

無料

TAKE
FREE

HOPE
ほーぷ

太田記念病院だより

vol.63

2021.12

特集

ワクチンで防ぐ感染症 コロナウイルスだけじゃない!

おとなのワクチン

看護部長ごあいさつ

かかりつけ医・登録医ご紹介
太田鈴木眼科

診療科紹介 小児科

今から予防! 年末太り

新生児集中ケア



●理念

思いやりの心で行う医療

●基本方針

1.患者様の人格と権利を尊重し、何よりも安全を重視した医療を提供します。

2.常に医療の質の向上を目指し、救急医療の充実に努めて地域の医療に貢献します。

3.病病・病診連携を推進し、患者様がより良い医療を受けられるように努力いたします。

4.健康保険組合の一員として、地域住民の保健や福祉にも貢献し、信頼関係を深めるように努めます。

●患者様の権利

1.安全な質の高い医療を
平等に受ける権利

患者様はいかなる宗教・国籍・社会的地位などにかかわらず、安全で良質な医療をどなたでも平等に受けることができます。

2.個人の尊厳とプライバシーが
保たれる権利

患者様は人間として尊厳を保たれ、個人の情報が堅く守られながら医療を受けることができます。

3.個人の医療情報・開示が
得られる権利

患者様は病気・治療・検査等の内容についてわかりやすい言葉で納得のいく説明を受け、診療の記録についての情報開示を受けることができます。

4.医療行為の選択を自ら決定する権利

患者様は十分な説明を受けたうえで、ご自分の意思により治療・検査・その他の医療行為を選択・拒否することができます。

5.医療行為について

苦情や意見を述べる権利

患者様は病院に対しての苦情や意見を自由に述べるすることができます。また、それにより患者様が不利益を受けることは一切ありません。



当院の看護部のビジョンは
“看護本来の役割を発揮する”

太田記念病院 看護部長

いwasawa
岩澤とみ子

●患者様にとっての“最適”は何かを考え、“最高の医療”を提供できるようチームとして

10月より、看護部長に就任した岩澤とみ子です。前任の清水幸子副院長兼看護部長が退任され、後任として看護部を任されることになりました。どうぞよろしくお願いいたします。

現在、新型コロナウイルス感染症の感染者は群馬県で1日に数名程度となり、全国の警戒レベルも引き下げられ、当院としてもピーク時は一部病棟を新型コロナウイルス感染症患者様専用としていましたが現在は解除し一般の入院患者様の受け入れを再開しております。入院患者様においては、入院時今まで通り新型コロナウイルス検査をさせていただくとともに、面会についても制限をさせていただいております。当院の新型コロナウイルス感染症対策に引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

このように変わりうる病床運営の中で、私たち看護職は医療を必要とする患者様に対し、その方にとっての“最適”は

何かを考え、“最高の医療”を提供できるようチームとして協働しております。

当院の看護部のビジョンは“看護本来の役割を発揮する”です。このことを達成するために、固定チームナーシングという看護ケア提供方式を取り入れております。固定チームナーシングは、患者様に必要とする看護をチームで支えるシステムです。チームで協働して看護ケアを行うことから、能力の差を補い看護の質が維持され、同時に看護職の成長も促進されるという効果が期待できるものです。当院は3次救急病院であり、患者様に必要とされる医療が適切に提供できるよう医療体制を整え、責任と継続性のある看護を実現する使命があります。そのためには看護チームを小規模化し、一定のメンバーを固定することによりチームでの情報共有や活動を調整する必要があります。患者様中心の看護が提供でき、患者様から信頼される看護部であり続けられるよう努力してまいりますので、よろしくお願いいたします。

かかりつけ医・登録医ご紹介

太田鈴木眼科

すずき こうた
院長 鈴木 康太



診療科:眼科
住 所:太田市八幡町25-6
電 話:0276-55-5402
診療時間:
(午前) 9:00~12:00
(午後) 14:00~17:00
受付時間:
(午前) 8:45~11:30
(午後) 13:30~16:30
休診:日祝祭日・水・土午後
※木曜午後は特殊外来となりますが、現在は通常の診察を行っております。

診療から手術まで遠方へ足を
運ばずとも治療が完結できるように



●開院のきっかけ:群馬大学からの出張で、旧総合太田病院での一年間の地域医療に携わらせて頂いたのが理由の一つです。患者さんが専門的な治療や高度な医療を要する場合、遠方の大学病院への紹介を行う状況が多く、長距離の移動や頻回の通院等、患者さんにかかる負担が大きい事を感じておりました。この経験を踏まえ、自身が培ってきた大学病院での経験や手技を生かし、診療から手術まで遠方へ足を運ばずとも治療が完結できるような場所を作る事で、地域の皆様に少しでも貢献ができればと思いい開業を決意しました。

