

架け橋

～広域紋別病院だより～



紋別地域を含むエリアを担当する
道北Dr. ヘリ

目次

1. 表紙
2. 新病院に向けて
3. 診療部から(ピロリ菌のおはなし)
4. 医療技術部から(放射線係)
5. 看護部から(第2病棟)
6. 健康レシピ(リハビリテーション係)
7. 4月から着任した医師の紹介
新病院の建設工事の今(建設準備室)
8. 病院行事報告・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。

新病院に向けて



事務局長 久保田 政弘

平成23年4月に北海道から移管した広域紋別病院は、早いもので3年の月日が経ちました。

私は移管のため市の開設準備室で2年間勤務した後、引き続き広域紋別病院勤務を命ぜられ、病院の年齢と同様3年が過ぎました。

今では、本籍も現住所も広域紋別病院となり、市役所には議会開催時や定例庁議等で時々行きますが、近くて遠いところとなりました。実質的に5年間も、病院の関係の仕事に携わっていると、病院の職員の顔は覚える一方、市職員の顔、特にここ何年かで入庁した若手職員はほとんど分からなくなっており、最近では私の事を一般市民と思っている市職員が心なしか増えているような気がします。

さて、広域紋別病院誕生の背景には、北海道と地域との熱い議論があったものの、「地域の命は地域で守らなければならない」という地域総意の下、西紋5市町村が一致団結し取り組んできたことにより今日の病院があります。

全ての医療を地方の一都市が担うことは、今日の医療事情からすると不可能です。

医療は一次、二次、三次医療と役割機能を分担し、この地域においては、脳疾患や心疾患など高度な専門的な医療が求められる分野は三次医療機関に委ね、それ以外の医療は、ほぼ地域で完結できる医療体制が求められています。

まだまだ、地域の医療ニーズに答えきれていませんが、新しい病院のオープンに合わせて、大型医療機器等も一新すると同時に、電子カルテ等医療情報システムも整備されるなど、新病院は建物だけでなく、診療に係わるソフト・ハード面においても医療環境は大幅にアップします。

このことにより病院で働く医療スタッフの意識も高まるとともに、患者さんの療養環境も向上し、住民の皆様がかりやすい病院に生まれ変わります。

この一年は、現病院を運営しながら、併行して新病院の移転準備を進めなければならない、医師はもとより病院スタッフにとって、大変な一年になるものと思っております。

この大きな変革期を病院スタッフ一同が、心をひとつにし、乗り切っていくことがきっと広域紋別病院の再生に繋がっていくものと確信しております。

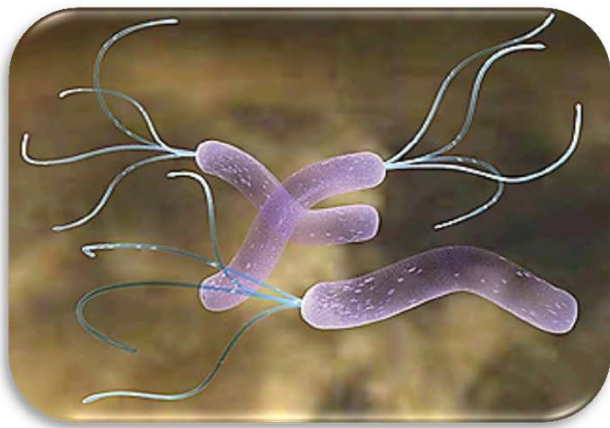


～ピロリ菌のお話～

副院長・消化器内科 畠山 巧 生

強い酸性の胃酸から身を守り、胃のなかに住み着くことができる、皆さん御存じのピロリ菌。主な感染経路は乳幼児期に母親からの口-口感染といわれていますが、衛生環境が良くなったため、10代～20代の感染割合は10%前後と少なくなっています。

ただし全人口ではまだ1/3の方が感染しています。



ピロリ菌に感染すると胃炎が引き起こされます。この胃炎が持続（慢性化）し、萎縮性胃炎、胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃癌、他にもさまざまな病気と関連することがわかっています。

