

# 公ほすぴたる



**P2-3** 日高医療センターの今 / 豊岡病院のマスク保有状況について

**P4** 豊岡病院薬剤部の紹介 / 職員募集のお知らせ

**P5** 豊岡病院 前立腺レーザー手術の紹介

**P6** 医食同源 / 出石医療センター放射線技師の仕事紹介

**P7** Information & News / 議会12月定例会が開催されました

**P8** 看護職員奨学金貸与生募集 / 医師異動のお知らせ

高校生を対象にしたふれあい看護体験  
(豊岡病院)を開催しました。(P7へ)

# 公立豊岡病院 日高医療センター

病院長

田中慎一郎



## 当院における 生活習慣病への取り組み

当院は昭和四十二年から平成五年まで日高町で循環器疾患予防検診を行ってきました。

その中で高血圧や糖尿病などのいわゆる生活習慣病が当地区で大きな問題となっていることが明らかとなりました。

生活習慣病の治療には生活習慣の改善が必須です。しかし、たくさんのお患者さんを診る一般内科外来では医師一人で患者さんの指導をするのは至難の技です。

そこで当院では、以前より高血圧教室、糖尿病教室、高脂血症教室などの集団指導をスタッフと協力して行ってきました。しかし一―二か月に一回の教室に時間を割いてわざわざ来ていただくのが難しい患者さんも多く、指導に限界を感じておりました。

そこで、数年前から外来の待ち時間を利用して大型のテレビで高血圧の指導スライドを上映する試みを始めました。

管理栄養士、薬剤師、理学療法士、看護師、医師など各部署からスタッフが集まり、全員で完成まで数年を要しましたが、バックには音楽が流れ、時々きれいな写真も間に挿入される力作となりました。

アンケートを取ったところ思いのほか好評で、スタッフ一同気を良くして、次にスライド二百九十枚を超える腎不全生活指導スライドを作成しました。こちらも制作に一年以上を要した力作で、現在のところ評判はますますです。これを一歩進化させた取り組みとして、現在外来でスタッフによる個別指導を行う試みも開始しました。

これは内科外来の業務の合間をぬって外来看護師が高血圧管理に必要な最低限の知識を患者さんに指導するという取り組みです。このメリットとしては、医師が把握できない患者さんの高血圧についての理解度がつかめるようになったことで、患者さんの理解度に応じた医師の指導も可能となりました。

スムーズな外来診療が可能となり、ある程度待ち時間の短縮にも貢献できたのではないかと思っています。

忙しい業務の合間をぬって行うため、すべての患者さんにこれを行うのは無理ですが、初診患者さんを中心に空き時間があれば頑張っ指導させていただいています。

このように当院では医師だけでなく、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士が協力してスタッフ全員で生活習慣病の指導を充実させるべく努力しております。

## 高血圧のお薬について

患者さんから血圧を下げる薬について「このお薬は一生飲み続けなくてはいけないのですか。」とよく質問を受けます。

そんな方には血圧をコントロールするために

薬は必ず忘れずに飲むように指導しています。しかし私はこれに加えて「薬は血圧を人工的にコントロールするものなので、あくまで応急処置ですよ。」と説明しています。

では高血圧を根本的に治すにはどうしたらいいのでしょうか？

当たり前のことですが、これらは通常誤った生活習慣から起こってきているので、大部分の高血圧は正しい生活習慣に直せば自然に薬はいらなくなるか、飲んでもわずかで済むはずですが、残念なことに診察室で診ているだけではその人の生活習慣はほとんどわかりません。

自分の血圧を上げている原因はその人しかわからないので、ご自分で勉強して見つけて、ご自分で直していただくしかありません。これをお手伝いするのが我々の真の役割と考え、今回ご紹介した取り組みを始めました。

それでも生活習慣を改善できない人は血圧を下げる薬をずっと飲み続けていただくしかありません。

でも御安心ください。早めから薬を飲んでいて、たとえ人工的にも血圧をうまくコントロールできていく方は、大部分の脳卒中は予防できて、しかも長生きも可能な時代になってきています。

（患者さんが自己判断で血圧を下げる薬をやめてしまわないという前提ですが。）

しかし本当に健康になりたいのなら、是非とも生活習慣を直す努力を惜しまないで下さい。

我々は患者さんが生活習慣を改善するのを辛抱強く待っています。

その一助になるように当院職員一同協力させていただきますので、今後とも日高医療センターを宜しくお願い致します。





# 人間ドック

R2年度分 予約受付中!

