

灸道湖

CONTENTS

教育研修部コラム“強みを活かす”	2
ボツリヌス療法外来のご案内	4
夏の夜空を思い出に ～「病院がプラネタリウム」開催～	6
医師志望の高校生医療現場体験を行いました！	7
感染管理認定看護師として心がけている事	8
異動者の紹介	9
新人紹介	9
栄養管理室より	10
MRI 検査のご案内(地域医療連携室だより)	11
外来診療表	12



3階病棟「創作クラブ」の皆さんの陶芸作品 作者、制作方法は5ページをご覧ください。

"強みを活かす"

呼吸器内科医長・教育研修部長 門脇 徹



「あなたの強みは何ですか？」

入学・入社試験でよく投げかけられると言われているこの質問。自分はこの質問をされたことはないですが、10代や20代の頃であれば自信を持って答えることはできなかったでしょう。今となっては、生きてきていろんなこともあったし、年もとってきてそれなりに経験値も積んできたので割と明確に答えることはできると思います。でも聞かないでくださいね。恥ずかしいから。

教育研修部では当院の強みを活かしての情報発信をしてきました。その一つが年に1回の「松江呼吸器セミナー」。COVID-19流行のため2020年は開催を断念しましたが、2021年（第11回）は当院職員のみを対象として復活。2022年（第12回）は当院職員には別会場で同時配信という形を取り、3年ぶりに外部からの参加をいただいて開催いたしました。今年（第13回）は「ハイフローセラピーのすべて」と題して開催いたします（詳しくは当院HPをご覧ください）。そう、ハイフローセラピーは本年4月の本コラムでも記したように当院の強みのひとつ、なのです。

まずは強みに気づくこと。みなさん絶対に強みを持っています。意外と気づいていないことが多い。例えば、自分が好きなことって強みだったりします。好きこそものの上手なれ、ではありませんが、好きだと知らず知らずに、"そうじゃない"人よりうまく処理できていたりします。多分、それってもう強みなのです。気づきました？

強みに気づいたら、それを磨いていくことが大事。どんどん外に出ていきましょう。情報を入れて、どんどん強くなりましょう。そしてその強みを発信する機会を持つと良いと思います。そうすると同じような強みを持っている人たちやコミュニティとシンクロし始めます。で、これが続くと、知らず知らずにその強みが突き抜けていって自信が持てるようになります。ほら、もう活かしてます、強みを。そう、もうイカしてます！

当院呼吸器内科の強みはたくさんあります。例えば、呼吸器の全ての領域をカバーしています。この"全て"というところが強み。政策医療として結核診療を設立当時から行っている歴史があります。その関連で多くの"非"結核性抗酸菌症の患者さんの診療もしてきました、というのも強みなのです。カッコよくいうとストロングポイント。非結核性抗酸菌、とは抗酸菌という細菌のグループのうち、結核菌群以外のものを指します。読者の皆さんもご存知のように結核はヒト→ヒト感染します。結核は戦前後に流行のピークを迎え、我が国は長らく先進国の中でも珍しい結核の「中蔓延国」でしたが、2021年によりやく「低蔓延国」の仲間入りを果たしました。しかしながら非結核性抗酸菌症は図（Namkoong H, et al. Emerg Infect Dis. 2016;22:1116-1117）のように増加の一途を辿っています。

非結核性抗酸菌症のうち日本で多いのはMycobacterium avium（マイコバクテリウム・アビウム）とMycobacterium intracellulare（マイ

