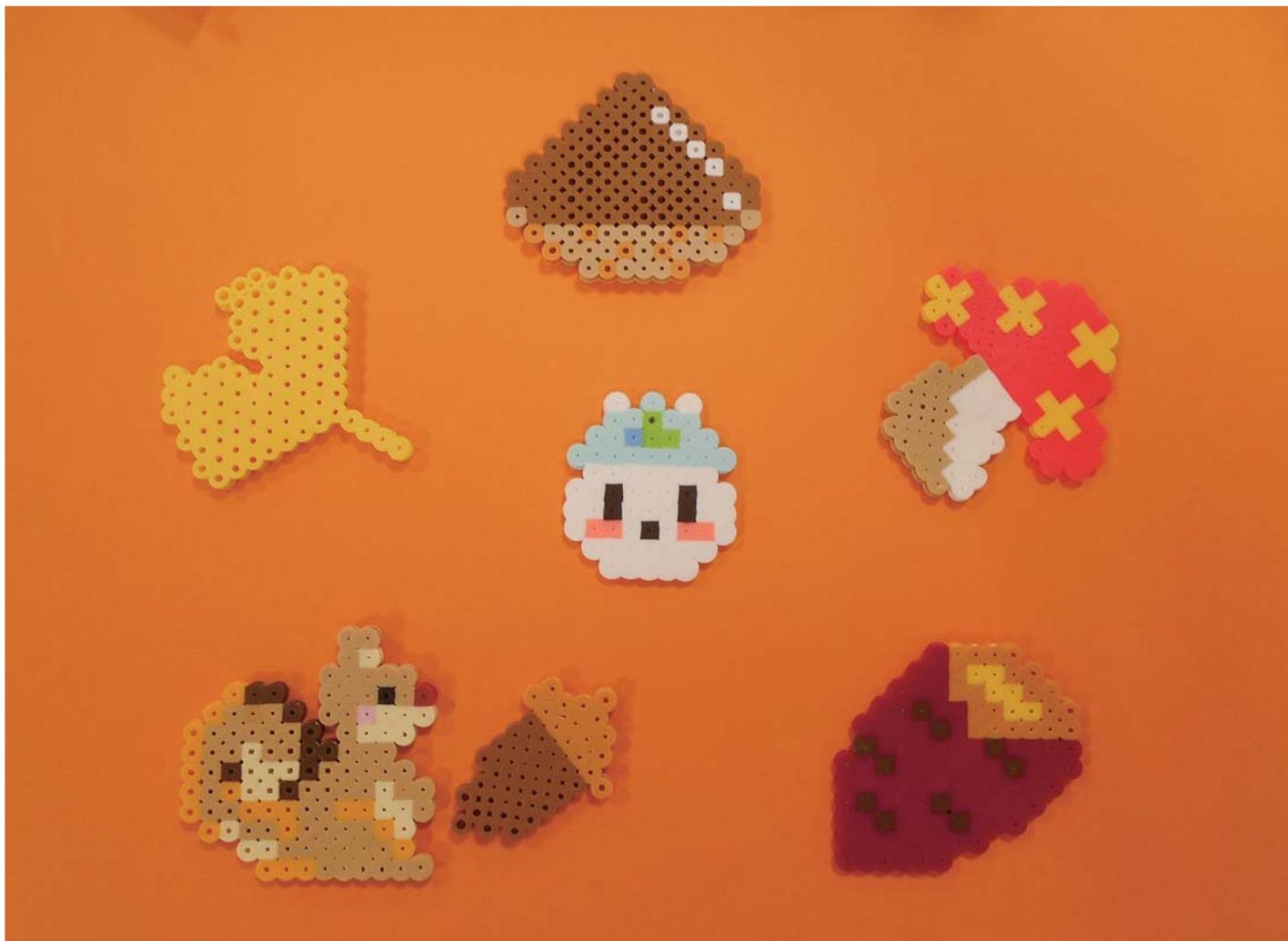


灸道湖

第191号

2022年10月



2階病棟 山下望里さん

秋をモチーフにした作品です。アイロンビーズを1つずつ並べて作りました。
楽しく作ることができました。

もくじ

教育研修部コラム“どじょう”	2
新型コロナウイルス感染症に対応する 看護師派遣活動を終えて	3
認知症について～予防～	3～4
新人紹介	4
ヤギによる病院敷地の 除草作業をはじめました！	5