そういった背景から2013年2月それまで胃潰瘍や十二指腸潰瘍、早期胃癌の治療後などにしか認められていなかったピロリ菌の除菌治療が、ピロリ菌感染による胃炎と診断を受ければ保険診療にて除菌治療が受けられるようになりました。

ちょっと難点は胃癌がないことを確認するために必ず内視鏡検査を受けなければいけないことですね。何も自覚症状がないときに内視鏡検査を受けるのはためらわれますが、胃潰瘍、十二指腸潰瘍そして胃癌の予防の観点からは一度検査されることをお勧めします。

当院にも胃潰瘍や十二指腸潰瘍のため強い腹痛を自覚したり、重症の貧血になられたりの方が割と多く来院されます。それらは鎮痛薬が原因の潰瘍のときもありますが、多くはピロリ菌に関連したものです。



当院では検査の不安を少しでも和らげ、より楽に内視鏡検査を受けて頂けるようスタッフ同心がけております。昨年からは最新の内視鏡機器も購入し質の高い医療もご提供できると考えております。気になられた方は当院消化器内科に相談に来てください。



医療技術部から

《放射線係について》

放射線係は診療放射線技師5名、助手1名で構成されています。

放射線（X線）を利用した一般撮影（レントゲン）やCT検査、透視検査、血管造影、マンモグラフィ、骨塩定量検査、手術室で使用する外科用イメージ、病棟で寝たまま撮影できるポータブル撮影、磁石の力を利用した被ばくの全くないMRI検査などを行っております。



《被ばくについて》

一般撮影やCTなどの検査では、人体に影響があると言われている放射線（X線）を利用しています。

患者さんが病気やけがの正しい診断を受け、治療に役立てていただくために行うものです。

私たちが使用する放射線の量は、身体に影響が出ると言われている量よりもはるかに少ない量を使用しています。

そして、必要な場所のみに必要最小限のX線量で検査を行うように努めていますので、放射線による影響は心配ありません。

安心して検査をお受け下さい。

《マンモグラフィについて》

マンモグラフィとは乳房のX線撮影のことです。

乳房は柔らかい組織でできているので、専用のX線装置を使って撮影します。

撮影の仕方は上半身の衣服を脱ぎ、写真のように乳房を片方ずつ台に載せ、基本的に2方向撮影するので計4回撮影することになります。

撮影の際に乳房全体を撮影するため、乳房を広げて圧迫した状態で撮影します。なぜ圧迫するのは、圧迫により乳房を固定するため、乳房を薄く伸ばすことで乳房の中が良く見えるようにするため、また被ばくを軽減させるためです。

圧迫の痛みは個人によって差が出ますが、乳房が張っている生理直前は痛みを感じやすくなります。月経開始1週間後くらいの撮影をお勧めします。当院では、現在マンモグラフィ認定技師二名在籍していますので安心して受診してください。



看護部から

【2病棟について】

昨年の春に働き始めもうすぐ1年が経過しようとしている新人看護師のSとMです。今回私たちが勤務している2病棟について紹介させていただきます。

2病棟は総合診療内科・消化器内科・循環器内科・産婦人科といった複数の科で成り立っており、広域紋別病院で唯一「生と死」が隣り合っている病棟です。



総合診療科・消化器内科・循環器内科の患者様は、当圏域の高齢化の進行に伴い、一人暮らしの高齢者の方が多く入院されます。

入院する患者様は、症状が改善し自宅や入所している施設に戻られる患者様もいれば、長期療養が必要なため他病院に転院される患者様もいます。

しかし中には、自宅に戻られず最期の時を病院で迎える患者様もいます。

働き始めて何度か最期の時を迎える場面に立ち合わせて頂く機会がありましたが、患者様の最期を看取る時には毎度涙が浮かびます。退院していく患者様はもちろん、最期の時を迎える患者様またその御家族が、入院生活の中でよりよい時間を過ごすことが出来るよう、スタッフ一同関わらせて頂いています。

