

くすのき

2024 SPRING

VOL.

06

Kusunoki

【ご紹介】

看護部長のご挨拶

Column

呼吸器内科のご紹介

Column

薬剤科コラム

2023年医療講演ハイライト

職員インタビュー

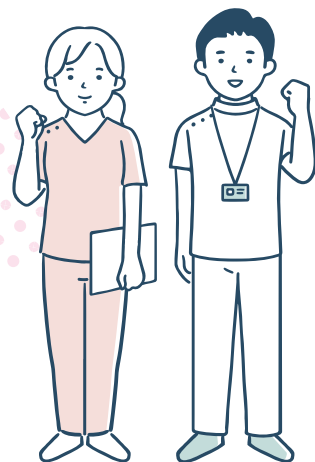
TAKE FREE

ご自由にお持ちください

看護部長のご挨拶

山内病院看護部長の井上と申します。山内病院は藤沢のこの地に開院し97年の歴史ある病院です。

2022年9月に徳洲会グループの一員となり、地域の方々に選んでいただける病院を目指して日々職員が丸となって活動しています。



看護部長 井上 直子



山内病院の看護部は職員の年齢層が20代から60代までと幅が広く、それぞれのスキルや経験を活かして活動しています。

患者さんをご高齢の方が多く、診療介助、リハビリ、在宅支援、終末期のお看取りなどの看護を行っています。一般病棟（一般病床・地域包括ケア病床）、障害者病棟、外来（内視鏡・訪問看護）、透析室、健診センターがあり、それぞれの部署で良く話し合い他部門とのタスクシフトを通して患者さんに質の高い看護・医療が提供できるよう努めています。

院内はいつも優しい笑顔であふれており、若い看護師は先輩から優しい声掛けをしてもらい、何でも聞ける雰囲気があるようです。悩みがあって不安な時も仲間が声をかけてくれます。ママさんナースがお子さんの具合が悪く休む時でも皆がお子さんの心配をしてくれます。このようにお互いを気遣い、笑顔の絶えない職場になっています。

2022年に徳洲会グループの一員になり、当初は不安もありましたが、今はそれぞれの部門で徳洲会、75病院のスケールメリットを活かし、看護・ケアについての学びを深めています。徳洲会グループでは災害医療活動を積極的に行っています。興味がある方は教育プログラムの受講が可能です。また、徳洲会グループ内には転勤制度があり、急性期病院から施設まで自分に合った職場への転勤を希望することができます。

少しでも山内病院に興味を持たれた方は、一度当院看護部のドアをノックしてください。ぜひ私たちと一緒に働きましょう。お待ちしております。

お申込み・お問合せ

TEL.0466-25-2216
<https://www.yamauchi.or.jp/>



Column

呼吸器内科のご紹介

呼吸器内科には、長引く咳や痰、息切れといった症状から受診される方も多いかと思えます。

ちょっとした風邪から起こる咳でも、その背後に隠されている呼吸器系の病気が見逃されることで症状が長引いたり、根本的な治療に至らないこともあります。

呼吸器専門医のもとで受診すると、一つの症状をみて**呼吸器科領域からの検査や診断**をすることで、より詳しく診ることが可能です。

呼吸器内科
松山 尚世



東邦大学卒
総合内科医 呼吸器専門医

松山医師インタビュー

① どういった症状の方が受診されますか？

気管、気管支、肺に生じる疾患。咳や痰、息切れなど呼吸に関する症状が多いです。

② 対象の疾患は？

気管支喘息、肺炎などの呼吸器感染症、閉塞性肺疾患（肺気腫を含む）、間質性肺炎、呼吸不全、睡眠時無呼吸症候群などです。

③ 診療科の特徴

細かい問診、身体診察を行います。必要に応じて胸部レントゲン、胸部CT、肺機能検査、喀痰細胞診（痰の中の細胞成分を顕微鏡でみる検査）、動脈血ガス分析（肺や心臓、腎臓などの臓器や体液の状態を知る検査）、簡易無呼吸診断装置（睡眠時無呼吸症候群の診断）等を施行し、診断、治療を進めていきます。