完全予約制

令和2年度は ①ドック2月13日 ②協会けんぽ3月23日 受付開始

生活スタイルの変化とともに「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」などの生活習慣病が増えてまいりました。

「高血圧・高血糖・脂質異常」診断基準のうち2つ以上を満たしている状態を「メタボリックシンドローム」といいます。人間ドックは注意が必要な病気や生活習慣改善のポイントを知る重要な手がかりです。ぜひ人間ドックを有効に活用して、がんの早期発見やメタボリックシンドロームの予防・改善に役立ててください。

## 人間ドックコース

- 半日コース  
35,000円 (税抜)
- 1日コース  
43,000円 (税抜)
- 1泊2日コース  
59,000円 (税抜)

## 女性のがん検診

(人間ドックのオプションです。)

- 乳がん検診 5,600円 (税抜)  
・マンモグラフィ・視触診
- 子宮頸がん検診 3,300円 (税抜)  
・子宮頸部細胞診・内診・経膈エコー
- 子宮体がん検診 6,000円 (税抜)  
(70歳以下)  
・子宮内膜細胞診・内診・経膈エコー

※豊岡市の助成となる場合がございます。 ※料金については令和2年度料金です。

協会けんぽ「生活習慣病予防健診」、「特定健診」、「企業健診」随時受付中!!

詳しくは、電話でのお問い合わせ又は日高医療センターホームページをご覧ください。

## 訪問看護ステーションひだか

利用をご希望の方は、「訪問看護ステーションひだか」に直接、Tel:0796-42-5011 Fax:0796-34-8066  
または、かかりつけ医、担当ケアマネージャーにご相談ください。 E-mail:houkan.hidaka@toyookahp-kumiai.or.jp

主な訪問エリア

豊岡市南部・養父市北部

その他エリアについても  
ご相談ください

訪問看護の内容

- ・健康状態の観察と助言
- ・日常生活の看護
- ・介護予防
- ・医師の指示による医療処置
- ・リハビリテーション
- ・ターミナルケア

その他、

ご家族の心配や悩み事の相談、  
社会生活への復帰援助等、  
ご家庭での療養生活を  
支援するサービスです。

24時間  
対応

## 豊岡病院のマスク保有状況について

新型コロナウイルスの流行下でのマスクの保有状況について、先日(2月4日)テレビ取材を受けました。その中で「豊岡病院では、この時期、1か月で約2万枚のマスクを使用するが、現在のマスクの在庫量は約8千枚であり、このままマスクの供給がなければ、新たな手術や検査が出来なくなる」旨コメントいたしました。

このコメントについて多くの方から心配の声をいただいています。ご自身が持っているマスクを提供しても良いとの励ましの声もいただいています。ご心配をおかけして申し訳ない気持ちと感謝の気持ちで一杯です。

その後、多方に手を尽くしマスクの確保に努めており、現在(2月12日)までに1万枚強のマスクを確保するとともに、新たな発注にもこぎつけています。

全国的なマスク不足の状況が長期化することも予測され、安心することはできませんが、現時点では手術・検査や診察など制限することなく行っており、十分な感染対策にも取り組んでいます。ひとまずご安心いただければと思います。引き続き、住民の皆様にも適切な医療を受けていただけるよう、全力で取り組んでまいります。

公立豊岡病院長

# 診療部門紹介

## 豊岡病院 薬剤部

現在、豊岡病院薬剤部では26名の薬剤師が働いており、医薬品の管理・供給、医薬品情報収集・提供、服薬指導などの業務を通して医薬品の適正使用を推進し、患者さんに安心して医療を受けて頂けるような体制をとっています。