●特徴:当院は通常の眼科一般診療に加え、手術については白内障、緑内障、網膜硝子体手術を主とした診療を行っております。網膜硝子体手術は眼科では侵襲の大

き手術であり、感染症をはじめとする術後合併症のリスクが懸念されておりましたが、近年は器械や技術の進歩により短時間で低侵襲の手術が行えるようになり、個人院での導入も増えております。太田市内では初導入となりますが、外来でも比較的遭遇する機会が多い黄斑前膜や黄斑円孔などの疾患のほか、緊急を要する網膜剥離、水晶体落下等にも必要に応じて随時対応しております。緑内障手術については当院では白内障手術時にMIGS(低侵襲緑内障手術)を併施しており、患者さんへの負担の少ない治療を提供しております。

●心がけていること:患者さんにしっかりと説明を行う事です。視力や眼圧の検査結果や、眼底の画像検査の結果を共有し、患者さん自身の置かれている状況や病気の

原因、治療の必要性を説明した上で、治療方法についての提案を行っております。

また眼科の患者さんは視力低下をはじめ移動が困難な方も多くおられますので、頻回の通院が負担とならない様、点眼を多めに出すなど受診間隔を延ばす取り組みも行っております。

●今後の目標:地域の皆様の信頼に足る医院となれるよう、日々の診療の振り返りを行い知識や技術の習得・研鑽を地道に続けて参りたいと思います。開業医として責務を全うし、皆様の目の健康を少しでも長く保つお手伝いができればと考えております。



診療科紹介 小児科

ほり なおあき
主任部長 堀 尚明



太田市にいなから大学病院並みの診療を受けることが可能です。

当院小児科は、太田市22万人の都市において、小児患者さんを複数受け入れることが可能な唯一の施設です。邑楽・館林地区に入院できる施設はなく、この地域を含むと42万人の医療圏をカバーする病院です。

専門外来として、循環器(毎週木曜午後:古道一樹、小柳喬幸)、内分泌代謝(月2回木曜もしくは金曜午前:長谷川奉延)、血液腫瘍(第4水曜午前:嶋田博之)、神経(第2火曜午後:西村淳)、アレルギー(第2金曜午後:石井とも)を開設し、慶應義塾大学病院、あしかがの森足利病院などから専門医が定期的に来院しております。太田市にいなから大学病院並

みの診療を受けることが可能です。

県内の群馬大学小児科および県立小児医療センターとも密に連携し、専門的治療が必要な時に転院の受入れをお願いしています。

常勤医の専門分野は、内分泌代謝、感染症、アレルギーです。特に内分泌代謝については、日本内分泌学会の認定教育施設でもあり、2人の専門医(堀尚明と草野知江子)が診療を行っております。低身長、肥満、思春期(二次性徴)が早い・遅い、外性器が気になる(マイクロペニス等)方がいらっっしゃいましたらお問い合わせ頂くか、ご紹介願います。



ワクチンで防ぐ感染症 コロナウイルスだけじゃない！ おどなのワクチン

小児科
倉持 由

日本小児科学会
日本感染症学会
日本小児感染症学会
日本アレルギー学会
日本小児神経学会



感染症にならないために・・・

さまざまな感染症がわたしたちの生活を脅かします。感染予防のたくさんの方法のうち、ワクチン接種は有効な感染症に対しては特に秀でた効果を示します。しかし有効なワクチンがない感染症のみならず、ワクチンがあっても、それだけで感染症を克服できるわけではありません。はじめにワクチン以外の感染予防策にも触れたいと思います。

ユニバーサル・マスクング

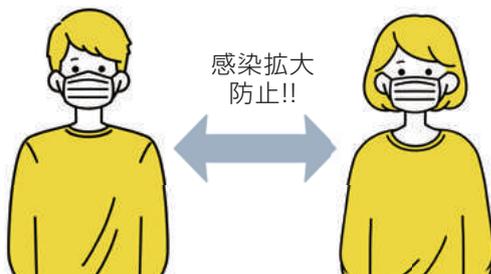
ユニバーサル・マスクングは旧来医学の非常識、これからの新常識

新型コロナウイルス感染症(以後、新型コロナ)では感染者の症状出現2日前から症状出現直後にかけてウイルス排泄が最多になり、他者に感染させてしまう力が症状のピークより先に強まると考えられています。したがって、症状を自覚しなくともひとにうつさない努力を払うことが大切です。新型コロナの時代になって、みんながお互いを守り合うユニバーサル・マスクングが医学的に認められるようになりました。



