

# 架け橋

～広域紋別病院だより～



## 目次

1. 表紙
2. 診療部から（診療看護師）
3. 薬剤部
4. 病院で働く専門職（地域医療連携推進法人）
5. 看護部から（新人看護師）
6. 健康レシピ（リハビリテーション科）
7. クイック健診・肺がんCT検診とお手軽脳ドック
8. 来院前AI問診のお知らせ・職員の募集について編集後記

### 病院理念

みなさんと心をひとつに、互いに尊敬と感謝の気持ちを共有し、笑顔の医療を提供します。

- ・常に、質の高い医療を安全・確実に提供します。
- ・生命、人としての尊厳を敬い、心のかよう医療を提供します。
- ・人材の育成に努め、働く喜びを共有できる環境づくりを進めます。

## 診療部から

### ～ ご挨拶と診療看護師（NP）の しごとについて ～



診療看護師（NP） 中澤 健二

この度ご縁があり、2024年4月から広域紋別病院の診療部で働くことになりました診療看護師（NP）の中澤と申します。生まれは埼玉県で、すぐ隣には「日本で1番暑い街」として知られる熊谷市があります。

そのため、紋別市に来て先ず感じたことは、春なのにとても気温が低く寒いということでした。ただ、真夏の40度の熊谷の暑さを体験しなくてすむのでとてもありがたいと思っています。北海道で生活するのは初めてなので、寒い冬に耐えられるか心配ですが、幼少期から続けているスキーやスノーボードをこの雄大な北海道の地で満喫できることがとても楽しみです。

広域紋別病院で働くにあたり、先ずは診療看護師（NP）というあまり聞きなれない資格について、説明したいと思います。Nurse Practitioner

（ナース・プラクティショナー）とは、約60年前のアメリカで医師不足により十分な医療が行き届かないことに端を発し、優秀な看護師が診療的なことをやりはじめたことから生まれた資格だと言われています。日本においても深刻な医師不足が背景にあり、日本版のナース・プラクティショナーとして、10年ほど前に診療看護師（NP）資格が誕生し、現在、日本看護協会などが国家資格化へ向け国に働き掛けています。

診療看護師（NP）はあらかじめ作成した手順書に沿って、決められた診療行為を行うことができる看護師です。医師の監督下に、患者さんの病状の変化に応じて迅速に一定の検査・処置・病状説明を医師に代わって行うことが可能です。診療看護師（NP）になるためには、豊富な看護経験に加えて、大学院修士課程を修了し、NP資格認定試験に合格しなければなりません。医師が不足する中、特に離島や僻地、医療過疎が深刻となっている地域での医療において、診療看護師（NP）が活躍することで、医師の不在時等においても、迅速かつ安全な医療を提供することが可能となります。

なお、日本では現時点（2024年4月1日）で872人の診療看護師（NP）が誕生しています。当院では、診療看護師（NP）を積極的に採用しており、患者さんの外来での診察や入院中の回診、処置等を代行し、迅速かつ安全により良い医療の提供を目指し尽力しています。



今回は「用法用量」についてのお話です。

CMなどで聞くことも多いと思いますし、病院から発行される処方せんや調剤薬局から受け取るお薬の情報提供書などにも記載されています。また、市販薬の説明書（添付文書）にも先頭の方に記載されています。

薬が持つ効果を安全に・かつ最大限に引き出すためには、用法用量を守る正しい服用が非常に大切になってきます。

## 用法用量とは

添付文書や処方せんに記載されている、医薬品使用時の使用方法や使用量のことを言います。病院でもらう処方箋上の用法用量は、患者さまの年齢・体重・病態・併用薬などを考慮した上で決められています。

## 用法とは

くすりを適切に使用するための注意事項です。主に、これら3項目が記載されます。

服用日数・回数

（●日分・●回分など）

服用時点

（薬剤を使用するタイミング）

投与経路・部位

（内服か外用剤か、等）

## 用量とは

1日分、1回分、もしくは1日分の投与量と、1日の投与回数を示したものです。



## 薬剤を使用するタイミングとは？

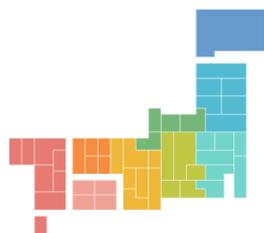
内服薬は胃の内容物によって薬の吸収に差が出ます。また、空腹時に飲むと胃に負担がかかる薬もあります。今回は目にする機会の多い用法である「食前」「食後」「食間」「起床時」「就寝前」「頓服」の、それぞれのタイミングについて紹介します。



