豊橋市民病院だより



- P2 院長新年あいさつ
- P3 新任医師の紹介
- P4~5 パラリンピック応援医師の活動報告
- P6~7 ケロちゃんツアーの取り組み
- P8 がん相談支援センター
- P9 看護局から
- P10 診療技術局から
- P11 薬局から
- P12 提案箱



地域医療の向上に貢献していることが認められ、全国公立病院連盟会員病院表彰を受賞しました。



令和4年の念頭に当たって

豊橋市民病院 院長 浦野文博



令和4年の年頭に当たり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

新型コロナウイルスの感染が地球規模で拡大する中で、2回目の新しい年を 迎えることとなりました。昨年新型コロナウイルス感染症第3波の中での新年を迎 え、第4波、第5波と続きましたが、10月以降、急速に収束して参りました。しかしな がら、海外に目を向けますと、11月になり、新規感染者数の再増加が始まっていま す。ヨーロッパ諸国のみならず、韓国でも増加していますが、12月はじめでも我が 国の新規感染者数は低水準で推移しています。その原因についてはいろいろ な仮説がありますが、確かなことはわかっていません。一般的にウイルス感染症 は寒くなると増えることが知られています。今冬には第5波を超える流行があった としても、医療崩壊を起こさないように県単位で対策がとられつつあります。ワク チン接種が進み、点滴での治療薬が使用可能となり、今後は内服薬も登場して きます。来年には、コロナ禍が過ぎ去ったとの年頭挨拶ができることを願っていま す。新型コロナウイルス感染症治療のみならず、他の病気に対しても住民の皆さ んが安心して治療を受けることができるよう、今後も当院では引き続き努力して参 ります。

さて、当院には、本年に取り組むべきもう一つの重要な課題があります。一般 的には労働者の時間外労働は年360時間、例外的に720時間との上限規制が あります。2024年4月には医師の時間外労働規制が始まります。当院のような救 命救急センターを有する急性期病院であっても、すべての医師の時間外労働を 年1860時間に抑える必要があり、達成できないと罰則規定もあります。最終的に は2035年度末を目標に年960時間以内にするよう求められています。2024年に 実施するためには、本年より、検討、計画していく必要があります。医療の質が低 下することのないよう十分に吟味した上で、従来、医師が行っていた業務を他の 医療スタッフへ移行することをはじめとして、最終的には交代勤務制の導入や弾 力的な勤務時間の制度設計なども検討していく必要があります。患者さんやそ のご家族にはご協力をお願いすることもあるかもしれませんが、何卒ご理解のほ ど宜しくお願いします。

最後に、今後とも安全で質の高い医療を提供できるよう職員一同精進していき たいと思います。本年も皆様とご家族にとって、充実した幸せな一年となることを 祈念しまして、年頭のご挨拶とさせていただきます。

新任医師の紹介



- 1. 所属 2. 赴任日 3. 前任地 4. 趣味
- 5. その他自由(抱負、自己PR、家族のこと、最近思うこと、ほか)

柴田 隆太郎

(シバタ リュウタロウ)

- 1. 整形外科
- 2. 令和3年10月1日
- 3. 名古屋大学医学部附属病院
- 4. スキー、サーフィン、キャンプ
- 5. 外傷が好きでアクティブにがんばっています。 よろしくお願いします。

辻村 充誉

(ツジムラ ミツタカ)

- 1. 循環器内科
- 2. 令和3年10月1日
- 3. 豊橋医療センター
- 4. 釣り
- 5. 一時的に市街の病院に勤めており、今まで 経験することのなかったことや学ぶことが 多く、勉強になりました。今回は循環器と して当院に戻りましたので今まで学んだこ とを生かしつつ診察にはげみます。

光松 佑時

(ミツマツ ユウジ)

- 1. 消化器内科
- 2. 令和3年10月1日
- 3. 刈谷豊田総合病院
- 4. ゴルフ
- 5. 精一杯頑張りますので宜しく お願い致します。



八木覚

(ヤギ サトル)

- 1. 脳神経内科
- 2. 令和3年10月1日
- 3. 名古屋大学医学部附属病院
- 4. 読書
- 5. 10月から赴任した八木です。半年間よろし くしくお願いいたします。