2階病棟 院内行事「ふれあいの日」	6
3階病棟 院外行事振替院内行事 「北海道に行こう」	7
開業医紹介	8
地域医療連携室だより	9
外来診療表	10



～ 教育研修部 コラム ～

“ どじょう ”

呼吸器内科医長・教育研修部長 門脇 徹

特に意識していないことが、意外ととんでもないものに繋がったり、新たな発想のタネになったりするご経験は誰しもあることと思います。

先日何気なくTVを観ていたところ…ドジョウの生態を特集している番組が始まりました。普段ならチャンネルを変えるところですが、たまにはこんなのも観てみようと思い、stay tuneでドジョウのお勉強。

ドジョウとはもちろん皆さんご存知、田んぼや小川にいるあのドジョウです。学問的に言えばコイ目ドジョウ科に分類される淡水魚。子供の頃、田んぼに入ってドジョウを捕まえてたら、近所の農家のおじさんに怒られたことがあります。そりゃそうだ(笑)。家に帰ったら服が泥だらけになってて母親にも怒られた。そりゃそうだ(笑)。水が綺麗なところほどよく見かけますが、最近では田んぼが減ったり、外来種の進出などで在来種の数が減ってきているようでして…。

そんな残念だけどよくある話にピンときたのではありません。ドジョウの持つ特徴に自分のアンテナが反応しました。私、呼吸器内科医なので、そうドジョウの呼吸の特徴に、です。我々人間はもちろん肺呼吸。ドジョウは魚類ですから鰓(えら)呼吸。それだけではなく、なんと皮膚呼吸もできる。それにはあの表面のヌメヌメは大事なんだそうです。となるとウナギも皮膚呼吸ができるの？って思うわけですが、ウナギも皮膚呼吸ができる。ホホウ。まあここまでは「すごい」と思いながらも想定範囲内でした。驚いたのがドジョウのもう一つの呼吸法。映像では水中の酸素が不足すると、水面まで上がって

きて空気を吸って肛門からブクッと泡(空気)を排出するシーンが流れます。酸素の取り込みを腸管の下部で行って二酸化炭素を排出する「腸呼吸」を行っているというのです。鰓、皮膚、腸の3つの呼吸ルートを持つってすごい。まさに“超”呼吸!なんて思ったわけです。

ひょっとしてそれって新たな治療に応用できるのでは?と思いつきましたが、自分が思いつくようなことはすでに誰かが思いつていることが多いものです。柳の下にドジョウはいませんでした(笑)。現時点ではマウスやブタの哺乳類でも腸呼吸を利用した「腸換気法」の有効性が確認されており、ヒトへの応用も検討されているようです。もちろん実用化に至るまでには様々なstepがあると思いますが、いつかこんな治療が始まる日が来るのかもしれない。

掬ったり、食べたり、眺めたりするものだと思っていたあのドジョウからこんな発想がなされるなんて。ドジョウを心底スゴいと思える日が来るなんて。田んぼでドジョウを捕まえて、おじさんにカラーッと漫画のように怒られて、家に逃げ帰ったのに、ダメおしで母親にも怒られてしまう漫画のような少年時代の自分に教えてあげたい気分です。

とまあ生活の中にも何かを変える何かは割とそこら中に転がっている、という話を書いてみた今月号の教育研修部コラムもこれで終わり。いつもより短くていいでしょ?(笑)

最後に。教育研修部は皆様のご健康をお祈りしております。みんな頑張ってください!