- 食直前 食べる直前に飲みます
- 食前 食事をする前の約30分前に飲みます
- 食直後 食事の直後に飲みます
- 食後 食事を食べ終わってから、30分以内に飲みます
- 食間 食事と食事の間に飲みます（前の食事から約2時間程度過ぎてから飲みましょう）
- 起床時 朝起きて直ぐに飲みます
- 就寝前 寝る約30分前に飲みます（睡眠導入剤の中には寝る直前に飲むものもあります）
- 頓服 症状が出た時のみ飲みます（高熱や強い痛み・便秘など）

上記のものは代表的なものであり、中には「〇日おきに内服」など、よりその患者さまの病態に合わせた用法があります。また、外用剤（点眼や湿布剤・吸入薬など）にも沢山の用法があります。

お薬の説明を受けた時、わからない使い方や飲み方があった場合はきちんと医師や薬剤師へ質問や相談を行い、正しく内服しましょう。



地域医療連携推進法人  
オホーツク西紋医療ケアネットワーク  
事務局 平塚 健次

今回は、令和5年10月1日に設立いたしました、地域医療連携推進法人オホーツク西紋医療ケアネットワークについてご紹介いたします。

地域医療連携推進法人とは、「地域において良質かつ適切な医療を効率的に提供するため、病院等に係る業務の連携を推進するための方針（医療連携推進方針）を定め、医療連携推進業務を行う一般社団法人を都道府県知事が認定（医療連携推進認定）する制度です。」と厚生労働省のホームページ内に記載されております。

簡略すると、地域にある医療機関同士で連携をするための一般社団法人となります。

地域医療連携推進法人は、全国で37法人、北海道で3法人となります。

当法人は、全国で36番目、北海道で3番目の設立となります。（令和6年3月31日時点）

いままでも、患者様のご紹介や検査、治療などで病院やクリニックとの連携は、すでに行っておりました。

しかし、今後の人口減少により医療や介護を地域全体で守っていく必要があることから、西紋地域にある医療機関に参加いただき、「地域医療連携推進法人オホーツク西紋医療ケアネットワーク」を設立いたしました。

現在は、同意いただいた患者様の診療情報を、加入いただいている医療機関と情報の共有が出来るシステムの構築を行っております。情報の共有を行うことにより適切な医療を提供できる体制作りをおこなっております。

また、法人に参加いただいた医療機関を中心に、今後の取り組みについての研修会等の開催しております。

今後も、地域の皆様に適切な医療を提供できるよう、広域紋別病院だけでなく地域医療連携推進法人オホーツク西紋医療ケアネットワークも取り組んでまいります。

## 看護部から

### ～ 入職後1年を振り返り ～

3階病棟 高野 凌汰

最初はわからないことしかなく、毎日学習をしたり、先輩方に教わりながらと大変でした。しかし、月日が経つにつれてわからないことがわかるようになり、自身で判断することも増え、やりがいを感じています。今でもわからないことが多く、学習で大変ですが責任感を持って、患者さんと関わっていきたいと思います。

4階病棟 田元 怜

入職して約1年が経ちました。日々看護を行う上で、患者様の笑顔や「ありがとう」という言葉がやりがいとなっています。まだ知識や技術が十分ではありませんが、患者様が安心して療養できるよう、先輩看護師からの指導や自ら学び続ける姿勢を大切に、これからも看護師として成長していきたいです。

5階病棟 高桑 結菜

入職して約1年が経ちました。入職当初は、わからないことだらけで毎日仕事を覚えるのに精一杯でした。先輩看護師に沢山の助言と励ましをもらいなんとか少しずつ仕事にも慣れ、できることも増えてきました。まだまだ知識も技術も未熟なところが多々ありますが、患者様に寄り添い笑顔で頑張っていきたいと思います。



