

むえいとう

M U E I T O U

第44号

令和5年11月
発行



撮影者：秋山貴信



撮影者：秋山貴信



撮影者：秋山貴信

Contents

麻酔科便り	2P
褥瘡対策委員会の活動	3P
職場紹介 健診センター	4P・5P
職場紹介 総務課	6P
病院の取り組み 体験見学会	7P
わたしの自遊時間	8P
栄養科おすすめレシピ	8P
編集後記	8P

みんなの健康を心のまなこ



新潟厚生連



新潟県厚生農業協同組合連合会
村上総合病院
Murakami General Hospital

麻酔科便り

PICCセンターにつきまして

当院の麻酔科は手術の前の説明から手術終わってのリハビリまで患者さんあるいはご家族のみなさんと顔を合わせる機会も多く、すでにご周知の方もいらっしゃるかと思います。みなさんが手術の前にいやな顔ひとつせずいらしてくださり、退院された後は1階フロアでお声をかけてくださることは、私たちの励みになっています。今回は、私たちが管理・運営するPICC(ピック)センターをご紹介します。



麻酔科
矢島 聡

入院されている患者さんにとって、点滴は生命をささえる大切なものです。点滴をするには皮膚から挿入されるカニューレが必要ですが、最低でも3日に一度、ひどいときには1日に何度もその「入れ替え」が必要となり、その負担は計り知れないものです。痛みだけではなく青あざや、ひどい場合には蜂窩織炎を引き起こすこともあります。また、手首や肘に挿入されたカニューレは、ごはんを食べるといった日常の基本動作の際にも邪魔になり、決して気持ちのいいものではありません。

それらを画期的に改善するのがPICCです。PICCは患者さんの肘より上、二の腕の血管から30-45cm、心臓のすぐ近くまで挿入され、特製の固定テープで日常の動きに邪魔にならないようにきれいに固定されます(写真)。挿入する前に皮膚を麻酔するので、針を刺した時の痛みはありません。PICCの先が正しい位置にあることは、患者さんの胸の上におかれる特別なマグネット検知器で確認されます。一度挿入されたPICCは、数日に一回の消毒とテープ貼り直しを除けば数ヶ月そのまま留置しておくことが可能で、その間、患者さんは「針を刺される」という苦痛から解放されます。点滴のつながっていないときでも、血液がかたまらないような処置をしておけば問題ありません。お風呂に入ることももちろん可能です。

PICCの弱点もあります。超音波機器を使って、表面からは見えない二の腕の血管を画面に映しながらカニューレを挿入し、さらにPICCの先が正しい位置にあることを確認する、というテクニックはなかなか高度で、看護師の中でも特別な教育を受けた数名の「特定看護師」しか行えません。そこでの病棟のどの看護師でもいつでも気軽PICCを依頼できるよう、私たちは特定看護師たちと院内にPICCセンターを立ち上げました。

病棟の看護師は担当の患者さんの点滴カニューレ挿入が大変だと判断すると、患者さん担当医の

許可をえてPICCセンターに相談します。PICCセンターは患者さんご本人に説明し、それが難しい場合はご家族に直接、あるいは電話でお伝えし、ご了解を戴きます。時間があれば即日で、手術室あるいは病棟で挿入できます。所要時間は30分ほどです。PICCセンター業務は患者さんのみならず、点滴カニューレの挿入に多くの時間を割く病棟看護師の助けにもなっています。またいずれは在宅の患者さんもその恩恵を得ることができるよう構想を練っております。患者さんの苦痛を和らげることが麻酔科の最大の役目ですが、病院スタッフ、さらには地域全体のストレス緩和を果たすべく私たちは日々奔走しております。



褥瘡対策委員会の活動

褥瘡委員会 担当師長 花野 いづみ

褥瘡は、一般的には「床ずれ」と呼ばれています。同じ部分に長時間自分の体重による圧迫がかかることでその場所の血流が悪くなってしまいます。そして、皮膚表面の組織の酸素不足や栄養不足を引き起こし、皮膚や皮下脂肪を損傷してしまうことで褥瘡になります。

褥瘡は、自分で動けない方や栄養状態のよくない方、麻痺などで感覚が低下した方、血流が悪い方などに発生しやすいです。特に骨が突き出ている部位があったり、長時間同じ姿勢(寝たきりであったり、ずっと座っていたり)で過ごしていたりすると褥瘡ができやすくなります。がん患者さんの場合、栄養状態の低下、数々の治療の副作用による皮膚障害、疼痛など身体的な苦痛による活動の低下することなどにより、褥瘡発生の可能性が高くなることがあります。