東京2020パラリンピックに参加しました

整形外科 藤田 護

当初の予定より1年遅れて2021年に開催された東京2020パラリンピックのゴールボールに 医療スタッフとして参加しました。この競技では私を含め、6名の日本障がい者スポーツ協会 (2021年10月1日から日本パラスポーツ協会に名称変更)スポーツ医、日本スポーツ協会公認 スポーツドクターが参加しました。

ゴールボールは視覚障害者が1チーム3人で対戦します。鈴の入ったバスケットボール大のボールを転がすように投げ合って、味方ゴールを守りながら、相手ゴールにボールを入れて得点を争うスポーツです。全盲から弱視の選手が出場するので、全員が二重の目隠しをして、完全に見えない状態で試合をします。

今回の大会では、男女10チームずつの計20チームが参加し、8月25日から9月3日までの10日間で計56試合が行われました。1試合は選手入場から練習、試合(前半・後半各12分)、退場まで約1時間を要します。試合は1会場1コートのみで行われるために、会期前半の試合予定時間は9:00から22:45、後半(決勝トーナメント)は13:15から21:15までの長時間が必要になります。医療スタッフは、第1試合の2時間前に集合し、薬剤や救急搬送の器具などのチェック、現地の救急隊とミーティングを行います。試合後は、選手が選手村に帰るためにバスで会場を出るまでに約1時間を要するので、医療スタッフは選手が会場を出るまでの間は医務室で待機しています。長時間の対応になりますので、医師6名が各日を前後半の二交代制に分けて対応しました。試合中はコート横に医師1名、理学療法士1名と会場スタッフ2名で待機して試合中の負傷者に対応します。同時に医務室にも医師1名と看護師1名が待機し、試合後の選手や関係者に対応します。会場には救急車が常時待機し、近隣の大学病院への搬送も想定されていました。







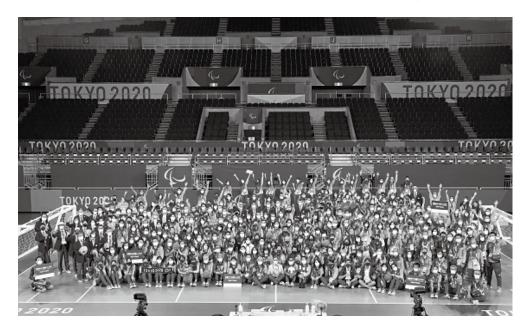
日本男子は今回のパラリンピックが初出 場であり、日本女子は2012年のロンドン大 会で金メダル、2016年のリオ大会では5 位に入賞していました。今回の大会では、 男子は予選を勝ち抜きましたが、準々決 勝で敗れ、最終的には5位となりました。女 子は準決勝で敗れましたが、3位決定戦 に勝利して銅メダルを獲得しました。選手や スタッフが、各プレー、試合内容、試合結果の



全てに全力で取り組む姿は、勝ち負けを超えて感動する瞬間でした。試合中は、負傷をしたら すぐに対応できるように、受傷をする瞬間を見逃さないように注意し、緊張して見ていました。 大会を通じて、挫傷、固定や縫合を要する外傷、中等度のアレルギー発作などは複数ありまし たが、救急搬送が必要な重症者は発生しませんでした。

会期中はコロナ禍であり、スタッフは連日のコロナウイルスPCR検査を受けていました。マ スクの使用、手指消毒が徹底された大会ですが、多くのスタッフ、複数の職種、外国人選手や スタッフと接する期間でもあったので、コロナウイルスへの感染は懸念されていました。私も含 めて周囲のスタッフに検査陽性者は無く、大会運営に支障が生じなかったのは幸いでした。

今回の大会は、無観 客、選手のバブル方式 での移動などの制限の ある大会でありました が、多くの感動する場 面が生まれた大会で あったと思います。こ の大会をきっかけに、障 がい者スポーツへの理 解が広がることを期待 しています。