ソーシャル・ディスタンス

ソーシャル・ディスタンスは疫学的に実証された策



新型コロナの時代になってすぐ、いわゆる三密(密閉、密集、密接)を避ける生活様式が勧められるようになりました。実際にこの三密が揃うと感染する可能性が相乗的に高まるのが世界中で確認されています。

手指衛生

手指衛生はあらゆる感染症予防の要

①石けんと流水による手洗い

石けんやハンドソープを使用し、流水で洗うことが基本です。石けんやハンドソープなどの界面活性剤には皮脂や汚れを落とすだけでなく、細菌やウイルスを傷つける作用があります。石けんを**しっかり泡立てたあと、十分の流水で流す**ことが有効です。流水のみの手洗いや溜めた水でのゆすぎは避けましょう。また、洗い残しやすいところを意識して手洗いすることも大切です。



②アルコール手指消毒

アルコール製剤で手指消毒をすると石けんと流水による手洗いと比較して、**より短時間により多くの細菌やウイルス**をとりのぞくことができます。ただし、手がかすかに湿るような使用法では有効性はとても低下します。30秒くらい手を擦ってもまだ残るくらい**手全体がびしょり濡れる量のアルコールを使用**することが重要です。またアルコールは不適切に希釈されると消毒力を失います。信頼できるメーカーの製品を選ぶとよいでしょう。

ワクチンは子どもだけのためのものではありません

子どもたちはもちろん成人も適切にワクチンを接種して必要な免疫をつけておくことは、とても大切なことです。



新型コロナについても短期的には極めて有効なワクチンが普及しました。今後3回目の接種がはじまる見通しです。



3回接種での長期的な有効性に注目が集まっています。

ところで、ワクチンの目的は大きく2つに分けられます。ひとつは**個人免疫**といって、接種したひとをかりにくしたり、かかったときに症状を軽くしたりする目的があります。もうひとつは**集団免疫**です。多数のひとが免疫をもっているとその集団全体の感染リスクが下がることが知られています。

新型コロナについてもワクチンの集団免疫が機能していくのか、結論はまだすこし先になりそうですが、ワクチンには本来、自分だけでなく隣人をも守る目的があるということを強調したいと思います。

おとなのワクチン①

子宮頸がんヒトパピローマウイルスワクチン

子宮頸がんは日本人女性で5番目に多いがんですが、世界的には減少が期待されています。このがんのほとんどはヒトパピローマウイルスの感染が原因で、有効なワクチンがあるためです。一方、日本ではこのワクチンの接種率が非常に低く子宮頸がんも減少していないという現状があります。以前、ワクチンと“多様な症状”の関係が懸念されたことと関連しています。しかしそれらの症状とヒトパピローマウイルスワクチンとの関係性は証明されず、このほど日本でもこのワクチンの**接種勧奨が再開**されることになりました。女性では2価または4価のワクチンが公費で受けられます。また接種しそびれた女性への救済措置、**キャッチアップ接種も始まる見通し**です。そのほか女性は有償・任意で9価のワクチンも今年から接種できるようになっています。男性では有償・任意で4価ワクチン接種を受けることができます。



おとなのワクチン②

インフルエンザと肺炎球菌ワクチン

肺炎球菌による肺炎はときに適切な診断・治療ができて救済できないほどの重症化をきたします。インフルエンザのあとなどにかかりやすくなります。インフルエンザはそれだけでもときに重症ですが、その後の肺炎、脳や心臓の血管の病気などによる**“関連死亡”**も問題です。この肺炎球菌感染症を予防するワクチンがインフルエンザワクチンと同様に有益です。

おとなのワクチン③

带状疱疹とワクチン

带状疱疹とはみずぼうそうと同じウイルスが原因の皮膚疾患です。加齢、糖尿病、がんなどによる免疫力の低下で特に50歳以上で発症率が高くなり80歳までに約3人に1人が発症するといわれています。