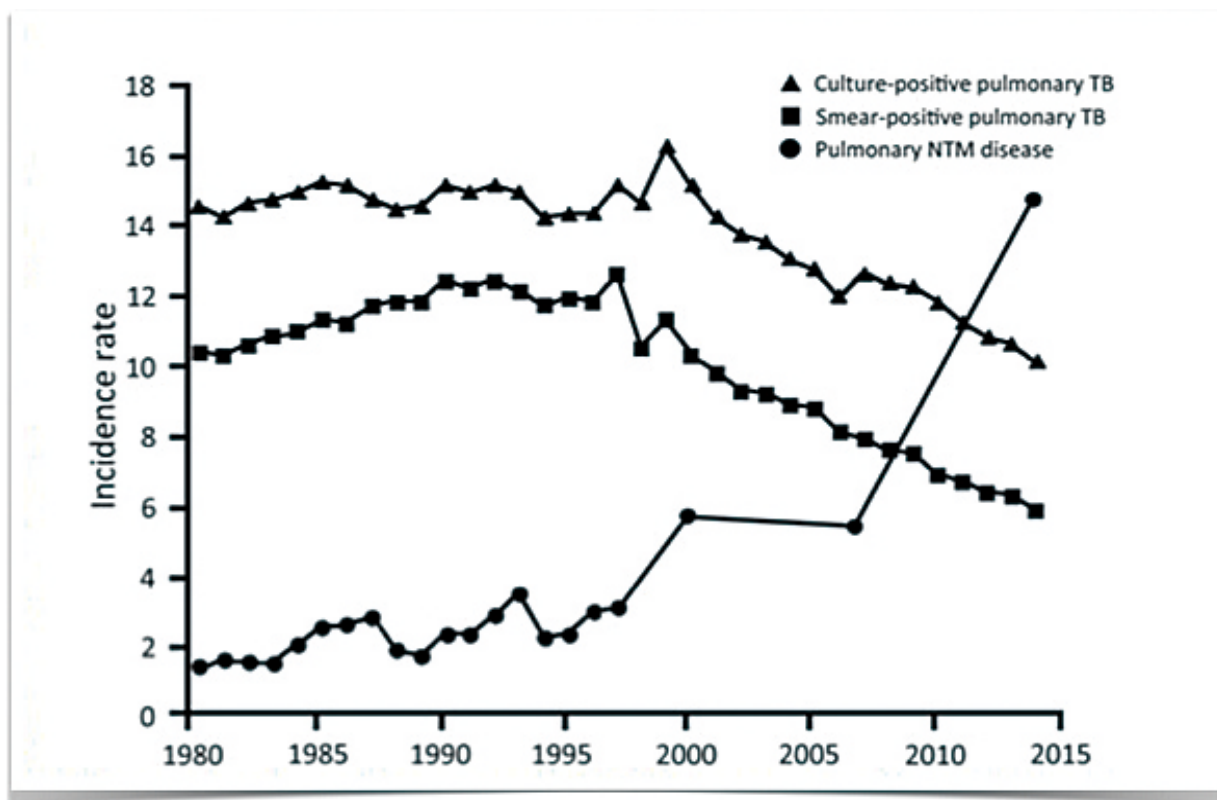
コバクテリウム・イントラセルラーレ)。の2菌種。Mycobacterium (マイコバクテリウム) というのは、抗酸菌の苗字みたいなものです。この2菌種は親戚のような関係性でよく似ているのです。で、これらを合わせてMycobacterium avium complex、略してMAC (マック) として、この2菌種による非結核性抗酸菌症をMAC症と呼ぶのです。圧倒的に肺に感染することが多いので、肺MAC症と呼ばれます。

この肺MAC症は近年マスコミで取り上げられたり、耳にする機会も増えています。自分が肺MAC症では？と心配されて受診される方もいらっ

しゃいます。我々にとっては、一般の方に疾患名を知っていただくのはとてもいいことだと思います。しかしながら重要なのは的確な診断と治療。経験豊富な当院では診療ガイドラインに基づいた治療、ガイドラインの治療では対応困難な難治性MACに対しても真摯に診療に取り組んでいます。最近では難治性肺MAC症に対する新薬も登場しているのです！