ケロちゃんツアー

~子どもが安心して手術にのぞめる 小児科病棟と手術センターの協力体制~

小児科病棟 看護師一同

東病棟2階(小児科病棟)では手術を目的に入院する子どもが多くいます。これまでも、病棟では写真や絵を使用したパンフレット、人形に手術着を着せて点滴や心電図モニターをつけるなど、子どもがイメージしやすいよう工夫して説明していました。しかし、子どもの興味を引きつけることは難しく、不十分な理解を得られないまま手術を迎えていました。そのような状況を看護師として「治療を受けるお子さんが中心なのに」ともどかしく感じていました。そこで、子どもが「手術に行くのは大丈夫」という気持ちで臨めるよう、参加型の手術オリエンテーションが必要と考え、ケロちゃんツアー(出棟体験)を保育士と協力し、実施しています。

病棟の保育士は、子どもの興味を引きつける話し方で落ち着いて話しを聞いてもらえる環境を作り、子どもに最善な方法でツアーを実施しています。ケロちゃんツアーでは、楽しそうに「ただいまー」と帰ってくる姿を見るようになりました。手術当日に手術着を嫌がる子どもや、どこに連れていかれるかわからずエレベーターに乗りたくない子どもが減り、「これ昨日貼った」と嬉しそうに自分が貼った折り紙を教えてくれる子どもが増えました。子どもが主体的に手術に参加できていると感じます。今後も子どもを中心に考え、「子どもの権利」を尊重した看護を提供していきます。

手術センター 看護師一同

手術前日にケロちゃんツアーで手術センターまで頑張って来てくれた子どもに、ご褒美シールを渡しています。手術センター入室時には、子どもが少しでも安

心できるような雰囲気作りのため、イラストにて壁を飾り、キャラクターエプロン、毛布を使用しています。子どもと保護者の方と共にキャラクターを探しながら、子ども自身の力で部屋まで行けるようにしています。何かご希望がありましたら看護師にお伝え下さい。頑張る子どもを支援させて頂きます。



麻酔科 松岡 Dr

ケロちゃんツアーが始まり、手術センターにも新しい風が吹き始めました。 「手術を受ける子どもと、その家族の不安を和らげるにはどうしたらいいだう?」 手術センタースタッフも日々模索をしています。手術センターは、私たちにとっては日常の仕事場ですが、患者様にとっては非日常の恐怖の空間です。仕事に慣れてくるほど、このギャップを忘れてしまいがちになります。こうした不安への配慮を、まずは小児から、いずれは手術に臨むすべての患者様に行き届かせること。これが私たちの目標です。



手術前プレパレーション&出棟体験

手術着を着て、

おうちの方とナースステーション前に集合!

手術当日の流れを紙芝居で見たり

本物の医療用具

(麻酔用マスクや心電図モニターシール) を実際に触ります。

小児科病棟から みんなにいってきまーす!!



手術室テレビで観たことあるよー

\\/

一番上に貼りた一い





手術センターに 着いたよ。

> 子どもたちに、保育士手作りの季節の折り紙を選んで もらい、顔や模様を自由に描きます。

手術センターの入口のコーナーに子どもたち、 思い思いの場所に貼ります。

(このコーナーの前で記念写真を撮られる方もいらっしゃいますよ♪)





がんばろうって書いてあるのもある!!

手術センターのスタッフに こんにちは

手術センターの看護師さんからおなまえや、 当日の希望などを聞かれたりします。 "来てくれてありがとう"のシールを もらい帰ります



どれにしようかなぁ たくさんあって悩んじゃう

ボク左利きだから、 点滴は右手にしてほしいなぁ

詳しく書かれた 小冊子をお渡しして解散

ありがとう 明日もまた来るねー



小児科病棟に ただいま~

質問などあれば お答えします



くさんごはんを食べて、たくさん寝て、明日にそなえてね。

がん相談支援センター

当院は厚生労働大臣に指定された地域がん診療連携拠点病院であり、 がん相談支援センターを設置して患者さんやご家族の支援をしています。 様々な相談が無料でできますので、ぜひご利用ください。

がん相談

相談支援の研修を受けた看護師・社会福祉士が相談をお受けしております。 療養や生活の悩みごとのあるがん患者さん・ご家族はぜひ一度ご相談ください。



相談 月~金曜日 8:30~17:00 (電話・面談可) 電話番号 0532-33-6290

がん相談支援センターのページへ

ハローワーク豊橋による就職支援

毎週木曜日ハローワークの就職支援ナビゲーターの方が 病院で出張相談をしています。

就職について相談を希望の方はぜひご活用ください。 予約制ですが、予約が入っていなければ当日相談も可能です。

> 相談 毎週木曜日 11:00~16:00 予約受付 月~金曜日 8:30~17:00 電話番号 0532-33-6111(代)



