

# あきほ

第16号

2012年12月



松原小学校児童による北前太鼓



酒田看護専門学校の学生



絆の折鶴プロジェクト

地域との交流「あきほ祭り2012」

## 目次

冬の脅威～感染症特集～	2	PET／CT検診のすすめ	6
わたしの仕事	4	院内トピックス	7
リハビリ特集	5	病院からのお知らせ	8

# 冬の脅威く感染症特集く



9月に入っても猛暑が続いた今年でしたが、冬は確実に到来し、これからはインフルエンザを始めとした感染症の流行が予想されます。

冬期に流行する感染症としてはインフルエンザウイルス、RSウイルス、ロタウイルス、ノロウイルス、溶連菌による感染症が挙げられます。

今回はこれらの感染症について説明します。

日本海総合病院 内科部長 齊藤 宗一

## インフルエンザ

インフルエンザはインフルエンザウイルスによって引き起こされる感染症です。ウイルスはA、B、C型の3種類ありますが流行的な広がりを生じるのはAとB型といわれています。このうちA型は世界的な大流行が見られ最近では平成21年に新型インフルエンザ(H1N12009)が流行したのは記憶に新しいところです。

例年11月下旬から12月上旬頃に流行が始まり、翌年の1〜3月にかけてピークに達し4〜5月にかけて減少します。ただ、沖縄では近年夏期にも流行が見られるようになっており今年も流行が確認されています。

症状は感染を受けてから1〜3日後に突然の高熱(38度C以上)、頭痛、筋肉痛、全身倦怠感が現われるのが特徴で一般の風邪が鼻汁、

咽頭痛から始まり徐々に悪化していくのとは違っていきます。また高齢者、呼吸器、循環器、腎臓に疾患を持つ、糖尿病のある、免疫能が低下している、妊娠している患者さんでは肺炎等の二次的な細菌感染症を併発しやすく死亡の危険が増加するといわれています。また小児では、脳症(痙攣など)を併発することもあり油断できない疾患です。このため、ワクチンの接種が勧められているところです。ワクチンは感染や発症そのものを完全に抑えることはできませんが、重症化や合併症の発生を予防する効果は証明されていますので先ほど説明した患者さんには強く勧められているところです。

インフルエンザ

の治療は、現在抗ウイルス剤が何種類か発売されていますので症状のあ



る時は医療機関を受診され、相談されることをお勧めします。その他流行期には人ごみを避けるように、止むを得ないときはマスク着用を、外出から帰ったら手洗い、うがいを励行するようにしてください。免疫力を低下させないためにバランスの良い食事や十分な睡眠をとるようにしましょう。また自身が罹患した場合は他の人とうつさないために咳エチケットを守るようにしてください。

## RSウイルス感染症

RSウイルスというウイルスに感染することによって起こる呼吸器感染症です。例年秋から冬にかけて流行する感染症ですが今年も夏から流行していることは新聞報道でご存知の方も多いと思います。

この疾患は1歳までにほぼ半数が、2歳までにほぼ100%が感染するといわれています。感染力が強く免疫も出来にくいことから繰り返し感染しますが2歳を過ぎると症状が軽くなり鼻かぜ程度ですむこともある感染症です。

注意しなければならぬのは、6ヶ月未満の乳幼児

が感染すると急激に悪化し喘鳴、陥没呼吸、多呼吸を来し入院が必要となる場合もあります。ウイルスに効果的な薬がないため予防が大切となりますが、年長児から大人の場合は症状が軽いため気づかずにうつしていることが多くあり、予防はかなり困難です。インフルエンザと同様に手洗い、咳エチケットをしっかりと行ってください。