と強みの話はつきませんが、今回のコラムはこのあたりで。

最後にもう一度。「あなたの強みはなんですか？」

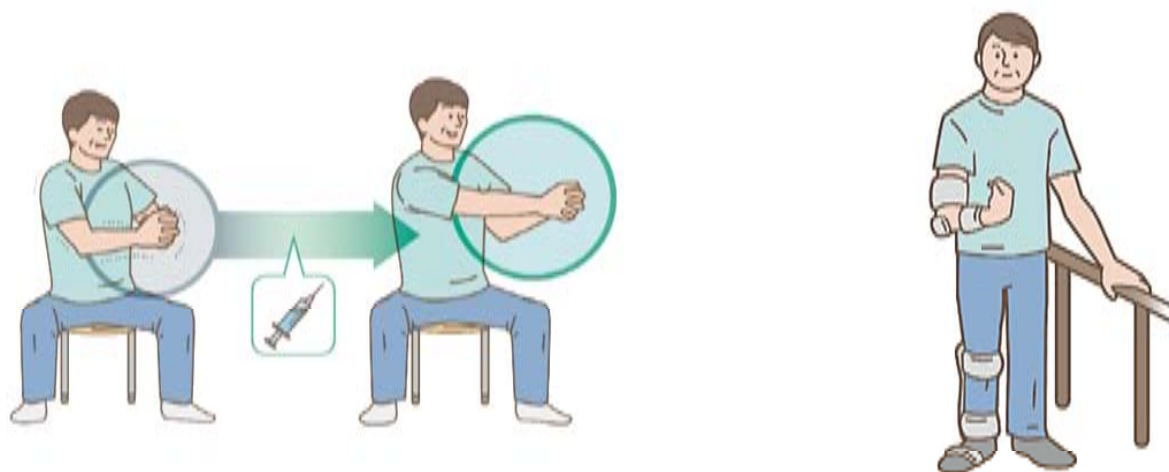


ボツリヌス療法外来のご案内

脳神経内科医師 来海 壮志



ボツリヌス療法外来では、主に脳卒中、頭部外傷、脊髄損傷、脳性まひ等による痙縮（筋肉のつっぱり）に対して、筋肉の緊張をやわらげる薬剤（ボツリヌス毒素）を注射して痙縮を軽減させる治療を行います。ボツリヌス菌そのものを注射するわけではないので、ボツリヌス菌に感染する危険性はありません。注射を打っただけで動かなかった手足が動くようになるわけではなく、あくまでも硬くなった筋肉をやわらかくすることで、適切なリハビリテーションを行いやすくするものであり、注射の後にしっかりとしたりハビリテーションを行うことが重要です。



効果としては、以下のようなものが期待されます。

- 手足の筋肉がやわらかくなり、動かしやすくなることで、日常生活の動作が行いやすくなる(手洗い、食事、歩行・散歩など)
- リハビリテーションを行いやすくなる
- 拘縮(関節が固まって動きが制限される)の状態への進行を予防する
- 痙縮による痛みをやわらげる
- 着替えの介助、衛生ケアなどがしやすくなり、介護の負担が軽くなる



当院では、症状に応じて外来・入院での注射およびリハビリテーションを行います。初診の患者さんは、かかりつけ医による紹介状が必要です。お電話にて予約を取得後、ボツリヌス療法外来を受診して下さい。ボツリヌス療法の効果には個人差がありますが、注射後2～3日目から徐々にあらわれ、通常3～4ヵ月間持続します。効果は徐々に消えてしまうので、治療を続ける場合には年に数回、注射を受けることになります。上下肢痙縮（手足の筋肉がつっぱっている状態）には保険適応がありますが、注射薬そのものが非常に高価なため、医療費が高額になる場合があります。医療費助成制度を利用できる場合がありますので、ご相談下さい。

【ボツリヌス療法外来の受診について】

診療時間は毎週月曜日9:00～12:00で完全予約制です。予約は平日の13:00から16:00の間に予約センター（電話0852-25-1099）で承ります。診察のうえ注射の適応があるかどうかを判断します。適応があれば投与部位、投与量など検討し薬剤を発注します。実際に注射を打つのは後日となりますのでご了承下さい。

独立行政法人国立病院機構松江医療センター 代表電話 (0852)21-6131

表紙の作品の作者紹介と作品



3階病棟「創作クラブ」の皆さん



粘土を丸めたり、伸ばしたりして形を作り、世界に一つだけの焼き物を作りました。

夏の夜空を思い出に ～「病院がプラネタリウム」開催～

療育指導室長 野津 悦子



7月29日、松江医療センターの大会議室には満天の星が輝きました。

この日は、待ちに待った「病院がプラネタリウム」開催の日。山梨県に拠点をおく一般社団法人「星つむぎの村」の方々が来院され、入院患者さんに光輝く星空を届けてくださいました。

「星つむぎの村」は、全国の病院や学校などでプラネタリウムを展開している団体です。今回は外出の機会が少ない入院患者さんに屋外で星を見るような感覚を味わってもらいたいと職員が来院をお願いし、この度、実現しました。

約1ヶ月前から患者さんと職員で一緒に会場に置く立て看板を作ったり、前日には多くの職員で会場を「夜」に近づけるために暗幕を設置するなど多くの人が携わり、この日を迎えました。

当日は約50人の患者さんが会場に集まり、プラネタリウムが始まりました。静かでありながら力強い語りの中、天井に夏の大三角や様々な星座が映し出されると患者さんからは感嘆の声があがりました。また、普段、筋緊張が強い方の力が緩み、柔らかな笑みを浮かべ天井を見つめたり、拍手をして喜ぶ姿も見られました。