ハローワークの相談のページへ (患者総合支援センターページ内)



ハローワーク相談風景

ピアサポーターによる相談会

がん体験者であるピアサポーターとの相談会です。(予約不要)

相談 毎月第2水曜日 10:00~12:00 場所 診療棟1階 患者総合支援センター前またはATM前

がん患者サロン「ひまわり」

がん患者さん・ご家族同士の交流会です。(予約不要)



令和3年度中については、1/25(火)、2/25(火)、3/22(火)のいずれも $14:00\sim15:40$ に開催します。 場所 診療棟3階 講堂 電話番号 0532-33-6290

ピアサポーター、がん患者サロンのページへ

◇ お問い合わせ先

豊橋市民病院 がん相談支援センター (患者総合支援センター内) 診療棟1階 カフェ・ド・クリエ横

電話番号 0532-33-6290 (直通)



看護局から

慢性心不全看護認定看護師 宮地さやか



心臓や血管に負担をかけやすい冬を乗り越えていきましょう!!



・寒くなるとご近所で救急車の音を耳にしませんか? ・知り合いが心臓病で入院したと耳にしませんか?

【冬は、心臓病や血管系の病気が急激に悪くなりやすい季節なんです!】

よく見受けられるのが下の3つです

- 1 寒暖差に伴うヒートショック現象
- 2 寒い季節になると味の濃いものを食べたくなり塩分摂取量が増える
- 3 風邪、インフルエンザ、肺炎などの感染症からの心不全の悪化

今回はヒートショック現象についてお話します

ヒートショック現象を起こしやすいのは体の弱い高齢者



冬場、寒い脱衣所で服を脱いで裸になり、冷え切った浴室に入ると血管がびっくりして縮み、 血圧が急激に上がります。その状態で熱いお湯に浸かれば、さらに血圧が急上昇します。 一方でお湯につかることで体が温まります。体が温まると血管が広がり血圧が下がってしまいます。 このような血圧の乱高下が心臓に大きな負担となります。

冬のお風呂やトイレが危険なのは、こうした負担から、心筋梗塞・脳梗塞・脳卒中・不整脈を引き起こすことがあるからです。



POINT! 【防ぐためのポイントは】

- ・脱衣室やトイレの温度設定:パジャマや裸になった時に寒くない温度に設定
- ・浴室:裸になった時に寒くない温度(10度以上の差はだめ)
- ・湯温の設定は40~41℃ぐらい(できれば、はじめはぬるめ)
- ・運動後・食後の1~2時間は入浴を避ける
- ・ 高齢者は一番風呂を避ける(一番風呂は湯の温度が高いから)

入浴中

かけ湯をして末梢からゆっくり湯につかる 出るときはゆっくり立ち上がる

*寒い冬と上手に付き合い、

年末年始をお家で安心して過ごせるように

気を付けましょう





水分補給(水分制限に応じて)

診療技術局から

糖尿病の食事について

1 糖尿病について

糖尿病とは、血糖値を下げるすい臓から分泌されるインスリンというホルモンが、減少したりうま く働かなくなったりすることで慢性的に血糖値が高くなる病気です。厚生労働省が発表した「令和元 年国民健康・栄養調査 | によりますと、糖尿病及び糖尿病が強く疑われる方、糖尿病の可能性を 否定できない方を合わせると2.251万人で、日本人の実に5~6人に人が該当する計算になります。

2 心がけたい食習慣について

糖尿病の方に心がけていただきたい食習慣をご紹介します。糖尿病の食事は特別な制限を行 う食事ではなく、食事制限のない全ての方にもお勧めしたい健康的な食事です。ご自身の食習慣 に問題がありそうな項目がありましたら改善してみてください。

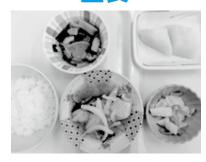
- ① 腹八分目とする
- 食品の種類はできるだけ多くする
- 動物性脂質は控えめに
- 食物繊維を多く含む食品 (野菜、海藻、きのこなど)を摂る
- ⑤ 朝食、昼食、夕食を規則正しく
- ⑥ ゆっくりよくかんで食べる
- (7) 単純糖質(砂糖など)を多く含む食品の間食を避ける
- 糖尿病治療ガイド(日本糖尿病学会)より抜粋