### 【正しい手洗いの方法】

※手拭きタオルの共用は感染を広げるので、避けましょう！  
流水でぬらした後、石けんを十分泡立ててから洗いましょう。

1.手のひらをこすりあわせる



2.手の甲を、もう片方の手のひらでこする



3.指先でもう片方の手のひらをこする



4.両方の指の間をこすりあわせる



5.親指を、もう片方の手で包み、こする



6.手首まで洗いこすその後、流水でよくすすぐ



資料提供：山形県保健業務課

## ノロウイルスとロタウイルス

冬期に流行する感染性胃腸炎を起す病原微生物で多いのはノロウイルスとロタウイルスです。

主な症状は両者とも嘔気、嘔吐、下痢です。ロタウイルスは発熱を伴うことが多いですがノロウイルスはあまり多くありません。

発症しやすい年齢ですが、ノロウイルスは年齢を問わず発症しますがロタウイルスは主に生後6ヶ月から2歳の乳幼児に多く見られ小児や成人にも感染しますが軽症もしくは無症状で経過することが多いようです。

ノロウイルスは高齢者で下痢による脱水症状や合併症で重症化することがあり、注意が必要です。またロタウイルスは便が米のとき汁のように白くなり、大量の水様性下痢のため乳幼児では脱水に陥りやすく注意が必要です。

患者さんの嘔吐物や便にウイルスが存在するためこれらの始末をきちんとしていないと他の人に感染させることになります。

ノロウイルスは嘔吐物や便が乾燥すると空気中に漂うた



め、これを吸うことによっても感染しますので乾燥させないうちに始末することが重要です。嘔吐物や便の始末の後には十分な手洗いが必要となるのは言うまでもありません。

## 溶連菌感染症

A群溶血性連鎖球菌によって引き起こされる感染症で、細菌感染症のため抗生物質の効果を得られる感染症です。細菌の進入部位により様々な症状を来します。咽頭炎を起こすことが多いのですが猩紅熱や髄膜炎、急性腎炎、リウマチ熱を起こしたりもします。大人も感染しますが4歳から7歳の小児に多く見られる疾患です。発熱、全身倦怠感、咽頭痛で発症しのが赤くなり吐き気や嘔吐を伴うこともあります。抗生物質が効きますので医師の指示を守り確実に飲むようにしてください。インフルエンザと同様に患者さんの咳、くしゃみなどの飛沫を吸い込む、飛び散った細菌が手につくなどして感染しますので手洗いも重要となります。

## 手洗いと咳エチケット

最後に手洗いと咳エチケットについて説明します。

これまで説明した感染症はウイ

ルスなどに触れた手を介して感染が拡大します。このため手洗いは感染予防、拡大防止に重要です。具体的には外出から帰った時、食事や調理前、トイレ使用後には必ず手を洗うようにしてください。咳をした時に病原体が飛び散って他の人にうつしますので、鼻や口をくしゃみや咳をするときにハンカチやティッシュで覆うようにしてください。使用したティッシュはゴミ箱に捨ててください。その後良く手を洗ってください。ま

た、マスクをするようにしてください。感染症は他の人にうつしてしまう病気です。かからないようにするのは勿論、かかってしまった時には他の人にうつさない注意が必要です。よく手を洗い寒い冬を乗り切りましょう。



# 咳エチケットにご協力ください

咳やくしゃみをするときは、ハンカチやティッシュで口と鼻を覆いましょう。

使用したティッシュはゴミ箱に捨てましょう。

咳やくしゃみをした後は、手を洗いましょう。

呼吸器症状のある方はマスクをしましょう。

資料提供：山形県保健業務課

# わたしの仕事 in 日本海総合病院

## 研修医編



こんにちは。研修医1年目の手塚裕之と申します。

今回、広報誌「あきほ」に研修医の記事を寄稿させていただけることになり、大変光栄に思っております。少しでも多くの方に日本海総合病院の研修医について知っていただければ幸いです。



はじめに自己紹介させていただきます。私は山形県置賜地方にて生まれ育ち、大学は栃木県にある自治医科大学を卒業しました。自治医科大学は地域医療を志す総合医を育てる大学です。2年間の研修生活を終えると県内の地域の病院や診療所で勤務することになってい