④ みなさんへメッセージ

睡眠時無呼吸症候群の簡易検査も扱っています。また、インフルエンザや肺炎球菌、新型コロナウイルス感染症、带状疱疹のワクチン接種も行っていますので、お気軽にご相談ください。

Column

薬剤科コラム

春の柔らかな日差しが心地よくなってきました。

旬の美味しいものも沢山ありますね。血糖値やコレステロールなど、気にはなりつつも、つつい食べすぎてしまう事はありませんか？今回、薬剤科コラムでは糖尿病についてシリーズで連載します。クイズにもぜひ挑戦してみてくださいね。

糖尿病治療の最終目標は、『健康な人と変わらない人生』を送ることにあります。糖尿病になったからと言って、食べられないものはありませんが、薬による管理が必要になります。でも、できればなりたくないですね。改善や予防のためには日頃から栄養バランスと総摂取エネルギーを考えると、同時に生活の中に適度な運動を取り入れることが大切になります。そこでクイズ！

糖尿病クイズ！

問題1 糖尿病（2型）の方にお勧めの運動療法は次のうちどれ？

①有酸素運動 ②筋肉トレーニング ③①と②の両方

問題2 次のうち、1gあたりのカロリーが最も高いのはどれ？

①炭水化物 ②脂質 ③蛋白質

問題3 インスリンはどの臓器から分泌される？

①肝臓 ②膵臓 ③腎臓

今回は、血糖値について取り上げてみたいと思います。お楽しみに！

クイズの答えは7ページ目にあります。



第1回 2023年7月15日 (土)



- おしりの病気～痔・痔ろうについて～
■ 栗原 雄司 院長
- 熱中症について～夏場に気を付けること～
■ 火山 由記子 看護師長

講演の第1部では、栗原雄司院長より「おしりの病気」をテーマに、肛門の構造をはじめ、痔・痔ろうを中心に症状や治療方法などを解説しました。続いて第2部では、火山由記子看護師長より「熱中症」をテーマに、熱中症に伴う救急搬送状況を示し、日常生活での注意点、熱中症と思った時の応急処置や救急車を呼ぶ時の判断基準などを解説しました。

第5回 2023年10月24日 (火)



- 認知症について
～脳と頭の体操 コグニサイズ～
■ リハビリテーション科

コグニサイズとは、認知(Cognition)+運動(Exercise)を合わせた意味を持つ造語です。運動で体の健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を遅延させることを目的とするものです。当院の作業療法士より、認知症とはどのような病気なのかを解説しながら、実際に参加者とともにコグニサイズを体験し、行う上でのポイントも解説しました。

第2回 2023年8月3日 (木)

- 高齢者のフレイル(虚弱・衰弱) ■ 栄養科
- フレイルとリハビリ ■ リハビリテーション科

フレイルとは、「加齢に伴い筋力が衰え、疲れやすくなり家に閉じこもりがちになるなど、年齢を重ねたことで生じやすい衰え全般」を指します。高齢者が増えている現代社会において、フレイルに早く気づき、正しく介入(治療・予防)することが大切と言われています。管理栄養士の視点から、フレイルのセルフチェック方法と食事や栄養バランスのお話を、そして理学療法士よりフレイル予防体操の説明を行い、実際に参加者とともに体操も行いました。



2023年医療

山内病院では、地域の皆様がいつまでも健康で豊かな生活をおくれます。2023年は、84名の地域住民が「2023年医療講演ハイライト」と題しまして、これら

第6回 2023年11月18日 (土)

- 虚血性心疾患について ■ 平井 寛則 名誉院長

虚血性心疾患とは冠動脈が狭くなったり、閉塞することで血流障害がおこる病気です。その原因は高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病で発症します。血流障害が起こるとどうなるのか、代表的な狭心症、心筋梗塞はどのような病気か解説をしました。また虚血性心疾患を疑う胸痛がある時の特徴など写真やジェスチャーを交えて講演しました。



