



Fresh Smile フレッシュ・スマイル

期待の新星! 徳中で働くフレッシュなルーキーが、未来のビジョンについて語る!

作業療法士(入職1年目)

いまぎ れりゅう
今給黎 龍



前職では回復期病棟の専従業務に携わり、発症後から在宅または復職とさまざまな症例を経験しました。集中的なりハビリを終えた後の生活に不安を抱える患者さんが多いため、自分ができることを最大限に発揮したいと考えています。

趣味は、釣り、ゴルフ、テニス、旅行、スポーツ観戦、カメラ、ロードバイク、お酒...と一つに絞りが切れていない状態です。お誘いお待ちしております(笑)。

歯科衛生士(入職1年目)

よしたけ あかり
吉武 明莉



口腔の健康から全身の健康を守ることができるのが歯科衛生士です。現在、幅広い知識を深めるために、大学院で統計学や摂食嚥下機能療法などについて学んでいます。スタッフの方々や患者さんから信頼される歯科衛生士を目指して、歯科専門職として多職種と連携し、日々精進していきたいです。

趣味は、スポーツ観戦です。大学でラグビー部のマネージャーをしていたので、ラグビーを観戦するのが好きです。



JCHO徳山中央病院広報誌「Smile」 秋号vol.011 2020年2月20日発行
発行/JCHO徳山中央病院 direction&design/しろくまグラフィックズ writing/小野理枝
お問い合わせは...JCHO徳山中央病院 総務企画課 TEL:0834-28-4411 E-mail: main@tokuyama.jcho.go.jp
photo/Photo Office MOTHER LEAF

Smile

Tokuyama Central Hospital

【スマイル】

地域のみなさと『JCHO徳山中央病院』をつなぐ
コミュニケーションマガジン

冬号
vol.011
Winter.2020



栄養管理室が発信! 健康レシピ

旬食材で

タラと豆腐のおろしポン酢がけ

《材料(2人分)》タラの切り身2切れ、絹ごし豆腐1/2丁、エノキ1/2袋、昆布(5×10cm)2枚、大根おろし1/2カップ、小ネギ少々、ポン酢しょうゆ大さじ1、酒大さじ1、片栗粉少々



《作り方》①タラは1切れを半分に切り、酒をふる。豆腐は水けをきって半分の厚さに切る。エノキは石づきを切り落として半分の長さに切る。昆布はかたく絞ったふきんで拭く。②耐熱皿に昆布を敷き、豆腐をのせて片栗粉を薄くふる。エノキ、タラの順に重ねてふんわりをラップをかけ、電子レンジ(500W)で4分加熱する。ラップをかけたまま3分おいて蒸らす。③ラップをはずして大根おろしをのせ、小口切りに切った小ねぎを散らしてポン酢しょうゆをかければ完成!

管理栄養士
ささきのりこ
佐々木 乃莉子

魚はアミノ酸バランスの優れた良質なタンパク源。今が旬のタラは低脂肪でタンパク質が豊富!豆腐と一緒にレンジで簡単調理できます。昆布とエノキのうまみ加わるので、少量の塩分でもおいしく食べられますよ!

ご意見・ご感想を募集しています

誌面に対するご意見やご感想、とりあげほしいテーマがありましたら、①氏名②住所③年齢④性別⑤ご意見などをご記入のうえ、下記宛先までお便りかメールでお送りください。

○個人情報の取り扱いについて
個人情報は、今後の誌面づくりの参考のために使用し、使用後は編集部が責任をもって破棄いたします。

〒745-8522
周南市孝田町1-1
JCHO徳山中央病院 総務企画課 宛



編集後記

節分も過ぎ、春になろうとしています。みなさんいかがお過ごしでしょうか? 今シーズンは暖冬傾向でしたが、こういう時こそ油断大敵! インフルエンザはまだまだ流行っており、中国では新型コロナウイルスが蔓延しています。手洗い・うがい、マスクを装着して、予防に努めてくださいな!
(編集担当 山下)

<診療科情報>

「口腔がん」って どんな病気? ほか

歯科口腔外科 主任部長 村木 祐孝

<Hello! 部署訪問>

新生児集中治療室(NICU)

