

2019年7月1日
63号

かけはし

ひたちなか総合病院広報誌

発行所 株式会社製作所ひたちなか総合病院
〒312-0057
ひたちなか市石川町20番1
TEL 029(354)5111
発行人 飯嶋和秀
編集 広報委員会
<http://www.hitachi.co.jp/hospital/hitachinaka/index.html>
※バックナンバーは当院ホームページに掲載しております。

ごあいさつ ー地域を護る病院としてー

院長 吉井 慎一



2019年7月、早いもので、
私が院長に就任して、3年
目の夏を迎えました。

今年の5月は真夏のような
暑さでしたが、皆様にお

かれましては、体調を崩した方も多かったのではないのでしょうか。

前回述べたように、茨城県の医師不足、特に「常陸太田・ひたちなか医療圏」は全国335の二次医療圏で315位の医師不足地域です。何とか当院では、4月から外科の専門医2名、整形外科医1名、泌尿器科医1名、耳鼻咽喉科医1名が増員となりました。内科医も、専攻医として新たに7名が貴重な戦力として頑張っています。現在、産科や脳神経外科手術等は行っており、すべての疾患に対応はできませんが、年々急性期病院としての総合力は高まっています。がん診療においては、2009年に「茨城県がん診療指定病院」、2015年には「地域がん診療連携拠点病院」の認可をいただいています。今年は、全国でその見直しが行われましたが、当院は本年度より4年間の継続が認められました。がんの手術件数、放射線治療件数、化学療法件数だけでなく、心理的サポートを含めた患者サ

ポート体制が重要な要件ですが、何より多くの方に当院での治療を選んでいただいたことが、この結果につながったと感謝しています。がん医療は、だれでもどこでも質の高い医療が受けられることが重要な一方、ゲノム治療等より高度な医療は集約化することも重要です。当院は、筑波大学やがんセンターとも連携して、地域の皆様に安心できるがん医療を提供してまいります。

これからの高齢化社会では、がん医療だけではなく、すべての医療に関して急性期病院での治療後や、多疾患をお持ちの方の医療、介護が重要となります。

この地域は、訪問診療、看護、介護中心に医療従事者が不足しており、地域包括ケアシステムの充実には、他の地域以上に医療介護連携・医療連携が重要となります。地域医療構想では、公立・公的病院を中心に議論がされてきましたが、効率のよい機能分化はなかなか進みません。今後は、公立・公的病院だけでなく、民間の医療機関との役割分担も必要になってきます。

当院は企業立病院ではありますが、公的病院としての役割を担っています。今後も患者さんサイドに立った医療実施、また、他の医療機関・介護施設との連携を強化していくことが責務と考えています。今後、ますますのご支援をよろしくお願いします。

ひたちなか総合病院・総合健診センタ休日のお知らせ

	日 月 火 水 木 金 土								日 月 火 水 木 金 土								日 月 火 水 木 金 土								日 月 火 水 木 金 土							
7 月		1	2	3	4	5	⑥	8 月						1	2	③	9 月	①	2	3	4	5	6	⑦	10 月			1	2	3	4	⑤
	⑦	8	9	10	11	12	⑬		④	5	6	7	8	9	⑩	⑧		9	10	11	12	13	⑭	⑥		7	8	9	10	11	⑫	
	⑭	⑮	16	17	18	19	⑳		⑪	⑫	⑬	⑭	15	16	⑰	⑮		⑯	17	18	19	20	⑰	⑬		⑭	15	16	17	18	⑱	
	㉑	22	23	24	25	26	㉒		⑱	19	20	21	22	23	㉒	㉒		23	24	25	26	27	㉓	⑳		21	㉒	23	24	25	㉔	
	㉓	29	30	31					㉔	25	26	27	28	29	30	㉕		㉔	30								㉒	28	29	30	31	

■はひたちなか総合病院休日 ○は総合健診センタ休日

循環器内科

今回は当院の循環器内科の診療活動や、循環器疾患について簡単にご紹介いたします。

循環器内科というと一般の方々にはなじみが薄いこともあり、外来での自己紹介の際は「心臓内科」と言うこともあります。基本的には心臓および血管に関わる病気が主体です。

代表的な病名を並べると・・・、高血圧症、狭心症や心筋梗塞などの虚血性心疾患、心不全、不整脈などがあります。心臓という、我々の体に一つしか無かつ生命活動に必要不可欠な臓器に関わる診療科であります。

