ご自由に お持ち下さい Take Free

2014.1 Vol.4



- ●診療科紹介 〈人間Fック〉
- ●トリアージエリア設置訓練
- 栃木県DMAT実働訓練
- 松田先生 ウガンダへ

## TOPICS

- ●防火訓練
- ●感染症予防
- ●栄養課の窓
- ●おくすり豆知識
- ●活動報告&お知らせ
- ●外来診療のご案内

国 流館

# 診療科紹介

# 人間ドック

Ningen Dock

# 受診される皆様に信頼され、 満足していただける人間ドックを 目指しております。

当院の健診センターは、名称は健診センターですが、現在は人間ドックのみを実施しています。旧病院では一日ドックおよび二日ドック(一泊)を実施していましたが、2011年7月の新病院開院以降は一日ドックのみを行っており、受診していただける人数も増加しています。場所は病院2階とつながっていますが、センター内には診察室、婦人科診察室、生理機能検査室、超音波検査室があり、視力、眼底検査、聴力検査の器械も備えていますので、検査ごとの移動は少なくてすみます。レントゲンは1階、内視鏡検査室もセンターを出たすぐの病院内にあります。また受診される方が寛げるようにセンター内の待合いには個室化したリクライニングシートが用意されています。

人間ドックの検査は基本項目以外にオプション検査があり、ご希望に応じて選んでいただけます。胸部CT検査、乳腺超音波検査、PSA検査(前立腺癌)など癌関連のものや、頭部MRI検査などがあり、これらの検査の結果は診療科の専門医が判断をしており質の高い内容となっています。上部消化管検査は原則は内視鏡であり、最新の内視鏡を導入しています。受診者はリピーターも多く経過を見ることが出来るので、本ドックでは事後の説明に重点を置いて生活習慣の指導も行っています。異常のある場合には院内の各診療科、あるいは連携病院への紹介を行います。



健診センター長 菅谷 仁



医師 渡邉 啓太

▼人間ドックのスタッフ



## ~大規模災害に備え、地域住民を守るため~

## トリアージエリア設置訓練を実施しました

平成25年11月30日(土) 栃木県南部を震源とするマグニチュード8.0の直下型地震が発生して当院に多数傷病者が搬送されることを想定したトリアージエリア(赤(重症)・黄(中等症)・緑(軽症)・黒の各エリア) 設置訓練を実施しました。

今回の訓練目的は、災害時に傷病者を収容する機能を持つ講堂に赤(重症)・黄 (中等症)エリアを設置して傷病者用簡易ベッドや医療機器などを配備し効率的な治療行為の態勢を確立するために実施しました。

訓練当日は、職員150人以上が参加して短時間で多数傷病者収容スペースに変貌した講堂内を参加者全員が検証し共通認識することができた有意義な訓練となりました。



▲赤(重症)・黄(中等症)エリア設置後、検証の様子

## 栃木県DMAT実働訓練に参加しました



▲現地DMAT本部で指示をうける足利赤十字病院DMAT隊員

DMAT(ディーマット)とは…

大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期(おおむ48時間以内) に活動できる機動性を持った専門的な訓練を受けた医療チームのことで、**D**isaster **M**edical **A**ssistance **T**eamの頭文字をとってDMATと呼ばれています。 平成25年11月9日(土)に宇都宮市にある栃木県消防学校において開催された「栃木県DMAT実働訓練」に当院のDMATが参加しました。

栃木県単独で実施するDMAT訓練は今 回が初めてであり、当日は栃木県内DMAT指定 病院等から約100人が参加し、緊張感に 包まれる中、実践さながらの訓練となりました。

▲現場応急救護所で 超急性期医療救護活動を行う DMATと消防機関

訓練の目的は、災害発生後、超急性期に活動する栃木県DMATの 技術の向上及び活動の円滑化、関係機関との連携強化を図るために 実施されました。

足利赤十字病院DMAT隊員参加者 松田圭央(班長) 稲村小夜子(看護師) 中山千穂(看護師) 田部井泉(看護師) 奥山正己(業務調整員) 辺見光利(業務調整員

# 院内防火訓練を実施しました

平成25年9月30日(月)院内防火訓練を実施しました。今回は、東6階病棟からの出火を想定し、病棟の患者さまを安全に避難・誘導することを目的として行いました。また、訓練終了後には引き続き、中庭において散水訓練も実施しました。