<認定・専門看護師>

緩和ケア認定看護師 佐々木 文子

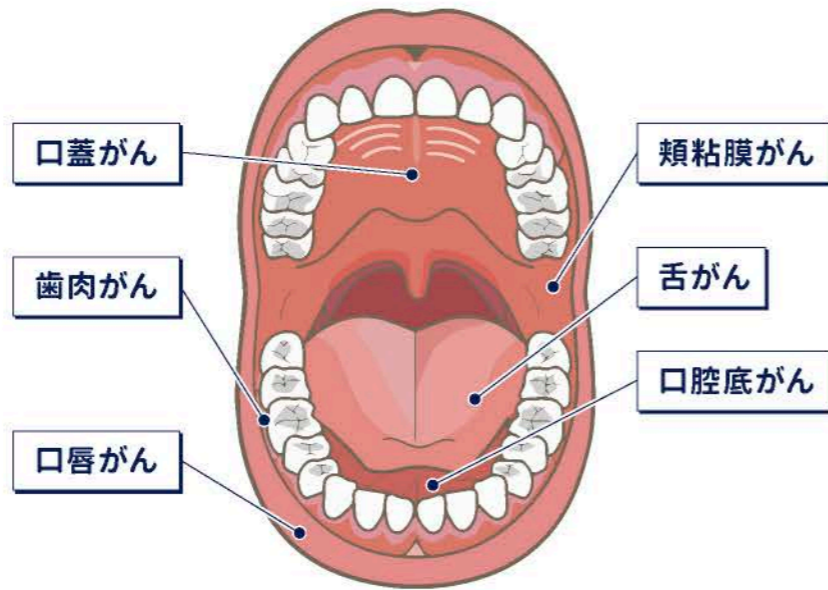
<地域連携クリニックのご紹介>

ゆん脳神経外科クリニック 尹 英植 院長

「口腔がん」ってどんな病気？

口の中全体を「口腔」といい、
ここにできるがんを総称して
「口腔がん」と呼びます。

国内で口腔がんと診断された患者さんは
年々増えており、年間およそ10,000人以上とい
われています。中でも、舌がんは全体の50～
60%を占め、虫歯や適合が悪い被せ物による機
械的な刺激のほか、喫煙、飲酒、食物による科学
的刺激的暴露などが原因と考えられています。



がんができる場所によって上記のように分類されます。

口腔がんの治療

当院は厚労省の「がん診療連携拠点病院」に指定され
ており、私たちも口腔がん治療には特に重点をおいて取
り組んでいます。一般的には、①手術 ②放射線療法 ③化
学療法の単独療法あるいは、いずれかを組み合わせた併
用療法が行われます。また、「切らずに治す口腔がん治
療」として、特殊なカテーテルを用いて抗がん剤を直接腫
瘍の栄養血管に投与し、放射線治療と組み合わせる「超
選択的動注化学放射線療法」という治療を当院放射線
科医と連携して行っています。

口腔がんは、初期段階で発見すれば、後遺症はほとん
ど残ることがなく、5年生存率は90%以上の報告もあ
ります。だからこそ「早期発見」が重要です！

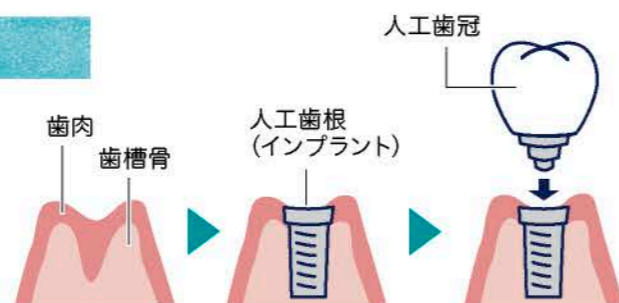
下の症状が1つでもあれば、専門医へ！

- 口内炎が2週間経っても治らない
- 舌、歯肉、頬の粘膜に白い斑点や赤い斑点がある
- しこりや潰瘍ができたがなかなか治らない
- 舌などにしびれや麻痺感、出血する傷がある
- 舌が動かしくく、急に物がかみづらくなった
- 顎が腫れて入れ歯が合わなくなった

話題のインプラント治療について教えて！

インプラント治療ってどんな治療??