### 【主な業務内容】

#### ●入院調剤業務

医師が発行する処方せんに基づき、薬剤師が必ず用法・用量、薬の飲み合わせによる副作用の有無等の確認を行った後、調剤を行っています。

調剤された薬は別の薬剤師がチェックを行い、患者さんが安心して服用できるように務めています。注射薬についても、同様に調剤業務を行っています。



入院調剤業務



がん化学療法

#### ●がん化学療法

抗がん剤治療における治療の組み立て、投与量・副作用のチェック等を医師・看護師と協力して行っており、必要に応じて医師に副作用対策の薬を提案し、抗がん剤治療を受ける患者さんが出来るだけ普段通りの生活を送れるようサポートしています。

#### ●医薬品情報（D-I）業務

医薬品に関する情報は膨大であり、医薬品メーカーや厚生労働省、医学論文などから日々最新の情報が発信されています。それらの情報を収集し、医薬品が適正に使用されるための情報管理を行っています。

#### ●薬剤管理指導業務

入院患者さんの部屋に伺い、処方されている薬についての説明を行っています。患者さんのベッドサイドで現在お飲みの薬、途中で変更になった薬、インスリンや吸入薬の使い方等、患者さんが薬の内容を理解し確実に服用できるように、医師や看護師などと連携を図りながら関わっています。

退院の際にも、退院後の患者さんが服用に困ることのないよう心掛けています。

#### ●各チーム医療への参加

当院では医師や看護師をはじめ、様々な職種で医療チームを組み、患者さんの治療にあたっています。薬剤師もその一員として薬物療法の視点からサポートしています。以下に抜粋してその取り組みを紹介します。



私たち薬剤部は、これからも患者さんを中心としたチーム医療の中で、よりよい薬物治療がなされるよう多岐にわたる業務展開をしていこうと考えています。薬に関することお聞きしたいことがあればお気軽に薬剤師にお尋ねください。

薬学部の学生、薬剤部への就職希望者には病院見学を随時募集していますので、下記のメールアドレスまでお問い合わせください。

E-mail: kanri.toyooka@toyookahp-kumiai.or.jp



#### 精神科リエゾンチーム

一般病棟の患者さんの精神状態（せん妄や不穏・不眠など）を把握し、心理的な問題に対し適切なサポートが行えるよう処方の提案などを行っています。

#### 抗菌薬適正使用支援チーム (AST)

院内の抗菌薬の使用状況を把握・分析し、患者さんの状態や細菌の種類に合わせて最適な抗菌薬の種類・量・投与方法を提案できるよう活動しています。



#### 栄養サポートチーム (NST)

患者さんの栄養状態を評価し、全身状態の改善や合併症を予防するために輸液や栄養剤の選択、薬の経管投与に関する情報などを提供しています。

## 職員募集のお知らせ

応募職種	募集人数	年齢	受験資格	採用予定日	試験日
①薬剤師	1名	35歳以下	当該職種免許取得（見込）者	令和2年4月1日 （応相談）	随時
②理学療法士		40歳以下			

※受験資格表中の年齢は、採用年度の4月1日時点の年齢です。  
※募集要項は病院組合ホームページからダウンロードできます。

問合せ 総務部人事課 ☎0796-22-6111(内線2101)



# 泌尿器科における

## レーザー手術について

公立豊岡病院

副院長兼泌尿器科部長

白波瀬 敏明



最近では医療用レーザーが医療の様々な場面で使用されています。

泌尿器科ではホルミウム・ヤグレーザーを導入し、前立腺肥大症の手術と尿路結石の手術に使用しています。導入にあたってはスタッフが県外のレーザー手術の先進病院に研修にいき、新しいテクニックを学んで来ています。



### 前立腺肥大症の手術

前立腺肥大症は中高年の男性の疾患で、尿が出にくい、尿が近いなど排尿障害の原因となります。薬物治療もありますが、長期間の内服が必要ですので、長期の内服を希望されない場合や、薬物治療が無効な場合は手術適応となります。

前立腺は膀胱のすぐ下にあり尿道を取り囲んでおり、外腺と内腺に分けられます。前立腺肥大症はこのうち内腺が腫大し尿道を圧迫するため排尿障害をきたします。前立腺肥大症を夏ミカンに例えると、外腺は皮で腫大した内腺は中の実の部分にあたります。前立腺肥大症の手術は、外腺（夏ミカンの皮）は残して内腺（実）だけを取り除き、尿を出やすくする手術です。（ちなみに前立腺癌の手術は外腺も内腺もすべて切除します。）

