

# 架け橋

～広域紋別病院だより～



## 目次

1. 表紙
2. 診療部から（眼科）
3. 医療技術職（薬剤部）
4. 病院で働く専門職（保健医療連携室）
5. 看護部から（3階病棟）
6. 健康レシピ（栄養科）
7. クイック健診・肺がんCT検診とお手軽脳ドック
8. 病院事業報告・来院前A | 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

### ～ 眼 科 ～



診療部長 宮浦 卓

令和3年4月より広域紋別病院眼科に入職しました宮浦 卓と申します。

出身地は大阪で、平成6年に兵庫医科大学を卒業し同大学の眼科学教室に入局しました。その後、宝塚市立病院、大阪市立総合医療センター、兵庫医科大学病院に戻ってからは網膜硝子体グループに属し、大学関連病院に勤務後、今回、縁があって紋別に赴任しました。

今まで経験したなかでは、ネパールでのアイキャンプに参加させていただいたことが思い出されます。眼科でも何か国際貢献できることがないかと思っていた若かりし頃、発展途上で白内障を無償で実施しているNPOの事を知り、参加させていただきました。今のように医学が進んだ世の中でも失明原因の一位は白内障で、田舎や貧しい地域では手術を受けられない人たちがおり、それらの地域で無償で手術をしてあげるのがアイキャンプです。参加したアイキャンプではネパールの僻地で行われるものでした。ワンボックスカーに手術器機、薬品等を満載し、首都パカラから8時間以上車に揺られてキャンプ地に赴き現地の学校校舎や体育館を仮の手術室、病棟にし、遠方から集まる人に白内障を中心に手術をするというものでした。

そこでは手術場の設営、医療機器の消毒、キャンプ地の運営などを現地スタッフと一緒にあらゆる事をしなければならない状態でした。手術と運営の手伝いと忙しいなか、術後の患者さんが見えるという手をにぎってもらったこと、仕事が終わってエベレストの山々の夕焼けがとてもきれいだった事が印象に残っています。

眼科ではまず、白内障手術をできる体制を整え、他の手術にも拡充していく予定です。

わからない事があれば気軽にきいてください。微力ではありますが、皆様のお役に立てるよう、精進してまいりますので、よろしくお願いいたします。



## ★お薬手帳 活用できていますか？

今回はお薬手帳についてのお話です。

お薬手帳は自分が使っているお薬の名前・量・使用方法・処方日時を記載で得きる手帳です。現在は、病院や調剤薬局で発行されるお薬手帳シールを貼るのに使われることが多いです。

お薬手帳には、お薬の内容以外に、自分の連絡先・副作用歴・アレルギー歴・既往歴（今かかっている病気）なども記載できます。

## ★お薬手帳の内容

### 1 連絡先

名前や住所、電話番号（緊急連絡先）

### 2 処方内容

- ・調剤日
- ・お薬の名前
- ・用法・容量
- ・処方日時
- ・調剤した薬局名（〇〇薬局）
- ・処方せん発行医療機関名（〇〇病院）
- ・後発品か否か 等

### 3 副作用歴

・体調を悪くしたお薬の名前 等

### 4 アレルギー歴

・花粉アレルギー、食物アレルギー 等

### 5 主な既往歴

・これまでにかかった病気 等



## ★お薬手帳を使うにあたって

お薬手帳を使うことで、副作用歴・アレルギー歴・これまでにかかった病気の情報を伝えることができます。特に、外出先で具合が悪くなった時または災害時に、かかりつけの病院に行けない場合でも、自分のお薬の情報を正しく伝えることができます。

複数の医療機関を受診している方は、1つのお薬手帳にお薬の情報をまとめることで、調剤薬局や医療機関が同じお薬や飲み合わせが悪いお薬が処方されていないかを確認でき、安全な医療を受けることができます。

## ★まとめ

お薬手帳を使って、自分の内服しているお薬について把握・管理していきましょう。

### お困りごとはありませんか？

病気やけがをされ、そのための治療を受けることによって困りごとはありませんか？

保健医療連携室では、通院や入院されている患者さんご家族の困りごとが解決できるようにお手伝いしています。



#### ○退院調節・外来相談

入院をされた患者さんが、安心安全に自宅退院できるようにお手伝いしています。

例えば自宅での生活を支えてくれる介護保険制度、障害者総合支援法など福祉制度を活用し、ヘルパー利用や住環境を整えます。

保健医療連携室のソーシャルワーカー、入退院支援看護師が患者さんご家族のお話をお伺いします。病気やけがの状況、ご本人の希望に合わせた生活が送れるように、地域のケアマネージャーなど支援者と連携し調整していきます。

#### ○転院調整

当院から他院へ、他院から当院へ患者さんが安心して転院できるよう、病院間で調整しています。当院から他院へ転院される時には交通手段の相談や調整も行っています。

#### ○入院支援面談

入院前の患者さんと入退院支援看護師が面談します。入院前の様子や入院するにあたってのご心配ごとなどを伺っています。

#### ○予約連携

他院からの紹介で当院を受診するとき、当院からの紹介で他院を受診するときに、予め病院同士で予約をお取りしています。受診する患者さんにスムーズに受診してもらえように行っています。

保健医療連携室は、患者さんご家族が病気やけがを抱えながらも治療に専念し、安心して生活を送ってほしいと考えています。外来や病棟にいる職員へ声をかけて頂ければ、患者さんのところへ伺います。どうぞお気軽に相談してくださいね。

看護師長 大川 奈々恵

3階病棟は、混合病棟として、外科、整形外科、消化器内科、産婦人科の看護サービスを提供しています。出生直後の新生児から90歳以上の高齢者と、幅広い年齢層の患者さんが入院されています。