インプラント治療は歯を失った部分の顎の骨にチタン製の人工歯
根(インプラント)を埋め込み、そこに人工歯冠を取りつける治療です。
埋め込んだインプラントは骨と結合します。



インプラント治療のメリットやデメリットは??

インプラント治療は入れ歯・ブリッジのように周囲の歯に負担を
かけず、自分の歯(天然歯)に近い機能や審美性の回復が可能で
ある、というメリットがあります。

一方で、手術が必要である、治療期間が長い、自費診療のため治
療費が高額となる、などのデメリットもあります。また、顎骨の骨量

や骨質の影響を受けるため、インプラント治療が困難な場合もあ
ります。当科では、歯槽骨が吸収してインプラントを埋入するた
めに十分な骨の厚み、高さ、量が足りない場合には、自家骨や人工骨
を用いて骨を造成する手術も行っています。

はじめよう！ 口腔ケア

口腔ケアは、お口をきれいにする「器質的口腔
ケア」と、口の機能を高める「機能的口腔ケア」の
大きく2つに分かれます。

器質的口腔ケアは、むし歯や歯周病などの口
腔疾患や誤嚥性肺炎、人工呼吸器関連肺炎など
の呼吸器合併症の予防を目的としています。具
体的なケアとしては、「歯みがき」や「歯石除去」
「舌・粘膜清掃」などが挙げられます。口腔内は、
多くの細菌が繁殖し、放置しておくとバイオフィ
ルムと呼ばれる菌塊になります。むし歯や歯周病
の予防、肺炎発症のリスクを抑えるためにも、口
腔内を清潔に保ち、口腔内の細菌量を物理的に

減らしておくためにも口腔ケアが重要です。

機能的口腔ケアは、口腔機能の維持・回復を
目的としており、主に「口腔周囲筋の運動訓練」
や「マッサージ」などのことを指します。口腔は、
食べる以外にも、呼吸や会話など、人として大切
な機能を担う器官でもあります。そのため、それ
らの機能を高めるための「発声・構音訓練」も含
まれています。

口腔ケアをすることによって覚醒状態がよくなる
効果もあるといわれています。また、口腔ケア
の目的の中には、唾液分泌を促すことも含まれて
います。

入院患者さんへの
口腔機能管理も
行っています！

唾液の分泌を増やす
唾液腺マッサージ

唾液腺

唾液を分泌する腺のこと。



○舌下線マッサージ

両手の親指をそろ
えて、顎の下から舌
を押し上げるよう
にぐっと10回押す。



○顎下線マッサージ

親指で、顎のやわ
らかい部分を耳下
から顎下まで5ヶ
所ほどを、5回ず
つ押す。



○耳下線マッサージ

親指以外の4本
の指で、上の奥歯
あたりから前へ、
ゆっくり10回ま
わす。



歯科口腔外科 主任部長

むら き ゆう こう
村木 祐孝

日本口腔外科学会専門医指導医
日本顎顔面インプラント学会指導医
日本がん治療認定医機構認定医(口腔外科)

<徳中の歯科口腔外科を紹介します>

山口県歯科医師会・徳山歯科医師会との連携バックアップ体制のもと、一般の歯科医院
からご紹介いただいた患者さんを中心に治療を行っています。特に、口腔がん、親知らず、
炎症、外傷、顎関節症、粘膜疾患、嚢胞や腫瘍などの口腔外科関連の疾患、インプラント治
療、口腔ケアに力を入れて診療を行っています。また、一般の歯科医院では治療困難な患
者さんにも対応しています。年間の外来患
者数は約15,000人で、外来手術は抜歯や
インプラント治療が中心です。中でも、親知
らずの抜歯は年間約700例と数多く行っ
ています。そのほか、日本口腔外科学会研修
指定病院、日本顎顔面インプラント学会研
修指定病院、歯科医師臨床研修指定病院
として、人材の育成にも力を入れています。

これからも山口県の地域医療に貢献す
べく、スタッフ一丸となって安全かつ質の
高い治療を提供いたします。



現在、常勤歯科医師3名、歯科衛生士6名、看護師1名、
受付(医事課職員)1名、医療秘書1名に、1~2名の研
修歯科医を受け入れて診療を行っています。



“どんなお仕事してますか？”

Hallow! 部署訪問!

