



お元気ですか

第55号

* 医師の紹介 *

平成23年7月より、新たに内科医師の診療が始まりました。
よろしくお願い致します。



内科医 常勤

千嶋 巖 ちしま いわお 医師 (群馬県出身)

みなさん、初めまして！東京医療センターという都心ど真ん中の病院で内科全般の研修を行い当院へ赴任させていただきました。

今後は地域での医療活動に必要な分野を学んでいきたいと考えております。皆様の健康を守るために少しでも貢献できればと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

ドライブとアウトドアが好きで、伊豆での生活に早く慣れて皆様とエンジョイできたら嬉しいです。

また、以前は職場の人とバンドを組んでライブ演奏もしておりました。こちらでも音楽活動できるといいなと思っております。

どうぞ よろしく願いいたします。



西伊豆町

災害時の健康管理講演会

(東日本大震災の現実)

西伊豆町 福祉センターにおいて「地震災害の現実と地域における医療対策」をテーマにした講演会に参加協力させていただきました。

当院長は、被災地訪問調査から西伊豆町に置き換え、何が必要か、何を検討すべきかを提言しました。また、実際に支援活動に参加した保健師山本さんと、当院のグループ病院であり津波被害を受けた石巻港湾病院に派遣された看護師小川によるリアルな支援活動報告を聞くことができました。

参加者は約80人。熱心に耳を傾け、この地域での今後の課題について積極的な質問が多数ありました。西伊豆町長の言葉にもありましたが「町民の皆さんの協力により、防災に強い町、安心・安全なまちづくりをしたい」という言葉通り、地域の方々の真剣で切実な姿勢がうかがえました。今後も、病院としてできる限りの協力をしていきたいと思えます。



当院へ入院される方へ

入院中の他の医療機関への外来受診に係るお願い

当院は、平成21年7月1日から厚生労働省が推進する包括払い方式 (D P C) の対象病院になりました。

D P Cは包括金額が設定され、この金額の中に入院基本料・投薬・検査等がふくまれて計算されるものです。

この包括金額は、患者さまの入院中の治療における1つの主な疾病に対して設定されているものです。従いまして、入院中はその主な疾病の治療に専念させていただきます。

入院中の他医療機関への外来受診につきましては、緊急性がある場合等を除き、**退院後**に受診していただきたくご理解のほどお願い申し上げます。
(医院や診療所よりご家族の方がお薬をもらってくる場合も含まれます)

入院中に無断で他医療機関を受診した場合、保険適応外 (全額自費でのお支払い) となる場合がありますのでご了承ください。

ご不明な点は医事課入院係へお問合せください。

松崎高校 職場体験学習



職場体験学習は、職場の実務を体験することにより、望ましい職場観や勤労観を養い、社会人としてのマナーやルールを身に付けること等を目的としています。

期間は、3日間という短期間ですが、生徒さん個々の希望に沿ったプログラムを組み、それぞれ体験して頂きました。

又、患者さんの気持ちを分かって頂く為に、オムツや車イスの疑似体験も行いました。

生徒さん達は、汗を流しながら一生懸命取り組んでいました。感想を伺うと、自分の将来に向けての迷いや不安を、少しでも取り除く手助けになったのかなと思います。

この体験をきっかけに、いつか西伊豆病院で一緒に働くことができたら大変うれしく思います。



津波を想定した防災訓練の実施

当院の防災訓練は、年2-3回行われています。いずれも火災や地震を想定して、患者さんを2・3階から1階へ避難させる訓練をしています。

今回は、東日本大震災を教訓に津波を想定した防災訓練を実施しました。患者さんを下の階に避難ではなく、上の階へ避難させるという初めての訓練です。今回被災した同じグループの石巻港湾病院では、シーツなどを使い患者さんを上階へ運んだとうかがいました。当院でも事前に練習が必要であると仲田院長の指揮のもと行われました。

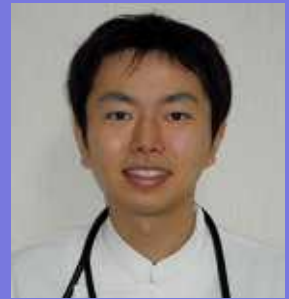
布団を使って、担架を使って、車イスを使ってそれぞれ運んでみました。はじめは要領がつかめずに大変でしたが、徐々にコツがつかめて息も合う様になりました。階下へ降りるよりも上がるのは、かなり体力が必要です。

