

経理課
事務職 (入職1年目)
なかむら ゆうご
中村 優悟



私はこの病院で生まれました。また、この病院に何度となく救われてきました。今まで支えられてきたように、今度は自分が誰かを支えたい。そう思い、この仕事を志望しました。まだまだ支えてもらうことばかりですが、病院運営に少しでも貢献できるように、毎日全力を尽くして頑張ります。

趣味はプロレスと読書です。プロレスは何でも好きです。漫画は『デビルマン』、音楽は尾崎豊が一番好きです。

地域連携・相談室
社会福祉士 (入職1年目)
うどう
有働 ゆい



親戚に医療従事者がいたことから病院で働くことに興味を持ちました。医療や福祉の知識を身につけて、患者さんやご家族に身近に感じていただける医療ソーシャルワーカーになることが目標です。そのために経験を積んでいきたいと思っています。

趣味は、最近はじめた御朱印集めです。現地に行き、御朱印を書いてもらう瞬間がとてもワクワクします。コロナが落ち着いたら、県外のお寺や神社もたくさん巡ってみたいです。

旬々キキで 栄養管理室が発信!

健康レシピ

管理栄養士
ふじい まみ
藤井 麻未



レンコンのビタミンCは根菜類の中ではトップクラス! ビタミンCは、ストレスや風邪など病気に対する抵抗力を強める働きがありますが、水に溶けやすく、熱に弱い性質を持ちます。レンコンのビタミンCはデンプンで守られているため、加熱しても壊れにくいのが特徴。効率的に摂取できます。

no.18 レンコンとじゃこのペペロンチーノ

- 材料 (2人分)
- ・レンコン……………100g
 - ・ちりめんじゃこ……………15g
 - ・ニンニク……………1片
 - ・赤唐辛子(輪切り)……………適量
 - ・オリーブオイル……………大さじ1
 - ・塩、コショウ……………少々
 - ・ネギ(小口切り)……………適量



作り方

- ①レンコンの皮をむき、5mm幅のいちよう切りにして酢水に5分さらし、水気をきる。ニンニクはみじん切りにする。
- ②フライパンにオリーブオイルを引き、弱火でニンニクを炒める。
- ③ニンニクの香りが立ったら、レンコン、ちりめんじゃこ、赤唐辛子を加え、中火で炒める。
- ④レンコンが透き通ったら塩・コショウで味を調える。
- ⑤お好みでネギをかけて完成。

ご感想・ご意見を募集しています

誌面に対するご感想やご意見、とりあげて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ご感想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。

QRコード



メールご利用の方は、コチラから→

〒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

今年の花量は昨年より多く感じて辛かった、という花粉症の方の声をたくさん聞きました。今号の診療情報で特集した「花粉症」。今やさまざまな治療法が確立する時代になっています。毎年重い症状に悩まれている花粉症の方やアレルギー性鼻炎をお持ちの方は、思いきって手術を検討してみるのもひとつの方法かもしれませんね。(H)



JCHO徳山中央病院広報誌「Smile」 春号 vol.018 2022年4月22日発行 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
発行/JCHO徳山中央病院 direction & design/しろくまグラフィックス writing/小野理枝 photo/Photo Office MOTHER LEAF

Tokuyama Central Hospital

Smile

 [スマイル]

地域のみなさまと『JCHO徳山中央病院』をつなぐ
コミュニケーションマガジン

ご自由にお持ち帰りください

vol.018
Spring.2022

診療科情報 / 耳鼻咽喉科 P1-2

花粉症治療最前線

耳鼻咽喉科 主任部長
遠藤 史郎

Hello! 部署訪問 P3

西館4階病棟

認定・専門看護師 P4

救急看護認定看護師
守田 以津美

P5-6

より便利に分かりやすく生まれ変わります!

新棟建設工事が 始まりました!!