従来の主な手術はTURPといい、内視鏡用電気メスを用い、

内腺を少しずつ削っていく方法です。手術時間は1〜2時間で腰椎麻酔で行えますが、削るたびに多少出血しますので、大きな前立腺の手術では出血量が多くなります。

レーザーを用いた手術（前立腺レーザー核出術・HoLEP）は、外腺と内腺の間、夏ミカンでいえば、皮と実の間にレーザー光線を当ててその間をはがしていき（図①）、中の実（内腺）をくりぬく手術です。くりぬいた内腺（図②）は膀胱の中で、モルセレーターという器械で小さく切断して（図③）外に出します。外腺と内腺の間には比較的血管が少ないため出血も少なく術後カテーテルを留置する期間が短くて済む利点があります。手術時間がやや長くなる場合がありますので主に全身麻酔で行います。

現在、軽度の前立腺肥大症は腰椎麻酔でTURP、中等度から高度の前立腺肥大症は全身麻酔でHoLEPを行っています。入院期間は5日から1週間程度です。



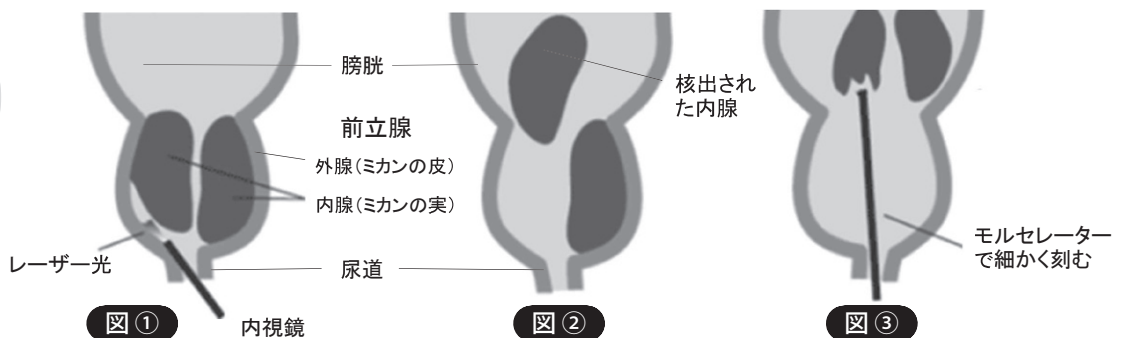
### 尿路結石の手術

腎臓や尿管の結石は大変多い疾患です。場合によっては激痛や発熱を伴います。自然排石が困難な場合は手術適応となります。

近年は開腹手術を行うことはなく、対外衝撃波破碎術（ESWL）または内視鏡手術を行います。結石の大きさや位置および患者様の希望によりESWLと内視鏡手術を使い分けますが、最近ではレーザーを用いた内視鏡下結石破碎術を行うことが多くなっています。

レーザー手術の利点は、細いガラスファイバー（径0.2〜0.4mm）を通してレーザー光を送ることができるため、より細径の内視鏡や柔らかく曲がる軟性内視鏡を用いて手術をすることができるといえます。結石を破碎する力も強いいため、従来よりもよく細かく砕くことが可能です。ただし、主に腰椎麻酔下に行うため、2〜5日間の入院が必要で、ESWLのように外来通院で行うことはできません。

## HoLEP



# 医食同源

公立豊岡病院 栄養技術科  
管理栄養士 太田 貴子



## こどもの便秘

規則正しい生活、運動、ストレスをためないことなどが便秘への対処法ですが、現代の家庭でできる食事からのアプローチをご紹介します。食えることは、単なる栄養補給だけでなく、喜びや生きがいを感じるとともに、貴重なコミュニケーションの場です。楽しくおいしく食卓こそが便秘改善の第一歩なので、できるだけ取り組んでみましょう。

