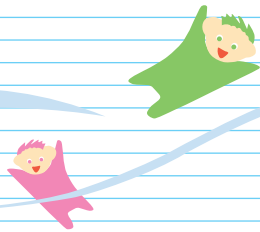


四季の風



■発行責任者／病院長 金岡 祐次
■編集／大垣市民病院広報誌編集委員会

広報 第50号

●発行 平成27年4月1日●

理 念

患者中心の医療 良質な医療の提供

大垣市民病院臨床研修の理念

- ◎社会人としての規律を守り、医師として思いやりのある人格を涵養する。
- ◎プライマリ・ケアに必要な幅広い診療能力を修得する。
- ◎チーム医療の一員として、安全・安心・満足の得られる患者中心の良質な全人的医療を実践する。

当院は、臨床研修病院に指定されており、次世代の医師育成のため、上級医の指導のもと研修医の臨床研修及び学生の臨床実習を行っています。



新病院長就任の ご挨拶



病院長 金岡 祐次

平成27年4月1日付けで大垣市民病院院長を拝命致しましたので、この場をお借りして私の略歴を簡単に紹介いたします。

昭和59年に医師となった最初の赴任地は出生地でもある豊橋市民病院でした。当時から症例数が多く、相撲でいえば大垣市民病院が西の横綱なら、豊橋市民は東の横綱と言われており外科志望の私には最適でした。名古屋大学第1外科（腫瘍外科）に帰局後は、肝胆膵の進行癌に対する拡大手術を朝から翌朝まで、手術室と研究室にどっぷり浸かった毎日でした。この時に現在に至る私の医師としての姿勢が完成したと言っても過言ではありません。即ち、あきらめない、最高を求める、緻密であること、の3本柱です。今でも他の病院で手術不可能と言われて来院された患者さんには、培った技術と優れた医療スタッフの力を集結して満足する結果を残してきたという自負があります。この22年間、外科という大所帯を牽引してきましたが、今後は院長として確かなヴィジョンを持って市民病院のさらなる発展のために尽力する所存です。

当院は、現在903床を有する県下随一の病院であり、平成26年集計では医師数203名、看護師696名、薬剤師49名、医療技術員169名など総勢約1600名のスタッフを有しています。これまでに3度大臣賞を受賞するなど、**健全経営と地域医療**への功績は国内でも高く評価されています。ひとえに歴代の院長の強いリーダーシップとそれにこたえる優秀で献身的な医療スタッフの努力があつてこそだと思えます。しかし医療を取り巻く環境は年々厳しさを増しており、経営的にも、また医療安全の高まる要求にも、単一の病院としてではなく地域の中核病院として広い視野に立った医療サービスが必須です。当院は地域医療連携の柱と

して、かかりつけ医とともに各種クリニカルパスを用いたシームレスな医療の提供を行っています。最近ではインターネットを用いた地域医療連携（オーエムネットと称する）を大垣市を中心に展開しています。患者さんの病状の把握には大変有用であり、かつ患者さん自身にとっても効率的な医療を享受できるツールであると言えます。

平成19年に開設された入院せずに抗がん剤の治療が受けられる**通院治療センター**は今後ますます需要が増加する部署と考えています。現在30ベッドで対応していますが、拡充することにより多くの患者さんの生活の質が向上するものと思われまふ。平成24年から運用を開始した**新救命救急センター**は30の病床を有する県下でも最大級の施設であり、今後救急専門医師、看護師の増加によって救命医療の分野でさらなる発展を遂げることと思います。

昨今の複雑化、多様化する医療業務においては**医療クラーク**（医師が行う診断書等の事務作業を補助するスタッフ）の存在は必要不可欠であり、コメディカルの一員として医師のみではなく医療担当者の激務を補助、軽減することで医療担当者はもっと患者さんの身近で、満足のいただける医療が提供できるようになるはずでふ。また、このような業務の分配化は高度な医療安全を担保しつつ、医療者の燃え尽き症候群予防にも効果的であると考えています。

最後に、大垣市民病院の全職員、そして地域住民の皆さまとともに**公正で高度な医療を提供する大垣市民病院**を築いていくつもりでふ。温かなご支援、ご指導をよろしくお願い致します。