心臓は生まれてから（実際には生まれる前から）生命活動を終えるまで血液を身体中に送っています。腕に巻く血圧計で血圧を測定すると、大変きつく締まると思います。心臓は身体中にあのきつさに打ち勝つ圧力で1分間に60～100回程度、365日、何十年間も、休むことなく血液を送り続けるのです。

高齢となるにつれ、心臓にはさまざまな病気が現れてきます。血圧が高くなると、心臓が疲れやすくなります。高血圧以外にもさまざまな理由で心臓が疲れてしまい、必要な働きができなくなる結果、息切れや体のむくみにつながるのが心不全です。また、高い血圧にさらされ続けた血管は硬く、壁が厚いため、血液が流れにくくなります。心臓自体の血管である冠動脈の血流が悪くなり詰まる結果、ひどい胸の痛みや場合によっては心臓が止まってしまうのが狭心症や心筋梗塞です。また、心臓のリズムが狂って不要に早くなったり、遅くなったり、動悸やふらつきの他に重症な場合は失神したり突然死に至ることもありますが、そのような病気を不整脈と言います。

私たち循環器内科の外来診療は、月曜日から金曜日まで午前中を中心に毎日行っています。並行して、心臓超音波検査や、運動負荷検査なども行っています。午後はほぼ毎日、心臓カテーテル検査・治療と言って、心臓の血液の流れを調べ、必要であれば細くなった血管を広げる治療を行っています。

心臓病の特徴として重要なのは、程度が重くなると「分」の単位で病状が悪化し、死に至ることもある点です。そのため、たとえ夜間や休日であっても症状や重症度に応じて可能な限り早期の治療を行えるよう努めています。2019年度は循環器専門の医師が5人体制で診療を行っています。

水戸市に比較的規模の大きい医療機関が複数あるものの、心疾患の緊急性を考えると、当院で即座に治療



心臓カテーテル検査担当看護師

が行える意義は大変重要と考えており、今後も緊急・重症の症例の治療にできる限り対応していきます。

24時間体制をめざすには必ずしも人的リソースが豊富とは豪語できないのですが、市内・近隣で循環器内科を専門として診療を行っていらっしゃる先生方との連携を密に取りながら日常診療を行っています。

〈循環器内科主任医長 川村 龍〉

〇つモ予防：体幹筋も鍛えましょう（シリーズ②）

リハビリテーション科 理学療法士 佐藤 誠

元気な足腰で歩き続けるためには、体幹筋（背筋）が重要になります。背筋は正しい姿勢を意識するだけでも鍛えることが可能です。また座った状態でも簡単に鍛えることができるので、ぜひご自宅で実践してみてください（腰痛予防にもなります）。

【座ってできる背筋運動】



姿勢はまっすぐ

浅く座り、肩幅より少し広めに足を広げる



胸を張って良い姿勢を5～10秒キープ

上体を30度程度前に傾ける
5～10回行う
1日2～3セットが目安

地域の先生紹介

藤咲整形外科医院

藤咲整形外科医院の藤咲です。ひたちなか市足崎に開業して15年目となります。医療に関わるようになってからの一貫した考え方は、医師は勤務の時でも個人開業の時でも、地域の医療圏の一員であるということです。

私は整形外科医です。整形外科は幼老、男女を問わない、運動器疾患の診療科です。そのことはすなわち、他の診療科との接点もまた大きいということです。他科疾患にも広く目を向け、整形外科として個別の症状にとどまらず、全身を診療のおよぶところと考えます。

どの科に受診したらいいのかと迷った時には、ご相談ください。解決できることは解決し、必要な時には適切な診療科をご紹介します。ひたちなか市周辺の診療圏は広いものですが、各病院、診療所を合わせて総合病院と考えれば、当院の役割も果たせると思います。皆様お体を大切に。



