



# 公立西知多総合病院だより

第18号(1～3月号)

11/30 当院にて災害医療対応訓練を実施しました



上手な病院の受診の仕方／副院長・・・P1、P2

白内障について／眼科医長・・・P3

年に1度は健康診断を受けましょう／健診センター課長・・・P4

しっかり食べて元気を保ちましょう／栄養科副科長・・・P5

集中治療室とは／集中ケア認定看護師・・・P6

## 上手な病院の受診の仕方 副院長 伊藤 靖



皆さんは、病気やけがをしたときに、「どの医療機関・診療科に受診したらいいか分からない」と悩む方も少なくないのではないのでしょうか。

一般的に、診療所やクリニックは日常的な病気やけがを治療する場合、地域の中核的な病院（地域医療支援病院）は手術や入院、救急治療を必要とする場合、大学病院や救急救命センターを有する病院は重症の救急患者さんや高度な医療を必要とする患者さんを治療する場合、というように、医療機能に応じた役割分担をし、連携して地域の医療を支えています。

日常的な病気や軽いけがならば、近くの診療所やクリニックに受診するのが、患者さんにとって最も便利です。しかし、中には安心するから、平日の昼に行く時間がないから、夜間の方が空いているからなどの理由で、地域医療支援病院、大学病院及び救急病院を受診される方が少なからずみえます。

このように、適切でない受診の仕方により、どのようなデメリットが生じるのでしょうか？

### 上手に医療機関にかからないと生じる問題

#### 1. 待ち時間の増加

地域医療支援病院、大学病院及び救急病院は、土日祝日に外来患者さんが集中することにより、診療できるまでの待ち時間が増加します。

#### 2. 医療費、自己負担の増加

夜間や土日祝日に受診したときや、紹介状なく地域医療支援病院、大学病院及び救急病院を受診したときには、治療費以外に定額料金（選定療養費）がかかるため、医療費や自己負担額が増える場合があります。

#### 3. 受けられる医療の質や安全が低下する可能性

外来受診、救急受診が集中することにより、患者さんひとりに対する診察時間が短くなり、医師からの丁寧な説明が受けられなくなる可能性があります。また、医師の負担が重くなり、疲労による医療の質や安全に影響するおそれがあります。

#### 4. 緊急度の高い患者さんの治療ができなくなる

緊急性を要しない、軽症で受診するいわゆる**コンビニ外来受診**が増加すると、救急搬送されてくる緊急度の高い患者さんの受け入れが難しくなってしまうです。

医療を提供する医療機関の数、医師や看護師など、医療を支える人の数には限りがあります。その中で、質の高い医療サービスを効率的に提供するために、機能に応じた役割分担をしています。必要なときに必要な医療を安心して受けられるようにするためには、最初から地域医療支援病院、大学病院及び救急病院にかからないようにします。**緊急性のない時間外診療（救急外来の受診）を減らすということ、ひとりひとりが考えて、上手に医療機関にかかることが重要です。**



## 上手に医療機関にかかる方法

1. 軽度の病気やけがであれば、身近な診療所やクリニックにかかりましょう。近くにあるので便利ですし、待ち時間も少なくて済みます。また、受診の際には、地域医療支援病院、大学病院及び救急病院のように選定療養費がかからないため、医療費が節約できます。
2. 休日や夜間に受診すると、追加の費用がかかります。また、日中とは診療体制も異なり、専門的な診察や検査なども十分にできないことがあります。やむ得ない場合を除き、時間外受診を控えましょう。
3. 身近な診療所の中で「**かかりつけ医**」を決めておきましょう。体調の変化で気になることを気軽に相談できますし、新たな病気にかかったときも、体質や過去の病歴を照らして診察してもらえます。地域医療支援病院、大学病院及び救急病院での治療が必要な場合にも、かかりつけ医の紹介状を持っていけば、選定療養費なしで受診することができます。また、予約をとることにより、診療の待ち時間も短縮することができます。
4. 「早く治らないので他の病院を受診した」など、同じ病気で複数の医療機関を渡り歩くことを「**はしご受診**」と呼びます。このような受診をしていると、医師と患者間の信頼関係は生まれません。また、同じような検査や投薬が繰り返されるので、体に悪影響を与える可能性もあります。そして医療費もふくれあがります。もし主治医の治療方針以外に治療の選択肢があるか知りたいときには、「セカンドオピニオン」を利用され、主治医以外の医師や専門家の意見を求めることができます。他の医療機関に変更したい場合には、医師に「紹介状」をもらってから転院をしましょう。

