

窓から宍道湖を臨み、広がる青空。

緑に恵まれた玉湯の丘で期待に応える病院を目指します。

No.40  
2015年 夏号

JCHO玉造病院広報誌

たまつくり

Now ナウ



患者様の移送・移動の訓練(新人看護研修)

## CONTENTS

最新医療レポート .....	2・3
医師事務作業補助として頑張っています .....	3
TOPICS/インターンシップ体験記 .....	4・5
コツコツ通信/今月のレシピ .....	6
病棟紹介/新職員紹介 .....	7
INFORMATION .....	8

人工関節手術件数 9,062件 (6月30日現在)

## 理 念

1. 私たちは、医療人としての責任を自覚し、研修をおこなわず安全で水準の高い医療の提供に努めます。
2. 私たちは、患者さまが自立した生活を送れるよう身体機能の回復、維持、日常生活動作の改善を支援します。
3. 私たちは、「いつも笑顔で真心こめて」をモットーに、患者様の立場に立った心温まる医療を行います。
4. 私たちは、地域の人々のために、保健・福祉活動の充実に努めます。



Japan Community Health care Organization JCHO / ジェイコー  
独立行政法人 地域医療機能推進機構

玉造病院

# 智歯（親知らず）の抜歯



歯科・口腔外科医長  
野津 一樹

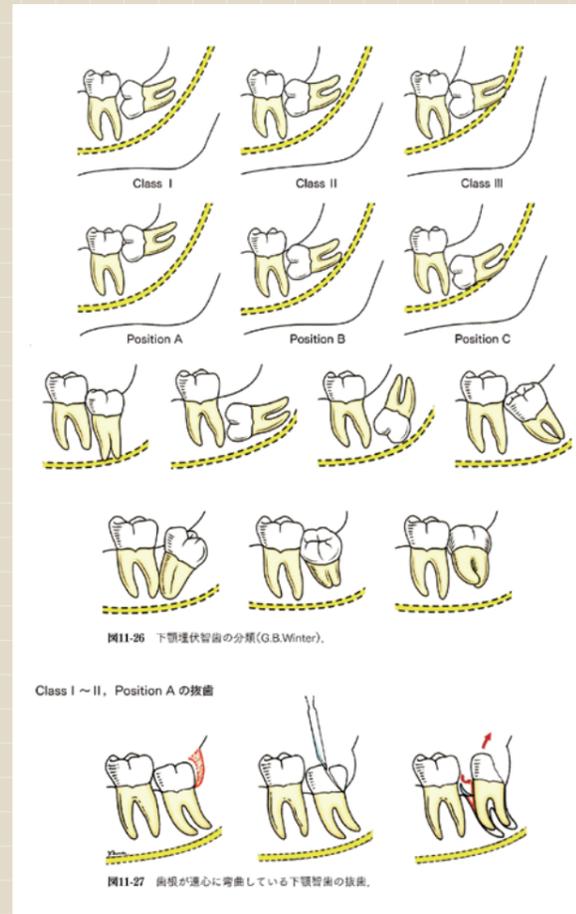
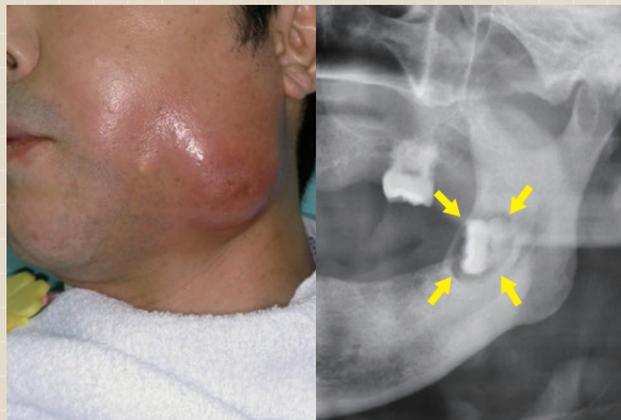
智歯（親知らず）の抜歯は口腔外科で最も多く行われる手術です。智歯は普通に生えることもあれば、斜めや横向きで生えたり、歯の一部や全体が粘膜や顎骨に埋まった状態で形成されること（埋伏智歯）も多くあります（右図）。