当院で長期にわたり入院生活を送る患者さんの中には生まれてから初めて星空を眺めた方もありました。Yさんは「呼吸器だけん(装着しているから)、なかなか(外に)出られんけん、ずっと楽しみだった。(星空が)きれいで、癒やされた。また見たい」と感想を話していました。

星空を眺めることができたこのひときは、患者さんにとって、今年の夏の素敵な思い出になったと思います。



医師志望の高校生医療現場体験を行いました！

呼吸器内科医長・教育研修部長 門脇 徹



去る7月31日の午前中、県内の医師志望の高校生を対象に医療現場体験を開催いたしました。これはしまね地域医療支援センターからの要請を受けて行ったものです。実は5年前にも開催する予定でしたが、高校生のみなさんとの日程が合わず、結局開催に至らず。そしてそのままコロナ禍に突入してしまい、今回が当院にとっては初めての開催となりました。



定員は10人としておりましたが、なんと38人の応募あり（驚）、調整の結果、第一希望の方々を中心に13人を受け入れさせていただきました。

医師になるには？医師に求められるチカラとは？医師の仕事とは？などをお話した「医師のお仕事」の講義、そして院内の様々な部署を巡る「院内ツアー」、そして身体所見の取り方や人工呼吸・気管支鏡体験など様々な体験…みなさん目をキラキラさせて取り組む姿に、スタッフ一同忘れかけていた初心を思い出させていただきました。



参加された高校生のみなさん、またご協力いただいた職員のみなさん、ありがとうございました！

みなさんの夢が叶いますようにお祈りしております。

いつかどこかの「現場」でお会いしましょう！



感染管理認定看護師として心がけている事

感染防止対策室 感染管理認定看護師 森山 由美子



松江医療センターには、老人看護専門看護師1名、認定看護師6名（感染管理、摂食機能障害看護、慢性呼吸器疾患看護、がん性疼痛看護、認知症看護）、診療看護師1名、特定看護師4名が在籍しています。

今回は、感染管理認定看護師の活動についてご紹介したいと思います。認定看護師とは、「ある特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有する者として、本会の認定を受けた看護師」を言います。（日本看護協会HPより引用）1997年、日本看護協会によって「救急看護」「皮膚・排泄ケア」の2分野が認定され、現在は21分野約23,000人（2022年度登録者 A・B課程含む）が全国で活躍しています。

私は、感染リンクナースとして活動していましたが、「分からないことが多くて悔しい！知りたい！」と思い、半年間大学で学んだ後、2013年に感染管理認定看護師資格を取得しました。現在は島根県立大学で認定看護師教育課程・感染管理（*B課程）が開講されており、資格取得を目指しやすい環境が整えられています。（2024年度も開講予定）

感染管理認定看護師の活動は、所属している病院の感染対策を行うだけではなく、近隣の病院と感染症流行状況に関する情報交換や、他施設での研修実施、訪問など、院外での様々な活動があります。コロナ禍では、多くの感染管理認定看護師が様々な施設に訪問し、活躍していました。

私が他施設に訪問した際気を付けていることは、100%完璧な対策をお伝えするのではなく、それぞれの施設で継続的に実現可能な感染対策を提案する事です。やはり、感染対策は一部の人が一時的に行うのではなく、全ての人が継続的に行うことが、感染防止では必要なことと思っています。

また、山陰の感染管理認定看護師が所属する山陰インフェクションコントロールセミナーや、島根県の感染管理認定看護師が所属する島根感染制御セミナーでは、定期的にセミナーを開催し、地域の感染対策活動が活性化するような活動も行っています。ご興味のある方は、ぜひ検索してみてください。

私は、感染管理認定看護師としての活動が10年目になります。至らない部分は、多くの方々に支えていただき活動することができています。頭を悩ます事が多くありますが、その分やりがいもあります。これからも、病院のため、地域のため活動を行っていきたいと思います。