当院の褥瘡対策委員会は、多職種のメンバー(医師、皮膚・排泄ケア認定看護師、看護師、管理栄養士、薬剤師、リハビリテーションスタッフ、医事課スタッフ)で構成され活動しております。入院患者全般、褥瘡患者に対する予防・治療・評価および実践指導を行っています。また、褥瘡対策に関する医療の質の向上を図り、褥瘡発生予防・早期治療を目指して院内の教育も含めて活動しています。

教育研修では、皮膚・排泄ケア認定看護師と看護師が講師となり、褥瘡予防に重要な除圧方法やポジショニング、おむつの当て方等の研修を行っています。また、褥瘡のみならず、皮膚の脆弱な方の皮膚に外力が加わることで発生しやすい「スキーンテア」の予防、発生時の対処方法、さらに、スキーンケアに重要な保湿や皮膚保护膜の使用など、多岐に渡る教育を行い、実践に活かしていけるよう取り組んでおります。

このような活動により、年々、褥瘡推定発生率は減少しております。一方で、入院される時点で、すでに褥瘡をお持ちの患者様が多くいらっしゃいます。背景には、社会問題である超高齢化、老々介護、独居、ネグレクトなどが要因としてあげられております。

これらの現状には、病院と地域の連携が欠かせない課題と考えております。地域連携において、患者様の「辛い」「痛い」「苦しい」「どうしよう」に寄り添っていけるよう、地域に目を向けた活動内容の検討が、褥瘡対策委員会の今後の課題と考えております。

褥瘡は骨突出部に発生する

スキーンテア

主として高齢者の四肢に発生する外傷性創傷であり、摩擦単独あるいは摩擦・ずれによって、表皮が真皮から分離(部分層創傷)、または表皮および真皮が下層構造から分離(全層創傷)して生じる。(Payne R. & Martin M, 1993)

分かりやすく言うと…

摩擦・ずれによって、皮膚が裂けたり、剥がれたりする皮膚損傷のこと

Tear: 引き裂く、破る、傷をつける。無理に引き離す、引きちぎる、はぎ取る、という意味を持っています。

皮膚の弱さチェック

スキーンテアが起こる可能性は?

摩擦・ずれ発生チェック

1. 皮膚の脆弱性

- 加齢(75歳以上)
- 長期間ステロイド薬・抗凝固薬を使用
- 屋外で作業することが多かった(農作業等)
- 抗がん剤などの治療
- 放射線治療を行っていた
- 透析をしている
- 低栄養状態(脱水含む)
- ドライスキン
- 皮膚に紫斑が多数ある
- 浮腫がある
- 水疱がある

2. 摩擦・ずれに関して

- 物にぶつかりやすい(ベッド柵、車椅子等)
- よく転倒する
- 体位変換・車椅子乗車時は介助が必要
- 清潔ケア(入浴・清拭)に介助が必要
- 更衣に介助が必要
- 医療用テープを貼付している
- リハビリテーションをしている
- 痙攣・不随意運動が見られる
- 器具(抑制具、リストバンド等)の使用

どちらも1つ以上チェックが
ついたら要注意

職場紹介 健診センター

健診センター 事務主任 傳 紀子

健診センターは、地域のみなさまの病気の予防や早期発見、早期治療、健康の保持増進のため、人間ドック・生活習慣病予防健診・事業所健診・健康診断・プチ健診・特定健診・特定保健指導・各種がん検診など、さまざまな健診を行っております。

健診センターを利用して頂くことをきっかけに、将来病気につながる危険因子や、改善が必要な生活習慣を見直すお手伝いができたらと思います。



この場をお借りして、ドックや健診を受けた際の当センターの特徴を少しご紹介させていただきます。

- ① 病院併設の健診センターの利点を生かして、健診で異常が見つかった際に、当院に予約や受診ができ治療へと繋がります。
- ② 胃カメラを希望する際に、経口内視鏡か経鼻内視鏡かを選択できます。
- ③ 胃カメラ時に医師が必要とした場合に、病変の一部を採取する「病理組織検査」ができます。
- ④ 胃カメラ後、ピロリ菌感染を疑う方に、ピロリ菌抗体検査を実施しています。
- ⑤ 生活習慣病予防健診の方も事前申し込みによりバリウム検査から胃カメラ検査に変更できます。
- ⑥ ドック受診当日、保健師による特定保健指導が受けられます。
- ⑦ 25名以上の事業所様には検診車で出向いて事業所健診を行っています。
- ⑧ さまざまなオプション検査があります。(次ページ)