よろず相談室 P6

表紙のはなし: フレッシュスマイル! P7

事務職 中村 優悟 社会福祉士 有働 ゆい

旬食材で健康レシピ P7

レンコンとじゃこのペペロンチーノ

管理栄養士 藤井 麻未

花粉症治療 最前線

耳鼻咽喉科 主任部長
えん どう し ろ う
遠藤 史郎



アレルギー性鼻炎とは

私たちに、細菌やウイルスなどの体に害を与える異物を「敵」と認識し、体内に「抗体」という物質をつくって攻撃し、体から排除する仕組みがあります。これを「免疫」といいます。免疫は、本来外敵から体を守るためのものですが、免疫が過剰に働いて、体を守る反応を起こすことがあります。これを「アレルギー」といいます。

「アレルギー性鼻炎」とは、本来ならさほど体に害を及ぼさないダニや花粉、カビやペットのフケなどを体が敵だと認識し、それらが鼻に入ってきたときに鼻の中で過剰な免疫反応を起こし、くしゃみ、鼻水、鼻づまりを起こす病気です。



アレルギー性鼻炎

1 薬による治療

薬による治療は、内服薬、点鼻薬が主になります。内服薬は抗ヒスタミン剤が基本の薬となります。以前は、副作用として眠気や口の渇きが生じることが問題でしたが、これらの副作用の少ない薬や、1日1回で効果が持続する薬、鼻づまりにより高い効果を発揮する薬を配合したものと、いろいろなタイプの薬が開発されています。また、症状によっては抗ヒスタミン剤以外の抗アレルギー剤を組み合わせることもあります。

ステロイド(副腎皮質ホルモン)はアレルギー反応を抑える強い効果があります。ステロイドと聞くと、副作用を心配される方も多いと思いますが、ステロイドが含まれた液状、もしくはパウダー状の薬剤を鼻内に噴霧するステロイド点鼻薬は、全身への副作用を避けながら鼻の粘膜に効率的にステロイドを届けることができるため、効果が高いといわれています。

もはや国民病のひとつ

2019年に行われた全国約2万人を対象とした調査では、アレルギー性鼻炎の有病率は49.2%。日本人の2人に1人はアレルギー性鼻炎を発症していると報告されています。2008年の調査では39.4%、1998年の調査では29.8%であり、近年急速に有病率が増加しています。なかでも、スギ花粉を原因とするアレルギー性鼻炎(スギ花粉症)の増加が顕著で、低年齢化も進んでいます。

自然治癒は起きにくい

体の免疫機能は、一度ある物質を敵だと認識するとそれを忘れません。よって免疫反応によって生じるアレルギー性鼻炎は、残念ながら自然に治ることは少なく、完治が難しい病気です。しかし、ダニや花粉などの原因物質を回避することや治療を受けることで、症状を軽くしたり、出にくくしたりすることはできます。

の治療法

2 減感作療法



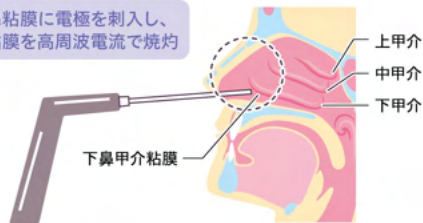
アレルギー性鼻炎を起こしにくい体質に変える治療法としては減感作療法が唯一の治療法です。原因となっているアレルギー物質(ダニ、スギ花粉などの抗原)を少しずつ徐々に量を増やしながら体内に入れることで体質を変え、その抗原に対するアレルギーを生じにくくする治療です。ただし、即効性はなく、少なくとも3年は続けなくてはなりません。また、ダニやスギで少なくとも20%程度は効果が現れない人がいるなど、すべての患者さんに必ず効果があるとは限りません。以前は、皮下注射により抗原を体内に入れる皮下減感作療法が主流でした。初めの3カ月は1