*B課程：特定行為研修を含むコース。詳細は厚生労働省HPをご覧ください。

異動者の紹介

事務部長 藤澤 良次



このたび、浜田医療センターより令和5年8月8日付で事務部長に着任いたしました藤澤良次と申します。事務部長としての勤務、また、松江医療センターでの勤務は初めての経験となります。少しでも早く病院に慣れ、松江医療センターの一員として全力で頑張っていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、新型コロナウイルス感染症が5類に分類され半年が経過しようとしています。3年前の病院の状況に戻し、診療体制や減少した患者数を回復させるには相当な努力が不可欠です。しかしながら、元の状態に戻らないこともあるかもしれません。「人・物・金」全てが3年前とは異なることを認識し、新たな試みに挑戦することも重要と考えます。そして、松江医療センターが地域に必要とされる病院であるためには、今以上の努力と協力が必要と感じています。

当院の基本理念は「私たちは真心と思いやりをもって良質な医療を提供します」です。その為に、常に相手を思いやること、何か私たちにできることがないか、俯瞰的に捉えることを第一に全力を尽くして参りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

新人紹介

4階東病棟看護師 陶山 陽菜



私は4月より松江医療センターに入職し、4階東病棟で看護師として働いています。4階東病棟は、筋萎縮性側索硬化症やパーキンソン病、進行性核上性麻痺等の患者さんが、リハビリや療養、レスパイト目的で入院されています。長期療養の患者さんも多く、安全安楽に療養生活を送れるように、日常生活援助や清潔ケア、薬剤調整や苦痛緩和などの看護を主にしています。私は、患者さんが入院生活の中で少しでも笑顔が増えたり、辛い思いや不安が軽減できるような関わり方ができる看護師になりたいと思っています。そのため患者さんに関わる時は常に笑顔で明るくコミュニケーションを取り、訴えを傾聴することを心がけています。まだまだ分からないことだらけで不安に思うことや悩むこともありますが、プリセプターやアソシエイトナースが中心となり指導してくださるおかげで、安心して働くことができています。日々の経験を大切に、患者さんが安全安楽な療養生活を送れるよう、学ぶ姿勢を持ち、積極的に患者さんに接し多くの経験や知識を積んでいき、勉学に励み成長できるよう努力していきたいと思っています。

栄養管理室より



～ 嚥下食 L4のご紹介 ～

当院では、2017（平成 29）年度より、嚥下食 L4 の運用が開始されました。

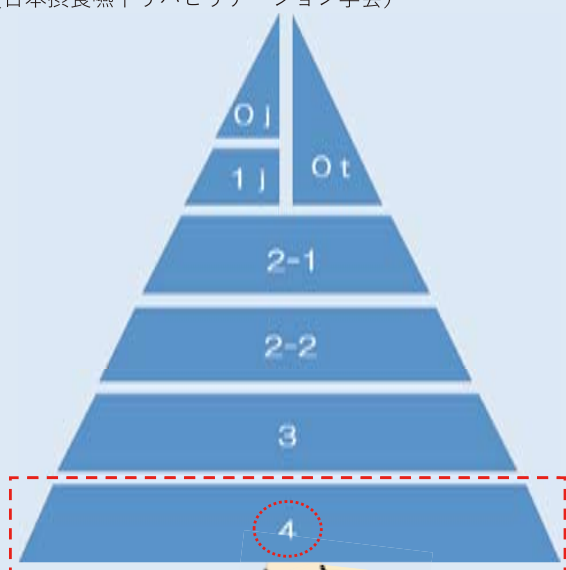
現在、嚥下食は L0・L1・L2・L3・L4 と種類があり、嚥下造影検査^{*1}などで嚥下状態を確認しながら、必要だと判断された場合にそれぞれの食事の提供を行っています。

嚥下食は、日本摂食嚥下リハビリテーション学会が発表している「嚥下調整食分類 2021」（図 1）を基に作成しています。

嚥下食 L4（嚥下調整食コード 4）では、箸やスプーンで切れる程度のやわらかい料理を提供しています。やわらかい食材を選択したり、圧力鍋を使用したりと調理方法を工夫しています。下記（写真 1）で提示しているように、見た目は軟菜食とほとんど変わりませんが、嚥下に配慮された食事となっているのが特徴で、食欲低下を防ぐこともできます。

今後も、栄養管理室では嚥下状態に配慮した食事の考案・提供を行ってまいります。嚥下食に関すること、その他食事に関することで気になることがございましたら、お気軽に栄養管理室までご相談下さい。