新型コロナウイルス感染症に対応する 看護師派遣活動を終えて



5階病棟 角 華蓮

私は、新型コロナウイルス感染症を受け入れる病棟で治療・看護に令和3年9月から携わっています。この度厚生労働省からの要請を受け、令和4年2月17日～3月31日に大阪府の臨時医療施設、令和4年6月1日～6月13日に東京都に設立された臨時医療施設に派遣看護師として勤務をしました。要請を受けた際、「感染者の多い都会では、他施設での新型コロナウイルス感染症の治療・看護はどのように行われているのだろう」という思いと、普段から新型コロナウイルス感染症の看護を行っており対応の大変さを実感していたため、医療体制の逼迫する現場で「自分も力になりたい」と思い要請を快諾しました。

東京都は、2病棟に分かれており1病棟40床ずつの合計80床の軽症～中等症Ⅱの病床を確保していました。派遣当時、東京都の感染者数の減少もあり、入院患者数は1病棟5～8人程度で稼働していました。業務は、患者さんの病態把握、日常生活の援助、入退院の介助などと、普段私が自部署で行っている看護と大きく変わりはありませんでした。派遣先で勤務を行い印象的であったのは、臨床検査技師が病室に訪室し検体検査を実施するなど、派遣された医師や看護師だけでなく放射線技師、臨床検査技師などコメディカルと協働をし、円滑にそして安全に入院受け入れを行っていることでした。また、患者さんは高齢者施設からの認知症や転倒リスクの高い患者さんが多く入院されていました。患者さんが安全に安心して入院生活が送れるよう、他県から様々な診療科を経験したスタッフが集まり、毎日カンファレンスを実施しスタッフと情報を共有しながら共に看護を行っていくことができ、私自身とても勉強になりました。今回の経験で得た学びを今後の看護に活かしていきたいと思います。

認知症について ～予防～



4階東病棟 認知症看護認定看護師 副看護師長 松本麻衣子

私は4階東病棟に所属している認知症看護認定看護師の松本と申します。今回は認知症の予防についてお話しいたします。

認知症の予防とは発症を遅らせることであり、脳の老化のスピードを遅くすることです。現在95歳以上の日本人の約8割は認知症です。予防法を実践すると寿命が延びます。逆に言えば認知症の人が増加したのは寿命が延びたことが要因であり、寿命が伸び続ける限り、認知症になる人の数は増える可能性

があります。

今回は認知症の具体的な予防である、運動、食事、ストレス、生活習慣、視力・聴力・歯についてお伝えしたいと思います。認知症の予防のライフスタイルは、昔から健康によいとされています。生涯にわたる健康的な生活が、認知症の発症・進行遅延に有効です。

- ①運動が一番。家事や運動で身体を動かすと認知症の予防になります。運動には脳の萎縮を防ぐ効果や、アルツハイマー型認知症の脳変性を抑制する働きもあります。
- ②健康的な食生活。中年期以降は健康的な食生活を心がけます。タバコは吸わないようにしましょう。その結果、寿命が延びます。
- ③心理ストレスを低らす。心配しない前向きな気持ちで、快適に暮らします。周囲の人と楽しく会話し、多くの交流をもち、孤立しないことが認知症の発症のリスクを減らします。
- ④生活習慣。高血圧症、糖尿病、脂質異常症、メタボリック症候群は認知症の発症のリスクを高めます。これらの疾患を治療すれば、リスクの上昇を抑えることができます。
- ⑤視力・聴力・歯。視力や聴力が保たれるとテレビを見たり、人との会話を楽しむことができるため、眼鏡や補聴器で補うことも大切です。歯がそろっていてしっかり噛めることは脳の機能維持になるため、口腔ケアや歯科治療も必要です。