## 急な病気やけがをして、どうしたら良いか迷ったとき

子供が休日や夜間に病気になり、どのように対処したら良いか迷ったとき、電話で相談が受けられます。**こども医療電話相談事業「#8000」**(全国共通) 救急受診が必要かどうかは、**救急安心センター「#7119」**で適切なアドバイスが受けられます。ぜひご利用ください。

最後に、公立西知多総合病院は開院以来、地域の基幹病院として救急医療と急性期医療の充実に努めることを基本方針として参りましたが、緊急性のない救急外来の受診が増えることにより、医師、看護師の負担が増え、疲れきってしまいます。患者皆様のご協力が是非とも必要です。よろしくお願いいたします。



# 白内障について

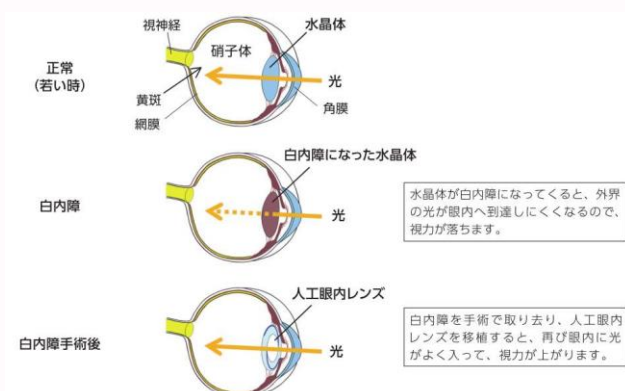
眼科医長 山本 健太郎



一宮市民病院、小牧市民病院、ロンドンの Moorfield Eye Hospital を経て、2018 年 1 月より当院で眼科医長を務めさせていただいております山本健太郎と申します。当院では広く白内障手術・硝子体手術・緑内障手術や眼瞼手術等を手がけておりますが、このなかでも最も多い白内障について簡単にご説明いたします。

## 白内障とは？

目の中にあるレンズ、水晶体が濁ってくる現象が白内障です。カメラのレンズに当たる水晶体が濁るため、その後ろの網膜にまで光が十分届かず、かすんだり、ぼやけたりするようになります。多くは老化現象ですが、糖尿病やアトピー性皮膚炎、外傷やステロイドにより、若くして白内障になることもあります。進行した白内障の治療は手術だけで、点眼薬では進行は抑えることが出来るものの、透明に戻すほどの効果はありません。



## 手術の実際

3mm 以下の小さな切開創から器具をいれ、濁った水晶体の中身は超音波を用いて取り去り、残った水晶体の袋の中に眼内レンズを移植します。手術時間は 15 分程度、準備や後片付けを含めても 30 分程度で、麻酔は点眼のみか、軽い注射だけです。当院では主に一泊二日、ないし二泊三日の入院で、片目ずつ手術を行っています。

## 手術の限界と注意点

水晶体の濁りが取れた分はすっきり色鮮やかに見えるようになりますが、眼内レンズでは自由なピント合わせは出来ないため、眼鏡無しで遠くも近くも見えるようにはなりません。各自の生活スタイルに合わせたピントをよくご相談した上で選択する必要があります。また、このピントがあう位置は、手術前には計算で予想することしか出来ず、若干の誤差を生じる可能性があります。近視が強い方、レーシックを受けられた方などは特にこのピントずれが起こりやすいとされています。その他にも多くの合併症が起こりえますが、当院では術前によくご説明し、ご納得いただいた上で、最善の医療を提供して参ります。

