



都志見新聞

(医)医誠会都志見病院
http://tsushimi.jp

発行部数 500部
発行月 1, 4, 7, 10月
発行人 都志見病院
広報委員会

健診・がん検診を 受けましょう!!



※山口県民の4人に1人はがんで亡くなっています！

健診を受けられる際に、新型コロナウイルス感染症対策として

- ①手指消毒とマスクの着用をお願いしています。
 - ②新型コロナウイルス感染症に関する問診を行っています。
- ※新型コロナウイルス感染症についての対応は変更になる可能性があります。

	萩市	阿武町
検診が 受けられる人	萩市国保・後期高齢者 社会保険扶養者 ※社会保険本人でがん検診を受ける機会がない方は萩市健康増進課にご相談ください。	阿武町国保・後期高齢者 社会保険扶養者または本人
実施期間	12月24日（金）まで	2月28日（月）まで
予約受付窓口 【健診室】	時間：午前10時30分～午後3時 電話：0838-22-3090 ※移動中を含む万一の感染を防ぐため、お電話での予約をお勧めします。	

女性は2年に1回 乳がん・子宮がん検診を!!

当院では、マンモグラフィと併せて超音波検査を行なっています。
マンモグラフィだけでは見つけにくいがんも発見しやすくなります。
※検査の際、女性技師を希望される方はご相談ください。



※自覚症状がある人、該当のがんで治療や経過観察中の人は専門医やかかりつけ医に相談しましょう。

がん検診で必ずがんを見つけられるわけではありません。
がんがなくても、検診の結果が「がんの疑い」となる場合があります。

新型コロナウイルスワクチンについて ～注意点や接種後の症状～

薬剤部長 玉一寛之



新型コロナウイルスワクチンに関する情報は、多くの報道・インターネット等で入手することができますが、ここでは当院が取り扱っております、コミナティ筋注(ファイザー社製)についてお伝えします。このワクチンは、1回目の接種後、3週間の間隔で2回目の接種を受ける必要があります。例えば、7月1日に1回目の接種を受けた場合、2回目の接種は7月22日となります。2回目接種の時に体調不良等で接種が困難な場合は、以降の回復を待って、できる限り速やかに接種を受けることとなります。普段の予防接種(1人分用)であれば、予定通りに接種できない場合、薬剤を調製せずに次回接種時まで保存することが可能ですし、毎年接種を行っているインフルエンザウイルスのワクチンについては、多くの職員がシーズン初旬に一般の方より先に接種を行います。2人分が充填されているので、1人分の余りが発生した場合を想定して、接種待機職員を数十名準備して、廃棄せずに済むようにしています。ところが、コミナティ筋注は1本が5～6人分相当で、医療従事者の優先接種もできる限り多くの方の接種を推奨されていたことや、厳格な保存状態の維持(温度管理、激しい振動負荷を抑えること)等が求められました。さらには、冷蔵庫保管期間や調製から接種までの時間的猶予がとても短く、これまでと全く違うワクチン製剤でもあったこと、通常診療と同時に接種を実施する体制を設けることが非常に困難な状況で、接種対象人数を制限せざるを得ませんでした。ご不便をおかけした皆様、本当に申し訳ございません。現在、各種職員の協力のもと、接種可能人数を少しずつ増やしているところです。

このワクチンの副反応をいくつか紹介します。海外での集計、並びに2月から開始された国内先行接種の報告に、重大な副反応として【ショック、アナフィラキシー】があります。これは、接種直後から、時には5分以内、通常30分以内に起こるとされており、皮膚症状としては、皮膚のかゆみ、じんま疹、紅斑等、消化器症状としては、腹痛、吐き気等、呼吸器症状としては、声のかすれ、のどのかゆみ、息苦しさ、それ以外では視覚異常、蒼白、意識混濁等があります。これらは早期に対処する必要がある副反応ですので、接種後30分(現在は15分*問診等で要注意と判断した場合30分)以上会場で待機してもらいます。その他の副反応としては、注射部位の痛み、腫れ、下痢、筋肉や関節の痛み、頭痛、疲労、寒気、発熱等があります。これらの症状は、1回目接種の時よりも、2回目接種の時に高い頻度で認められ、接種当日から2日目に現れることが多く、高齢者よりも非高齢者に高い頻度で認められております。しかしながら、高齢者であっても3日目以降に副反応と疑われる症状が発生することもありますし、非高齢者で全く副反応を生じないこともあります。そのため、接種直後～数日間のご自身の体調に注意され、いつもと異なる体調の変化や異常があれば、かかりつけ医や接種医療機関にご相談ください。