智歯は第三大臼歯ともよばれ、口の中で最も奥に形成される歯です。そのため歯ブラシの毛先も届きにくく、食べかすや歯垢が残って不潔になりやすいため、う蝕（虫歯）や歯肉の炎症（智歯周囲炎）を生じやすくなります。また、智歯はのどや顎の筋肉にも近く、炎症が進行すると、発熱や開口障害、呼吸困難などの重い全身症状を呈する場合もあります。さらに、埋伏智歯からは嚢胞や腫瘍ができることがあります。最初は自覚症状がなく、細菌感染を起こしたり、病変が大きくなってからレントゲンで発見されることが多いです（左写真）。

智歯を抜歯する場合、一般的に上顎より下顎、さらには深く埋伏しているほど難しくなります。安全に抜歯を行うには智歯の状態を事前に把握しておくことが重要で、智歯が埋伏していて顎の神経や血管に近い場合には、CT撮影で3次元的な位置関係を確認しておくことも必要となります。抜歯は通常、局所麻酔で行いますが、埋伏智歯の場合には歯肉粘膜の切開や骨の削除、歯の分割が必要になります。抜歯の難易度が高く時間がかかると予想される場合や、抜歯に対する恐怖感が特に強い患者さん、左右、上下など複数の歯を同時に抜歯する場合には静脈内鎮静法を併用したり、全身麻酔が必要な場合もあります。当科ではこういった静脈内鎮静法および全身麻酔を用いた智歯の抜歯手術を毎年100~200例行っています。抜歯後の状態には個人差がありますが、一般的に数日間は腫れと痛みを伴うため、消炎鎮痛剤などで症状を抑えるようになります。

智歯は先天的に欠如していることも多く、生えてこないからといって必ずしも異常ではありません。気になる場合にはかかりつけ歯科の先生や、当院の歯科・口腔外科で相談されると良いでしょう。

下顎の埋伏智歯が原因の炎症（右：パノラマレントゲン写真）



図：下顎埋伏智歯の分類（G.B. Winterの分類）

## 智歯（親知らず）を抜歯する理由

- 智歯だけでなくその手前の歯（第二大臼歯）もう蝕（虫歯）になりやすい。
- 周囲の歯肉や粘膜の炎症（智歯周囲炎）を生じる。
- 歯列（歯並び）や咬合の異常を引き起こすことがある。
- 埋伏智歯から嚢胞や腫瘍（ほとんどが良性、まれに悪性）ができることがある。
- 三叉神経痛や頭痛の原因となる場合がある。



虫歯になった智歯

半埋伏の智歯

## 医師事務 作業補助者として 頑張っています

メディカルアシスタント  
勝部 尚子



医師事務作業補助者とは、医師の事務的な業務をサポートする職種です。この数年で国内の各医療機関で導入され、当院でも「メディカルアシスタント（MA）」という名称で平成24年より導入され、現在5名が医師の下で業務を行っています。私たちは、医師の事務作業を軽減し、患者様へのサービスの向上を目指し、医師が本来の診療業務に専念できるよう、医師の負担軽減に日々努めています。業務内容は国の施設基準によって定められており、当院では、診断書や診療情報提供書（いわゆる紹介状）など「医療文書の下書き」があります。また、医師の外来診療などに同席し電子カルテなど「診療記録への代行入力」も行います。他には、研究のための資料の収集なども行っています。このように医師事務作業補助者の業務は多岐にわたり、実際の業務は病院ごとの実情によって特色あるものになっています。

私たち医師事務作業補助者になるためには6ヶ月間の研修期間を必要としており、この研修期間のうち基礎知識の習得を目的として32時間以上の研修を行うことが定められ、研修後に配置されます。

医師や、医師と一緒に働く医療スタッフ（薬剤師や看護師など）や事務職員との連絡や調整が頻繁に必要となってきますので、日ごろから他部署との連携を密にとることを心掛けて業務にあたっています。また、他施設との合同研修会に出席し、相互の情報交換をすることで新しい刺激を受け、スキルアップに努め、メディカルアシスタントとしてさらに成長していきたいと思っています。