病院全体での防火訓練は例年2回以上 行っていますが、「患者さまの命を守る」という 病院職員としての基本的な責務を忘れること なく、今後も様々な状況を想定した訓練を重ね ていく予定です。





▲病棟内でスタッフ同士: 連絡をとり合う様子

◀地元の消防隊も参加

# 松田圭央先生(外科)が ガンダ共和国に派遣されました

当院の松田圭央先生(外科)がウガンダ共和国におけ る「二国間 ウガンダ北部医療支援事業」で医療要員とし て1月7日(火)~5月10日(土)まで派遣されました。

業務内容は、アンボロソリ医師記念病院において、主に 外科領域を中心に直接的な診療支援を行うとともに、同院 医師への指導・助言等を行います。

なお、松田先生のウガンダ共和国への 派遣は、平成22年6月12日~10月 30日以来2回目となります。





▲現地スタッフと巡回診療を行う松田圭央先生

本格的な冬がやってきました。空気が乾燥し気温が低くなる冬季 は、感染症の流行がピークを迎える季節でもあります。冬季に問題と なる感染症には、かぜ症候群、インフルエンザなどの呼吸器感染症と ノロウイルス、ロタウイルスなどのウイルス性の感染性胃腸炎があり ます。特にノロウイルスは、感染力が非常に強く、わずかなウイルスの 量で感染し嘔吐や下痢などを発症します。保育園や学校、高齢者施設 など集団生活をする施設ではしばしば大規模な集団感染も発生して います。持ち込まれた感染症を広げないために、これら感染症の特徴 を理解し正しい手順で対応することが重要です。

## "持ち込まれた感染症を持ち出さない・広げない"

ために、全ての方が手指衛生と咳エチケットを行いましょう!





もうすぐ節分ですね。節分といえば豆まき! 大豆は良質なタンパク質を含んでおり「畑の肉」と呼ば れています。食物繊維も豊富に含んでおり、実は野菜 の食物繊維量にも匹敵するといわれています。

そこで今季号の栄養課の特集は大豆、 特に『食物繊維』です。

# 食物繊維の効果

- ①血中コレステロール値低下
- ②血糖値上昇の抑制とインスリン節約効果
- ③大腸がんの発症抑制
- ④排便促進

特に大豆に含まれる食物繊維は善玉菌である ビフィズス菌を増やしてくれる効果があります!



タンパク質:6.7g 塩分相当量: 1.4g

大豆水煮……80g にんじん……40g しいたけ……1枚 こんにゃく…60g 昆布……5cm角 ごぼう……40g

……適量 さやえんどう…2枚

★醤油…大さじ3/4 ★酒…大さじ1 ★砂糖…大さじ1と1/3

- こんにゃくはアク抜きし、大豆以外の材料を 1cm角に切る。
- 鍋に①を入れる。だし汁をひたひたに入れ、 中火にかける。煮立ったら★を加えて弱火で煮る。
- 計がなくなってきたら火を止め、味を染み込ませる。 器に盛り、茹でたさやえんどうを飾る。

食物繊維目標摂取量は ですが、日本人の平均摂取量は 野菜、豆類、海藻、きのこなどを積極的にとりましょう!

インクレチン関連薬「DPP-4阻害薬 GLP-1作動薬



糖尿病薬

を下げます。





DPP-4阻害薬



インクレチン関連薬の特徴をあげてみます。

た、DPP-4という酵素によってすぐに分解されてしまいます。

・血糖値が高い時のみ作用するので、単独では低血糖の頻度は極めて低い。

血糖が上昇すると、膵臓から「インスリン」というホルモンが分泌されて血糖

インクレチンは食べ物が消化管に入ると分泌されるホルモンで、インスリン

分泌を促す作用があります。GLP-1というのも、そのなかに含まれます。ま

- ・血糖を上げるホルモンのひとつ、グルカゴンの分泌を抑える。
- ・食べ物の胃からの排泄を遅らせ食欲を低下させる。
- ·インスリンを分泌する膵B細胞保護と増殖を促す。