生活の中でできるこれらの予防のライフスタイルを取り入れ、健康的な日常が過ごせるよう、認知症の予防を無理なく行いましょう。

新 人 紹 介

2階病棟 永井 七海



私は、この春から松江医療センターに入職し、2階病棟で看護師として働いています。

2階病棟は、重症心身障がい児、筋ジストロフィーの患者さんが入院されている病棟です。私は学生時代、重度の障がいを持つ患者さんと接した経験がなかったため、初めて病棟に行ったときは患者さんとのコミュニケーションのとり方や見慣れない医療機器などに戸惑ったことを覚えています。また、病棟での勤務が始まるとたとえ新人で未熟であったとしても患者さんの命を預かる仕事であるため、自分の行動に責任をもたなければならないことを実感しました。自分の知識や技術不足を痛感し、焦りや不安を感じることもありますが、病棟スタッフの皆さんや患者さんに助けていただきながら少しずつ業務にも慣れ、出来ることが増えてきたように感じます。2階病棟の患者さんにとって病室は生活の場となっているため、居心地がよく安心安全な毎日を送っていただけるようにそれぞれの思いや、こだわりを尊重した個別性のある看護を実践していきたいと思っています。

まだまだ未熟な私ですが先輩看護師の指導を受けて看護を学びながら、1日1日を大切に患者さんと一緒に歩んでいきたいと思っています。

ヤギによる病院敷地の 除草作業をはじめました！

庶務班長 森谷 伸明

草刈りをして、草抜きをしても、どんどん生えてくる雑草たち…。なんとか方法はないものかと…。そこで考えたのが、草食動物であるヤギに雑草を食べてもらい除草を行うという「ヤギ除草」です。ヤギ達も最初は慣れない感じでしたが、草を見た途端、元気になり、黙々と草を食べてくれました。その愛くるしい姿は、癒しにも繋がっており、除草だけではなく様々な効果を発揮しています。かわいいヤギの姿は癒し効果も抜群！

今後も安全で自然に優しい除草ができると信じ、大きな期待を寄せています。



院内保育所園児たちも大喜び！



患者さんにも人気です！

2階病棟 院内行事

「ふれあいの日」

児童指導員 門口 祐子



7月7日（木）、2階病棟で院内行事「ふれあいの日」を実施しました。

今年はちょうど「ふれあいの日」が七夕の日だったこともあり、当日デイルームに本物の笹を飾りました。2階病棟の「ふれあいの日」のテーマは「大東七夕まつり」でした。

島根県雲南市大東町の七夕まつり「大東七夕まつり」とは、天正2年（1574）に泰平の時代となったことを祝い、代官屋敷に

笹竹に短冊をかざして練り出したのが起源とされ、約440年以上の歴史を誇り、平和の祭典としても知られています。「さーいさいさい！てんてんの七夕さん」の掛け声と共に子どもたちがすいかや七夕のお飾りで飾ったお神輿を担いで、大東町を練り歩くそうです。

2階病棟では、最初は大東町の紹介やクイズを行いました。ヤマタノオロチの絵を見ながら、「何の生き物かな～？蛇かな？竜かな？」と積極的に参加されていました。クイズが終わるといよいよお神輿の入場です。最初に太鼓とトライアングルの音に合わせて「さーいさいさい！てんてんの七夕さん」と掛け声の練習をしました。お神輿が掛け声に合わせて会場入りすると、利用者の皆さんの笑顔がこぼれました。

行事のラストイベントは、ご家族から頂いた思いのこもった七夕短冊の披露です。一枚ずつ、ご本人に見ていただきながら児童指導員や保育士が読んで笹に飾らせていただきました。ゆったりと温かい雰囲気の中で過ごすことができました。最後には「たなばたさま」の歌を、ハンドベルを演奏しながら歌いました。「早く世の中が落ち着きますように。」と星に願いを込めた一日でした。



3階病棟 院外行事振替院内行事 「北海道に行こう」

保育士 林 香菜美



8月23日(火)に「国内ツアー～北海道に行こう①～」を6名の利用者の方を対象に実施しました。今回も手作りの一畑バスに乗車し北海道に向けて出発しました。車内ではバスガイドによる北海道の紹介や車窓からの景色を楽しみました。現地に到着すると北海道ならではのエゾリス、エゾシカ、キタキツネの出迎えがありました。どの動物も得意の決めポーズを見せて賑やかに出迎えてくれ、その後は北