## 患者様の安心のために

### 新人看護師 技術研修の実施

西2病棟 副看護師長  
園山 聡美



当院では今年度、10名の新人看護師を迎え入れました。新人看護師たちは、これからはじまる看護師の仕事について、期待に胸を膨らませワクワクしていると思います。しかしその反面、看護の知識や看護技術の未熟さに、不安や戸惑いを抱えています。その不安を少しでも軽減し、早く仕事に慣れてもらえるよう、入職時に新人看護師に対しオリエンテーションや研修を実施しています。中でも看護技術の研修は欠かすことができません。

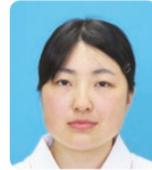
副看護師長を中心に、食事介助や車椅子の移送方法、また採血や注射方法など、様々な技術について研修を行っています。看護技術研修の目標は、「診療の補助業務に関して安全を守る実践的な技術を習得すること」です。研修では、先輩看護師からの講義を聴き、実際に看護技術演習を行います。みんな技術習得のために真剣に取り組み、また積極的に質問をするなど研修に対する前向きな姿勢がうかがえ、頼もしいと感じています。

新人看護師は、看護師としての道を踏み出したばかりですが、患者様に安全で安心できる療養生活を送って頂けるよう、また患者様に信頼してもらえるよう、日々新たなことに取り組み頑張っています。新人看護師の成長を温かく見守り、自立に向けて支援していきたいと思ひます。



### 新人看護師研修に 参加して

西2病棟 看護師  
吉藤 悠



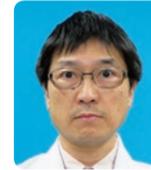
4月1日に入職し、約6週間、新人看護師研修を受けさせていただきました。講義により、地域医療機能推進機構と玉造病院の説明や法律、経営について学ぶ時間は看護学生の頃を思い出すようでした。しかし、様々な部門の説明・見学を通し医療を支える人々の役割と看護部との連携を知り、徐々に自分もそのチームの一員になるという実感を得ました。また、患者様の生活援助技術の演習では作業療法士の方の指導を受け、ボディメカニクスを活かした生活動作の援助や患者様の身体能力を活かす方法など、全病棟で活用できる技術を学ぶことができました。

現在は病棟での勤務が始まり、患者様の療養環境の整備や日常生活の援助、日々の変化をみていく上で、一人ひとりと向き合うことの大切さを実感しています。新人研修で患者誤認防止や療養環境の整備、自身が行った行為の振り返りを行うことで、事故防止や患者様の変化に気付くことにつながると学んだことを再認識する日々です。これからも研修での学びを活かせるように努めていこうと思ひます。



## 新たな仲間が増えました!!

麻酔科 部長  
佐々木 晃



2015年4月1日よりこちらにお世話になっています。ここに来る前は、島根県立中央病院に20年と3か月間お世話になりました。初めの10年間は専ら、救命救急センター外来の勤務で、ドクターカーに乗車し山林伐採事故現場に往診、救急隊員とともに道なき道を担架で搬送したり、海上保安庁のヘリコプターで船内急病者の海上救助の経験などさせていただきました。後半の10年間は麻酔科医として、予定手術以外に、ほとんど夜間の時間外それも長時間を要する脳外科や心臓外科の緊急手術、待たなしの超緊急帝王切開の麻酔など経験しました。これらの救急医療は医療の原点であり、魅力的な分野と思われます。しかし、それなりの体力気力も必要です。年をとるにつれ自分の体が高血圧、メタボ体型、老眼…など、運動療法、食事療法を試みましたが、とうとう薬が必要となりました。何とか規則正しい生活を考えていたところ、医局の人事で当院勤務を勧められ、転勤を決心しました。出雲から自動車通勤なので、これまでよりちょっと早起きしていますが、帰り道では宍道湖に夕日が映えてとてもきれいです。



2012年3月に島根大学医学部を卒業し、山口県の総合病院 社会保険 徳山中央病院（現：独立行政法人地域医療機能推進機構 徳山中央病院）にて2年間の初期研修を終えて、山口大学医学部附属病院 整形外科に入局して1年間勤務したのち、2015年4月からこの玉造病院に配属となりました。