## 「肩のセルフエクササイズ」

～枕やクッションで楽な姿勢を～

肩まわりの痛みが強い時は、楽な姿勢で安静にすることが大事です。環境を整えて楽な姿勢をとりましょう。

☆仰向けで眠る時

- ①肩から腕の下に枕やクッションを入れましょう。
- ②肘を曲げる時は手の位置が高くなるようにタオルなどを入れましょう。

①



②



☆横向きで寝る時

- ①腕と身体の上に枕やクッションを入れましょう。
- ②それでもつらい場合は脇が開くようにタオルなどを追加しましょう。

①



②



# クイック健診のお知らせ

パンフレットは1階ロビーにも  
ございます！ご自由にお取り下  
さい！

検査の種類は8項目あります

- |                        |                                  |
|------------------------|----------------------------------|
| A 貧血（貧血の有無、程度がわかります）   | B 肝機能（肝臓の働きがわかります）               |
| C 腎機能（腎臓の働きがわかります）     | D 脂質（コレステロールのバランスがわかります）         |
| E 血糖（血糖値や血糖状態がわかります）   | F 肺機能（肺年齢がわかります）                 |
| G ピロリ菌（ピロリ菌感染の有無を調べます） | H エヒノコックス抗体検査（エヒノコックス感染の有無を調べます） |

健診の流れ



各検査「500円(ピロリ菌検査1,000円、エヒノコックス抗体検査2,000円)」となっており、最低1種類、最大8種類の検査を受診される方のご希望でお選びすることができます！

- ※ 実施時間 午前9時～午後5時
- ※ 18才以上が対象です



お問合せ先 広域紋別病院 0158-24-3111

## 「肺がんCT検診」と「お手軽脳ドック」

### 1. 肺がん検診（低線量CT検査）

対象：年齢制限なし 料金：6,105円

一般の胸部レントゲン撮影では発見しにくい位置の病変等にも効果的で、通常より低い放射線量に抑えた低被曝のCT撮影なので安心して受けられます。

### 2. お手軽脳ドック（MRI検査+ABI検査）

対象：年齢制限なし 料金：12,210円

脳梗塞や脳出血の原因となる脳血管の状態や、動脈硬化や高血圧などと関係する身体の血管状態を調べることで予防に役立ち、認知症の兆候を知ることもつながります。

画像診断は提携している  
放射線専門医が診断します！！



※提携先医療機関に読影を依頼しているため、診断結果につきましては2週間程度で郵送されます。

◎検診に関するお問い合わせ、予約申込は広域紋別病院まで

予約専用電話 0158-28-6610（受付時間 9:00～17:00）

紋別市民は一部助成が受けられます！

- |        |          |              |
|--------|----------|--------------|
| ①肺がん検診 | 対象：40才以上 | 助成金額：3,000円  |
| ②脳ドック  | 対象：35才以上 | 助成金額：料金の半額助成 |

※脳ドックの一部助成対象は3年に1回となっています。

※助成を希望する場合は事前申込みが必要です。申込み・問い合わせ先：保健センター（TEL24-3355）

## 来院前A | 問診のお知らせ

対象の方は次のとおりとなります

- 発熱や呼吸器症状のため受診する場合
- 当院に初めて受診する場合
- 今までとちがう症状で受診する場合
- かかりつけ医等からの紹介状をお持ちになり受診する場合

詳細はホームページをご確認ください。

(スマートフォン・タブレットの方は右側QRコードからアクセスできます)



## 職員の募集について

広域紋別病院では看護師・助産師・薬剤師・臨床工学技士などの専門職のほか、日勤帯や夜勤帯で看護業務を補助していただくアテンドや介護福祉士等を随時募集しています。

募集要項の詳細は当院ホームページでご覧いただけるほか、紋別ハローワークでも求人票を掲載しています。電話でのお問い合わせは、下記までお願いします。

○お問い合わせ先  
広域紋別病院 事務部 総務課 職員係 Tel:0158-24-3111  
病院ホームページ:QRコード



編集: 広域紋別病院広報委員会  
発行: 広域紋別病院  
〒094-8709  
紋別市落石町1丁目3番37号  
TEL・FAX 0158-24-3111  
病院ホームページ:QRコード



### 編集後記

今号も広報誌「架け橋」をお読みいただきありがとうございます。  
夏至も近づき、日が出ている時間が伸びてきましたね。これから本格的な夏が始まることでしょう。まだまだ気温の変化が著しいので、体調管理に気をつけてお過ごしください。