新生児集中治療室 (NICU)

- 部署データ
- ✓ 小児科医 6名 (新生児専門医師 1名)
 - ✓ 看護師 17名 (新生児集中ケア認定看護師1人含む)
 - ✓ 助産師 2名
 - ✓ MSW(医療ソーシャルワーカー) 1名 (社会福祉士)

胎内にできるだけ近い環境づくり

保育器の中の温度や湿度はそれぞれの赤ちゃんに合わせてコントロールしています。できるだけお母さんのお腹にいる状態に近いような快適な環境を整え、赤ちゃんが少しずつ元気になる日を楽しみにしながら看護しています。また、医療ソーシャルワーカーと情報を共有して、保健福祉サービスの提供等、退院後の母子とご家族が地域での社会支援が受けられるようにサポートしています。



注射薬の無菌調製や投薬量・速度の確認を行っています。退院の際には退院後も使用する薬の効果やスケジュールについてお伝えし、初めてのお薬手帳をお渡ししています。

薬剤師 もり あいり
森 愛莉

ご家族のはじめの一步を支える

NICU(新生児集中治療室)は、予定より早く生まれる早産児や、出生時より呼吸障害・重症新生児仮死を認める満期産児、あるいは出生時より処置を要する先天性疾患を併発した新生児を対象に集中治療を行う専門部門です。年間入院数は約150例、出生体重1500g未満の極低出生体重児は約16例(内1000g未満の超低出生体重児は約6例)。地域周産期センターとして、院内で出生した新生児のほか、周南市および近隣の市で出生した入院加療の必要な新生児も24時間体制で受け入れています。



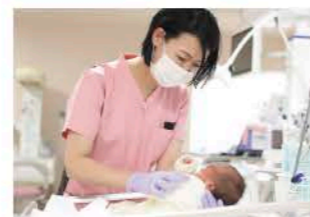
繊細なケアも多いですが、ひとつひとつ丁寧に実践するように心がけています

看護師 かわさ ゆか
河佐 裕夏



赤ちゃんの成長・発達を優しくサポート

- デベロップメンタルケア**…小さく生まれてきた赤ちゃんの呼吸・循環の早期安定、成長発達を助けるために、過剰な光や音の刺激によるストレスをできる限り減らしてケアしています。
- タッチング**…赤ちゃんとお母さんの触れ合いを大切するため、頭をなでたり、手足を触ったり、赤ちゃんとのスキンシップを行っています。
- 新生児蘇生法(NCPR)**…当病棟には2人のNCPRインストラクターがおり、新生児の急変時の対応ができる看護師として切磋琢磨しています。



Certified Nurse

認定看護師

にん いかん ごと



緩和ケア認定看護師

さ さ き ふみ こ
佐々木 文子

その人らしい最善の選択を支援する

緩和ケア認定看護師の役割は、緩和ケアを受ける患者さんとそのご家族のQOL(生活の質)の向上に向けて、水準の高い看護を実践し、他の看護職者に対して、指導や相談を行うことです。現在、私は在宅緩和ケアの質の向上を目指して、訪問看護ステーションで活動しています。

訪問看護ステーションの利用者は、がん、神経系難病、疾病をかかえる高齢者など、人生の最終段階にある方が多く、私たち訪問看護師は、利用者さんとそのご家族が病気と向き合い、前向きに生きていけるように支援しています。そして、できるだけ住み慣れた自宅で過ごしたいと思われる利用者さんの希望をかなえられるように日々奮闘しています。

利用者さんの中には、独居や老老介護、日中独居の方も増えており、在宅療養が困

難な場合もあります。さまざまな状況下で、どこでどのように過ごしたい、どのような医療を受けたい、あるいは受けたくない、どのように生活したいと思われているのか、何に価値をおいて決定していくのか。利用者さんとそのご家族の価値観を理解し、自己決定を尊重した看護を行うことが、訪問看護師として、また認定看護師としての役割だと考えます。