当院は、2014年の手術件数は合計1,561件、特に人工膝関節置換術は335件と全国的に見ても多く施行しています（その他人工関節は、人工股関節置換術152件、人工肩関節置換術8件、人工足関節置換術1件）。術後の成績も良好で、疼痛の改善、関節可動域の改善など高い満足度が得られています。術後でも正座が可能な患者さんもいらっしゃいます。また、脊椎手術件数は合計304件（頸椎51件、胸腰椎253件）と多く、良好な成績が得られています。

高齢化が進むなかで、整形外科は非常に重要な役割を果たしております。当院で多くの患者様と向き合い、整形外科医としての人工関節・脊椎外科など整形外科の技術と心構えを学び、社会に貢献できる医師となれるよう精進する所存です。



整形外科 医師  
池田 裕暁



## インターンシップ体験記

島根医大 6年 吉村 由紀

玉造病院では、整形外科漬けの2週間を過ごさせていただきました。1日に何件ものオペを行っており、数多くの症例を実際に経験させていただき、たくさんのお話を学ぶことができました。

また、玉造病院はリハビリにも特化しており、医師だけでなく、看護師やコメディカルの皆さんが協力して術後のリハビリやケアをしている姿がとても印象的でした。

2週間、大変お世話になりました。



手術室にて（小谷副院長先生と）

# コツコツ通信

第1回

骨粗しょう症ってどんな病気？

放射線室 診療放射線技師（骨粗鬆症マネージャー） 須田 学

骨粗しょう症は、高齢化が進む日本において患者さんの数が増加傾向にある病気です。

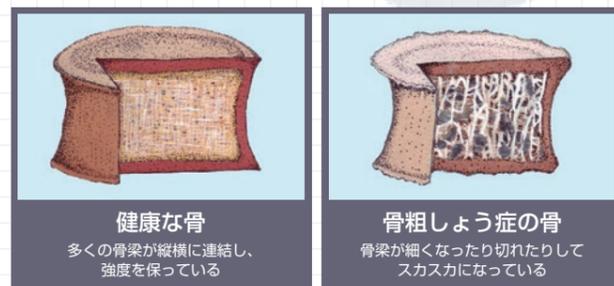
日本人の10%の約1,300万人が骨粗しょう症であると言われ、予備軍を含めると2,000万人に達するのではないかと推測されています。

しかし初期には自覚症状がないため、気づきにくく、治療が必要な人の約2割しか治療を受けていないと言われています。

骨粗しょう症は、単なる老化現象でなく、予防やその段階に応じた対策が必要です。

骨粗しょう症について正しく理解していただき、骨折をしない健やかな生活を送っていただきたいと考えています。

健康な骨の内部は、たくさんの棒状の骨（骨梁）が縦横に連結しています。骨粗しょう症になると、骨の内部の棒状の骨が細くなったり切れたりして「鬆」が入ったようにスカスカになる状態をいいます。そのため骨がもろくなり、ちょっとした力が加わっただけでも骨折しやすくなります。



**健康な骨**  
多くの骨梁が縦横に連結し、強度を保っている

**骨粗しょう症の骨**  
骨梁が細くなったり切れたりしてスカスカになっている

「自分は転んだりしてないし、痛みもないから大丈夫！」と  
思っていないですか？

骨粗しょう症によって骨がスカスカになると、咳やくシャミをただけで骨が折れたり、背骨が自分の体重に耐え切れなくなって潰れてしまうこともあります。

手遅れになる前に検査を受けて、  
今現在の「骨」の状態をチェック  
してみませんか？  
検査を希望される方は、お気軽に  
主治医、看護師にご相談下さい。



## 今月の Recipe of this month

# レシピ

管理栄養士 周藤 あゆみ

### 初夏の生春巻き

今回は、簡単に暑い日でもあっさり食べやすい、夏野菜の彩と薬味を効かせた見た目にも楽しいレシピをご紹介します。

豚肉にはビタミンB1が含まれており、疲労回復・夏バテに効果があるといわれています。

また野菜は、旬の時期に栄養価が一番高くなると言われています。抗酸化作用のあるカロチンやビタミン類を多く含んでいる夏野菜をしっかりとって、元気に夏をお過ごしください。

◎レシピ(5人分程度)

100Kcal程度(1人当たり)