藤咲 裕 院長



診察・検査の予約お問い合わせは地域医療連携推進センターへ

(株)日立製作所ひたちなか総合病院
茨城県ひたちなか市石川町20番1
TEL 029-354-5111（代表）

8時15分～16時30分（平日月曜日～金曜日）
TEL 029-354-5202（直通）
FAX 029-354-5220（直通）

近隣の病院で放射線治療を受けよう！

放射線治療センタ センタ長 三橋 紀夫

放射線治療は手術、化学療法とともに有効な「がんの3大治療法」の一つですが、国民の間での理解度は欧米諸国と比較して低いのが現状です。欧米諸国では、がん患者さんの3人に2人が放射線治療を受けていますが、わが国では3人に1人に過ぎません。がん診療に携わる医療人の間でも放射線治療の有効性が十分に理解されているとは言えません。放射線治療は手術と比較して、容姿や形態ならびに機能を損なうことなく、がんを治癒させることができる大きな利点を持っています。たとえば、声を出す声帯にできる喉頭がんでは、手術で切除すると声を失うばかりでなく、気管切開口が鎖骨の頭側に造設されるために、プールで泳ぐことができなったり、においを嗅ぐことができなったりといくつかの大事な機能を失うこととなります。また、息をこらえられないために頑固な便秘で苦しんだりもします。しかし、放射線治療ではこうした機能を失うことは全くありません。放射線治療は切らずに治す体に優しいがんの治療法ですから、高齢者にも大きな副作用を生じることなく施行することができます。また、放射線治療は外来通院で行うことができるので、8割以上の患者さんが入院することなく治療を受けています。

茨城県には放射線治療施設が17施設ありますが、放射線治療医が常勤して治療にあたっている施設は8施設に過ぎません。残念ながら水戸市内にある4つの放射線治療施設には常勤医が治療にあたっている施設は一つもありません。

当院は常陸太田・ひたちなか医療圏の地域がん診療連携拠点病院に指定されており、放射線治療は、常勤医2名、医学物理士、放射線治療専任技師、専任看護師、メディカルクラークがチームを組んで、質の高い放射線治療を提供しています。

当院の放射線治療患者は年間約200名を超えており、早期肺がん、脳転移ならびに孤立性リンパ節転移などにピンポイントで照射を行う定位放射線治療や、頭頸部がん、食道がんならびに前立腺がんなどに、腫瘍

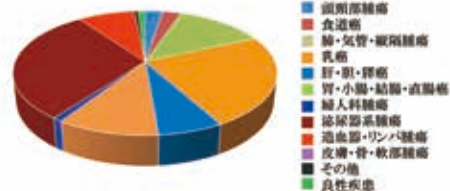
の形状に合わせて照射を行う強度変調放射線治療（IMRT）も施行しており、近隣の施設から多くの患者さんを紹介していただいています。

市民公開講座で講演させていただいた際のアンケートで、市民の皆さんの多くが、当院で質の高い放射線治療を受けられることをご存じではないことを知り、大変残念に思っています。放射線治療の適応があるかどうかをお知りになりたい方は、遠慮なく当院の放射線治療科を受診していただければ、適切なアドバイスをさせていただきますと確信しています。

さらに詳しく当院の放射線治療についてお知りになりたい方は、当院のホームページ<http://www.hitachi.co.jp/hospital/hitachinaka/index.html>にアクセスしてみてください。

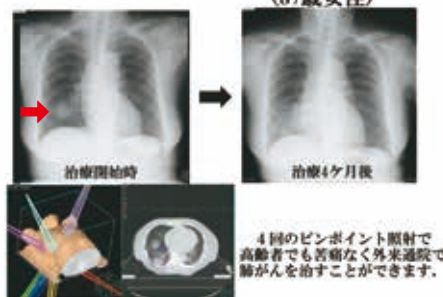
当院の放射線治療患者さんの疾患別内訳

2018.1～2018.12



多くのがんで放射線治療の適応があります。治すだけでなく、症状緩和にも有効な手段です。

右肺がんに対する定位放射線治療 (87歳女性)



ペットも放射線治療を受ける時代



犬の咽頭がん放射線治療を施行しています。

熱中症の発生は7～8月がピーク —熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう—

総合健診センタ 青木 章子

熱中症の予防には、「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です！

水分・塩分補給

○こまめな水分・塩分の補給

※高齢者、障がい児・障がい者の方は、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分補給を。

熱中症になりにくい室内環境

○扇風機やエアコンを使った温度調整

○室温が上がりにくい環境の確保（こまめな換気、遮光カーテン、すだれ、打ち水など）

○こまめな室温確認

体調に合わせた取り組み

○こまめな体温測定（特に体温調整が十分でない高齢者、障がい児・障がい者、子ども）

○保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却

外出時の準備

○日傘や帽子の着用

○日陰の利用、こまめな休憩

○通気性の良い、吸湿・速乾の衣服着用

熱中症の方を発見したら・・・

○涼しい場所へ避難させる

○衣服を脱がせ、身体を冷やす

○水分・塩分を補給する

☆自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急隊を要請しましょう！

（厚生労働省、熱中症情報より）

◆◆◆ 医師異動の紹介 ◆◆◆

診療科	氏 名	異 動 日
内 科	宮 内 博 基	退職（2019. 6. 30）
臨床研修医	澤 藤 拓	退職（2019. 5. 31）