上記のように、単独では低血糖は起こりにくいですが、他の糖尿病の薬との併 用時には、減量が必要な場合もあり、低血糖には注意しなければなりません。



# は告認め知らば

# 現職警察官による護身術を伝授

平成25年10月16日(水)講堂において、職員を対象に護身術研修会を開催しました。 基本的な知識や技術を習得することを目的に、直接指導していただきました。

診療中に患者さんが暴れだした場合や、深夜、勤務を終えて帰路につく際の身の守り 方など、さまざまな場面において活用できる護身術を指導していただきました。現職警察 官による分かりやすい指導に、各々実践してはその効力を感じていたようでした。



## 安全意識を向上させ 無事故・無違反を

平成25年10月17(木)・18日(金)当院駐車場内においてヤングドライバーセーフ ティクラブ会員による交通安全運動の活動を行いました。(チラシ配布、街頭活動等) 年間2回、春と秋の交通安全週間に活動しています。

ヤングドライバーセーフティクラブとは…10代から30代の若者に交通社会人とし ての社会的責任を自覚させ、安全マインドの向上を図るため、安全運転管理者選任 事業所に結成されている団体です。当院においては30歳以下の職員すべてがこの クラブの会員に該当します。交通安全管理者とクラブリーダーは、足利市内道路にお いての街頭活動も行っています。



# 日本初の女性宇宙飛行士向井千秋さんによる講演

市民公開講座を開催しました

平成25年11月2日(土)講堂において市民公開講座を開催しました。 今回は日本初の女性宇宙飛行士であり、JAXA宇宙医学研究センター長である向井千 秋さんをお迎えして、「宇宙医学から学ぶ健康寿命」をテーマにご講演いただきました。 我々人間に影響する宇宙空間での内臓機能や細胞組織の現象など、健康に関心のある 私たちに、とても分かりやすく説明してくださいました。

毎回人気の高い市民公開講座ですが、今回も400名の当選枠に対し1,386名の応募 があり、高い倍率を勝ち抜いて参加された方々は、熱心に聞き入っていました。





## よい音色で患者さまの心を魅了







平成25年11月16日(土) 慶應義塾大学医学部管弦楽団の皆さまによる演奏会を開催しました。 第1部はホスピタルモール中央広場、第2部は回復期病棟、第3部は緩和ケア病棟で、優しく美しい音色を届けていただき ました。演奏を聴かれた患者さまからは、リズムに合わせた、温かい微笑みをみせていただきました。

## 職員の日ごろ見せない一面を発見 哉員歳末慰労パーティーを開催しました

平成25年12月25日(水)毎年恒例の職員歳末慰労パーティーを、足利プリオパ レスで開催しました。今年は総勢536名もの職員が参加し、この1年で溜まった疲れ を互いに労い、職員有志による余興や大抽選会などで大いに盛り上がりました。





# らせ

## 皆さまのご協力をお願いいたします

「献血バス」来院のお知らせ

1月30日(木)に足利赤十字病院の正面玄関前に献血バスが来ます。

時間は10:00~16:00となっておりますので、一人でも多くの皆さまにご協力い ただきますようお願いいたします。あなたの善意が患者さまの尊い生命を救います。 ぜひ、献血にご協力をお願いいたします。



## ~地域の救急医療を考える!~

当院で地域医療フォーラムが開催されます

両毛地区の"ともに支えあう"地域医療のあり方について、県民、医療機関、行政等が共に考え、 意見交換をすることを目的として開催されます。参加無料、事前申込不要です。地元特産品が 当たるお楽しみ抽選会もありますので、奮ってご参加ください!



