

無料

TAKE
FREE

HOPE
ほーぷ

太田記念病院だより

vol.64

2022.2

特集

～自分らしい生き方を～

緩和ケア

病院長のごあいさつ

かかりつけ医・登録医ご紹介

明和赤ちゃんこどもクリニック

診療科紹介 形成外科

カルシウム、
足りていますか？

骨を丈夫にする食事

医療用麻薬について

～正しく理解しよう～

●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。



先がまだ見えませんが新型コロナウイルス感染症対策
だけでなく地域医療が途切れないように

ありの ひろし
太田記念病院 病院長 有野浩司

●昨年11月から、ドクターカーの
運用を開始

いつも太田記念病院へのご支援、ご協力ありがとうございます。

昨年も新型コロナウイルス感染症への対応に追われましたが、当院は東毛地区唯一の3次救急医療機関としての役目を果たすべく、感染対策を徹底しながらスタッフが丸一丸となって重症者、夜間・休日など他で対応が難しい患者様を中心に治療に当たりました。園児から大人まで多くの励ましのお言葉や個人・企業からのご支援など、地域の応援が大きくなりました。心から感謝申し上げます。

先がまだ見えませんが新型肺炎だけでなく、感染症以外の疾患・外傷のご紹介もお受けできるように努力し、できるだけ地域医療が途切れないようにしてまいります。

2020年度の大きな設備投資として年末から年度末にかけてMRIを1台3テスラの最新機種に更新します。以前より詳細な検査を行えるようになります。2021年度にもう1台のMRIを新しくする予定です。工事期間は1台運用ですの

で近隣の病院と連携をとって必要な検査が行えるようにしていきたいと思っております。

診療科について、昨年いくつかの科で退職や減員がございましたが、腎臓内科など増員の先生が4月に赴任予定です。昨年の初期研修医は8年連続でフルマッチでした。若手医師の活躍に期待し良い研修を行い、これから地域医療を支える人に育ててほしいと願います。

昨年11月から、太田市消防本部と連携してドクターカーの運用を開始しました。週2、3日の平日昼間から始め、医師と看護師、消防隊員が同乗して出動します。命に関わる外傷、疾患の現場に向かい、搬送前から医師などによる治療を行います。状況を見極め、運用拡大を目指します。

常勤医師117名、職員総数969名の体制(2021年12月現在)で今年も頑張っていきます。

今年も多く医師の異動が予想されますが、医師確保に全力を尽くし地域に貢献できるよう努めて参ります。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



かかりつけ医・登録医ご紹介 明和赤ちゃんこどもクリニック

くさの りょうすけ
院長 草野亮祐



子供たちに健康と安心を。

● **開院のきっかけ**：3年ほど前の上毛新聞に、川俣駅東口に医療複合施設建設の計画の記事が載り、その中に小児科クリニックも開設するとあったのを見て、興味を持ったのがきっかけです。

● **特徴**：産後を退院した赤ちゃんから中学生まで、小児の内科的な疾患と皮膚科的疾患を診療しています。スキンケアと予防接種には特に力を入れています。母乳育児で悩むお母さんのために、助産師による母乳相談外来も行っています。

● **心がけていること**：全ての患者さんを、自分の家族のように診ることを心がけています。

また、小さなお子さんが自分で言えない症状、ご家族が気づいていない症状がないか、に心を配るようにしています。

● **今後の目標**：館林、邑楽5郡地区の子供たちとご家族に健康と安心を届けたいと思っています。

そして将来的には他の東毛地区や、とんなるクリニックに成長していきたいと考えています。また、埼玉県の皆様にも足を運んでいただ

診療科：小児科、小児皮膚科、
乳幼児健診、予防接種、
赤ちゃんのケア、
母乳育児支援

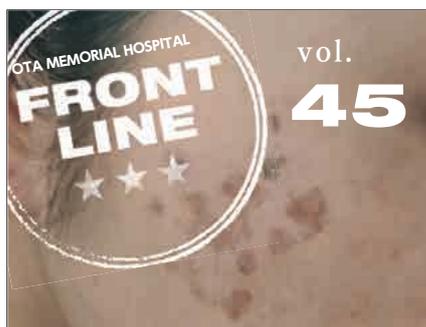
住 所：明和町中谷331-1
明和メディカルセンタービル
A館1階

電 話：0276-84-1166

診療時間：
(午前) 9:00～12:00
(午後) 15:00～18:00

受付開始：
診療時間の15分前、終了は
30分前となります。

※14:00～15:00は
予防接種・健診等(予約制)
休診：日祝祭日・木土午後
※土曜日は9:00～12:30
(受付開始8:45～終了12:00)