### ◎食物繊維をとる

取り入れやすい食材は豆類、いも類、果物類。果物はジュースではなく、そのものやドライフルーツを食べるようにしましょう。

反対に生野菜やきのこ・海藻は独特な味や食感を苦手とします。細かくして肉や卵、乳製品などのたんぱく質と一緒に調理すると食べやすくなります。

型抜き野菜を飾るなど発達に合わせた工夫で食べる経験をさせてあげましょう。



生野菜やきのこは細かくして肉や卵などと一緒にハンバーグに加えるなどして食べやすくします。

### ◎腸内環境を正常化する

こどもの便秘はなんといっても食べる量の不足が原因です。特に注目のべきは朝食ぬき。前日におにぎりを用意しておく、夕食に具の多い汁物をつくって朝食にも回すなどの工夫で対応しましょう。

食べる楽しさは健康的な空腹感が不可欠です。おやつに高カロリーな菓子類を食べ過ぎると3食の食事がおいしいと思えません。ゲームで夜更かしせず、早寝早起きし、排便を意識できる時間をつくりましょう。



## こどもと一緒に作ろう 腸活おやつ！ 豆腐白玉 まるごといちごソース

### 材料(2~3人分)

#### 〈白玉〉

- いちご … 2個
- 白玉粉 … 30g

#### 〈ソース〉

- いちご … 13個
- オリゴ糖シロップ 大さじ4
- レモン汁 … 小さじ1

### 作り方

- 1 白玉粉30gをボウルに入れ、いちごを1個ずつ加えてつぶしながら耳たぶくらいのやわらかさになるまでこねる(いちごの数はようすを見ながら調節)。別のボウルに白玉粉30gと絹ごし豆腐を加えて同様にこねる。それぞれいさな円形に丸める。
- 2 鍋に湯をわかして①を2~3分ゆで、浮いてきたら冷水にとり冷ます。
- 3 小鍋にいちご13個とオリゴ糖シロップを入れて弱火でいちごがぐたぐたとなるまで煮る。レモン汁を加えて冷まし②とともに器に盛る。

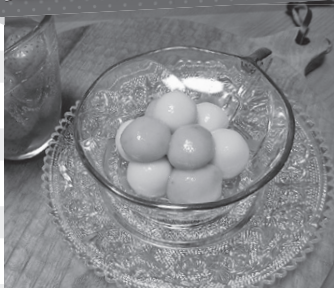
### レシピのこだわり食材

いちご…食物繊維が豊富な優秀食材なうえこどもがだいすき。白玉だんごに練り込んで、ソースにも丸ごと使いました。

オリゴ糖シロップ…便秘改善が期待できる量はオリゴ糖の種類や商品によって異なるため表示を確認して適量利用しましょう。

### アレンジ

★オリゴ糖入りのいちごソースは乳酸菌やビフィズス菌豊富なヨーグルトのソースにしたリ、寒天で固めてゼリーにも

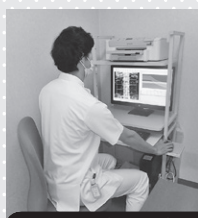


## 出石医療センター

### 放射線技師の仕事を紹介します

放射線技術科には、一般撮影装置、X線CT装置、乳房撮影装置、X線TV装置、昨年10月に更新した回診用X線撮影装置、骨密度測定装置があります。骨粗鬆症の検査方法の一つとして、DXA法を用いた骨密度測定法があります。DXA法とは2種類のエネルギーのX線を測定部位に当てることにより骨成分と他の組織とを区別して測定する方法です。骨密度測定は腰椎と大腿骨のDXA法が最も信頼の高い骨量測定方法であり、骨粗鬆症診断基準(2015年版)でも推奨されています。検査方法は検査用のベッドに臥位で寝ていただき、ごく微量の放射線を使用し腰椎や大腿骨を測定します。

出石医療センターでは、骨粗鬆症の治療率や治療継続率の向上のため「一人の患者様の治療経過を通して医師・看護師・薬剤師等のメディカルスタッフがチームとして関わっていくこと」が重要であることとらえており、昨年より骨粗鬆症対策チームが発足しています。骨粗鬆症について気になることがございましたらお気軽にお問合せください。



