医療インフラが大きな被害を受けました。しかし、そのような環境の中、お薬手帳の活用によりスムーズに医薬品が供給され、適切に医療が提供される場面が多く見られ、『お薬手帳』が医薬品の安全・安心な供給と使用のために有用なツールとして見直されています。

手帳というアナログな媒体であったことがむしろ、電力供給に左右されることなく、特別な読み取り装置等がなくても活用でき、即時に閲覧や記入が可能であるという利点を発揮しました。また、災害時のカルテ・薬歴代わりとしても活用され、検査値や体調など書き込んでいくことで、医療スタッフの申し送り、伝言板的な役割も果たしました。

<お薬手帳のメリット>

- その1 医師や薬剤師が確認することにより、薬の重複やよくない飲み合わせを防止できます。
- その2 同じ薬剤による副作用の再発を防止できます。(同じ成分でありながら、名称が異なる薬があります。)
- その3 薬の使用の記録があることで、より安全に薬を使用することができます。

当院では入院される患者さんにお薬手帳を提出していただき、薬局にて『持参薬鑑別（どんな薬を服用しているか）』を行っています。これにより、患者さんが今までどおりの薬を服用できるとともに、新たな薬が処方された際には、飲み合わせを確認することができます。また、仮に体調が悪くなった場合、薬が影響していないかどうか確認することができます。

<普段からお薬手帳を持ち歩きましょう!!>

お薬手帳は、患者さんの大事な薬の情報が載っています。

ちょっと買い物のとき、旅行先等のお出かけの際にはバッグの中に保険証とお薬手帳を入れておきましょう。急な病気の際、より安心安全な医療を受けられることにつながります。まだお持ちでない方はお気軽に薬剤師へご相談ください。



アスパラのチーズリゾット

管理栄養士 磯本 朗



冬もだんだんと終わりが近づき、これから暖かい季節がやってきますね。春になると生命力にあふれた栄養豊富な野菜が市場に並びます。今回は春野菜を使ったレシピを紹介します。



健康のPoint!

アスパラガスには「アスパラギン酸」と呼ばれるアミノ酸が豊富に含まれています。アスパラギン酸はエネルギー代謝に関わるアミノ酸の一つで、疲労回復やスタミナ増強に効果があります。

穂先にはルチンと呼ばれるポリフェノールの一種が含まれ、血流改善や血管を強くすることが期待されるといわれています。

【材料(2人分)】

米(洗わない)	1合	水	600ml
オリーブオイル	大さじ1	粉チーズ	20g
にんにく	1片	塩コショウ	少々
アスパラ	4本	生ハム	20g
玉ねぎ	1/4個	黒こしょう	少々
コンソメ	5g		

【栄養素(1人分)】

エネルギー	: 446kcal
たんぱく質	: 15.2g
食物繊維	: 13.3g
食塩量	: 2.0g

【Point】

Point ①

フライパンの大きさや火力により、スープが足りなくなることがあります。その場合は焦がさないように適度に湯を足しながら煮るときれいに仕上がります。

Point ②

スープをお米に足してから混ぜすぎると、粘り気が出るので注意しましょう。

Point ③

糖質、たんぱく質、脂質がしっかりと含まれています。サラダなどの副菜を添えるとさらに栄養バランスが整います。

【作り方】

- ① 鍋に分量の水を沸かしてコンソメを溶かしておく。
- ② アスパラガスは根元の堅い部分は切り落とし、茎の部分は皮をむく。茎は厚さ5mm程度の厚さに輪切りにする。穂先は3cmくらいの長さに切っておき、レンジで1分加熱する(飾り用)。玉ねぎはみじん切りにする。
- ③ フライパンにオリーブを熱し、薄切りにしたニンニクを軽く色づくまで炒め、香りをつける。
- ④ ニンニクを取りだし、代わりに玉ねぎを入れ、焦がさないようにしんなりするまで炒める。
- ⑤ ④に米を洗わないまま加えてさらに1~2分炒める。
- ⑥ お米が透き通ってきたら、熱いスープを数回に分けて入れ、20分程度煮る。時々フライパンの底から混ぜる。お米に多少芯が残る程度まで火を通す。
- ⑦ 粉チーズを入れてざっと混ぜ、器に盛り付ける。アスパラの穂先、生ハムを飾る。好みで黒こしょうをふる。



外来受診時間

午前8:45~午前11:00

受付時間外に受診される場合は、救急対応となります。
※詳しくはホームページをご覧ください。

休診日

土・日・祝日