合併症	確率	いつ起こるか	症状	ハイリスク (どんな人に多いか)
眼内レンズの度数ズレ	1~2%	術後	ピントが合わない	強度近視 レーシック後
眼内レンズが入らない	1%以下	手術中	ぼやけて見えない	高齢者、緑内障 網膜色素変性 進んだ白内障
白内障落下 (核落下)	1%以下	手術中	ぼやけて見えない	高齢者 進んだ白内障
黄斑浮腫	1%程度	術後数日 ~数ヵ月	ぼやけて見えない	なし(誰でも起こる)
角膜の濁り (水毒性角膜症)	1%以下	術後数日 ~数ヵ月	ぼやけて見えない	角膜内皮減少、 虹彩炎 緑内障レーザー
網膜剥離	0.5%以下 (アトピー除く)	術中発見 (アトピー) 術後数日 ~数ヵ月	ペールが広がる 視力低下、 失明	アトピーは特に多い 眼内レンズが入らない人 白内障が落下した人
術後眼内炎	0.1%以下	術後数日 (多くは1週間以内)	目の痛み、 充血 急激な視力低下	高齢者、糖尿病、 アトピー性皮膚炎 ステロイド、 抗がん剤
駆逐性出血 (駆出性出血)	0.1%以下	手術中	強い痛みと その場で失明	強度近視、高血圧、 高齢者 手術中の痛みや力み 術式変更

\*図表は眼科インフォームド・コンセントより抜粋

# 年に1度は健康診断を受けましょう

健診センター課長 澤田 和典



高血圧や糖尿病などの生活習慣病や胃がん・大腸がんなどのがん疾患は、自覚症状のないまま病気が進行することがあります。健康寿命を延ばしていくために、年に1度は健康診断を受け、体調管理に努めましょう。

## 各種の健康診断に対応しています

- ①病気の早期発見や予防を目的とした人間ドック・脳ドック、生活習慣病健診、がん検診
- ②労働安全衛生法に基づく雇入時の健康診断や定期健康診断、特殊健診
- ③メタボリックシンドロームに着目した特定健診、東海市・知多市の特定健康診査
- ④資格取得に係る健康診断、海外渡航に係る健康診断など

健診センターでは、このほかにも各種の健康診断をおこなっておりますので、健康診断でお困りのことがあれば気軽にお問い合わせください。

## 3つの安心

### ① 診療部門との連携

専門医による精密検査や治療が必要な場合、健診センターで公立西知多総合病院の専門外来部門の診療予約を取ることができます。

### ② 女性専用エリア

乳がん・子宮がん検診は、健診センター内の女性専用エリアで安心して受診いただけます。また、乳がん検診のマンモグラフィ撮影は女性技師が担当しております。

### ③ 特定保健指導の初回面談を当日に

特定健診では、健診当日に、保健師による特定保健指導の初回面談が出来る体制を整えております。

## 電話でご予約ください

健診は完全予約制のため、お電話でご予約の上お越しください。

☎0562-33-9800（健診センター直通）



年に1度は健康診断を受けていただき、病気を早期発見、早期治療するだけでなく、健診結果を参考に生活習慣を改善し病気の予防に努めましょう。当院では、迅速で精度の高い健康診断を行っています。是非、当院の健診センターをご利用ください。

## 集中治療室とは (ICU : Intensive Care Unit)

集中ケア認定看護師 池尾 昭典



当院は、急性期病院として急性期医療が必要な患者さんの救急搬送や入院に対応し、年間約 3300 件の手術を行っています。その中で、重症な患者さんが入室されるのが集中治療室です。その様な患者さんに対して、専門の医師やコ・メディカルスタッフ（看護師・臨床工学技士・理学療法士・作業療法士など）により、集学的な治療や看護を行っています。6 床のベッドが稼動し、年間約 150 件の患者さんが入室されます。

治療のため、集中治療室では人工呼吸器をはじめ、多くの医療機器がベッドの周りを取り囲んでいます。昼夜問わず医療処置が行われ、医療機器の音が鳴り、ゆっくり寝られない事もあります。その中で、看護師は患者さんが安楽に過ごし、早期回復できるように皆で協力し、看護を行っています。