ます。地域では当院のように各専門科の先生が常勤しているわけではなく、どんな患者さんでも診察することが求められます。今は地域に出る準備段階として幅広い知識と技術を身につけるために当院にて研修をさせていただいております。

当院には研修医が現在17名（1年次5名、2年次12名）います。山形大学の卒業生か山形県出身者



救急外来での診察の様子

と山形に縁のある人たちばかりです。院内には分からないことの相談や勉強したりできる研修医用の部屋も用意されており、和気あいあいとしながらも互いに切磋琢磨し研修を行なっています。それでは研修医が何をしているのかを簡単ではありますがご紹介いたします。

研修医として、行なっていることは主に専門科の研修と救急外来の日当直になります。

まず専門科研修ですが、当院には25の専門科があり、研修医それぞれが数ヶ月単位で希望した診療科にて研修をしています。

10月半ばから11月にかけて、私は整形外科にて研修させていただ

きました。初めて受診される患者さんの問診や診療の様子を上級医のそばで見学し指導していただいたり、手術の助手として手術に立ち合わせていただきました。腰や膝の痛みなどの患者さんの訴えからどのように診察し筋肉や靭帯を評価するのか、骨のレントゲン写真から骨折があるのかなのか、外傷や交通事故の患者さんを診察する上で見逃してはいけないポイントはなにか、など多くのことを学ばせていただきました。

次に救急外来の日当直についてです。日当直とは夕方から深夜に受診された患者さんや土日祝日に受診された患者さんを診察するものです。庄内地区の三次救急を担う救命救急センターがある当院ではあらゆる患者さんが集まり、よくある疾患はもちろんのこと、重体の患者さんも多く運ばれてきます。もし救急外来を受診され、私のようなひよっこが担当する場合、心配に思う方もいらっしゃると思いますが安心してください。研修医だけで診療することはなく、必ず経験豊富な上級医がバックにつき指導してもらっています。医師として働き出して数ヶ月の未熟者ですが、救急科の先生をはじめ、各専門科の先生方からの助言やご指導をいただき、問診から診断、

治療までの一連の流れを教わり、救急外来を受診される方の一助になればと思います。専門科での研修とはまた違った勉強をさせていただいています。

4月から当院にて研修をさせていただきました。早半年が過ぎました。この半年で学んだことは数えきれないほどあります。しかし、まだまだわからないことだらけであり、患者さんに迷惑をかけることも多々あります。早く一人前になれるよう、一人でも多くの患者さんに寄り添い、一日でも早く地域で活躍できる医師になれるようこれからも研修に励みたいと思います。



仲の良い研修医

# リハビリ特集

―チームで取り組むリハビリテーション―



## 回復期リハビリテーション 病棟の毎日

平成24年4月から酒田医療センターに回復期リハビリテーション病棟が開設され、現在35床が運用されています。回復期リハビリテーション病棟（回復期病棟、以下同じ）は、脳梗塞や脳出血などの脳血管障害の治療を受けた後や、骨折などの骨関節疾患の手術や治療を受けた後などに、リハビリテーションを中心とした毎日を送りながら、身体機能の回復をはかり自宅への退院をめざしていく、リハビリテーションの専門病棟です。

脳梗塞や脳出血は突然発症し、急性期に必要な治療を受けますが、多くの場合、手足の麻痺や歩行障



病棟での訓練の様子

害、言語や記憶や注意力低下などの高次脳機能障害、食べ物がむせやすくなるなどの嚥下障害など様々な症状が残ります。転倒などによる骨折や、膝や脊椎の疾患で手術を受けたあとも、治療前と同じような生活をすぐに行うことはできません。このような場合に、リハビリテーションを集中的に行う必要があります。