骨密度測定装置 (GE社)



回診用X線撮影装置 (島津社)



## 豊岡病院

### 冬休み・ふれあい看護体験を開催しました。

12月24日～26日の3日間、豊岡病院で「冬休み・ふれあい看護体験」を開催しました。看護職に興味のある高校生を対象にしたイベントで、今回は但馬内外の8つの高校から40名が参加しました。

参加した高校生は白衣に着替え、看護師と一緒に血圧・体温測定、着替えや入浴・食事のお手伝い等を体験してもらいました。参加者からは、「患者さんのちょっとした変化にも気づくことの大切さがあった」「働かされている姿を見て、自分も患者さんに寄り添った看護師になりたいと思った」「他職種との連携も見ることがで

きた」などの感想をいただきました。この看護体験が、看護職を目指すきっかけになれば嬉しいです。

次回は夏ごろに、組合立の各病院で開催する予定です。ぜひご参加ください。



## 豊岡病院

### クリスマスイベントを行いました



入院患者さんを中心にホールにお招きし、クリスマスコンサートを行いました。

また病室の患者さんのところへは、病院長をはじめサンタに扮したスタッフがプレゼントを持って訪問しました。



※写真の掲載許可を得ています。

## 令和元年 第2回公立豊岡病院組合議会12月定例会が開催されました

令和元年12月4日から26日まで開催された、公立豊岡病院組合議会の議案と結果についてお知らせします。

議案番号	件名	提出年月日	結果
9	会計年度任用職員の給与及び費用弁償に関する条例制定について	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
10	職員の分限に関する手続及び効果に関する条例等の一部を改正する条例制定について	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
11	職員の給与に関する条例の一部を改正する条例制定について	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
12	職員の特殊勤務手当に関する条例の一部を改正する条例制定について	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
13	公立豊岡病院組合医師修学資金貸与条例の一部を改正する条例制定について	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
14	令和元年度公立豊岡病院組合事業会計補正予算(第1号)	令和元年12月4日	原案可決 令和元年12月26日
15	議会選出の監査委員の選任につき同意を求めることについて	令和元年12月4日	同意 令和元年12月4日
16	議会の議員の議員報酬等に関する条例の一部を改正する条例制定について	令和元年12月18日	原案可決 令和元年12月26日

議会は一般の方も傍聴できます。※詳細はホームページをご覧ください。 **問合せ** 公立豊岡病院組合議会・監査事務局 TEL:0796-22-6111(内線2021)

## 奨学金制度の お知らせ

# 看護師を目指す 学生さんを応援します!!

### 看護職員奨学金貸与学生募集

貸与金額 看護師 月額50,000円(年間60万円)  
※免許取得後直ちに公立豊岡病院組合に就職し、  
貸与期間と同期間勤務後、返還を**免除**

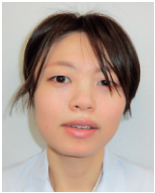
募集人員 15名程度  
試験日 令和2年4月25日(土)  
問合せ 人事課 ☎0796-22-6111(内線2103)

募集要項は、病院組合ホームページからダウンロードできます。  
<http://www.toyookahp-kumiai.or.jp/kumiai/>  
右メニュー「制度・手続き等」から

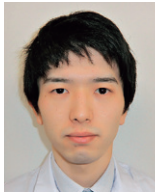


## 医師異動のお知らせ (R1.12.2 ~ R2.2.1)

### 新任医師



豊岡 産婦人科  
やまだ かおり  
山田 香



豊岡 脳神経外科  
かじもと ひろと  
梶本 裕人



豊岡 産婦人科  
くぼ のぞみ  
久保 のぞみ



豊岡 脳神経内科  
まつもと みずき  
松本 瑞樹

### 退職医師

豊岡 救急集中治療科……………医長 荅口 知樹  
豊岡 救急集中治療科……………医長 藤田 健亮  
豊岡 麻酔科……………医員 藤田 碧  
豊岡 脳神経内科……………戸田 真太郎  
豊岡 脳神経外科……………井村 隼  
豊岡 整形外科……………加藤 怜

広告

広告