海道で有名なラベンダーを使用した香り袋の制作を行いました。コーヒーフィルターに本物のドライラベンダーを入れて作りました。香り袋をもむとラベンダーの心地よい香りが強くなり、利用者の方も職員も良い香りに癒された時間となりました。

その後は、北海道の名産品収穫を行いました。利用者の方それぞれ籠をもって北海道の海と畑に収穫に向かいました。海では大きな鮭やカニ、畑ではジャガイモや玉ねぎなど皆さん思い思いに収穫を楽しまれ、あっという間に籠がいっぱいになりました。収穫を終えると、香り袋と名産品をお土産にバスに乗車し帰路につきました。コロナ禍で様々な制限がある中ですが、皆さん素敵な笑顔を見せてくださり楽しい時間になったのではないかと思います。



開業医紹介コーナー

病病・病診連携 No.38

太田脳神経外科



砂子町の太田脳神経外科クリニックです。開業してそろそろ20年になります。脳神経外科、脳神経内科が主な診療科目です。開業して特に感じていることは、医療機関の連携がいかに重要かということです。頭痛やめまい、四肢のしびれ感等で地域の先生から

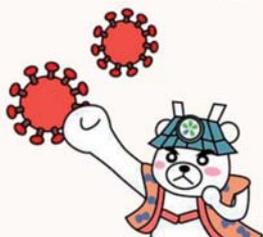
紹介していただくことも多く、神経学的検査や頭部CT等画像検査をおこなっていますが、更に精査が必要な場合は専門的な検査ができる医療機関を紹介することを心掛けています。また、最近は認知症が疑われて受診される方も多くなり、確定診断のため精査目的で紹介させていただくこともますます増えるのではないかと思います。地域の先生方、病院だけでなく、種々の介護施設とも連携し適切な対応ができるようにしていこうと思いますのでよろしくをお願いします。



地域医療連携室だより第 48 号

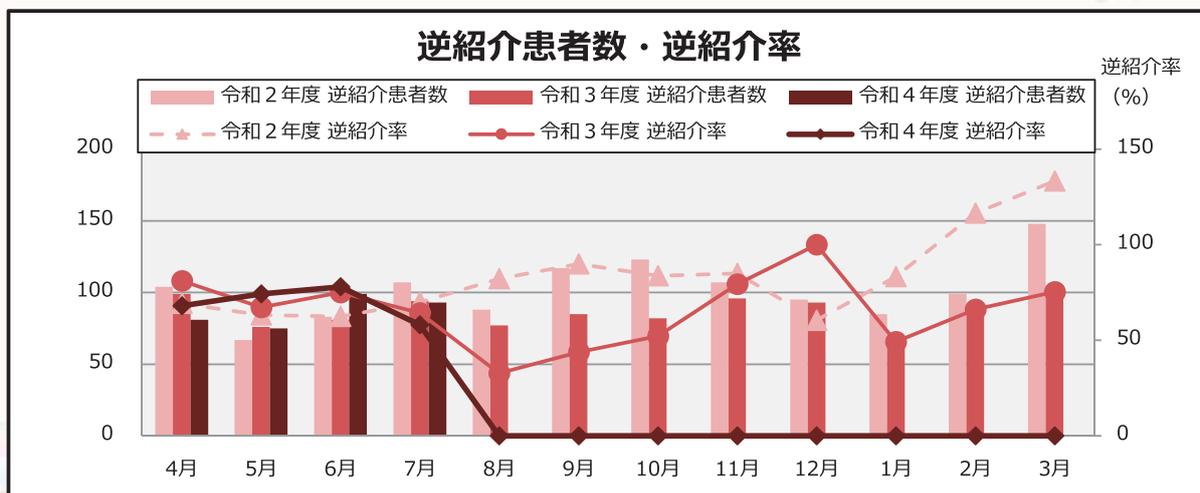
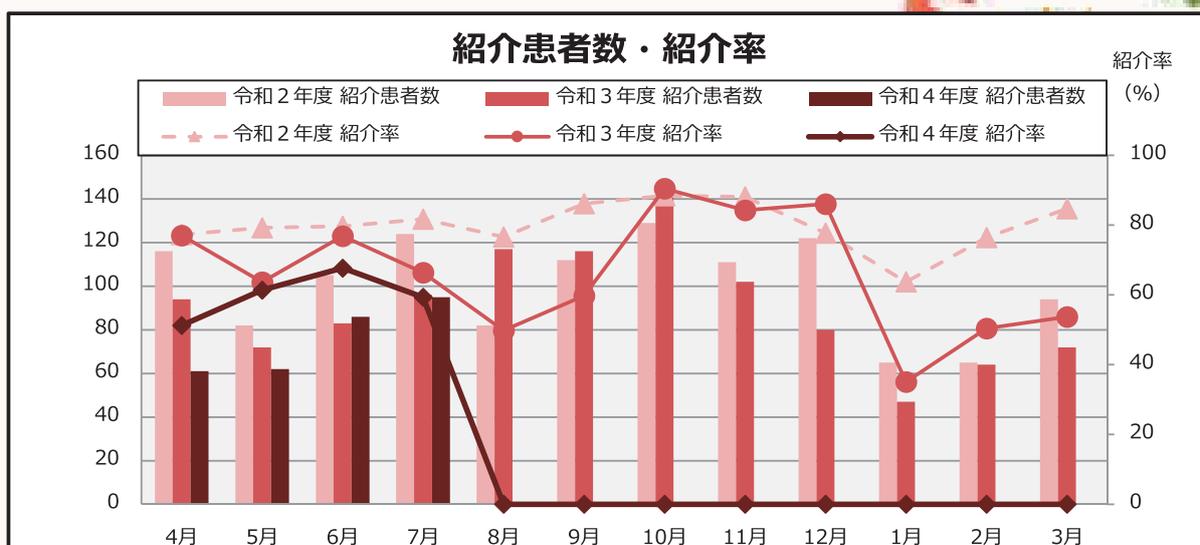
2022 年 10 月