患者さんの安心のためにも、こういった訓練は定期的に行っていかなければならないと切に感じました。



ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンで 大切なお子さんの命を守りましょう

内科 吉岡靖展



皆さん、髄膜炎という病気を聞いたことがありますか？

私が医師2年目の当直中のある日。朝からの発熱で近くの医院を受診し風邪薬をもらったという9ヶ月のお子様が、夕方になって急にグッタリし反応がなくなってきたということで救急車でいらっしやいました。同時、駆け出しの研修医であった私でも、その子の顔色を見た瞬間「おかしい、何か重大な病気に違いない！」と直感するぐらいでした。その子は肺炎球菌という細菌が頭の中に入ってしまうことで起こる髄膜炎に侵されていました。肺炎球菌による髄膜炎は死亡率7-10%、後遺症30-40%とされ我々医師が最も恐れている病気の一つです。小児科医から今後の見込みについての説明を受けた母親がその場で泣き崩れてしまったのをよく覚えています。

「ヒブ」という細菌は初めて聞く方も多いと思いますが、肺炎球菌と同様に髄膜炎の原因となる菌です。毎年全国でヒブ髄膜炎が600人、肺炎球菌髄膜炎が400人発生しています。またこれらの菌は髄膜炎以外でも肺炎や中耳炎、蓄膿症の原因となり、多くの子供たちがこれらの感染症で苦しんでいます。

私たち医師の中では「日本はワクチン後進国である」という共通した思いがあります。このことに驚かれる方もいるかもしれません。実はアメリカではヒブワクチンが1987年、小児用肺炎球菌ワクチンが2000年には導入され、なんと髄膜炎を含めた重症感染症をそれぞれ95-98%も減らすことに成功しました。遅れること20年余り、2008年にヒブワクチン、2010年に小児用肺炎球菌ワクチンがようやく日本でも接種することが可能となりました。しかし、せっかく導入されたワクチンも現在のところ任意接種といって、希望者のみが接種を受ける対象となるため、まだまだ普及が遅れています。なんと日本以外の全ての先進国では両ワクチンがとくに定期接種(行政により全額補助有)に認定されているのです。

Q1 ヒブと肺炎球菌ワクチンはいつから接種すればいいの？

お子様が生後2ヶ月になったらすぐに1回目を打ちましょう。理由は生後3ヶ月-1歳までに髄膜炎の半分が発生するので、お子様の成長を待ってられないためです。また集団保育をされているお子様は髄膜炎のリスクが2倍のなると言われています。早くから保育所へ預ける予定の方、兄弟がいらっしやる方も早期接種すべきです。もちろん遅れたお子様でもその時点から接種を始めることが可能です。

Q2 どこで打てばいいの？費用は？

今までは任意接種であったため町での集団接種の予定の中には入っていませんでした。しかし、国がようやく重い腰をあげて「ワクチン接種緊急促進臨時特別交付金」が本年度より施行され、いよいよ本年度秋から西伊豆町・松崎町でも接種が開始となります。自己負担金は市町村によって異なるのでお問い合わせください。「任意」であることには変わりありませんので、各世帯に事前希望調査が行われるようですが、皆様ぜひ大切な我が子に接種を受けさせてあげてください。



<当院でのその他任意接種ワクチンの値段 1回当たり>

ワクチン名	費用(税込み)
ムンプス(おたふくかぜ)ワクチン	3,500円
水痘(水ぼうそう)ワクチン	5,200円

Q3 副作用は大丈夫？

刺した部分が少し腫れたり、微熱が出ることがあります。しかし、これは他のワクチンでも同じことで、特に多いということではありません。先に述べたように、欧米では10-20年前から接種が始まっていて、そのような意味で「歴史」は十分積み重なっています。そして、いまだワクチンのせいと証明された重篤な副作用の報告はありません。欧米人とアジア人では違うのではと心配される方もいるかもしれませんが、お隣の韓国ではすでに60-80%の接種率を達成しており、香港でも定期接種に組み込まれました。

Q4 他のワクチンもあってスケジュールが大変。。

現在、アジア圏を含めて諸外国ではワクチン同時接種が当たり前となっています。例えばアメリカでは生後2ヶ月になると三種混合、ヒブ、肺炎球菌、不活化ポリオと4本の同時接種をおこなっています。同時接種とすることで副作用が増えたという報告はありません。日本でも医師が必要と認めれば同時に複数のワクチンを打つことができます。病院に何回も通う手間やお子様か風邪を引いてしまい接種できないなどを避けるためにも、同時接種をすすめていくべきだと思います。