3 手術治療

鼻粘膜変性手術

鼻粘膜を焼灼することによってアレルギーを起こす場を少なくし、同時に腫れた粘膜を縮小し、空気の通りをよくする手術です。この手術は、レーザーを用いて行われることが多いのですが、当院ではより効果期間が長く続く高周波凝固治療器を用いています。外来で治療が可能で、処置に協力できる小学生高学年になると治療ができます。

鼻粘膜に電極を刺入し、粘膜を高周波電流で焼灼



鼻腔形態改善手術

鼻づまりの原因となる鼻中隔彎曲症や粘膜・骨の肥厚に対して、粘膜や骨を切除することで、鼻内の形態を改善し、鼻づまりになりにくくする手術です。



鼻腔内の粘膜を切開し、湾曲している骨・軟骨を抜き取ります。

鼻漏改善手術

鼻水やくしゃみを促進する神経を切断して、それらの症状を出にくくする手術などがあります。鼻腔形態改善手術や鼻漏改善手術は成人が対象で、入院での治療となります。

近年は、アレルギー性鼻炎の増加や重症化が問題となっており、手術治療の必要性も増しており、当院でも多くの手術を行っています。また、最重症の方に限られますが、異物(抗原)と戦う抗体の働きを阻害し、アレルギー反応を起こしにくくする薬など、新たな治療が開発されてきています。

アレルギー性鼻炎は長く付き合っていく必要のある病気です。近くにかかりつけ耳鼻咽喉科を持ち、症状やライフスタイルにあった治療法を相談されることをおすすめします。

○2つの減感作療法…抗原を少しずつ体内に入れ、アレルギーを出にくくする



皮下免疫療法
(医師のもとで治療)



舌下免疫療法
(自宅で服用)

週間に1回、次の2カ月は2週間に1回、その後はひと月に1回の注射となり、頻回な受診が必要なことや、時に強いアレルギーが生じることが治療のネックとなり、現在当院で行っている患者さんは少ないです。

これに対して2014年より減感作療法の新しい方法として、舌下免疫療法が行われるようになりました。抗原のエキスを舌の下に含んだ後、飲み込むことにより体に入れる治療法です。最初の2週間は1週間に1回の受診ですが、それ以降はひと月に1度の受診となり、自宅で毎日治療を行うこととなります。この治療は小児でも可能です。



西館4階 病棟

部署データ>>

- ✓ 整形外科医師……………8名
- ✓ 看護師……………29名
- ✓ 看護助手者……………5名



患者さんにとっての最善を

日々追求しています

西館4階病棟は整形外科病棟です。年間約1,100人の入院を受け入れ、約910人の手術を行っています。その多くは大腿骨や背骨(脊椎)などの骨折です。整形外科は老年看護領域にあり、2020年の入院患者の68.7%が65歳以上の高齢者でした。骨折は、運動機能の低下と痛みを伴い、日常生活が困難になります。私たち看護職員は、食事や排泄、清潔などの援助を、心を込めて行っています。急な入院で環境が変わり、現状が把握しきれない高齢の患者さんもあるため、季節感のあるカレンダーを貼り、言葉や文字でコミュニケーションをとるように心がけています。

骨折すると動けなくなり、50歳で何もせず1週間休むと元の筋肉量に戻るのに3週間程度の時間と運動が必要となり、70歳ではたった1日休んだだけで、回復するのに1週間必要といわれています。整形外科部長が常々、加齢により衰えていく筋肉を蓄える「筋筋(ちよきん)」の大切さを話されます。筋肉量を保ち増やせるように、日頃から片脚立ちやスクワットなどの運動、栄養の管理をすることが大切です。

整形外科病棟はリハビリとの連携が欠かせません。日々情報を交換し、患者さんの運動機能状態を確認しています。また、週に1回、医師と看護師、リハビリ、MSW(医療ソーシャル



看護師
村田 桂彦

常に明るく!!
笑顔が
溢れています!!