- 材 料
- 材料 (4本分)
- 豚肉(しゃぶしゃぶ用) 100g
- パプリカ(赤) 1/2個
- パプリカ(黄) 1/2個
- トマト(大) 1/2個
- グリーンリーフ 適量
- 長葱 適量
- 大葉 4枚
- ライスペーパー(22cm) 4枚



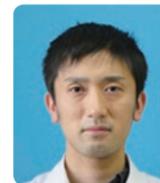
●作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切り、茹でて氷水で冷やしておく。  
赤・黄パプリカは縦に細切りにしておく。  
トマトは薄く輪切りにしておく。  
グリーンリーフは巻きやすい大きさに切る。  
長葱は白髪ねぎにしておく。
- ②ライスペーパーを1枚、水にくぐらせお皿に取る。少しおくと柔らかくなっていくので、その上に材料を置いて巻いていく。
- ③1本ずつ作業し、できたら乾燥を防ぐためにラップをかけておく。  
これを繰り返していく。
- ④お好みのドレッシングをかけて食べてください。

★ここがポイント

ライスペーパーは水にくぐらせてから時間が経つと柔らかくなり過ぎるので、手早くしっかりと巻いて下さい。

## 「病棟紹介」薬劑科



薬劑科 薬劑師  
桐原 拓生

玉造病院の薬劑科には、薬劑師が五人、事務員が二人おり、外来患者様の薬、入院患者様の薬をそれぞれ調剤しています。当院では院外処方箋は少なく、多くを院内で調剤しています。医師が手元のパソコンで電子カルテに処方を入力すると薬劑科のプリンターで処方箋が自動的に印刷され薬劑師が調剤します。患者様が薬劑科窓口に来る前に調剤が終わっていたりするので、患者様からは「もうできてたのか」という言葉をよく聞きます。

内服薬などの処方箋の出るプリンターは、外来用、入院用それぞれ一台ずつあります。二台あるというのは重要で、一台が故障したら残り一台で入院、外来両方出すことも可能です。

注射剤も入院、外来とも調剤しています。入院は翌日開始までのものを用意して病棟に払い出しています。外来は診察場に注射薬が配置してあり、基本的には使用されたものを後から注射箋を印刷して取り揃え、補充するかたちをとっています。

薬劑科のシステムはとてもよくできていると思います。患者様の個々のひきつぎ事項、たとえば「シップでかぶれる」などの情報を処方箋が印刷される時に下方余白部分に印字させることができます。薬に関しても、粉碎してはいけない、半分に割ってはいけないなどの情報をそれぞれの薬とむすびつけておくことができます。割ってはいけないものが0.5錠の指示で出ていた場合、処方箋が印刷されず画面上で一時停止した状態になります。これらのシステムのメンテナンスも大事です。ただ、日々システムを活用していくにつれ、ハード面、ソフト面に関してトラブルが起こった場合の対処法をいくつも準備しておかなければならないということに追われていると感じるようになりました。

病棟の患者様には必要があれば薬の説明に行くことがあります。最近ではネットの発達でいろいろ調べている人もいます。それらの情報をどうとらえ、こちらからも更に情報を追加し、薬というものをどう生かしていくか患者様と話し合ったことがありました。

ミスが起こらないように、また患者様により分かりやすい説明ができるように日々頑張っています。



看護師  
橋本 苑実

4月から看護師として働かせていただいています。西2階病棟配属となり、明るく優しい先輩方に様々な事を指導していただいています。看護師として第一歩を踏み出したばかりです。これから笑顔を大切に、日々の看護や業務についてしっかりと学び、看護を深めていきたいと思っています。よろしくお願いたします。



看護師  
島村 美喜子

5月から西4階で働かせていただいております。担当指導者さんをはじめ病棟の先輩方の手厚い御指導のもと、西4階のチームの一員となり看護の仕事に就けることに感謝と喜びを感じています。知識・技術を身に付け一人前になれるよう頑張ります。今後とも御指導よろしくお願いたします。



看護師  
石原 有花

4月に入社し、5月から西4階病棟へ配属となりました。先輩方から暖かい助言や指導を頂きながら、毎日沢山の学びを得ています。日々、成長していけるよう学ぶ姿勢を大切にこれからも頑張っていきたいと思っています。宜しくお願いします。