診療科紹介 形成外科

いはら じゅん
主任医長 伊原 淳



頭の天辺から足の爪先まで、老若男女問わず、幅広い疾患の治療を行っています

当院の形成外科は現在3名の常勤医師で診療を行っております。

形成外科は他の診療科に比べると、どのような疾患の治療を行っているのかイメージが湧きづらいかもしれません。きずの専門家として、外傷(切創、挫創、熱傷など)や難治性潰瘍(糖尿病性壊疽、重症下肢虚血、静脈うっ滞性潰瘍など)、傷跡(ケロイド、肥厚性瘢痕、瘢痕拘縮など)の治療はもちろんのこと、皮膚良性腫瘍や悪性腫瘍の切除や再建、顔面骨骨折、先天的な形態異常、眼瞼下垂や陥入爪など幅広い疾患に対応しております。

また、各種レーザーを用いたあざ(太田母斑、異所性蒙

古斑、扁平母斑、乳児血管腫、単純性血管腫など)に対する保険診療も行っております。

2021年度からはリンパシンチグラフィーという検査を導入し、当院でリンパ浮腫の診断ができるようになりました。リンパ管静脈吻合術というリンパ浮腫に対する治療も積極的に行っております。

これからも少しでも地域の皆様のお力になれるよう、日々丁寧な診療を行ってまいります。上記疾患を含め、お困りの際は是非ご相談ください。今後ともよろしく願いいたします。



緩和ケア

～自分らしい生き方を～

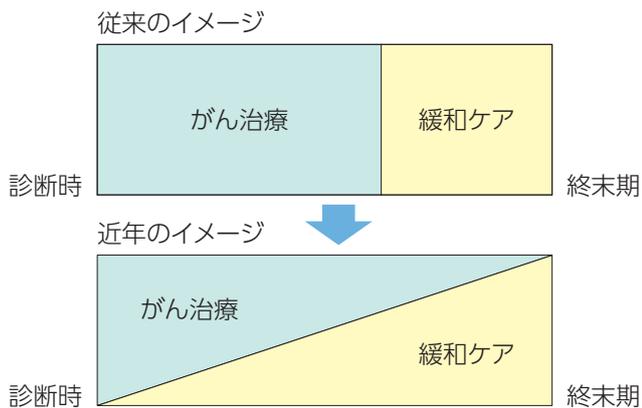
緩和ケアとは病気に伴う心と体のつらさを和らげる医療です。
ここでは緩和ケアと当院の取り組みについてお話しします。

地域医療連携課
医療ソーシャルワーカー
つだいたる
津田 至

♥ 緩和ケアと聞くとどんなイメージを持ちますか？

「がんの終末期に受けるもの」「がん治療ができなくなったら受ける医療」など、緩和ケアと聞くと「終末期だけ」とか「がん治療が終わったら受けるもの」と思っている方も多くいらっしゃると思います。しかし実際は、患者さんの状況に応じて、終末期だけでなくがんと診断された時からがん治療と同時に行われます。がんと診断された時から、体の痛みやだるさなどの身体症状以外にも、気持ちの落ち込みや悲しみ、治療中の生活に対する不安、行く先への恐怖など、がんの治療とともに痛みや苦しみを感じることもあります。

緩和ケアとは、そのような病気に伴う心と体のつらさを和らげる医療のことです。



◎WHO(世界保健機構)による緩和ケアの定義(2002年)

「緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、疾患の早期より痛み、身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関して、的確に評価を行ない、それが障害とならないように予防したり、対処することで、クオリティ・オブ・ライフ(QOL:生活の質)を改善するためのアプローチである。」

♥ 患者さん一人ひとりのつらさに焦点を当てて

がんを患っている患者さんやご家族は、身体的な痛みだけでなく、金銭的な問題、学業や仕事などの問題、介護の問題、時には病気の理不尽さや絶望など、様々な痛みや苦しみを感じることもあり、それは一人ひとり違うと思います。