第3回 2023年 9月4日 (月)

■ 上手な健康診断の利用法

■ 健康管理・健診センター

高血圧・高脂質・肥満などが誘因となる生活習慣病は、気づかぬうちに徐々に進行していくといわれており、病気の早期発見に向けて健康診断や検診は非常に重要です。健康診断・各種検診の種類や内容を解説するとともに、健康診断前日・当日の過ごし方など、健康診断・検診を上手に活用するための方法を講演しました。



第4回 2023年 10月3日 (火)

- インフルエンザに感染しない為に
- 健康管理健診センター
- インフルエンザの治療薬
- 薬剤科



インフルエンザは毎年冬場に流行することが多い感染症です。当院の保健師より、インフルエンザはどのような病気なのか、そして感染予防や日常生活における対策について解説しました。また薬剤師より、飲み薬や吸入薬など様々なインフルエンザの薬がある中で、その特徴や使用時の注意事項を解説しました。

講演ハイライト

生活をお過ごしいただけますよう、医療講演を開演して
住民の方々にご参加いただきました。
までに開催された医療講演の様子をお伝えします。

第7回 2023年 12月4日 (月)

■ CTとMRIについて

■ 放射線科

病院で一般的に行われるCTとMRI検査のそれぞれの仕組みや特徴、検査を受ける際の注意事項について、解説しました。「同じような機械の形なのに何が違うの?」「なぜCTは早く終わるのにMRIは検査時間が長い?」など参加者から頂いた疑問に対して放射線技師より丁寧に回答しました。



第8回 2023年 12月16日 (土)



■ 総合診療科について

■ 岩部 秀夫 副院長

2023年9月に副院長に就任した岩部秀夫副院長より総合診療科について講演しました。総合診療(プライマリ・ケア)について分かりやすく解説するとともに、患者さんを多角的に診ること、家族や生活背景まで診ること、地域全体を診ることの重要性を講演しました。また実際に患者さんをどのような視点で診療しているのか、様々なケースを挙げて解説して頂きました。

2023年に入職した若手職員に、山内病院で1年間働いた感想や2024年の抱負などを聞いてみました。

Staff interview

職員インタビュー

2階病棟 Mさん



4月より、新人看護師として一般病棟に配属されました。私は、看護師になる前に看護助手として山内病院で働いていました。看護助手として働き始めた当初は、自分に医療の現場の仕事ができるのか不安がありました。もともと看護師に憧れがありました。周囲のスタッフの支えや後押しもあり、看護学校を受験しました。そして、看護師として山内病院に戻ってくることができました。看護助手の時と看護師では、責任の重さが大きく変わってると感じました。

看護師は採血や点滴などの医療行為を行うことができるため、自分のミスで患者さんの命に関わる重大な事故になる可能性もあり、より責任のある仕事だと感じています。また、看護師になり自分の何気ない一言で患者さんを元気づけたり、逆に傷つけることもあります。看護や医療行為だけでなく自分の発言一つにも責任を持つことが大切であると思いました。毎日勉強の日々ですが、忙しい中優しく頼れる先輩看護師からの指導を受け、私が行った看護に患者さんからの「ありがとう」の言葉にやりがいを感じています。

前院では、回復期に携わる看護をしておりました。障害者病棟の患者さんは、痛いや寂しいといった症状や気持ちを自身の言葉で吐露することが難しい患者さんが多くいらっしゃいます。前院ではお話しができる患者さんとの関わりが多かったので、初めは訴えを捉えるのに苦労しました。言葉で表せない分、患者さんのお身体を目で見、手で触り、耳で聞き、自己学習や先輩方から教わった知識と合わせて、敏感に反応しなければならないこと、それが患者さんを護ることなのだと感じました。さらに新型コロナウイルス感染症の患者さんの対応から、高齢の方の隔離状態におけるリスクや環境設定を検討したりと、頻回に目で確認出来ないからこそ起こり得るリスクを考え、それを回避するための方法を考えることの大切さを学びました。