回復期病棟では、生活のすべてがリハビリテーションとなります。改築された病院の2階にある569㎡のリハビリテーション室では、患者さんひとりひとりの症状に合わせて毎日の訓練が繰り返されます。起き上がり、乗り移り、立ち上がり、歩行、手をつかう動作、食事、排泄、言葉を発する訓練など、機能の回復には幾多の過程が必要とされます。そして、訓練された動作は日常生活に積極的に取り入れていく必要があります。

入院中の生活の場である病棟では、患者さんが訓練の成果をどんどん取り入れる生活を送りながら日常生活動作能力の向上につなげることができるよう、リハビリスタッフと看護・介護スタッフは

常に連携をとりながら、患者さんの状態に合わせた生活環境の工夫や日常生活の支援をすすめています。さらに、治療に必要な薬剤を管理する薬局、栄養摂取に関わる栄養管理室、退院後の介護サービスの利用などに関わる地域医療室など、全ての部門が重要な役割を担いチーム医療を展開していくのが回復期病棟です。チームの目標は、患者さんと家族が希望する生活の場へ帰って行くこと。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

酒田医療センター

リハビリテーション科部長  
安藤 志穂里

## 日本海総合病院での 心臓リハビリテーション

日本海総合病院では既存病棟の4階デイルームを改修し、心臓リハビリテーションを行えるスペースができました。

「心臓リハビリテーション」とは心筋梗塞や心不全などの心臓の病気や心臓大血管の手術で入院された患者さんがスムーズに日常生活や社会生活に復帰するためのプログラムです。心臓に対する治療（投薬や手術等）に加え、再発予防に對しての自己管理教育や生活指導、心臓に負担でない強度での運動等を合せて行うことで心臓に

とってよい効果があることが知られています。

心臓の病気は入院治療が完了すれば完治とは言えない病気が多く、その背景の多くは生活習慣病であることが知られています。

当院では再入院をできるだけ予防し、患者さんの生活において服薬、食事、体力向上を含めた自己管理の定着を目標に各職種が関わっています。発症手術後早期よりオリエンテーションや体力低下予防の為の早期離床、症状の安定に伴って自己管理と適度な運動の実践、退院後は外来で有酸素運動の実践と自己管理の継続等を支援していきます。患者さんにとって心臓リハビリテーションが少しでも身近になれば、と考えています。

日本海総合病院  
循環器内科部長

菅原 重生



病気や自己管理について学ぶ

## PET / CT 検査のススメ

日本海総合病院では、10月からPET / CT 検査のご予約を受け付けております。これは、保険適用の方だけでなく患者さん個人の希望によっても受けることができます。

PET / CT 検査によるがんの発見率は、年代別に見ると50代で0・97%、60代で1・43%、70代で2%、80代で2・31%となっています（日本核医学会FDG-PETががん検査ガイドライン2012改訂のデータを参照）。



日本海総合病院PETセンター検査室

この数字は一見すると低いように思うかもしれませんが、実は非常に高い発見率となっております。

通常のがん検査の場合、例えば肺がんの発見率は0・04%、大腸がんの発見率は0・15%となっており、その違いが分かるのではないのでしょうか（国立がん研究センターがん対策情報センターの情報（参照））。

発見数でいえば、1位が大腸がん、2位が甲状腺がん、3位が肺がん、4位が乳がん、その発見されるがんは大半が早期で切除可能なものです。

PET / CT 検査は全身検査です。臓器別検査で発見できないがんを発見できる可能性があります。

どんな小さながんも発見できるということではない点を御理解いただいた上で、早期発見の一助となる可能性があるPET / CT 検査を、日本海総合病院ではおすすめてしております。

PET / CT 検査に関する詳しいお問い合せは、日本海総合病院PETセンターで受け付けております。お気軽にご相談ください。

日本海総合病院PETセンター  
TEL & FAX 共通  
0234-126-8733（直通）

## 地域との交流 あきほ祭り2012

9月29日（土）日本海総合病院にてあきほ祭り2012を開催しました。地域の方との交流をより深めようと考案企画したもので、地元商店街の方や福祉事業所、松原小学校など大勢の方の協力を得ることができました。