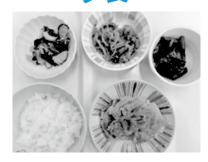


3 当院の糖尿食について

患者さんに必要なエネルギーに応じた食事を提供しています。写真は1日1520kcal(米飯量 160g/1食)の食事例です。「2 心がけたい食習慣について | でご紹介した項目を食事に取り入れ ることはもちろんのこと、天然のだしや香味野菜を使用するなどの減塩にも心がけています。









配合錠とは

配合錠とは、いくつかの成分を一つの薬にした飲み薬です。商品名にはわかりやすいように 必ず配合とついています。高血圧配合錠、糖尿病治療薬配合錠、高脂血症治療薬配合錠、高 血圧+高脂血症治療薬配合錠などが最近次々と発売されています。配合の割合も様々発売さ れ、作用の異なる成分の降圧薬を3種類配合した薬品も発売されました。

●販売名のルール

配合剤であることに気づかず、誤って重複又は過量に投与されるおそ れを防ぐために「配合錠」と明記する必要があります。

配合比の異なった薬又は配合量の異なった薬の存在が分かりやすいよ うに命名とし、誤投与の防止を図るようにしなければなりません。



例)

エクメット配合錠HD・・・販売名+配合錠+HD (語尾で複数の規格があることを示しています。)

●配合錠のメリット

医薬品の数を減らすことができ、飲み忘れを防ぐことができます。 配合錠の方が二種類の薬を飲むより薬剤の値段を安く抑えることができます。

▶配合錠のデメリット

- ・配合錠と気づかずに同じような効果の薬を重複して服用してしまう可能性があります。
- 手術前に中止しなければいけない薬を中止し忘れる危険があります。
- ・片方だけ量を減らしたり、中止したりなどの細かい量の調節が難しいです。

○○配合剤という名前がついていたら、このような複数の成分が入ったお薬ですので、 一度お薬を確認してみましょう。そして、同じような効果の薬を重複していないか 確認してみましょう。

薬の飲み合わせや、飲んでいて不安なことがあればお気軽に薬剤師にご相談ください。

参考「医療用配合剤の販売名命名の取り扱い」

提案箱提 拉 応 状 況 報

提案を活用させて頂きました



令和3年2月 提案日

トイレットペーパーが固いので、 柔らかい方がいい人は各自で用意するようにファイルに書いておいて ください。



ご意見ありがとうございます。トイレットペーパーについて、現在は入院時に持ち物を説明 させていただく際にお尋ねいただいた場合のみお答えしております。今後は入院時の案内 ファイルに掲載してまいります。(医事課)

◆◆ 豊橋市民病院の理念 ◆◆

信頼に応える技術と、人に優しい思いやりのある心を持ち、 地域に開かれた安らぎのある病院を目指します

◆◆ 豊橋市民病院の基本方針 ◆◆

- 1. 地域に開かれた信頼のある病院、患者に優しい思いやりのある医療を目指します。
- 2. 地域の基幹病院としてふさわしい高度な医療を提供するとともに、特殊医療、救急医療等を積極的に受け持ちます。
- 3. 基幹病院としての役割を担いながら、他の医療機関との間の有機的な連携のもとに当院の行うべき医療活動を推進します。
- 4. 医学及び医療技術の研鑽に努めるとともに、医学・医療の進歩に寄与します。
- 5. 研修医、医学部学生、看護学生、コメディカル、救急救命士などの教育を積極的に行います。
- 6. 地域住民の保健知識の普及に努め、健康増進活動に参加します。
- 7. 公共性と経済性を考慮し、健全な病院経営に努めます。
- 8. 安全医療の推進に努めます。

当院のご案内は下記でも行っています。併せてご覧下さい。

— 豊橋市民病院インターネットホームページアドレス — http://www.municipal-hospital.toyohashi.aichi.jp





発 行 所:〒441-8570 愛知県豊橋市青竹町字八間西 50 番地 TEL.0532 - 33 - 6111 発行責任者:広報紙編集委員会 委員長 岩井 克成