この意思決定の場面では、主治医など多職種と連携しながら、利用者さんとそのご家族にとってのメリット、デメリットを分かりやすく説明し、より良い選択ができるように話し合いを行います。この話し合いは、利用者さんの意向を中心に進めていきますが、結果として利用者さんの意向に添えない選択に至る場合もあります。どのような選択をされても、その選択が利用者さん

とそのご家族にとって「最善の選択であった」と思えるように支援していく。それが、私の使命だと考えています。そのためには、緩和ケア認定看護師として、質の高いコミュニケーション技術と病状をアセスメントできる知識、ケアの方向性を考え、調整する調整力が必要です。さらに、地域のサービス事業所と共にチームとなり、幅広い選択肢を提示しながら、利用者さんとそのご家族のご意向に添ったケアを行えるように力を注いでいます。

今後も、緩和ケア認定看護師として在宅緩和ケアの質の向上に努めたい。利用者さんとそのご家族が、何に価値をおいてどのように生きてこられたのか。その生活が見えるような情報収集と情報共有を行い、多職種と協働し、自己決定を尊重した看護が提供できるようにしていきたいと思っています。

徳山中央病院では、現在12名の認定看護師が活動しています。

今回は、緩和ケアを専門とする認定看護師をご紹介します。

>>>> 認定看護師って？

特定の専門分野における看護のスペシャリストです。看護師として5年以上の実践経験を持ち、日本看護協会が定める615時間以上の認定看護師教育を修め、認定看護師認定審査に合格した者のこと。合格後は、5年ごとに更新審査が行われます。



(左・中)訪問看護のスタッフと毎日いろいろな意見を出し合いながらカンファレンスを行っています(右)患者さんのご自宅に訪問する際は、看護に必要なものを詰め込んだ訪問バッグが相棒です

佐々木看護師“My Favorite”

毎日、朝・夕とエサを求めて実家にやってくるノラネコのクロちゃんと戯れて過ごすのが癒しの時間。時々エサをもったいふと、チヨイチヨイとおねだりするしくさも可愛いです。



地域連携
クリニックの
ご紹介

徳山中央病院と連携されている
地域の「かかりつけ医」をご紹介します！

REPORT

今回ご紹介するのは…

ゆん脳神経外科クリニック

院長 尹英植 先生



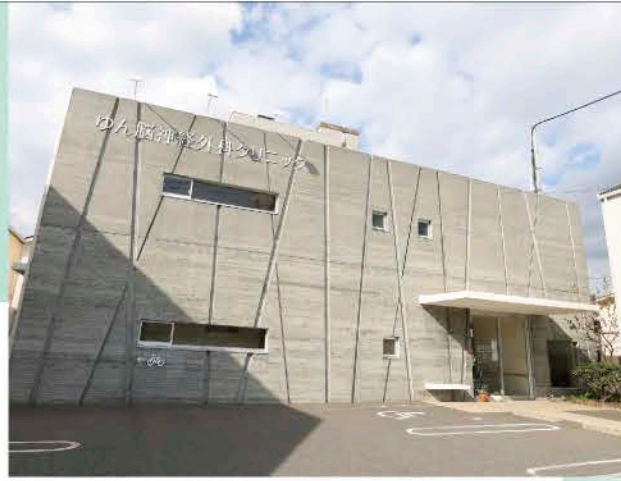
頭痛、めまい、しびれなどの専門治療を行っている「ゆん脳神経外科クリニック」。「待ち時間が気になる」「総合病院を受診するのは気後れする」といった方も気軽に受診できるように、地域に開かれたクリニックを目指されています。「常に患者さんの視点に立った医療を提供したい」と語るのは院長の尹先生。根底に流れるのは「医師と患者は対等な関係である」という真摯な思いです。「患者さんとの良好な信頼関係づくりこそが、治療の第一歩だと考えています。どちらが上でどちらが下ということはありません。ですから、敢えて〇〇様ではなく、〇〇さんとお呼びすることで、何でも気軽に相談していただける和やかな雰囲気になりたいと思っています」