「村上総合病院で健診を受けてよかった」と満足して頂けるようにきめ細やかで質の高い健診となるように私たちスタッフも日々取り組んでおります。各自加入されている健康保険より人間ドック費用等の助成制度がある場合がありますので、ぜひ活用して1年に1回は健診を受けましょう。



検査・オプション費用

検査項目		内容	料金(税込)
胃	① 胃がんリスク検診(ABC検診)	血液からピロリ菌感染の有無・胃炎の有無とその程度を測定し、胃がんのリスクをA～Dの4群に分類します。	3,300円
	② B・C型肝炎検査	血液からB・C型肝炎ウイルスの感染の有無がわかります。	3,080円
肺	③ 胸部CT	胸部レントゲンでは見つけにくい早期の肺がんを発見することが可能です。	13,200円
	④ 喀痰検査	痰の中のがん細胞の有無を調べることで、胸部レントゲンではわかりにくい部分の肺がんを調べます。事前にお渡しする容器に3日分の痰をとります。	3,300円
血管	⑤ 動脈硬化検査セット(頸動脈エコー・血圧脈波)	頸動脈の状態を見たり手足の血圧を測ることで、動脈硬化を予測し、脳梗塞や心筋梗塞の予防につなげます。	6,930円
前立腺	⑥ PSA検査	前立腺がん、前立腺肥大症等で値が上昇します。	2,420円
骨	⑦ 骨粗しょう症検査	腰の骨密度を測ります。	3,300円
子宮	⑧ 子宮頸がん検診(細胞診)	子宮頸部の細胞を採取し、細胞に異常がないかを調べます。	3,300円
	⑨ 子宮頸がん検診セット(細胞診+HPV検査)	子宮頸部の細胞を採取し、細胞に異常がないか又、HPV(ヒトパピローマウイルス)に感染していないかを調べます。	7,700円
乳房	⑩ マンモグラフィ(1方向)	乳房を圧迫板で左右斜めから圧迫し、薄く伸ばして撮影します。石灰化や腫瘤をみつけます。	3,300円
	⑪ マンモグラフィ(2方向)	乳房を圧迫板で左右斜め・上下から圧迫し、薄く伸ばして撮影します。石灰化や腫瘤をみつけます。	6,600円
	⑫ 乳腺エコー	乳腺に隠れて発見しにくい小さなしこり等をみつけることができます。 ※マンモグラフィとの併用で異常検出率があがります。	3,850円
腫瘍マーカー(血液検査)	⑬ CEA	大腸がん、胃がん、肝臓がん等で値が上昇します。	2,475円 2項目以降は1,375円
	⑭ AFP	肝臓がん、肝硬変、肝炎等で値が上昇します。	
	⑮ CA19-9	膵臓がん、胆道がん等で値が上昇します。	
	⑯ CA15-3	乳がん等で値が上昇します。	
	⑰ CA125	卵巣がん、子宮がん、子宮筋腫、子宮内膜症等で値が上昇します。	
甲状腺	⑱ 甲状腺検査セット(甲状腺エコー・血液検査)	採血による甲状腺ホルモン検査と、甲状腺超音波検査の組み合わせで検査します。	7,700円



職場紹介 総務課

総務課 H・N

総務課の主な業務は、病院内の全ての職員と関わる事です。内容としては、人事給与業務、会計経理業務、管財業務、電話交換業務やその他庶務全般を行っています。

● 人事給与業務

職員の採用から退職、異動に関わる様々な手続きをはじめ、勤怠管理や、給与の計算、社会保険等の手続き、職員の情報管理等、主に人に関する業務です。

病院運営の基礎となるのは、医師や看護師をはじめとした人材です。採用から退職まで、院内の全職種とコミュニケーションを取り、病院の運営を土台からサポートしております。



● 会計経理業務

病院全体の金銭の支出や収入に関する業務を全般です。

院内で使用する少額の消耗品の購入や給与、見舞金等の職員への金銭の支払いまで、お金に関わるあらゆる手続きを行います。

また、収入、費用を含めた事務処理を行い、病院全体の収支を示す資料を作成します。病院経営を数値化する重要な業務です。

● 管財業務

病院内の備品の管理や購入、修繕の手配を行います。

診療に使う材料や機器の購入について適正な価格かどうか、診療業務における必要性和病院経営の観点から検証を行う事を欠かせません。また、機器や設備について各業者との取引や、病院建物そのものの保全、インターネット設備の管理等も管財業務担当者の仕事です。