産婦人科では経産婦(出産経験のある妊婦)の出産を受け入れています。

2病棟のスタッフの中には助産師も含まれており、分娩時から看護師も介助に携わっています。

先ほど病院で最期の時を迎える患者様もいるということをお述べてきましたが、それと同時に生命の誕生を迎える場でもあり、まさに生と死が隣り合わせになっている病棟です。

新たな生命が誕生する瞬間は、生の力強さや母と子の絆を感じる瞬間でもあり、その場に立ち会う度に感動と命の尊さを感じます。



この1年、嬉しくもあり辛くもあり、自分は看護師に向いていないのではないかと悩み挫折そうになることもありました。

しかし、患者様の笑顔や感謝の言葉を聞いた時『看護師になってよかった』と心から思います。この気持ちを忘れず、これからも患者様が安心して安楽に過ごすことが出来るようこの2病棟で頑張っていきたいと思います。

『ナースこぼれ』 その3

先日、何気ない会話の中で話題は、なぜ看護師になったのか？

新人看護師が「おじいちゃんが病院で看護師さんたちとにっこりと笑っている写真を見て」と、即答で教えてくれました。

看護の初心をハッと思い出させてくれたと同時に、ホロッと感動させられました。

こんな純粋な気持ちで日々頑張っているこのナースを見て、思わず微笑んでしまう今日この頃です。

(おじいちゃんは、かなりつらい状態で入院していたそうです)

by 23年目ナース

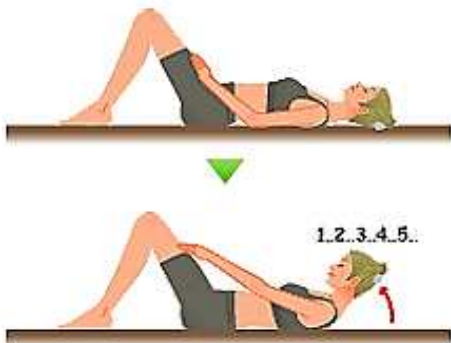
健康レシピ

腰痛体操・ストレッチング

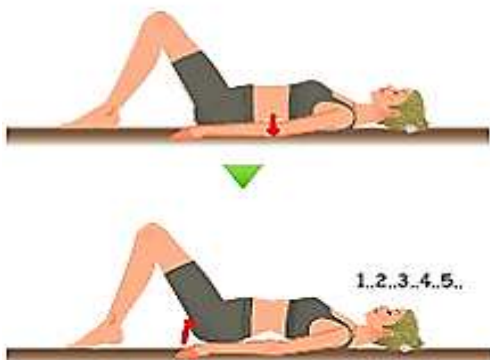
《リハビリテーション係》

毎日の腰痛体操で腰をケアすれば、腰痛の軽減にも予防にもとても効果的です。

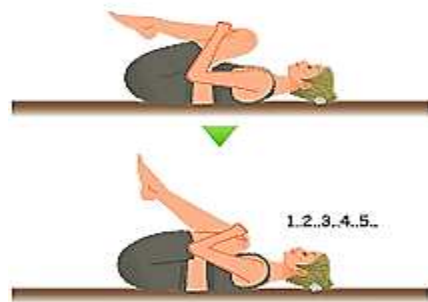
- 腹筋を強くする運動(10回ずつ) ●
仰向けになって軽く膝を曲げ、手を太ももの上に置きます。
肩が床から10cm位離れるところまでゆっくり上体を起こし5秒間止めます。5秒間たったらはじめの姿勢に戻ります。



- 腰の反りを減らす運動(10回ずつ) ●
仰向けになって軽く膝を曲げ、腕を体の横に置きます。
次に背中と床の間隙を埋めるイメージで背中を床に押し付けてください。
おしりをギュッとつぼめながら浮かせて5秒間止めます。
5秒間たったらはじめの姿勢に戻ります。



- 腰の筋肉を伸ばす運動(10回ずつ) ●
仰向けになって両手で膝を抱える姿勢をとります。
次に膝を胸につけ5秒間止めます。
5秒間たったらはじめの姿勢に戻ります。



- 腰のストレッチング ●
仰向けになり、上体の向きを変えずに、腰から下だけをひねります。
左右交互に行います。



- 背中ストレッチング ●
仰向けになり膝を抱え、おへそをのぞきこむようにして、ゆっくり背中中の筋肉を伸ばします。



- おなかを伸ばすストレッチング ●
仰向けになり、腰の下に巻いたタオルなどを入れて、腰を反らせます。
息を止めずに、ゆっくり時間をかけておなかを伸ばしましょう。