緩和ケアではそのような一人ひとりのつらさに焦点を当てて、

どのようにしたら抱えるつらさが和らぐか、軽減できるかを一緒に考えていきます。



♥ 緩和ケアチーム

当院ではがん、非がんに限らず、病気や治療によって痛みや苦しみを感している入院患者さんを対象として、緩和ケアチームで毎週緩和ケア回診を行っています。メンバーは、緩和ケア科の医師、緩和ケア認定看護師、薬剤師、作業療法士、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー(社会福祉士)です。

外来では、緩和ケア認定看護師が「がん看護相談外来」として、医療ソーシャルワーカーが「医療福祉相談室(がん相談支援センター)」として、患者さんやご家族の相談を受け付けています。



様々な専門分野のスタッフが「緩和ケアチーム」としてあなたとご家族を支援します。



●看護師
緩和ケアに関する専門的な知識や技能を持つ専門・認定看護師などが支援します。



●医師
がんに伴う様々な症状をやわらげます。



●医療ソーシャルワーカー
生活面や医療費などの経済面での問題についてご相談を受けたり、社会的サービスや在宅医療を受けるための支援を行います。



あなたとご家族を支援する「緩和ケアチーム」



●薬剤師
痛みなどの症状をやわらげるための薬についての助言や指導を行います。



●カウンセラー(臨床心理士)
がんに伴う心の問題(不安、うつ状態など)について、専門的に支援します。



●リハビリ専門職(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など)
身体の機能を最大限に活用し、暗療に生活できるようにするためのリハビリテーションを担当します。

●管理栄養士
食事の献立や味付けの工夫などの助言を通じて、食生活に関わる問題に対応します。

出典:日本緩和医療学会「がんとわかったときからはじまる緩和ケア」

♥自分らしい生き方を

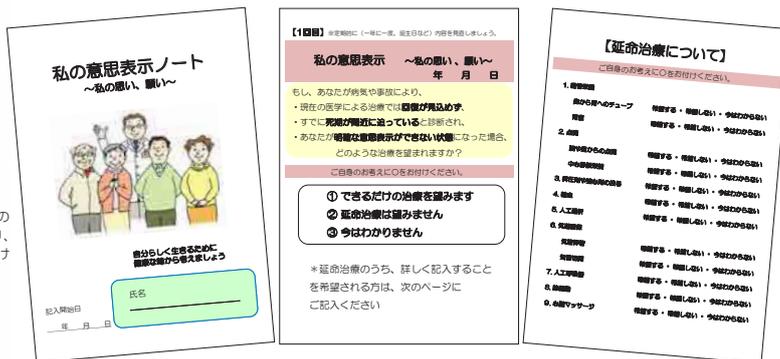
一昔前は、患者さん本人にはがんという病名を告知しないという時代でした。しかし今は、患者さん自身の命であり人生であることを尊重し、患者さん本人にしっかりと病名を告知して、これからの治療や生活について患者さん・ご家族と医療者が一緒に考えていくという時代になっています。自分の病気や命を知るからこそ、自分らしい生き方を考えることができるのだと思います。また、死を知ることは生を知ることに繋がります。人間である限りいつか必ず訪れる死について考えることも、自分らしい生き方を考えるためには重要なことだと思います。

痛みや苦しみ人がそれぞれ違うように、価値観や人生観、死生観も人それぞれ違います。緩和ケアに携わる私たちは、その個々の諸観念を大切に、自分らしい生き方を考えるお手伝いができるよう心がけています。

♥「私の意思表示ノート～私の思い、願い～」

昨今、厚生労働省から「人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)」という言葉が発信されており、テレビや新聞等で耳にしたことのある方も多いと思います。これは、誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があり、そのようになった時のために自らが望む人生の最終段階の医療・ケアについて自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと話し合い、共有しておく取り組みのことです。

各地方自治体や医療機関では、その取り組みの一環として意思表示ノートやエンディングノートを作成して配布しており、当院でも2019年12月から「私の意思表示ノート～私の思い、願い～」を病院独自に作成し、各外来ブロックや病棟待ち合い室にて設置・配布をしています。