一言に頭痛といっても、人によって痛みの強さや症状、頻度はさまざま。頭痛を感じても、これくらいの頭痛では受診できないと、市販薬でしのいでいる方も少なくないのではないのでしょうか。「自己判断のまま市販薬を飲み続けていると、逆効果になる恐れもあります。日常生活に支障をきたすものや、命にかかわ

る病気が隠れている場合もあるため、まずは専門医を受診し、正しい診断に基づく適切な治療を受けることが大切です」
自覚症状のない隠れ脳梗塞、くも膜下出血の原因となる未破裂脳動脈瘤、脳腫瘍などを早期発見するために脳ドックも実施。50歳以下の方は通常の半額と、働き盛りの方も受けやすい料金設定となっています。また、加齢による物忘れか認知症かを見分けるテスト、脳の萎縮度を判定する認知症検査なども行っています。「診断が早ければ早いほど治療の選択肢は広がります。お一人だけ、ご家族だけで悩まねば、どんな些細なことでもお気軽にご相談ください」

院長 PROFILE

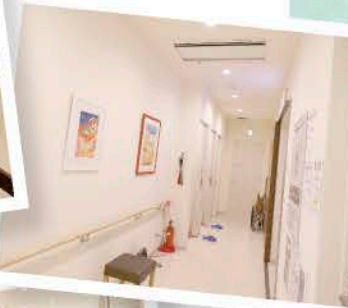
山口大学医学部卒業。徳山中央病院脳神経外科勤務を経て、平成25年4月、ゆん脳神経外科クリニックを開院。趣味は小学生から続けているバスケットボール。所属チームが2018年全国大会にて全国3位の快挙を達成！



一見クリニックとは思えない洗練された外観



患者さんやご家族との対話を何よりも大切にされているスタッフのみなさん



居心地のいいソファが設置された待合室。リラックスした雰囲気でお診察に臨めます



ゆん脳神経外科クリニック

診療科目/脳神経外科・神経内科
周南市二番町1-4-3 tel.0834-33-8009
休日/木曜午後、土曜午後、日曜、祝日
主な診療内容/頭痛、めまい、しびれ、認知症検査、脳ドック 等

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	-	○	-



ギモンにお答え！

よろず相談室

問. 自宅でリハビリを受ける方法があるの？

答. 訪問看護師でもリハビリテーションを行うことはできますが、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士といった専門職がご自宅を訪問してリハビリテーションを提供することもできます。普段生活されている環境の中で行うことで、より実践的なリハビリテーションが期待できます。ご利用には主治医の指示が必要になります。まずはかかりつけ医などにご相談ください。

地域連携・相談室は、
地域みなさまと当院をつなぐ地域医療の窓口です。

退院・転院支援や、活用できる社会制度の情報提供、患者さんやご家族のご心配事など、誰に相談していいかわからなくて困っていませんか？
どんなことでもかまいません。まずはお気軽にご相談ください。



地域連携・相談室は、西館1階にあります。

Column

心臓リハビリテーション

～社会復帰・再発予防・快適な生活のために～



心臓リハビリテーションとは、心臓病の患者さんが体力を回復し、自信を取り戻して快適な家庭生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を防止することを目指して行う総合的活動プログラムのことです。内容としては、運動療法と学習活動・生活指導・相談(カウンセリング)などを含みます。

心不全、心筋梗塞、狭心症、心臓手術後などの患者さんは、心臓の働きが低下し、また安静生活を続けたことによって体力が低下しています。そのため、退院してからすぐには強い運動はできません。また、どの程度運動して

も大丈夫なのかが分からないために不安もあります。これらに対して、心臓リハビリテーションで適切な運動療法を行うことで、適切な運動方法の習得ができます。さらに、心臓病の原因となる動脈硬化の進行を防止することを目指して食事指導や禁煙指導も行います。心臓リハビリテーションでは、専門知識を持った医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士など多くの専門医療職が関わって、患者さん一人ひとりの状態に応じた効果的なリハビリプログラムを提案し、実施します。



多職種による指導で、包括的な治療を目指します

Topics

防火訓練が行われました

11月15日(金)、院内にて防火訓練が行われました。実際の火災を想定し、周南消防署のはしご車による救助活動等の訓練を行いました。