最後に他のワクチンとの接種についてお伝えします。原則として、新型コロナワクチンとその他のワクチンは、同時に接種できません。相互に2週間は間隔を取る必要があります。コミナティ筋注の1回目と2回目の接種が完了するまでの3週間の間では、その他のワクチンを接種する際に2週間の間隔を取ることができませんので、1回目の2週間以前、若しくは2回目の2週間以降に、その他のワクチンを接種することになります。したがって、既に肺炎球菌ワクチン等の予約をされている場合には注意してください。





-シリーズ-

“がん”について知っておこう

緩和ケアってなあに？

緩和ケア認定看護師 松本恵子

みなさんは「緩和ケア」って聞いたことがありますか？どちらかと言うと悪いイメージを持つ方が多いかもしれません。「治療方法がもうない・・・」とか「医者に見放された・・・」とか。

でもそれは誤解です！

緩和ケアは「**がんと診断された時からあなたの身に起こる様々な問題を一緒に考え、あなたとあなたの家族にとってかけがえのない時間をあなたらしく過ごすために行うケア**」です。

つまり・・・**あなたが緩和ケアの中心**です。

がんになると、どのような事が起きるでしょうか？

【がんに伴う心と体のつらさの例】

痛くて、痛くて誰か助けて・・・	体もだるい・・・
不安で眠れない・・・	何もやる気が起きない・・・
働きたいけど働けない・・・	子供の世話ができない・・・
家族に迷惑をかけたくない・・・	もう、生きる意味はない・・・など。



どのような状況であってもできる限り自分らしい生活が続けていくために、どのように過ごしていきたいのかという自分の気持ちを伝えましょう。体調や時期によって気持ちが揺らぐこともあります。その時は揺らいだ気持ちも遠慮なく伝えていきましょう。

あなたの気持ちが一番大切です。

○「緩和ケア」の定義とは？

- ・痛みやその他の苦痛となる症状を緩和する。
- ・生命を重んじ、自然な流れの中で死を尊重する。
- ・死を早めることも、いたずらに遅らせることもしない。
- ・死が訪れるまで、患者さんが自分らしく生きていけるように支える。
- ・患者さんの治療時期から、患者さんと死別した後もご家族を支える。
- ・患者さんやご家族に心のカウンセリングを含めたさまざまなケアをチームで行う。
- ・生活の質(クオリティオブライフ: QOL)を向上させ、前向きに生きる力を支える。
- ・がん治療の初期段階から、外科手術、化学療法、放射線治療などと連携しながら、緩和ケアをおこなう。

オレンジバルーンは
緩和ケアのシンボル
マークです!!



○緩和ケアはがんと診断された時からはじまります。

緩和ケアはがんが進行して始めるものではありません。がんの治療と共につらさを感じる時にはいつでも受けることができます。

○緩和ケアは様々な専門職からなるチームが支えてくれます。

基本的には担当の医師や看護師から受けますが、必要に応じてさまざまな職種の人々がチームとなって支えます。例えば、医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカー、管理栄養士、ケアマネジャーなど。

○緩和ケアを受ける場は大きく通院、入院、在宅療養

(自宅で受ける緩和ケア)の3つに分けられます。

- ①通院 ⇒ がん治療のために通っている外来、緩和ケア外来
- ②入院 ⇒ がん治療のために入院する病棟(一般病棟)、緩和ケア病棟
- ③自宅 ⇒ 在宅療養(住み慣れた自宅)、介護施設などの生活の場