このノートは、ご家族の中でもなかなか話しづらい「もしもの時の話をする一つのきっかけ」として使っていただければと思います。このノートに書いたことが法的効力を持つことはありませんが、いざその時に本人が意思決定をできないような状況になった際、ノートに書かれた本人の希望を基にご家族と医療者間で話し合い、本人にとってのその時の最善を考える助けとなります。

ただし、これは個人が主体的に考えて行うことであり、強制するものではありません。価値観、人生観、死生観は人それぞれ違います。「健康なうちから死について考えておきたい」という考えもあれば、「病気を治すことを目指して頑張っているのに死なんて考えたくない」、「今考えることではない」といった考えもあると思いますので、考えたくないという方には無理強いすることがないよう注意が必要です。

♥医療福祉相談室(がん相談支援センター)

緩和ケアのこと、私の意思表示ノートのこと、その他療養中における困りごとや不安なことがあればいつでもご相談ください。私たち医療ソーシャルワーカーや看護師が、「自分らしい生き方」を考えるお手伝いをさせていただきます。



<相談方法>

相談をご希望の方は、主治医や看護師にお申し出いただくか、1階患者支援センターにお声がけください。なお、相談は受付時間内であればいつでもお受けできますが、ご予約の方を優先させていただきます。

■ご予約の場合は
0276-55-2200(代表)にて
「医療福祉相談」とお話しください。

●栄養部通信

食事を変えてカラダ改善

カルシウム、足りていますか？

骨を丈夫にする食事

管理栄養士
しんぼ さやね
新保清音

骨を丈夫にするにはカルシウムが大切であることはご存じの方も多いのではないのでしょうか。骨はカルシウムやリンなどのミネラル、コラーゲン(たんぱく質)など様々な成分で構成されています。そのため、バランスの良い食事を3食摂り、骨に必要な様々な栄養素を体に取り入れることが基本となります。その上でカルシウムをしっかり取り入れて丈夫な骨を保ちましょう。

カルシウムの食事摂取基準

成人男性:700~800 mg/日 成人女性:600~650 mg/日 ※耐受上限量は2500mg/日と設定されています

カルシウムを多く含む食品

牛乳1杯(180ml)	190mg
ヨーグルト(カップ1個)	100mg
プロセスチーズ(1切れ)	126mg
しらす干し(10g)	52mg
乾燥さくらえび(小さじ1)	20mg
木綿豆腐(1/3丁)	93mg
納豆(1パック)	40mg
厚揚げ(1枚)	240mg
小松菜(小1株)	51mg
水菜(小1株)	63mg

カルシウムと一緒に摂りたい!
骨を丈夫にするビタミン

●ビタミンD

腸管からのカルシウムの吸収を促進します
<多く含まれる食品>
きのこ類や、鮭、さんま、いわしなど魚介類

●ビタミンK

骨の形成を促す働きがあります
<多く含まれる食品>
ブロッコリーや小松菜などの緑黄色野菜や納豆など
※内服薬によってはビタミンKを多く含む食品の摂取を制限される場合があります。

注意したいポイント

加工食品、清涼飲料水、食塩、アルコール飲料、カフェインを多く含むものを摂りすぎると、カルシウム吸収の阻害や、カルシウム排泄が促進されてしまいます。

おすすめ
料理

カルシウムたっぷり! 具沢山山玉子焼き



カルシウムを多く含むチーズや小松菜、しらすと、ビタミンDを含むきのこと一緒に摂ることでカルシウムの吸収を高めます。

2人分
エネルギー 250kcal
カルシウム 210mg

◆材料(2人前)◆

卵 2個	☆みりん 小さじ1
小松菜 小1株	☆醤油 小さじ1/2
エリンギ 小1本	☆めんつゆ 小さじ1/2
プロセスチーズ 15g	☆サラダ油 適量
しらす 10g	

◆作り方◆

- ① 小松菜とエリンギは粗みじんにし卵は溶いておく。
- ② 溶いた卵にめんつゆ、みりん、しょうゆを入れて混ぜ
①とチーズ、しらすを加える。
- ③ 熱したフライパンにサラダ油をひき、②を4分の1程度流し入れて焼く。
- ④ ③を繰り返し、焼きあがったら食べやすい大きさに切って盛り付ける。

医療用麻薬について

～正しく理解しよう～

緩和薬物療法認定薬剤師

いとう まさこ
伊藤 雅子

モルヒネなど、麻薬というと覚醒剤や大麻など、快楽を得るための乱用薬物というイメージを持つかもしれませんが、医師から処方された麻薬は、安全性の確認された「医療用麻薬」で、覚せい剤、大麻とは全く別の薬です。日本は、がんの痛みに対して使用している麻薬の量は先進国でも最下位であり、医療用麻薬の使用に抵抗感があって、痛みを十分に緩和できず、がまんしてしまうケースも少なくありません。しかし、がんに伴う痛みを抑えることで、物事に前向きに取り組めるようになり、QOL(生活の質)向上につながります。

医療用麻薬の疑問を解説します。



誤解1 麻薬を使ったら中毒になる?