会場 足利赤十字病院 講堂

午後1時(午後0時開場)~午後4時30分(予定)



## 主催析木県、足利市、足利市医師会

関

吉益

本庄

講師:朝顔のたね-千厩病院を守り隊-事務局長 畠山とき子氏

パネル ディスカッション

基調講演

## 両毛地区(足利市)の救急医療を考える」

コーディネーター 足利市医師会長 パネリスト

初期救急:足利市医師会理事 二次救急:本庄記念病院長

三次救急:足利赤十字病院救命救急センター

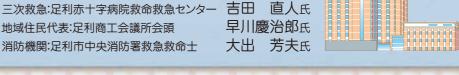
消防機関:足利市中央消防署救急救命十

地元特産品を抽選により 10名様にプレゼント 降郎氏

当日午後1時までにご来場 された方に限ります。

2881760 22





均氏

宏氏

日赤こども園(院内保育所)のこども達と保育士



# 外来診療のご案内

平成26年1月1日現在

診療受付時間 8:45~11:30 休診日:日曜日、祝日、第2·4土曜日、7/1(創立記念日)、12/29~1/3(年末年始) ※当院を受診される際には必ず紹介状をご持参願います。

診療科		月	火	水	木	金	<b>±</b> (1·3·5)
<b>日夕7京 千千</b> ◆紹介初診			伊澤	五十棲	岡本	小池	<b>→</b> (1.3.3)
内 科	午前	村岡(リウマテ・膠原病) 五十棲(神経) 紀(消化器) 小池(消化器) 小地(消化器) 亀山(呼吸器) 菅谷(仁)	建部(小介芥-膠原病) 予約制 岩波(神経) 小松本(神経) 赤羽(血液) 予約制 大塚、岡田(呼吸器) 本島(糖尿病)、菅谷(仁)	二井谷(糖尿病)、大内(神経) 小松本(神経) 高橋(血液) 予約制 平野(俊) ★中元(腎臓) 11時終了 池田(呼吸器)、渡邉(啓)	平野(景)(腎臓) 今(川穴が)膠原病) 予約制 富永、菅谷(武)(消化器) 平野(俊)(一般) 藤澤(一般) 菅谷(仁)	伊澤(神経) 岡本(消化器) 中村(血液)[予約制] 是木(神経) 菊池(糖尿病) 菅谷(仁)	小池(消化器) - 菅谷(武)(消化器)
	午後	後藤(維持透析、CAPD) 陣内(消化器) 亀山(呼吸器) 菅谷(仁)	建部 (川ウマチ・膠原病) 予約制 岩波 (神経)、大塚(呼吸器) 岡田(呼吸器)、吉沢(腎臓) 菅谷(仁)	二井谷(糖尿病) 大内(神経)、紀(消化器) 渡邉二(呼吸器) 池田(呼吸器)	平野(景)(腎臓) 今(リウマチ・膠原病)[ <b>予約制</b> 富永(消化器)、浅原(一般) 菅谷(武)(消化器)	伊澤(神経) 岡本、小松原(消化器) 菊池(糖尿病) 馬塲、菅谷(仁)	
循環器内科	午前午後	髙橋、山﨑	髙橋(紹介患者のみ)	沼澤、元田	髙橋	髙橋(紹介患者のみ)・工野	髙橋 11:00迄
心臓血管外科	午前午後	手術	堤、加島 ペースメーカー外来	手術	手術	堤、加島	
	午前	小林、津久井、冨永	小林、市橋、津久井	小林、津久井	小林、冨永、津久井	小林、市橋、津久井	
小児科	午後	★予防接種 ★藤野 ★シナジス外来	★フォローアップ外来 ★乳児健診 ★予防接種 ★シナジス外来	★フォローアップ外来 ★乳児健診 ★嶋田(血液) ★肥沼(呼吸器) ★予防接種	★小林(神経) ★福島(心臓) ★粟津(腎臓) ★長谷川(内分泌)	★フォローアップ外来	小林 市橋 津久井
神経精神科	午前	船山(高次脳) 伊藤(心理)	高田	船山(高次脳)、メモリークリニック 伊藤(心理)	船山 伊藤(心理)	船山(高次脳)、荻野 鵜飼(心理)10:30~	船山(高次脳) 高田