看護師  
引野 朱里

4月に入社し、5月から東2階病棟で働かせて頂いています。優しく素敵な先輩方の指導のもと、日々学ばせて頂いています。まだまだ未熟な私ですが、患者様の心の支えとなれる看護師を目指し、常に笑顔で元気よく頑張ります。よろしくお願いたします。



看護師  
渡部 拓也

5月から東3階に配属になり、早いもので1ヶ月が経とうとしています。毎日学ぶことが多く覚えることもたくさんありますが、充実した日々を過ごしております。これも偏に諸先輩方のご指導のおかげだと思います。また患者様におかれましては励みのお言葉をいただき、仕事を頑張ろうとするやる気をいただいております。1日でも早く患者様のお役にたてるよう日々精進していきます。

## BLS(一次救命処置)

西4病棟 看護師 福田 清夏

平成27年5月30日玉造病院にてBLS研修会がありました。BLSとは一次救命処置の略称です。一次救命処置とは、急に倒れて心肺停止をきたしたり、窒息を起こした人に対して、その場に居合わせた人が、救急隊や医師に引き継ぐまでの間に行う救急処置です。BLS資格取得に向け、当院の医師・看護師が参加し、一次救命処置についての正しい知識を学びました。根拠もふまえて一つひとつ分かりやすく説明していただき、正しい知識を身につけることができました。今までは曖昧だった知識もポイントを押さえて学ぶことができ、また人形を使い、インストラクターの指導のもと実技も身につけることができました。学んだ知識・技術を病院だけでなく様々な場所で活かしていきたいと思いました。



## “まがたまキッズ” 利用者の声

院内保育園利用者 S.F

院内保育園「まがたまキッズ」を利用してもうすぐ3週間がたちます。

初めての育児と仕事の両立…不安なことも沢山ありましたが、保育園の先生方がとても親身になってお世話をしてくださり、日中の様子を細かく伝えてくださったり、離乳食のメニュー内容も相談の上、工夫を凝らしながら作ってくださったりと、安心して仕事復帰することができました。

外部の保育園よりも子供との距離が近いので、仕事以外の時間、少しでも長く子供といることができているので嬉しく感じています。



## 玉造病院 病診連携・症例検討会

当院は、地域の先生方との連携をより円滑に進めるべく、例年、松江・出雲・浜田の各地区にて病診連携・症例検討会を開催しております。

どの地区の会場にも多くの地元の先生方にお越しいただき、当院医師と活発に意見交換をしていただいております。

日頃お話をする機会の少ない地元の先生方と当院医師が、症例検討会にて親交を深めることが、紹介状のやり取りだけではなく、顔の見える連携へと繋がるものと考えております。

より円滑な地域連携・診療連携を地元の皆様の提供できるよう、今後も地域の先生方との繋がりを大切にしていきたいと思っております。

写真は浜田市にて開催(5月15日)いたしました、病診連携・症例検討会の様子です。



あ  
と  
が  
き

つい最近春の訪れを感じたかと思えば、早くも夏日を越える日を迎える季節になってきました。気温の長期予報を見ても平年並みか平年よりも高いそうで、またこの季節が来たかと思えます。今年も夏日を越える真夏日や猛暑日が数多くあるかと思いますが、過度な運動と水分補給をしっかりとし、今年の夏を乗り切りましょう。

ホームページから  
たまつくりNOWがダウンロードできます。  
<http://tamahosp.jp>

■編集・発行責任者 院長/三河義弘  
■広報/小谷博信



JCHO玉造病院  
〒699-0293 島根県松江市玉湯町湯町1-2  
TEL.0852-62-1560

## 患者様の権利

あなたは、人種・国籍・性別・年齢・宗教、その他の個人的な背景に拘らず、差別なしに適切な医療を受ける権利を持ちます。  
あなたは、担当の医師や病院を自由に選択できる権利を持ち、またどの治療段階においても、他の医師の意見を求める権利を持ちます。  
あなたは、すべての医療上の記録を知る権利を持ちます。また、医師から症状について十分な説明を受ける権利を持ち、自分自身に関わる治療方針を自由に決定できる権利を持ちます。  
あなたのプライバシーと個人情報は完全に保護いたします。