当日は一時雨が降るなどあいにくの天気でしたが、駐車場脇には地元農産物の直売やアジア各国料理の販売、病院職員による射的などの縁日コーナーを設置し、来場した人たちが賑わっていました。また1階エントランスホールでは、病院職員が持ち寄った品々のバザーを開催したほか、障がい者支援事業所による手芸品やクッキーなどの販売、松原小学校児童による



大盛況だったバザー

金管バンド演奏など数多くのイベントが繰り広げられました。バザーについては開始のカウントダウンが行われ、その人気ぶりがうかがえました。縁日コーナーとバザーの収益金については、10月11日に児童養護施設「七窪思恩園」に全額寄付いたしました。



七窪思恩園 園長（佐藤以中さん）への収益金贈呈

現在エントランスホールに飾っている絆の折鶴プロジェクトの折鶴は、入院・外来患者さんとそのご家族、酒田看護専門学校の学生及び教職員にも折っていただき、それぞれの思いや願いが込められています。

数にして21,353羽、長さ約750mにもなりました。皆さん、ぜひご覧になってください。

## 医師異動のお知らせ

### ◆転入者

- ①前任地
- ②時間があつたらやつてみたいこと  
《日本海総合病院》



**外科**  
西村 隆一  
①東北大学  
医学部大学院  
②家族に会いたいです



**心臓血管外科**  
廣岡 秀人  
①山形大学  
医学部附属病院  
②家族で遊びたい

### ◆転出者

- ①新任地
- 小児科 安孫子 優
- 外科 山形済生病院 神保 琢也
- ①東北大学病院 心臓血管外科 黒田 吉則
- ①山形大学医学部附属病院

## 山形県ドクターヘリの 運航が始まりました

11月3日(土)日本海総合病院屋上ヘリポートにて、ドクターヘリ実機による実地訓練を行いました。

ドクターヘリとは、救急医療用の医療機器等を搭載した小型ヘリコプターであつて、救急医療の専門医と看護師が搭乗し、一刻も早



悪天候の中、患者引継ぎ訓練の様子

く患者に救命治療を行う医療専用のヘリコプターです。天候等により運航時間は多少変わりますが、県立中央病院を基地病院として県内全域をほぼ30分でカバーすることができまふ。

11月15日からの運航開始に伴い実施されたこの訓練、雨の中での実施となりましたが、患者を受け入れる流れや手順を把握することができ、消防機関等との連携強化に繋がるものとなりました。

## 海外技術研修員の 受け入れを行っています



技術研修をしているウォン医師(右)とニー看護師(左)

日本海総合病院では10月から来年度の1月まで、中国から医師と看護師各1名ずつを受け入れ、技術指導を行っています。研修内容は、治療内視鏡科の医師の手術に立ち会いその手技を見学したり、動物の臓器を使った直接の技術指導などです。慣れない環境の中での研修ですが、かたことの日本語と通訳の力を借りてスタッフとコミュニケーションを取り、日々新たな発見を行っています。

研修以外でも、庄内の食や文化に触れながら充実した毎日を送っています。

## 白崎映美(上々颱風)さんが 来院しました!

10月26日(金)日本海総合病院にて上々颱風(しゃんしゃんたいふん)のボーカル、白崎映美さんによるコンサートが行われました。

白崎さんが酒田市出身ということもあり、患者さん以外の一般の方々も含め大勢来場しました。

コンサートは、庄内弁の歌を披露したり患者さんの隣に白崎さんが座つて一緒に歌うなど、歌声だけでなくパフォーマンズにも魅了され、会場が一体となつて盛り上がりました。また、鶴岡を拠点とした音楽ユニット「もくれん」の岡部繁さん(ギター)、菅原るみさん(オカリナ)にも出演していただき、素敵な音色を奏でていただきました。ご協力ありがとうございました。