痛みのある人が医療用麻薬を適切に長期間使用し続けても、中毒・依存にならないことが研究でわかっています。



誤解2 寿命が短くなる?

以前は使用をためらって、死の直前になってから使用して、死期を早めてしまうという誤解がありました。現在は痛みの程度に応じて、早期から医療用麻薬を用いることで、痛みを緩和しやすく、またQOLが向上することで、寿命も長くなるという報告もあります。



誤解3 だんだんと効かなくなる?

効かなくなるのではなく、痛みが強くなってきて薬の量が足りなくなったためです。また薬の効果には個人差もあります。患者さんに合った適切な量に調節していきます。



現在、医療用麻薬はモルヒネだけでなく、フェンタニル、オキシコドンなど種類も増え、また注射薬、飲み薬だけでなく、貼り薬、坐薬と選択肢も多くあります。患者さんの希望や望むライフスタイルに合わせて、がんの痛みを医療用麻薬で十分緩和することが可能になっています。つらい痛みを我慢せずに、医療用麻薬を正しく使って、人生を前向きに、より豊かな生活が送れるよう、私たち医療スタッフも協力していきます。

前向きな生活
が送れます



医療用麻薬によって 心と体の痛みがとれると…

- ぐっすり眠れるようになる
- 何事にも前向きになる
- 食事が食べられるようになる
- 治療に対する意欲がわいてくる
- 明るくコミュニケーションがとれる

新任医師のご紹介

新しく着任いたしました。
どうぞよろしくお願ひいたします。



心臓血管外科
やまもと だいご
山本 大悟
R4年1月1日入職



泌尿器科
かわの しょうた
川野 将太
R4年1月1日入職



耳鼻咽喉科
みやの しんたろう
宮野 新太郎
R4年1月1日入職



循環器内科
きたの しょうま
北野 奨真
R4年1月1日入職

イベント報告

クリスマスツリーを飾りました

院内の1階エントランスにてクリスマスツリーの装飾を行いました。たんぽぽ保育園の子どもたちが作った可愛い飾りもありました。



みなさまの声を聞かせてください

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。
お寄せいただいたご意見は…
今後の改善に役立させていただきます。
なるべく詳しい日時・場所・対象部署等をご記入ください。
※なお、いただいた貴重なご意見ですが、
対応できないものもあります。
※個人の診断や治療に関するご質問はご遠慮ください。

投書フォーム



みなさまから
お寄せいただいた
貴重なご意見について、
回答させていただきます。

入口の検温について
入口の検温の機械で
体温を測らない人がいます。
職員も見ているのに、止め
ません。
どうしてですか??

ご心配をおかけして申し訳ございません。
本院される皆さまの検温は正面玄関入口のサー
モグラフィにて計測させていただいております。
スタンド式の体温測定器はご自身で体温を確認される
場合などにご利用いただけるよう設置しております。
また、体温の高い方や測定が出来なかった方につき
ましては職員からお声を掛けさせて頂いております。

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配信し
ています。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

診療日：月・火・水・木・金・土

※日・祝日・年末年始は休診となります
受付時間：午後6時45分~午後9時45分

SUBARU健康保険組合
太田記念病院

TEL. **0276-55-2200**(代)

〒373-8585
群馬県太田市大島町455番地1

電話番号をよくお確かめのうえ、お掛け間違いのないようお願い申し上げます。

太田記念 |

検索

ホームページアドレス
https://www.ota-hosp.or.jp



太田記念 FB |

検索

フェイスブックアドレス
https://www.facebook.com/otahosp



@ota_memorial_hospital |

検索

インスタグラムアドレス
https://www.instagram.com/ota_memorial_hospital/