【時間外の対応について】



呼吸器疾患で緊急にご紹介いただく患者さまにつきましては 24 時間対応させていただいております。
 夜間・休日に関わらず下記にご連絡ください。
 ☎0852-21-6131（代表）または 0852-24-7671（地連）

1. 紹介患者数・紹介率 / 逆紹介患者数・逆紹介率の推移



2. 退院支援データ

R4 年 / 月		4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月
退院支援患者		135	143	176	119	150			
退院先	在宅	85	66	99	103	85			
	施設	0	2	6	9	7			
	病院	10	6	3	3	4			

※逆紹介率とは、当院から開業医さんや他の病院へ紹介させていただいた患者さんの割合

$$\text{逆紹介率} = \frac{\text{逆紹介患者数}}{\text{初診患者数}} \text{ (休日、夜間の救急患者を除く)}$$

外来診療表

お気軽にご相談下さい

令和4年10月1日現在

診療科	曜日	月	火	水	木	金	専門領域
呼吸器内科		岩本(初)	西川(初)	木村(初)	門脇(初)	池田(初)	【呼吸器内科】 井岸 正 池田 敏和 小林賀奈子 木村 雅広 門脇 徹 岩本 信一 西川恵美子 坪内 佑介 【院長】呼吸器一般 【統括診療部長】呼吸器一般 呼吸器一般 呼吸器一般 呼吸器一般 呼吸器一般 呼吸器一般
		西川	小林	岩本		木村	
		井岸	門脇	池田	坪内	小林	
循環器内科						生馬	【循環器内科】 生馬 勲 循環器一般
脳神経内科		中島 (完全予約制)	古和	深田	足立	交替制	【脳神経内科】 中島 健二 古和 久典 足立 芳樹 中野 俊也 細田 義人 下山 良二 深田 育代 【名誉院長】脳神経内科 (完全予約制) 【副院長】脳神経内科 【臨床研究部長】脳神経内科 【診療部長】脳神経内科 脳神経内科・リハビリテーション 脳神経内科 脳神経内科
		中野	下山		細田		
呼吸器外科		荒木		目次		荒木	【診療部長】呼吸器外科・一般外科 呼吸器外科・一般外科
消化器内科		法正					【小児科】 齋田 泰子 久保田智香 松村 涉 前垣 義弘 重症心身障害・小児神経・摂食機能障害 発達障害
小児科	発達 専門外来	久保田 (予約)	齋田 (予約)	齋田 松村 (予約)	久保田 前垣 (第2木曜のみ) (予約)	齋田 (予約)	【呼吸器外科】 荒木 邦夫 目次 裕之
	予防接種		(予約)				【小児科】 齋田 泰子 久保田智香 松村 涉 前垣 義弘
麻酔科	腰痛外来			西村 (予約)			【麻酔科】 西村友紀子 麻酔科領域
特	肺がん検診	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	【消化器内科】 法正 恵子 消化器内科領域
	睡眠時無 呼吸外来				呼吸器内科 担当医(予約)		