○「ターミナルケア」は緩和ケアの概念の一部を示したものです。

ターミナルケアはがんの終末期に行われ、治療や延命ではなく主に痛みなどの疼痛をはじめとした身体的、精神的な苦痛の除去を目的としたケアです。一方、緩和ケアは「がんによる身体的や精神的問題を抱えている患者やその家族により早期の段階から考慮すべきもの」と考えられており、身体的、精神的な苦痛の除去をはじめ、患者とその家族にとって出来る限り最高のQOL(生活の質)を実現するためのケアを意味します。

緩和ケアについて
少し分かっていただ
けましたか？
次回は「緩和ケア
外来編」に続きます。





5/18 “心に残る看護場面” 発表会



『看護の心・思いを伝える会』を続けていく大切さを感じています。
先輩…語ることをしましょう。新人さん…いろいろ聴きましょう。
＜心に残った看護部長の挨拶より＞ 担当：松浦由美子



3階病棟 川村直之
急変時の対応：病状の変化
に気付ける観察力と冷静な
判断力を身につけたい



透析室 伊藤裕二
当院での初めての穿刺。
透析技術認定士として患者
様の支援に携わっていきたい



5階病棟 溝部なつみ
患者様・ご家族にとって後悔
のない“最期”を迎えられる
ように支援したい



6階病棟 松中理沙
コロナ禍におけるターミナル
ケアでの看護師の役割

“山口県病院協会優良職員表彰”

この度はとても光栄な賞を頂きました。都志見病院に入職して30年余り。上司とスタッフに恵まれて今まで勤めることが出来ました。今の職場を大切にして、大好きな都志見病院でもう少し頑張りたいと思います。子育てを手伝ってくれた親に、介護で恩返しのできる現在です。



矢次桂子



松浦由美子

体成分分析装置が新しくなりました!!

体成分測定は体を構成する基本成分である水分・タンパク質・ミネラル・体脂肪を定量的に分析することができます。体重、身長、年齢、性別を入力し手の親指、中指と足のかかとに電極を装着し仰向けにて測定します。新機種は前回の装置ではできなかった座位、立位での測定も可能になりました。

患者様の体成分を測定することで現在の栄養状態に問題が無いか、体がむくんでいないか、身体はバランスよく発達しているかなど詳細に把握することができます。

また、透析療法をされている患者様の水分量を測定し除水量を決定する参考の一つとしても利用しています。



東3階 地域包括ケア病棟
すみっこぐらしクンで職員
のユニホーム色を紹介
1日2回レクリエーションを
しています

看護の日

5階 療養病棟
アンパンマンはきみさ〜☆
勇気を出して



ポスターで部署の紹介
とアピール!!
院内の待合所の壁に
掲示しておりますので
是非ご覧ください♥



外来 毎年カラフルで
見ごたえありますね



透析室 安全な透析室です!!
百花撩乱(新旧キラキラ職員)



手術室 全集中です!!
今年は“鬼滅”ですね



6階病棟
看護の心を みんなの心に



3階病棟 優しいタッチの絵
目標コメント!! 頑張ります

「都志見Spirit」

部署紹介



健診室

健診室では、毎日様々な健康診断を実施しています。
オプション検査を含めるとその種類は何十通りにも及びます。

健診は保険がきかないため、保険証は関係ないと思われがちですが、保険証の種類によって受けられる健診が違います。保険証の種類を確認し、皆様のご希望に沿った最適な健診をお勧めしています。



健診当日は、必要に応じて各検査部門のスタッフと調整をしながらスムーズに健診を受けていただけるよう心がけています。検査や問診・診察などで待ち時間を苦痛に感じないように、お声かけをさせていただくこともあります。

また、健診後の結果報告書は、間違いのないように複数のスタッフの目を通して細かくチェックし、皆様のお手元に届けています。

主な健康診断

住民健診(萩市・阿武町)