糖尿病の食事療法

栄養管理部



糖尿病の食事療法で幅広く活用されている「食品交換表」が2013年11月に改訂されました。その改訂ポイントをご紹介します。

炭水化物の摂取を減らすことは、たんぱく質と脂質の摂取を増やすことになります。50%未満の極端な低炭水化物食は合併症である腎臓病や脂質異常症(高脂血症)の原因となるため注意が必要です。なお、当院の糖尿病食は炭水化物55%を基本としています。

食物繊維は、食後の血糖上昇を緩やかにする働きがあり、毎食取り入れることが大切です。今回の食品交換表から食物繊維を多く含む食品にはマーク(注1)がつけれ、不足しがちな食物繊維が十分摂取できるように配慮されています。

毎食野菜は120g以上(生野菜なら両手一杯、茹で野菜なら片手一杯)を目標に取り入れ、主食にも食物繊維の多い食品(図2)を取り入れると効果的です。

合併症やその他の疾患がある場合は、医師、管理栄養士にご相談ください。



図1)

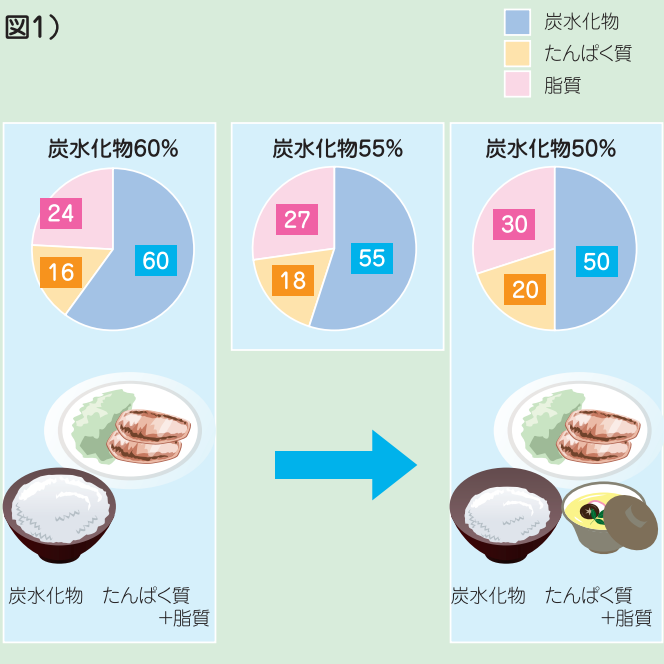


図2) 1食あたりの主食に含まれる食物繊維のg数

食物繊維を多く含む食品	
白飯150g=0.45g	・玄米 150g=2.1g ・麦ごはん(白米1:押し麦1) 150g=3.8g
食パン60g=1.4g	・ライ麦パン60g= 3.4g ・全粒分パン60g = 4.3g
茹でうどん240g=1.9g	・茹でそば180g= 3.6g

糖尿病の運動療法

リハビリテーションセンター 理学療法士 平山 晃介



2008年厚生労働省より発表された『平成19年国民健康・栄養調査結果の概要』では、わが国の糖尿病が強く疑われる人と可能性を否定できない人は合わせて2210万人と推定され、20歳以上の4.7人に1人は糖尿病の可能性があるとされています。

当院のリハビリテーションセンターでは以前より多くの糖尿病患者さんに運動療法を実施しております。「より良い運動療法を提供したい」との思いから、昨秋より入院時の糖尿病患者さんに特化した運動処方基準や患者教育のためのパンフレットを作成し、患者個々の病態や生活環境を想定したオーダーメイドのリハビリを展開しています。

運動療法は主に、柔軟体操、有酸素運動やレジスタンス運動を実施しています。

柔軟体操は、準備運動として行い、筋肉を効率よく使用すること、怪我を予防する効果があります。

歩行や自転車エルゴメーターによる

有酸素運動は、個々に応じた運動強度、時間や頻度を設定し食後の血糖値が上昇しやすい時間帯に合わせて実施することで血糖コントロールを良好にします。

また、スクワットや腹筋などのレジスタンス運動は、筋力を増強させるだけでなく、基礎代謝が高まり全身の健康維持にも役立ちます。

運動療法には、肥満、高血圧や脂質異常症などの生活習慣病の予防にも効果があるとされ、健康意識が高まっている現代では注目を集めています。

運動をはじめの際は、楽しくより長く継続できるように、パートナーと一緒に、四季を感じながら運動することも良いかもしれません。



看護部



外来待ち時間の取り組み

外来 西田 かをり

看護部の理念

安心と満足につながる
温かな看護の提供

当院の1日平均外来受診患者数は2350名と多く、診察までの待ち時間が長くなっている状況です。そこで、少しでも長くないよう、日々医師と努力するとともに、外来では「**只今席を外しています**」カードを使い、外来患者さんが院内で待ち時間を有意義に過ごしていただけるよう取り組んでいます。