病棟は、紋別の森林をイメージした「グリーン」で配色されており気持ちを穏やかにし心をリラックスさせてくれます。

産科医不在のため一時休止していたお産ですが、2019年4月よりリスクの少ない経産婦さんの分娩を再開しており、院内で再び産声が聴けることを産婦さんやご家族とともに喜んでいきます。妊婦健診・ママパパ学級等の産前事業や産後健診・母乳外来・産後デイケア等の産後事業も充実しており、安心してお産していただけるよう、妊娠中から育児期まで外来からの継続したサポートを行っています。



外科では消化器系の手術が主に行われています。患者さんが安心して手術に向かうことができるよう、術後は合併症の早期発見に努め、患者さんの苦痛やストレスが少なく早期離床、回復できるようにスタッフ一丸となり取り組んでいます。消化器内科では胃カメラ、大腸カメラの検査を行い手術が必要な場合は同じ病棟の外科医へ引き継がれ手術となります。そのため、外科と消化器内科は「消化器チーム」として、医師、看護師、理学療法士、管理栄養士、ソーシャルワーカーで多職種カンファレンスを開催し、ひとり一人の患者さんにチームで関わり、患者さんに対してより良い医療・看護の提供を実践しています。

整形外科では腰部圧迫骨折や大腿骨頸部骨折等の術後等の患者さんに対し、医師、看護師、理学療法士、ソーシャルワーカーとの多職種カンファレンスを開催し、受傷前のADLに近づき自宅や施設へ退院ができるよう、チーム医療で患者さんをサポートしています。



看護師18名、助産師5名、看護補助者4名で構成されるスタッフ一同が、地域の皆さんの健康を守るため、入院患者さんを温かくお受けしています。患者さんが安心・安全な入院生活を送り、笑顔で退院することができるよう、患者さんの不安や葛藤、思い等の心に寄り添い、治療に対する知識と、看護ケアの充実を図るため日々研鑽を重ね、「ニカッと笑顔」をモットーに、チームワークを大切に最善のケアを提供していきたいと思っております。

### 枝豆コロコロ梅と大葉の和風ポテトサラダ



#### a. 分量(2人分)

じゃがいも	2個 (200g)
大葉	6枚
梅干し	2個
玉ねぎ	1/4個
むき枝豆	30g (約15莢分)
☆マヨネーズ	大さじ2杯
☆塩コショウ	少々
☆めんつゆ	小さじ1杯
いりごま	適量

#### c. 作り方

- ① じゃがいもをボウルに入れ、ふんわりラップをかけてレンジ600Wで5分加熱する。
- ② じゃがいもが熱いうちにフォークやマッシャーなどで潰し、粗熱を取る。
- ③ ②に☆を入れてよく混ぜ、玉ねぎ、梅干し、枝豆を加える。最後に大葉を手でちぎり入れ、底から返すようにさっくりと混ぜ合わせます。
- ④ 器に盛り付け、お好みでいりごまをふって完成。

#### b. 下ごしらえ

- ・ 枝豆は塩をひとつまみ入れた湯でゆでて、サヤから出す。
- ・ 玉ねぎは薄くスライスして水にさらし、水気を切っておく。
- ・ 梅干しは種を除き、包丁でたたく。
- ・ じゃがいもは皮をむき、ひと口大に切る。

#### 栄養成分 (1人分)

エネルギー	205 kcal
たんぱく質	4.4 g
脂質	12.2 g
食物繊維	5.0 g
鉄	1.3 mg
葉酸	67 μg
ビタミンB1	0.14 mg
食塩相当量	1.1 g

#### 枝豆の特徴

えだまめは、大豆の若いサヤを未熟なうちに収穫したものです。「畑の肉」と呼ばれる大豆と同様、良質なたんぱく質のほか、大豆にはないビタミンCやカロテン類なども含まれているので栄養満点！胎児の生育に必要な葉酸も多く、妊婦さんが積極的に摂りたい野菜です。

栄養成分の特徴は、ビタミンB1、C、葉酸、鉄、銅が豊富であることです。ビタミンB1は炭水化物からのエネルギー産生と、皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素です。ビタミンCは皮膚や粘膜の健康維持を助ける栄養素で、抗酸化作用を持っています。また、葉酸と銅は、赤血球の形成を助け、鉄は赤血球を作るのに必要な栄養素です。

# 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) |



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にもつながります。

※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。

画像診断は提携している  
放射線専門医が診断します!!



◎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)

## 病院事業報告

### 「Cofe Plus A様よりご支援」

日時：令和3年5月20日 11:30～

この度、Cofe Plus A様より、当院へご支援がありました。当日はキッチンカーで来られ、温かいまま提供して頂きました。どれもおいしく、多くの職員が喜んでいました。



## 来院前AI問診のお知らせ

ご自身のパソコン・スマートフォンを用いて来院前のAI問診を行うことができます。事前に問診を行っていただくことで、スムーズに受診することができますのでご活用ください。

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

広域紋別病院では令和4年度新規職員採用試験を実施します。募集要項の詳細は当院ホームページでご覧いただけます。電話でのお問い合わせは、下記までお願いします。

【職種】看護師、助産師、薬剤師、理学療法士、作業療法士、臨床工学技士、社会福祉士、一般事務

試験実施日 医療職：令和3年8月28日(土) 一般事務：令和3年9月4日(土)

受付期間：令和3年8月20日(金) 午後5時30分まで【必着】

○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



### 編集後記

ウイルス対策としてマスクを着用していますが、夏場にマスクをしていると、口の渇きを感じにくくなり、水分補給が不十分になります。気づかないうちに脱水が進む危険性がありますので、水分補給をしっかりとこなしましょう。

今後も気温の変化やウイルス対策など、引き続き体調管理には気をつけてお過ごしください。

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