もうすぐ看護師3年目となります。これからも患者さんファーストを念頭において行動し、誠実に患者さんにご家族に向き合える看護師になれるよう、これからも努力を重ねていきたいです。

障害者病棟 Fさん



臨床検査科 Nさん



初めて臨床の場に出て、日々新しいことを覚えることに精一杯の1年でした。上司や先輩の丁寧な指導のもと、様々な検査に関わり、出来るようになったことや任せてもらえるようになったことが増えてきたことに喜びを感じています。思うようにいかないことや、初めての場面に遭遇したときは苦戦することも多くありますが、周りに支えられながら乗り越えていける環境にとっても感謝しています。2年目は、循環器の知識をより深めていきたいです。

山内病院に必要不可欠な人材とされるよう努力していきます。



放射線科 Mさん

入職したばかりの頃は、自分の知識不足を感じる事が多く、日々苦戦しました。先輩方に優しく指導していただき、また自分から疑問点は積極的に質問するように心掛けていたので、今ではできることが増え、少しずつ成長できていると思います。

学生の頃とは違い、自分で判断して行動する場面が多くなったので、責任感をもって取り組めるように日々の勉強を欠かさないようにしています。この一年間は教わった仕事をやることで精一杯でしたが、これからは得た知識や経験を基に自分で判断して行動できるようになりたいです。日々の業務を通して知識と技術を多く吸収していき、スタッフや患者様から信頼される放射線技師を目指していきます。



3ページ目 薬剤科コラム クイズの答え

問題1:③

運動は有酸素運動を週3回に、筋肉トレーニングを連続しない日程で週2~3回、行うことが望ましいとされています。無理せず、できることから取り組んでみましょう。

問題2:②

1gあたりのカロリーは、炭水化物は4kcal、脂質は9kcal、蛋白質は4kcal。総摂取カロリーを計算する上で知っておくと便利です。

問題3:②

膵臓は、胃の後ろ側の背中に近いところにあります。

膵臓の役割は大きく2つあり、ひとつは膵臓から腸に消化酵素を分泌して食物の消化吸収を助けること、もうひとつは血管内にインスリンやグルカゴンなどのホルモンを分泌して血液中の糖濃度を調節することです。とても大事な臓器です。



外来のご案内

午前 受付時間 8:30～11:30 (診療時間 9:00～)

午後 受付時間 13:00～16:30 (診療時間13:30～)

夕方診療 月～金曜 16:30～18:30 (診療時間17:00～)

休診

土曜午後・日曜・祝日・
年末年始

診療科のご案内

内科／総合診療科／消化器内科／胃腸内科／肛門内科／循環器内科／呼吸器内科／腎臓内科
糖尿病・内分泌内科／神経内科／整形外科／リハビリテーション科

人間ドック・各種健診のご案内

当健康管理・健診センターでは、健診8団体合同マニュアル「健康診断実施時における新型コロナウイルス感染症対策について」を遵守し、感染防止対策を引き続き徹底し健康診断を実施しております。

随時受付中！



Access Map

- 電車・徒歩で来院される方
藤沢駅南口からダイヤモンドビルの横を通って徒歩3分です。
- お車で来院される方
ドン・キホーテ交差点から入り、直進してT字路を右折、正面玄関脇をご利用ください。

近隣駐車場について

外来診療、健康診断、お見舞いなどで、
当院をご利用の方に
近隣の駐車場のサービス券
をお渡しします。



ご利用可能駐車場

- ① シンコウパーク南藤沢
- ② シンコウパーク南藤沢第二
- ③ NOC南藤沢
- ④ ショウワパーク南藤沢
- ⑤ ショウワパーク南藤沢2

※ご利用可能な時間帯 平日8:00～19:00/土曜日8:00～13:00
※サービス内容 最大2時間分までの駐車サービス券をお渡します。
※会計の際に、受付に駐車券もしくは駐車票・駐車証明書をご提示ください。
※公共交通機関での来院にご協力をお願いいたします。