カードは、複数の外来受診のため席を外す場合やお食事などで席を外す場合などにご利用いただけます。カードを利用することで、診察の順番になれば席を外していることが把握できますので戻られてからお呼びしています。

利用方法は、各外来受付で「席を外したい」ことを伝えていただければ、カードを渡しています。カードには、席を外される大体の時間、検査や他の科の受診、食事など席を外される理由、連絡先を記載し、受付に提出していただきます。

カードは、複写になっており、一部

を受付が受け取ります。戻られた際には、カードを受付まで提出してください。

また、受診患者数が多く待ち時間が長い皮膚科と整形外科においては、院内のみで使用が可能な「院内PHS」を使って、待ち時間を有効に使用していただいています。PHS使用の詳細は、各科受付までお願いします。

今後も外来待ち時間が長くならないよう取り組みたいと思います。

長い時間お待ちして申し訳ございません

只今席をはずしています (患者さん用)

ID

氏名

時 分 から 時 分 まで

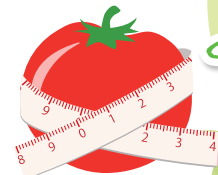
検査 他科 食事 その他 ()

連絡先 ()

※戻られましたらこの用紙を受付にお渡しください

大垣市民病院 ()

No.7 糖尿病のくすり



おくすり Life

薬剤部

当院採用の糖尿病治療薬

1 飲み薬

① 膵臓からのインスリンの分泌を促して血糖を下げる飲み薬
・直接膵臓に働きかけるもの
アマリール、グリミクロン、グルファスト、シュアポストなど
・膵臓に働きかけるホルモンの分解を防ぐ作用を持ち、血糖が高くなった時に効き目が現れるもの
エクラ、ジャヌビア、ネシーナ

② インスリンの働きを良くする飲み薬
アクトス、メトグルコ

③ 糖質の消化吸収を遅らせ、食後の急激な血糖上昇を抑える飲み薬
グルコバイ、セイブル、ベイスンOD

④ 血液中の過剰な糖を尿と一緒により排出させることで、血糖値を下げる飲み薬
アブルウェイ、スーグラ、フォシーガ

⑤ 1錠中に2つの有効成分が含まれる飲み薬
グルベスII(グルファスト+ベイスン)、リオベルII(ネシーナ+アクトス)

2 注射薬

① インスリン注射薬
(インスリンを補充し、直接血糖を下げる。低血糖

に注意。)

アビドラ、トレシーバ、ノボラピッド、ノボラピッド30 ミックス、ノボリン(J.WORK)、ヒューマログ、ヒューマログミックス50、ランタス、レベミル など

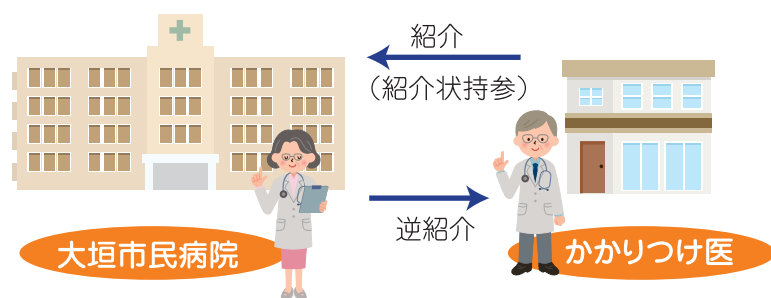
② インスリン以外の注射薬
(膵臓からのインスリンの分泌を促して血糖を下げる。血糖が高くなった時に効き目があらわれます。血糖を上げるホルモンの分泌を抑えたり、食欲を抑える作用などもあります。)