上々颱風ボーカルの白崎映美さん



# 病院からのお知らせ



## げんきGO時刻表 (病院間シャトル運行)

### げんき号の運行時間が変更になりました

日本海総合病院と酒田医療センター間の患者移動用ワゴン車「げんき号」の運行時間が12月3日(月)から下記のとおり変更になっております。時間が大幅に変更していますので、お間違えのないようにお願いします。

#### 【運行時刻表】

#### 開院日運行

日本海総合病院 酒田医療センター (出発)	日本海総合病院 (到着)	日本海総合病院 (出発)	日本海総合病院 酒田医療センター (到着)
8:15	8:30	8:35	8:50
8:55	9:10	9:15	9:30
9:35	9:50	9:55	10:10
10:45	11:00	11:05	11:20
11:55	12:10	12:15	12:30
13:45	14:00	14:15	14:30
15:45	16:00	16:25	16:40

## 市民公開講座のご案内

### 知って得する生活習慣病予防の話

山形大学医学部先端分子疫学研究所と日本海総合病院との共催で、生活習慣病予防についての市民公開講座を開催します。生活習慣病について正しい知識と病気の予防のための方法を食事や運動面から詳しくお話します。ぜひご参加ください。

日時 2013年1月19日(土)13:00~15:30

場所 日本海総合病院2階 講堂

参加費 無料

プログラム

①知って得する生活習慣病予防の話(理論編)

山形大学医学部GCOE 成松宏人准教授

②知って得する生活習慣病予防の話(実践編)

日本海総合病院 栄養管理士、理学療法士

申し込み・お問い合わせ

山形大学医学部先端分子疫学研究所 酒田分室

TEL: 0234-28-8262 FAX: 0234-26-5114

## 年末年始の外来休診のお知らせ

日本海総合病院の年末年始の外来診療は下記のとおりです。緊急の場合には救命救急センター、または酒田市休日診療所をご利用下さい。

月	日	日本海総合病院	酒田市休日診療所
12月	28日(金)	通常通り	休診
	29日(土)	休診	
	30日(日)		
	31日(月)		
1月	1日(火)		通常通り
	2日(水)		
	3日(木)		
	4日(金)	通常通り	

ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

## クリスマス音楽会のお知らせ

今年も日本海総合病院1階エントランスホールにてクリスマス音楽会を開催します。

出演は、毎年恒例となった市民合唱団「コーロ・プリモ」の皆さんと病院職員によるハンドベルサークル「ミッキーズ」です。入院中の患者さんやそのご家族にクリスマスをお届けします。



日時 12月23日(日)  
10:20~11:30

出演団体 市民合唱団 コーロ・プリモ  
ハンドベル ミッキーズ



## お詫びと訂正

第15号8ページに記載したPET/CT検診開始のキャンセル料に誤りがありました。正しくは下記のとおりですのでお詫びして訂正します。

誤: 46,000円(税込) 正: 50,000円(税込)

## 編集後記

あっという間に秋が過ぎ去り、気が付けばもう師走。鍋物の美味しい季節になりました。複数で食べる時はチームワークなので、思いやりが大切になります。

味付けを調整するもの、具材をタイミングよく投入するもの、そして楽しく食べられる会話ができるもの。どのお肉が一番おいしそうか虎視眈々と狙っているものは思いやり指数が低いと言えます。今後もチームワークを大切に「あきほ」を編集してまいります。

〈伊藤文俊〉

広報誌「あきほ」第16号 平成24年12月(季刊) 発行部数: 2,500部

編集発行 ● 地方独立行政法人 山形県・酒田市病院機構 広報企画委員会(事務局: 法人管理部)  
〒998-8501 山形県酒田市あきほ町30番地 TEL:0234-26-2001(代表) FAX:0234-26-5114

URL: <http://www.nihonkai-hos.jp/> E-mail: [kanribu@nihonkai-hos.jp](mailto:kanribu@nihonkai-hos.jp)

印刷 ● 株式会社小松写真印刷