ストレッチングをする際は、息を止めずにゆっくり動かすようにします。勢いや反動をつけないように注意しましょう。

4月から着任した医師の紹介

担当科	氏名	役職	出身大学	赴任に当たり一言／趣味
整形外科	いわせ たけひと 岩瀬 岳人	医長	札幌医科大学	紋別地域の医療に少しでも貢献できるよう頑張ります。整形外科全般の診療を担当しますが、特に脊椎疾患でお困りの場合はご相談ください。よろしくお願ひ致します。 趣味等
外科	しばた としひと 柴田 稔人	医長	札幌医科大学 平成15年卒業	4月から外科に赴任した柴田と申します。これまでの経験を活かしつつ、腹腔鏡手術などで地域の皆様に貢献していきたいと思ひます。どうぞよろしくお願ひ致します。 趣味等 旅行
消化器内科	や つかみ 谷津 高文	医長	東京慈恵会医科大学 平成8年卒業	函館市から紋別市に赴任となりました。地域の皆様のお役に立てる様、頑張つてまいります。どうぞ宜しく御願ひ致します。 趣味等 つり
小児科	きたむら ひろゆき 北村 宏之	医長	旭川医科大学 平成19年卒業	同じオホーツク圏である網走市より赴任しました。仕事と趣味と積極的にいこうと思ひますので、宜しく御願ひします。 趣味等 釣り、テニス、登山など
小児科	きくらい ゆかり 櫻井由香里	医師	旭川医科大学 平成24年卒業	紋別市は、街の方も病院のスタッフの皆さまもあたたかい方ばかりで、安心しています。未熟者ですが、よろしくお願ひします。 趣味等 読書、音楽

新病院の建設工事の今

○現在の新病院建設工事の様子

4月現在、1階躯体の工事が行われており、その後、2階躯体の工事に取りかかります。夏頃には、4階以上の躯体工事と外装・内装工事が進められ、秋頃には外観が完成する見込みです。



現在の外観



1階躯体の作業の様子。

病院行事報告

1) 「ふれあい看護体験のおしらせ」

管内の高校生を対象に、毎年行っている「ふれあい看護体験」を5月30日(金)12時50分から15時00分に行います。

病院での看護師の仕事とはどのようなことをしているのか？実際に病棟で看護体験をしていただきます。

将来医療現場で働くことを目指している方は是非参加してみたいかがでしょうか？

申込は各高校単位でお願いします。



2) 「第42回メディカルミュージアム」を開催いたします。

講師： 旭川医科大学 保健管理センター 川村 祐一郎 教授

テーマ： 「最近増えてきている心臓の病気」

日時： 5月29日(木) 14:00 ~ 15:00

場所： 広域紋別病院 1階 薬局側 ロビー

※「第43回メディカルミュージアム」は7月17日《木》14時から開催予定となっています。

講師は旭川医科大学 救急医学講座 助教 柏木 友太 先生による「熱中症」をテーマとしたものになります。

そのあとの日程については、9月、11月、1月、3月に開催予定です。

※また、今年度の市民公開講座（札幌医科大学道民医療推進学講座との共催）につきましては、6月と10月に開催する予定です。実施日や演題・講師等の詳細は、決定次第市町村広報誌等を通じお知らせしますので、是非参加してください。

編集後記

紋別地方も雪解けが進み、春を感じられる日々が増えてきました。

お陰様で広域紋別病院広報誌も第3号2014年春号を発行することが出来ました。

毎号皆様の為になる記事等を掲載できる様に心がけていますが、ご期待に添える記事になっているのが少々不安な面もあります。

さらに良い広報誌を提供できる様職員一同努力してまいります。

編集： 広域紋別病院広報委員会

発行： 広域紋別病院

〒094-8709

紋別市緑町5丁目6番8号

TEL・FAX 0158-24-3111

URL：<http://www.mombetsu->

[hospital.jp/](http://www.mombetsu-hospital.jp/)