殊	息切れ 外来		呼吸器内科 池田(予約)				【消化器内科】 法正 恵子 消化器内科領域
	喘息 アレルギー外来					池田 (予約)	
外	咳嗽外来					池田 (予約)	診療時間 8:30~17:15 受付時間 8:30~11:30 自動再来受付 8:00~11:30 独立行政法人 松江医療センター 国立病院機構 呼吸器病センター 〒690-8556 松江市上乃木5丁目8番31号 電話 (0852) 21-6131(代) 医療連携室直通電話 (0852) 24-7671 医療連携室 F A X (0852) 24-7661
	禁煙外来				毎週木曜日 呼吸器内科 担当医(予約)		
来	アスベスト 外来		(予約)	(予約)	(予約)		
	もの忘れ外来			深田			
その他	セカンド オピニオン外来	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	

特 殊 外 来	肺がん検診	診療日：毎週月～金曜日 15:00～17:00 (要予約) 内容と特色：ヘリカルCTを使用し、小さな肺がんも発見できます。 料金5,500円
	睡眠時無呼吸外来	診療日：毎週木曜日 14:00～16:00 (要予約) 内容と特色：いびき、睡眠時無呼吸症候群の診断治療を行います。
	息切れ外来	診療日：毎週火曜日 13:00～15:00 (要予約) 内容と特色：息切れの診断と治療を行います。
	喘息アレルギー外来	診療日：毎週金曜日 9:00～12:00 (要予約) 内容と特色：成人気管支喘息、花粉症。個人個人に合わせた予防法、日常生活指導から最新の治療まで。
	慢性咳嗽外来	診療日：毎週金曜日 9:00～12:00 (要予約) 内容と特色：3週間以上長引く咳(せき)や喉の異常感でお悩みの方。
	禁煙外来	診療日：毎週木曜日 10:00～12:00 (要予約) 内容と特色：禁煙を希望される方の検査、診断と相談に応じます。
	アスベスト外来	診療日：毎週火・水・木曜日 8:30～11:00 (要予約) 内容と特色：石綿(アスベスト)曝露による肺障害を発見するための検査と診断を行います。
	神経難病外来	診療日：毎週火・木曜日 9:00～12:00 神経難病外来
	もの忘れ外来	診療日：毎週水曜日 9:00～12:00 内容と特色：もの忘れの診断と治療を行います。
	小児科発達 専門外来	診療日：毎週月～金曜日 9:00～12:00 (要予約) 内容と特色：ことばや運動の発達の遅れ、低身長などの発育の異常、ひきつけなどの疾患に対する診断・治療療育相談を行っています。投薬、理学療法など通常治療のほかデイケアでの遊戯療法も行っています。
腰痛外来	診療日：毎週水曜日 9:00～12:00 (要予約) 内容と特色：主にぎっくり腰などの痛みの治療を行っています。薬物療法や神経ブロックなどで痛みの緩和を目指します。	
セカンド オピニオン外来	診療日：(完全予約制) 紹介状が必要です。 内容と特色：呼吸器・呼吸器外科・脳神経内科・小児科(筋ジスト)の専門医(医長)が担当いたします。	