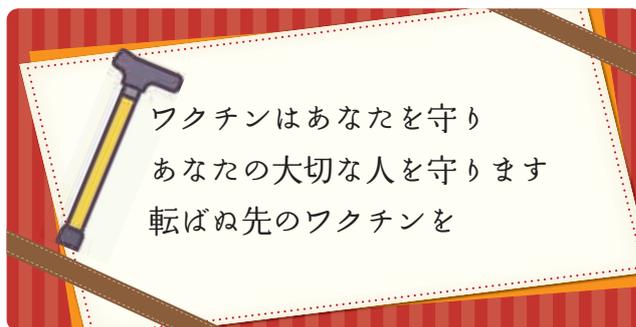
子どもの頃にみずぼうそうに罹患すると治った後もウイルスは体内に潜伏しています。免疫力が低下するとウイルスが再び活性化して带状疱疹を発症します。また多くの場合水疱が治ると痛みも消えますが、ときに、**皮膚がきれいになってもひどい痛みが続く**ことがあります。これは带状疱疹後神経痛といい、最も頻度の高い合併症です。これらを予防するため50歳以上のひとには、ワクチン接種が勧められます。



おとなのワクチン④

風しんとワクチン

風しんは、風しんウイルスが原因の発疹性感染症です。感染性は強く、発症前や無症状の感染者からも広がります。麻しんほど重症化する可能性は高くありませんが、母体を通して胎児が風しんウイルスに感染すると、生まれつき視力、聴力、心臓、肝臓、造血機能などに障がいをもつ先天性風しん症候群の赤ちゃんが生まれる可能性があります。以前に定期予防接種の対象にならず免疫を持たない中年男性から妊婦さんへ感染が広がることがありえます。今年度43～59歳になる(昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた)男性は無償で抗体検査を受け、風しん免疫がないとわかった場合、麻しん風しん混合ワクチン接種を受けることができます。この措置は今年度末までの期間限定で、実際には2022年2月くらいまでで打ち切られる見込みです。未接種のかたは**未来の赤ちゃんたちを守る**ためにも、ご協力をお願いします。



●栄養部通信

食事を変えてカラダ改善

今から予防! 年末太り

管理栄養士
しんぼ さやね
新保 清音



年末は宴会や会食など、ついつい食べ過ぎてしまう機会が特に多い季節です。会食も宴会も減ったから太りにくいはず…と油断している方も要注意。自宅で過ごす時間が増える年末は、体を動かす機会は減りがちでも間食や飲酒の量が増えがちです。4つのポイントを意識して体重増加を予防しましょう!

Point
1

ダラダラ食べはNGです



食事や間食を時間に関わらずダラダラと食べ続けると、食べた量を把握しにくく食べ過ぎにつながります。いつでもすぐ手が届く場所に菓子やジュースをストックしない、あらかじめ適量を皿に出し時間を決めて食べる、食べ終わったら速やかに片付けるなどの習慣を付けましょう。

Point
2

毎食 野菜やきのこ、海藻類を取り入れ、食事の最初に摂るように意識しましょう

野菜、きのこ、海藻類は低カロリーで食物繊維を多く含み、余分なコレステロールを体外へ出す働きや、血糖値の上昇を緩やかにする働きがあります。食事の最初によく噛んで摂ることで満腹感を得やすく、食べ過ぎ防止につながります。

Point
3

お酒は適正量を守りましょう



アルコールは1gで7kcalとカロリー高め。1日のアルコールの適量は20g程度とされており、これはビールであれば中瓶1本(500ml)、日本酒は1合(180ml)、ワイン2杯(240ml)に相当します。甘い缶チューハイの場合は度数が低くてもジュースと同様に砂糖が多く使われているため要注意!

Point
4

体を動かす習慣を作りましょう

外に出て運動するのが難しい場合、家事は体を動かす絶好のチャンスです。いつもより動作を大きく、こまめに動くことを意識してエネルギー消費アップ!



おすすめ
料理

よく噛んで満足感アップ! **ごぼうときのこの食べる和風スープ**



1人分あたり
エネルギー 75kcal
食物繊維 2.9g



POINT!! 噛み応えを出すためエリンギやごぼうを繊維に沿って切るのがポイントです。大豆にはコレステロールの吸収を抑えてLDL(悪玉)コレステロール値を改善する効果が期待され、腹持ちもアップするので一石二鳥。こんにゃくは今回糸こんにゃくを使用しましたが、お好みのものをご使用ください。

◆材料(2人前)◆

ごぼう	60g	大豆水煮	40g	調味料
舞茸	60g	糸こんにゃく	40g	○濃口しょうゆ 小さじ1
エリンギ	40g	だし汁	400ml	○みりん 小さじ1
人参	40g	小口ねぎ	適量	○塩 小さじ1/3

◆作り方◆

- ①ごぼうとエリンギは4cm程の長さの短冊切りし、ごぼうは水にさらしておく。人参は一口大の乱切り、糸こんにゃくは食べやすい長さに切る。舞茸は手でほぐす。
- ②鍋にだし汁を入れ①のごぼう、人参、糸こんにゃくを入れ、火を通す。
- ③大豆水煮、舞茸、エリンギを入れてしんなりしたら○を加えて味をととのえる。
- ④椀に盛り付け、小口ねぎを散らして完成。