看護師
伊藤 綾音

バタバタしているとき
ほど平常心で、落ち
着いて行動できるよ
うにしています。

忙しい勤務の中
でも、患者さんの思
いをしっかりと傾聴し
て、優しい声かけを
することを心がけて
います。

看護師
横原 優花



看護師
万徳 大空

聞きやすい声で、コミュ
ニケーションをとって患者
さんの不安を軽くでき
るようにしています。

ルワーカー)、薬剤師、管理栄養士と共同カンファレンスを行っています。患者さんの運動機能、患者さんやご家族の要望、ご自宅の整備状況などを評価しながら、リハビリ転院が必要なのか、自宅退院が可能なのかを検討しています。高齢化が進み、独居や老老介護も多く、サポート力がない状況の患者さんにとっての最善な方法は何か、チームで一丸となって検討しています。

チーム力で忘れてならないのが看護補助者の存在です。手術や検査が重なる、1日に10人以上の入院、8人程度の全身麻酔の手術があります。入院や手術患者さんを受け入れるために耐圧分散マットやエアマットを備え、キャスターの動きが良いベッドを選択しています。手術後の安全を考え、部屋替えも必要となります。そんなとき、看護補助者の迅速で丁寧な対応で、患者さんの受け入れや業務をスムーズに行うことができています。

現在コロナ禍で、面会が制限されている状況です。ご家族の面会があるか否かで、患者さんの精神的安寧と意欲の変化に影響があると思います。面会できない患者さんご家族との架け橋となり、双方が少しでも安心できるような環境にしていけることを目指し、早く以前のような日常を取り戻せる日を願っています。

認定看護師

Certified Nurse

徳山中央病院では、現在14名の認定看護師が活動しています。今回は、救急看護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。

救急看護認定看護師

もりた いづみ
守田 以津美



Q 救急看護認定看護師の役割は何ですか?

A 救命救急センターは、HCU(高度治療室)14床、SCU(集中治療室)11床、救急外来の3部署で構成されています。HCUは、全ての診療科を対象としており、心肺停止後の脳症・重症肺炎・多発外傷・心筋梗塞など、多くの重症患者さんを受け入れています。SCUは、くも膜下出血・脳出血などの患者さんの受け入れ、脳梗塞に対する血栓溶解療法などを行っています。救急外来では、救急搬送の患者さん以外にも、電話で相談や受診希望をされた患者さんの診察も行っています。平日昼間の各診療科の外来とは違って、診察前には看護師が「トリアージ」を行います。トリアージとは、問診をしながら血圧や体温などを測り、重症度や緊急度を見極めること。そのシステムを導入することで、緊急度・重症度がより高い患者さんから診察をすることができます。

私は、救命救急センターの3部署全てで勤務した経験を踏まえて、部署間の連携がスムーズにいくように働きかけ、スタッフの技術指導などを行っています。また、当院は災害拠点病院、DMAT指定病院としての役割も担っており、災害時にはDMAT隊員として被災地での活動も行っています。その他にも、看護学校での救急看護や災害看護の講義、近隣の小学校での心肺蘇生講習などの院外活動も行っています。

Q やりがいを感じる時は?

A 救急患者さんは、患者さん本人もご家族も「命を失うかもしれない」という大きな不安や痛みを抱えておられます。疾患によっては「ゴールデンタイム」と呼ばれる

時間があり、その時間内に治療を開始することが、患者さんのその後の経過に大きな影響を与える場合があります。私が大きなやりがいを感じる時は、そのゴールデンタイムに間に合ったとき、重症患者さんが元気に退院されて社会復帰できたとき、私のいないときでも指導したスタッフが協力して患者さんに最高の看護を提供できたときです。入室中の患者さんは意識がない場合が多く、救命救急センターでの記憶が曖昧なことも多いです。それでも、退院時に「明日、帰ります!!」と挨拶に来てくださる患者さんの笑顔を見ると、「よかった!! また頑張ろう!!」と思えます。

Q コロナ禍で伝えたいことは?