	午後	船山、高田 伊藤(心理)	高田 柳川(心理)	船山(高次脳)、高田 伊藤(心理)	船山(高次脳) 伊藤(心理)	船山(高次脳)、是木 鵜飼(心理)	
外科	午前	平畑(胃) 戸倉(乳腺)	高橋(胃一般) 尾之内(大腸・肛門) 瀬尾(大腸肛門) 10:30迄 予約制	藤崎(食道一般) 平畑(胃) 瀧川(肝·胆·膵)	高橋(胃一般) 尾之内(大腸・肛門) 瀧川(肝・胆・膵)	藤崎(食道一般) 戸倉(乳腺) 瀬尾(大腸・肛門)	輪番制 - 乳がん検診 <del>予約制</del>
	午後			乳がん検診14:00~15:30 ★志関(小外)			
呼吸器外科	午前	中山	山本	手術	手術	検査	輪番制
- J - X HH Z 1-1-1	午後午前	中山	出本 岩間、長谷川、川崎舎(カワサキヤ)	手術	福田、浦部	山本 長谷川、川崎舎、岩間	
整形外科	午後	浦部、家田、福田	手術	家田、浦部検査・ギプス・装具	手術	(本谷川、川崎吉、石间) 手術	輪番制
形成外科	午前	交代制	梅川、菅	交代制	梅川、菅	交代制	#=III #=
	午後			手術		手術	梅川、菅
脳神経外科	午前午後	輪番制	輪番制 手術	輪番制 輪番制	輪番制 ★荻野(てんかん外来) (14:00~) 予約制	対野(Yナイア外来)・手術・検査  ★赤路(脳血管内治療外来) (14:30~) 予約制	輪番制
産婦人科	午前	隅田(スダ)、増田 浅原、祝井	春日、隅田浅原、井田	春日、隅田 増田、祝井	隅田、浅原 井田、坂井	春日、隅田 増田、坂井	隅田、増田 高橋(第1·3) 浅原、井田
	午後	手術	隅田、増田	井田、坂井	手術	浅原、祝井	
緩和ケア内科	午後		恵川 (14:00~16:00) <b>予約制</b>		恵川 (14:00~16:00) <b>予約制</b>		
眼科	午前	浅原(初診のみ) 藤井、堀内	堀内 <b>受付 10:30迄</b>	奥村、藤井、堀内	奥村、藤井、堀内 <b>受付10:30迄</b>	奥村、藤井、堀内	輪番制
	午後	検査	手術	検査	手術	検査	
耳鼻咽喉· 頭頚部外科	午前	松本(初)、富永(1.3.5) 馬場(2.4.5)、佐々木·手術	馬場(初) 富永、松本	富永(初) 馬場、佐々木	輪番制 <b>受付 10:00迄</b>	輪番制(初) 佐々木·手術	輪番制
	午後	検査、第1音声外来 第1,2,4腫瘍外来 第3乳幼児難聴外来 全予約割	検査	外来手術、検査	手術	手術	
皮膚科	午前午後	彭(約)、神永 手術	彭 彭(15:30~16:30) <b>予約制</b>	藤平手術	彭、神永 手術	彭 褥瘡回診	彭(紹介初診のみ) 注
泌尿器科	午前午後	中野手術	中野、鈴木(智) 検査	高橋、矢嶋(大塚/鈴木(智)) 手術	大塚(非常勤医師)	高橋(大塚/鈴木(智)) 検査	輪番制
麻酔科	午前	(術前診察のみ)有井 11:00迄	(術前診察のみ)川崎 11:00迄	(術前診察のみ)坂上11:00迄	(術前診察のみ)高橋 11:00迄	(術前診察のみ)半谷 11:00迄	(術前診察のみ)輪番制 11:00迄
口腔外科	午前	山根(初)、丸山、佐藤	瀧永(初)、手術	佐藤(初)、山根、丸山、瀧永	瀧永(初)、手術	丸山(初)、瀧永、佐藤	丸山(初)、山根
	午後	山根、丸山、佐藤	瀧永・手術	山根、丸山、佐藤、瀧永	山根、丸山、佐藤、瀧永	丸山、佐藤、瀧永	佐藤、瀧永
放射線科	午前午後		川口 再診のみ 川口(13:30~)初診のみ	川口 治療中患者のみ	酒寄 治療中患者のみ	酒寄 再診のみ 酒寄(13:30~)初診のみ	

注)★印につきましては、月により診療日等が変更となります。 ◆印につきまして、紹介状なしの患者さまは各曜日の輪番制医師(担当表無記入)となります。