新生児集中ケア

看護部
ほりこし かずよ
堀越 和代

最善の医療を提供し
「赤ちゃんの代弁者」として
家族に寄り添う

32週以降のハイリスク分娩を受け入れています

当院は地域周産期母子医療センターの役割を担い、32週以降のハイリスク分娩を受け入れています。出生直後の新生児は胎内から胎外環境へ劇的な変化を遂げますが、在胎週数が浅く体重が小さいほど新しい環境に適応することが、より困難な状況とされています。



「障害なき生存・生育」を目標に

そのため、新生児集中ケア認定看護師は、「障害なき生存・生育」を目標に出生前の母体情報から予測して、出生直後の呼吸や循環を整え、重篤化をできる限り予防する為に、新生児の生活の質を考慮した看護ケアを行っています。また、言語的な訴えのない新生児のサインを読み取り、発達を促すため、光や音の環境調整やケアを行うタイミングを図り、安静が保てるようにポジショニングなど行い過度のストレス軽減への看護ケアを行っています。



新生児にとってNICUは「治療の場」で「生活の場」でもある

新生児にとってNICUは「治療の場」であるとともに「生活の場」でもあります。赤ちゃんにとって最善の医療を提供しつつ、「赤ちゃんの代弁者」として新生児のニーズに寄り添うようにしています。



心理的サポートや各種の支援も

また、「家族のはじまりの場」でもあるため、NICUに新生児が入院することで危機的な心理状態に陥りやすい家族を新生児との良好な親子関係が構築できるように心理的サポートや母乳育児支援、退院支援などを行っています。



新任 医師の ご紹介 新しく着任 いたしました。



救急科 まつしま じゅんや 松島 純也 R3年10月1日入職



形成外科 なかにし みち 中西 未知 R3年10月1日入職



産婦人科 わたなべ じゅん 渡辺 隼 R3年10月1日入職



小児科 ますぶち はやて 増淵 颯 R3年10月1日入職



整形外科 のぞき たくと 野崎 拓人 R3年10月1日入職



循環器内科 さはら なおひこ 佐原 尚彦 R3年11月1日入職



放射線科 たかはしまさひろ 高橋 正洋 R3年11月1日入職

イベント報告

10月ハロウィン装飾

10月にハロウィン装飾を行いました。



たんぽぽ保育園の園児の皆さんが協力してくれました。

11月医療安全月間の告知

医療安全月間の告知を行いました。



みなさまの声を聞かせください. 太田記念病院では... 患者様によりよい医療を提供できるよう... 来院された皆様にご意見・ご感想を承っております.

来院の皆さまへ. 必ずマスクの着用をお願いいたします. 当院では、新型コロナウイルス感染症対策として、来院される皆様にはマスクの着用をお願いしております.

院内ボランティア募集のご案内

当院では患者様へのサービス向上のため、院内ボランティアを募集しております。業務内容は受付・精算機周辺での患者様のご案内などが中心となっております。

活動日時：病院休診日を除く平日・土曜日 (8:30~12:00までの間で2時間程度) ※活動日・活動日数等はご希望に応じて調整可能です 年齢：18歳~70歳くらいまでの方(高校生不可) 連絡先：太田記念病院 総務課

市民公開講座web配信中(期間限定)

現在、当院のHP上では、過去の市民公開講座の動画をweb配信中です。当院の医師や認定看護師等による、皆様の健康に関する情報が満載です。是非、ご覧ください。

WEB配信 申込不要 無料配信

太田市平日夜間 急病診療所はこちら TEL.0276-60-3099 太田市保健センター1階 太田市飯田町818

SUBARU健康保険組合 太田記念病院 TEL.0276-55-2200 〒373-8585 群馬県太田市大島町455番地1

太田記念 | 検索 | 太田記念 FB | 検索 | @ota_memorial_hospital | 検索 | ホームページアドレス https://www.ota-hosp.or.jp/ フェイスブックアドレス https://www.facebook.com/otahosp/ インスタグラムアドレス https://www.instagram.com/ota_memorial_hospital/

発行：SUBARU健康保険組合 太田記念病院 〒373-8585 群馬県太田市大島町455番地1 ●企画/総務課 © OTA MEMORIAL HOSPITAL All rights reserved TEL:0276-6-55-2200(代) FAX:0276-6-55-2205

無料 UD FONT 当院のユニバーサルデザイン フォントを無料でご提供いたします。