業務を通じ患者様、利用者様、職員が快適に病院を利用できるよう努めております。



上記以外にも災害対策や防災訓練の実施、来客の対応、院外からの郵送物や宅配物等荷物の受取り、病理組織等の郵送窓口等、院内外の様々な業務を総務課で行っています。院内外で様々な職種とコミュニケーションを取る為、職員一同接客マナーに注意するよう、日々努めております。

病院の取り組み 職場体験

村上・岩船地域医療懇談会主催の体験見学会がありました。

医師体験見学会 (令和5年8月15日)

関川村立関川中学校と村上中等教育学校の1~3年生15名が参加されました。林院長より新潟県の深刻な医師不足やその背景について講話。その後、手術・エコー・実際の内視鏡を使用しての検査疑似体験し縫合や結紮の演習を受けて終了しました。ご参加の皆様、おつかれさまでした。



医療現場体験見学会 (令和5年8月23日)

村上市内の20名の高校生が参加、体験希望される職種(医師・看護師・薬剤師・検査技師・放射線技師・理学療法士・歯科医師)に分かれて職場見学・演習を実施。その後「にいがたPUSHプロジェクト」による一時救命措置の演習をました。



医療現場体験見学会に参加した高校生が、当院に医学生として実習に来ています。今回参加された学生の方々が、将来の地域医療を担って頂けることを期待しています！

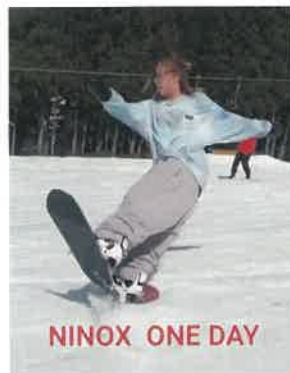
わたしの自遊時間

検査科 高橋 優希

冬になるとスノーボードに熱中し、シーズン中は週3回で行くほどです。特にグラウンドトリックという分野で様々な大会に出場し、女子オープンクラスで優勝という結果をのこしています。また、個人で大会を開催しています。

スノーボードを通し県外、海外の方と交流し、多くの仲間ができました。年齢層も幅広く小学生～60代までの仲間が各地域にできました。外出が億劫になりがちな冬を楽しく元気よく送れるスノーボードはストレス発散になったり、交流の場であったりと生活の一部になっています。おかげで冬は筋肉質になり、冬だけかっこいい自分になれます。(笑)

コロナ感染症がもう少し落ち着いたら各地域に旅行がてら、仲間のみんなに会いに行きたいと思います。



栄養科おすすめレシピ

長野県「山賊焼き」

山賊焼きは長野の松本市や塩尻市を中心とする中信地方で親しまれている料理です。

山賊は物を“とりあげる”から、“鶏を揚げる”料理を山賊焼きと呼ぶようになったそうです。



山賊焼きレシピ 材料(2人分)

- 鶏もも肉・・・1枚 つけだれ
- 片栗粉・・・適量 ●酒……………大さじ1
- サラダ油・・・適量 ●みりん……………大さじ1
- 醤油……………大さじ2
- おろし生姜……小さじ1
- おろしにんにく…小さじ1

1人分の栄養価

- エネルギー 200kcal ●たんぱく質 15g ●塩分 1.0g

作り方

- ① もも肉の皮目にフォークで数か所穴をあける。厚い部分に切り込みを入れると火が通りやすい。
- ② つけだれの材料をポリ袋に入れ、もも肉を入れて揉み冷蔵庫で30分から1時間漬け込む。
- ③ もも肉のつけだれ軽く切り、全体に片栗粉をまぶし、フライパンにサラダ油を1cm程入れ中火で熱し(約170℃)皮目を下にして入れる。途中返ししながら7～8分揚げる。
- ④ 2～3cm幅のそぎ切りにして盛り付ける。

レモン汁をかけてさっぱりとお召し上がりください。ごはんとの相性もばっちりです。

編集後記

先日スーパーへ行った時、突然ふわっといい香りに包まれました。香りの方へ目を向けると、そこにはももやぶどうなどの美味しそうな果物が並んでいました。ほんのひと時その香りに癒されました。皆さんの好きな香りは何ですか？ 慌ただしい日々でも、香りを楽しみリラックスする、そんな心のゆとりを持ちたいものです。(N.I)



新潟県厚生農業協同組合連合会
村上総合病院

〒958-8533 新潟県村上市緑町5丁目8番1号
TEL(0254)53-2141(代)
FAX(0254)52-4362
ホームページ <http://www.mgh.jp/>



発行責任者: 病院長 林 達彦