ビクトーザ、ビデュリオン、リクスミア
糖尿病の薬を使用している場合、薬の効力と、その時の血糖値のバランスが崩れ血糖値が下がりすぎてしまう低血糖症状になる可能性もあります。食事を抜いたり食欲不振に陥った時、食事の時間が遅れた時、普段より強い運動や力仕事をした時などに現れやすくなります。

低血糖症状が現れた際には、ブドウ糖を摂取する、またはジュース(糖質を含んだもの)を飲んで対応するなどの方法があります。

糖尿病の治療には、その人にあった治療薬が必要です。他人からもらった薬を自己判断で使用するのとは絶対に避けましょう。また、薬を使用している何か気になる点が現れた際には医師や薬剤師に相談するようにしましょう。

「かかりつけ医」をもちましょう



かかりつけ医紹介センター



当院では、かかりつけ医からの紹介状をお持ちの患者さんを優先的に診察しています。待ち時間が短く、さらに、特別初診料2,160円の負担もなくなりますので、かかりつけ医をもちましょう。

<かかりつけ医>

おもに病気の初期治療、慢性疾患の治療を行う地域の診療所やクリニックで、日頃からご自身やご家族の健康について相談もできる医師のことです。ホームドクターとも呼ばれています。

<大垣市民病院の役割>

「かかりつけ医」から紹介のあった患者さんや、重症患者さんの急性期医療・高度な診療・検査等を行う医療機関です。当院での急性期医療・検査等が終了し、症状が安定した患者さんは「かかりつけ医」で治療を続けていただき、必要に応じて当院で定期診療を受けていただくこととなります。(二人主治医制)

<かかりつけ医紹介センター>

現在「かかりつけ医」をお持ちでない患者さんには「かかりつけ医紹介センター」で複数の「かかりつけ医」の候補を紹介させていただきます。

詳しくは、よろず相談・地域連携課(内線6172)へ

お知らせ

糖尿病公開講演会

演 題:「イライラは血糖に影響します! 糖尿病治療とストレス対策」
糖尿病・腎臓内科部長 傍島 裕司

日 時:平成27年4月23日(木)
午後4時~午後5時

場 所:管理棟5階 講堂

問い合わせ先:糖尿病・腎臓内科
内線 2101



よろず相談・地域連携課出前講座

テ マ:「健康保険を賢く使い、医療費の支払いをおさえよう!」
医療費が高額になる場合に備え、高額療養費制度について制度内容や申請方法等説明します。

日 時:平成27年6月25日(木)
午後4時~午後5時

場 所:3病棟2階 デイルーム

問い合わせ先:よろず相談・地域連携課
内線 6179



※2つの講座については、事前の予約は必要がなく、どなたでも無料で参加いただけますので、多数のご参加をお待ちしております。

看護師 (正職員・パート)



随 時 募 集

保育所完備

- 応募資格 / 採用時満55歳までの方(准看護師は45歳までの方)
正職員:助産師、看護師免許取得者
パート:助産師、看護師または 准看護師免許取得者
※正職員は夜勤も数回できる方
- 勤務体制 / 外来または病棟勤務
- 選考方法 / 書類選考および面接*面接日などは後日連絡
- 申し込み / 助産師、看護師または准看護師免許証の写しと履歴書(写真添付)を大垣市民病院庶務課へ郵送またはご持参ください。
- 問い合わせ先 / 〒503-8502 大垣市南瀬町4丁目86番地
大垣市民病院 事務局庶務課
☎0584-81-3341 内線6132・6133



工事のお知らせ

託児所及び寮の改築にともなう工事のため、大変ご迷惑をおかけいたしております。ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。



当院は敷地内全面禁煙です。ご理解、ご協力ください。

編集後記

「四季の風」50号をお届けしました。次回は7月1日に発行予定です。「四季の風」では、今後とも多くの皆さまの声をお聞きしながら、読みやすい紙面づくりを目指してまいります。ご意見ご要望がございましたらお気軽にお寄せください。

大垣市民病院広報誌編集委員会
〒503-8502 大垣市南瀬町4丁目86番地
TEL(0584)81-3341 FAX(0584)75-5715
<http://www.ogaki-mh.jp/>
(電話でのお問い合わせについては、お間違いのないようお願いいたします)