## 集中ケア認定看護師とは

病院内でも何を専門とする看護師ですか？と良く言われます。集中ケア認定看護師の専門分野は「生命の危機にある患者さんの看護ケア」になります。そのため、集中治療室だけでなく、一般病棟においても看護ケアを実践しています。

集中治療室に入院すると、ご家族も精神的危機状態になる可能性があります。また、集中治療室から一般病棟へ移られた場合や、退院後にも不安な事が出てくるかもしれません。ご家族に対する「家族看護」についても専門としています。何かお困りの際は、お気軽にご相談下さい。



当院の集中治療室の写真





## しっかり食べて元気を保ちましょう！

臨床栄養科 副科長 早川 芳枝



日本は長寿の時代となりましたが、元気を保つためには食べる事が大切です。

しかし加齢や病気の影響で、うまく食べられなくなったり消化機能が落ちたりして、栄養も水分も十分に摂れなくなり、エネルギーとたんぱく質が欠乏した状態になって衰弱してしまう高齢者が少なくありません。このような状態は健康な体を維持し活動するのに必要な栄養素が足りない状態「低栄養」です。

特にがんや胃腸疾患などの治療・手術後の人、呼吸器系の病気の人や糖尿病などで食事制限している人、高齢者世帯、うつや認知機能が低下した人は要注意です。次のような時は低栄養が疑われます。



やせてくる・傷などが治りにくい・かぜをひきやすい  
脚がむくむ・握力が弱い・口の中がかわく・よろけやすい  
食欲がない・元気がない・皮膚がかさかさになる



体の機能を維持するうえでまず必要なのは、エネルギー源の炭水化物とたんぱく質です。この2つが足りないと、体力も抵抗力も落ちてしまいます。またビタミンやミネラル、食物繊維などは、体の調子を整える大事な栄養成分です。これらはエネルギーとたんぱく質が充分満たされた状態で力を発揮しますので、各栄養が不足しないよう主食-主菜-副菜をそろえて食べることが重要です。

### 献立の組み立て 必要な栄養を摂るポイント



食欲が落ちている時こそ元気になるために、食事のアドバイスを受けてみませんか？  
栄養指導は食事制限するばかりではありませんので、ご希望の方は主治医にご相談下さい。

# 健診センター市民健康教室のお知らせ

「子宮頸がんを予防するには ～守ろう自分のからだ～」

と き：令和2年1月16日（木）15時～16時

ところ：公立西知多総合病院2階 講堂

内 容：子宮頸がんについての講演

講 師：健診科部長 産婦人科専門医 稲生 靖

申込み：令和2年1月10日（金）までに健診センターへお電話ください。

連絡先：0562-33-9800（健診センター） 参加無料です！



## ＜診療等のご案内＞

外来受付

8：30～11：00

（再診受付機は8：00～）

面会時間

平日 14：00～20：00

土日祝・年末年始 10：00～20：00

休 診 日

土曜日、日曜日、祝日

年末年始（12/29～1/3）

## ～ 基本理念 ～

私たちは、知多半島医療圏の北西部地域における中核病院としての使命を果たすため、次のとおり基本理念を定めます。

- 1 地域の皆さんとともに育む、心のこもったあたたかい病院を目指します。
- 2 質の高い医療を提供する、信頼される病院を目指します。
- 3 地域医療の担い手として、安心して暮らせるまちづくりに貢献します

## ～ 基本方針 ～

- 1 患者さんの生命と人権を尊重し、安心安全な医療を提供します。
- 2 地域の基幹病院として、救急医療と急性期医療の充実に努めます。
- 3 地域の医療機関や保健・福祉機関と連携し、地域住民の健康増進を図ります。
- 4 教育と研修により、医療技術の向上と人間性豊かな医療人の育成に努めます。
- 5 職員がやりがいを持ち、安心して働くことができる環境を整えます。
- 6 健全な病院経営に努めます。

2019年10月30日開催  
名古屋フィルハーモニー交響楽団による  
『名フィルコンサート』の様子



公立西知多総合病院だより 第18号

2019年12月発行 編集：広報図書委員会 発行：公立西知多総合病院