図 1.嚥下調整食分類 2021
（日本摂食嚥下リハビリテーション学会）



嚥下調整食コード	形態
0 j	均質で、付着性・凝集性・固さに配慮したゼリー。
0 t	均質で、付着性・凝集性・固さに配慮したとろみ水。
1 j	均質で、付着性・凝集性・固さ・離水に配慮したゼリー、プリン、ムース状のもの。
2-1	ピューレ・ペースト・ミキサー食など、均質でなめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの。
2-2	ピューレ・ペースト・ミキサー食など、均質でなめらかで、べたつかず、まとまりやすいもので不均質なものも含む。
3	形はあるが、押しつぶしが容易、食塊形成や移送が容易、咽頭でばらけず嚥下しやすいように配慮されたもの。
4	かたさ・ばらけやすさ・はりつきやすさなどのないもの。箸やスプーンで切れるやわらかさ。

写真 1

当院の主菜
「豚肉の香味焼き」で比較

嚥下食 L4

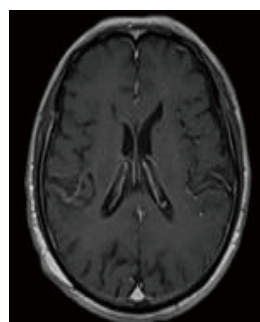
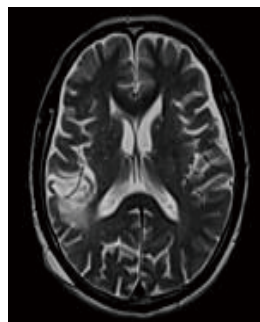


軟菜食



^{*1} 嚥下造影検査…バリウムなどの造影剤を含んだ食事を X 線透視下で食べてもらい、嚥下運動や食形態を評価・診断する検査のこと。

MR I 検査のご案内



当院では、医師会の先生方や、地域の病院からのご紹介によるMRI（1.5T）の検査予約を行っております。右下のQRコードより予約方法等の詳細をご確認頂けます。



ご不明な点がございましたら、松江医療センター
地域医療連携室までお問い合わせください。

電話：0852-24-7671

FAX：0852-24-7661



独立行政法人国立病院機構
松江医療センター



外 来 診 療 表

お気軽にご相談下さい

令和5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】 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	【副院長、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		
					門 脇	池 田	坪 内	小 林		
循環器内科								生 馬		
脳神経内科 (予約優先)				中 島 (完全予約制)	古 和	深 田	足 立 中 野	交替制	【循環器内科】 生馬 勲	循環器一般
				来 海	下 山		細 田			
呼吸器外科				目 次		目 次		目 次		
消化器内科				法 正						
小児科	発 達 専門外来			久保田 (初診) (午後のみ) (予約)	久保田 (午前のみ) (予約)		久保田 (午前のみ) 前 垣 (第2木曜のみ) (予約)		【脳神経内科】 中島 健二 古和 久典 足立 芳樹 細田 義人 下山 良二 深田 育代 中野 俊也 来海 壮志	【名誉院長】脳神経内科 (完全予約制) 【院長】脳神経内科 【臨床研究部長】脳神経内科 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 脳神経内科
	予防接種				(予約)					
麻酔科	腰痛外来					西 村 (予約)			【呼吸器外科】 目次 裕之	呼吸器外科・一般外科
特 殊	肺がん検診			(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	(予約)	【小児科】 久保田智香 前垣 義弘	重症心身障害・小児神経・摂食機能障害 発達障害
	睡眠時無呼吸外来						呼吸器内科 担当医(予約)			
	息切れ 外来				呼吸器内科 池田(予約)				【麻酔科】 西村友紀子	麻酔科領域
外 来	喘息 アレルギー外来							池 田 (予約)	【消化器内科】 法正 恵子	消化器内科領域
	咳嗽外来							池 田 (予約)		
	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				
	ボツリヌス 療法外来			(予約)						
その他	セカンド オピニオン外来			(予 約)	(予 約)	(予 約)	(予 約)	(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
国立病院機構

松江医療センター
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)
地域医療連携室直通電話 (0852) 24-7671
地域医療連携室 F A X (0852) 24-7661

Matsue Medical Center

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：毎週月曜日 13：00～15：00（初診のみ）、毎週火・木曜日 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。
来	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。
	ボ ツ リ ヌ ス 療 法 外 来	診 療 日：毎週月曜日 9：00～12：00（要予約） 内容と特色：痙攣(筋肉のつっぱり)に対して、筋肉の緊張をやわらげる薬剤(ボツリヌス毒素)を注射して痙攣を軽減させる治療を行います。
	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・神経内科・小児科（筋ジス）の専門医（医長）が担当いたします。