最後に、私も昨年9月に長男を授かりました。新しい命を前にして、この子を守ることは自分の使命だと思ふようになりました。そして、息子が生後2ヶ月になってから迷うことなくヒブ、肺炎球菌、三種混合ワクチンを同時接種を行いました。そのお陰なのか現在まで何事もなく、すくすく成長してくれています。私の夢は後輩の若い医師達が「ヒブ髄膜炎、肺炎球菌髄膜炎の患者さんを診察したことがありません」と言ってくれる世の中です。

皆様ご存知の通り、西伊豆・松崎地区は入院施設を持つ小児科までは非常にアクセスの悪い地域です。髄膜炎は分単位で病状が進行してしまうため、ひとたび髄膜炎になってしまうと小児科専門病院に到着するまでの間に手遅れになってしまう可能性があります。予防接種を広めることで助かるべき子供たちが亡くなってしまふという悲しいことを少しでも減らしていきましょう！ワクチンに関してわからないことがあれば気軽にご相談ください。



< お勧め図書、ホームページ >

わかり易くワクチンのことをまとめてある本です。amazonで買うことができます。1600円。VPDの会ホームページ：<http://www.know-vpd.jp/> yahooで「VPD」と検索すると一番最初に出きます。



< 現在勧められている予防接種のスケジュール表 VPDの会より >

予防接種スケジュール

大切な子どもを VPD(ワクチンで防げる病気)から守るためには、接種できる時期になったらできるだけベストのタイミングで、忘れずに予防接種を受けることが重要です。このスケジュールは「VPDを知って子どもを守ろう。」の会によるもっとも早期に免疫をつけるための提案です。お子さまの予防接種に関しては、地域ごとの接種方法や VPD の流行状況に応じて、かかりつけ医とご相談のうえスケジュールを立てましょう。

ワクチン名	接種済み ☑	0歳											1歳											2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳						
		12月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	8月	10月	11月	12月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	8月	10月	11月	(満年齢)											
不活化 ワクチン B型肝炎	<input type="checkbox"/>	① ②												③																					
不活化 ワクチン ヒブ	<input type="checkbox"/>	① ② ③												④																					
不活化 ワクチン 小児用肺炎球菌	<input type="checkbox"/>	① ② ③												④																					
不活化 ワクチン 三種混合 (DPT)	<input type="checkbox"/>	① ② ③												④																					
生 ワクチン BCG	<input type="checkbox"/>	①																																	
生 ワクチン ポリオ	<input type="checkbox"/>	①												②																					
生 ワクチン MR (麻しん風しん混合)	<input type="checkbox"/>													①												②									
生 ワクチン みずぼうそう (水痘)	<input type="checkbox"/>													①												②									
生 ワクチン おたふくかぜ	<input type="checkbox"/>													①												②									
不活化 ワクチン 日本脳炎	<input type="checkbox"/>																									①②									
不活化 ワクチン インフルエンザ	毎秋 <input type="checkbox"/>																																		

不活化 ワクチン 生 ワクチン 定期予防接種の対象年齢 任意接種の接種できる年齢 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺

定期接種：定められた期限内であればほぼ無料で受けられる。 任意接種：ワクチンによっては費用助成もあるが多くは有料。
 接種間隔：次のワクチン接種までの間隔は、不活化ワクチン接種後は1週間以上、生ワクチン接種後は4週間以上です。
 同時接種：同じ日に複数のワクチン接種を受けることができます。詳しくはかかりつけ医とご相談ください。

詳しい情報は <http://www.know-vpd.jp/>

平成23年度 地域医療研修医受入れについて

現在、当院では常勤の医師7名が診療を行っていますが、さらに見慣れない先生を見かける事があると思います。この先生方は研修医の先生です。

研修医というのは医学部を卒業後、国家試験に合格して医師免許を取得し、一定の病院で実地の臨床研修を受けている医師のことを言います。(この期間を一般的には医師臨床研修制度と呼んでいます。)法律上、『研修医』という資格は存在しません。研修期間中であっても、医師法・歯科医師法上「医師」「歯科医師」であることに変わりはなく診療上の制限は全くありません。

今般、全国的に医師不足は深刻な問題であり、当院も例外ではありません。

医師の確保ができず病院運営を存続できないケースが続出しています。

しかし当院は今年度、研修医の先生を36名受入れることになりました。研修医の先生は常勤医のサポートをしつつ外来患者さんの診察、入院患者さんの診療を行なっています。昨年までと違い絶えず常勤医師7名と研修医4名程で患者さんに対応していますので、皆さんにご満足のいく医療を提供できているのではないかと思います。