- ・日帰り人間ドック
- ・がん検診
- ・特定健診

会社の健康診断

- ・日帰り人間ドック
- ・生活習慣病予防健診(協会けんぽ・その他)
- ・法定項目に基づく定期健康診断

婦人検診(乳がん検診・子宮がん検診)

その他健康診断書

など



私たち健診室スタッフは、健診の申し込みから結果報告まで、皆様が安全に安心して満足のいく健診を受けられるようにこれからも精進してまいります。



地域連携室



正面玄関
に入って
すぐの左側
の部屋に
なります。



私たちがメンバーです！



医療機関との連携を深め、地域の中核病院としての役割を担うことに貢献します。



相談員としての知識・技術の向上を図り患者様やご家族に寄り添った支援を行います。

現在、看護師1名、医療ソーシャルワーカー(社会福祉士)4名、事務1名で業務を行っています。業務としては、病院や診療所からの受診、入院・転院相談、地域医療機関との連絡調整といった前方支援業務。そして、退院支援や調整、介護保険や社会福祉制度などの各種相談、関係機関との連絡調整といった後方支援業務があります。

「悩んでいるけれどもどこに相談していいかわからない」「家で生活や介護ができるか不安」「介護保険や施設、他の病院のことを教えてほしい」「医師や看護師との間を取り持ってほしい」「とにかく話を聴いてほしい」...どんなことでも結構です。ご不安なことがございましたら、まずは地域連携室へお越しください。専門の相談員が皆様に寄り添った支援をさせていただきます。



冊子は自由にお持ち帰りいただけます。



No.14

興味深い認知症と 外来リハの関係 ①

“福岡県久山町研究 2014”では、60歳の方が天寿を全うするまでに認知症になる確率を55%と算出しており、二人に一人が認知症に罹患すると示唆されております。厚生労働省は、2025年には認知症患者は700万人に達すると試算しており、認知症は健康寿命の弊害となりうる代表的な疾患と言われています。認知症のなりやすさを危険因子といい、認知症のなりにくさを認知予備機能と呼んでいます。下の図1に認知症の危険因子(なりやすさ)と認知予備機能(なりにくさ)について示します。“運動習慣が徐々になくなり、生活習慣病や下肢関節痛疾患を発症、徐々に引きこもりとなり、認知症を発症する”というシナリオが見えてきます。当院外来リハビリでは、疼痛を改善し、動ける体を提供いたします。さらに運動習慣の再獲得を目標に治療を介しております。関節痛疾患の治療を介して、認知症危険因子除去に努めております。

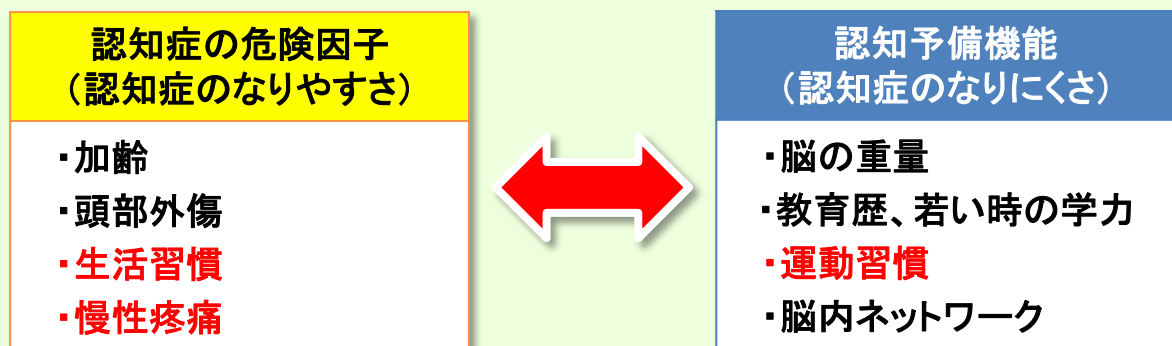


図1 認知症の危険因子と認知予備機能の関係