A COVID-19のパンデミックが起こってから救急分野にもいろいろな影響が出ています。当院の救急外来でも、発熱などの症状や行動歴によって診察エリアを分けたり、スタッフの感染防御策を徹底したりと患者さんが安心して受診できるように配慮しています。「感染が怖いから病院に行きたくない」というのではなく、緊急時には迷うことなく救急外来を受診していただきたいです。適切な感染対策をして患者さんを受け入れたいので、受診の際にはお電話の上、看護師の指示のもと安心してご来院ください。



守田看護師のFavorite!

笠戸島にある実家の畑で家庭菜園を楽しんでいます。好きな野菜を植えて、農場のスタッフにあげることも。4月からは夏野菜の植え付けで大忙しのシーズンです。



JCHO徳山中央病院は、より便利に分かりやすく生まれ変わります！

新棟建設工事が始まりました!!

<工事期間>第1期：令和5年、第2期：令和7年、フルオープン：令和7年10月末予定

<工事概要>新棟建設、西館棟・南館棟の解体、敷地内駐車場の整備を段階的に行います

当院の西館棟(外来・病棟)および南館棟は築45年を経過し、これまで数度の改修を重ねてきましたが、建物や設備の老朽化や狭あい化に加え、快適な療養環境の確保やサービス機能の低下、高度化・多様化する医療ニーズへの対応など、さまざまな課題を抱えていました。そこで、「全ての人にやさしく分かりやすい機能的な病院づくりと、災害拠点病院としての機能の充実」をコンセプトに工事を開始しました。

分かりやすい案内表示や動線、快適な療養環境の提供とともに、災害時にも利用できる広いスペース、かねてからご要望の多かったバスの乗り入れもできるように計画しており、外来の利便性もさらに高まることが期待されます。

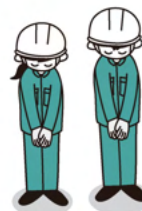


イメージベース図



イメージベース図

ご来院の皆様・地域の皆様には多大なるご迷惑をおかけします



新棟建設工事にあたっては工期を2期に分けて行うことになりました。第1期で建物の半分を建設し、外来および病棟の一部を移転します。その後、移転した部分を解体し、そこに残り半分を第2期に建設します。

長期間にわたる工期のため、振動や騒音など、患者さんや地域の方々には大変ご迷惑・ご不便をおかけすることになると思いますが、何卒ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。なお、着工後は、南側駐車場が使用できなくなります。北駐車場(200台収容可能)および立体駐車場

をご利用ください。



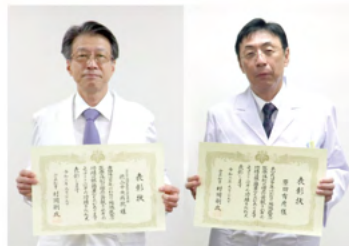
工事のため、南側駐車場は利用できません

topics

山口県病院協会推薦
山口県医師会推薦

山口県救急医療功労者受賞

このたび当院は、山口県病院協会の推薦を受けて、多年にわたり救急医療体制の確立に尽力してきた功績により「山口県救急医療功労者知事表彰」を受賞しました。また、当院の原田有彦医師も、山口県医師会の推薦を受けて、個人として「山口県救急医療功労者知事表彰」を受賞しました。栄誉ある賞をいただき感謝しています。これまで以上に地域救急医療に注力し、地域の皆様のご期待にお応えできるよう、より一層努力していきたいと思っております。



医療のギモンにお答え! / よろず相談室

問、「介護医療院」ってなに??

答、介護医療院とは、医療が必要な要介護者の長期療養・生活の場となる施設です。介護保険制度上の施設で、入所者のプライバシーを尊重し、ご家族や地域住民と交流できる環境が整えられています。その他の介護施設では対応が難しい経管栄養や喀痰吸引等の医療処置、検査や薬の処方も可能です。

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。



西館1階にあります。