様々な事に積極的で熱心に対応して頂いておりますが、研修医の先生にとっては初めて診察する患者さんばかりですので、行き届かない点もあるかと思えます。その際には遠慮なさらず、お近くの常勤医師またはスタッフにお声を掛けて下さい。

職員一同、皆さんからの声を大切にしたいと考えています。



今回、36人もの研修医の先生が研修にきてくれたのは、西伊豆病院が勉強し続ける病院として全国に知られるところとなっているからです。北は北海道、南は九州・沖縄から西伊豆のこの地に研修に来ています。その原動力となっているのが、医局で実施している週5回の勉強会です。患者さんの病状についての症例検討が活発に行なわれ、勉強会の資料はホームページ上から全国に配信され、興味を持った医師達が当院に集まってきます。

今後も研修医の先生方を積極的に受入れする所存でいます。研修医の先生が西伊豆を気に入ってくれて、いつか常勤医になってくれることを願っています。その為には地域の皆さんのご協力とご支援が不可欠ですので、宜しくお願い致します。

第5回 AHAヘルスケアプロバイダーコース

AHA(アメリカ心臓学会)では、様々なデータをもとに5年ごとにコース内容の見直しを行い、救命率の向上に向けて効果的な方法に変更されます。平成22年11月に新たに「AHA2010年」が発表されました。今までの方法から大きく変更された部分もあります。是非新しい手法での講習会を受講して下さい。

この「ヘルスケアプロバイダーコース」は成人、小児、乳児の一次救命処置・気道異物の除去・AEDの使用方法を学びます。有料ですが、AHA(アメリカ心臓学会)の認定証が発行されます。



GUIDELINES
CPR ECC
2010

【日程】 平成23年11月23日(水) 9:00~17:00

【対象者】 看護師・介護関係者

【料金】 15,000円

【申込み期限】 平成23年9月30日



AHA(アメリカ心臓学会)の公認コースは、年1回西伊豆病院の共催で行われています。興味のある方、詳細につきましては、下記まで気軽にお問い合わせ下さい。

事務局 西伊豆病院 朝賀 (TEL:0558-52-2366)

お手軽レシピ

ねばねばオクラにマイルドなチーズの風味があとを引くおいしさ!

オクラのレンジチーズ焼き (2人分)

材料 (2人分)

オクラ・・・10本(70g) 塩・・・少量

ピザ用チーズ・・・ひとつかみ(20g)

削りカツオ・・・1パック(5g)



作り方

オクラはへたを除き、がくをぐるりとむく。水洗いし、塩をふってこすり合わせ、3分ほどおく。

耐熱容器に を並べてチーズを散らし、ふわっとラップをかけて電子レンジで3分加熱する。チーズがとけたら取り出して、削りカツオをのせる。

お好みでしょう油を少量ふっても美味しく頂けます。



レンジポイント

耐熱容器に並べたオクラの上にチーズをまんべんなく散らす。

1人分 53Kcal 塩分0.6g



西伊豆病院 栄養科

【 近隣の健育会グループ施設 】



熱川温泉病院



お問い合わせ TEL 0557-23-0843

自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。

豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心にした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。



土肥クリニック



お問い合わせ TEL 0558-99-1234

土肥地区では、唯一入院施設を有しており、地域で開業されている先生方と連携して地域医療の質の向上に努めています。

西伊豆病院の医師も土肥クリニックで外来診療を行なっております。西伊豆病院 院長「仲田」は火曜日・午後外来を担当し、泌尿器科医師「吉田」は水曜日・午後外来を担当しています。



介護老人保健施設 しおさい 入所のご相談 TEL 52-3000 (入所担当まで)



地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、これからの季節ですと、9月には「敬老会」10月には「秋の運動会」「野外レク」といった四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。



ゆうあい訪問看護ステーション お気軽にお電話下さい TEL 52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。



居宅介護支援事業所 (ゆうあい訪問看護ステーション) お問い合わせ TEL 52-2366

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。



【お知らせ】 「お見舞いメール」 を受け付けております。

当院の下記のホームページより、入院患者さん宛てにお手紙が書けます。受付后台紙に印刷して、患者さんに直接お渡しいたします。料金は掛かりません是非ご利用下さい。

『 お元気ですか 第55号 』

平成23年8月 発行

発行 医療法人社団健育会 西伊豆病院 医療連携室
〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2 TEL 0558-52-2366

ホームページ <http://www.nishiizu.gr.jp/index2.html>

