長崎北徳洲会病院 広報誌

かたらんね

患者さまを大切にする
地域に根差す病院でありたい

院長 鬼塚 正成

新任ドクターPICK UP！

古田 博明 ドクター・河野 健次 ドクター

徳洲会病院に26人の新入職員が仲間入り

事務長・看護部長就任あいさつ

疑問を解決！Q&A〈ピロリ菌〉

調理師オススメレシピ
茄子饅頭と夏野菜の盛り合わせ

健康管理センターだより
精密検査（二次検査）を受けていますか？

2019
53号

ご自由にお取りください

健康講座のご案内

院内講座

知れば知るほどすごいらしい!! 口腔ケアのちから
とき 8月16日(金)
担当:3階病棟 山本梨沙 看護師・歯科衛生士

動脈硬化について
とき 9月6日(金)
担当:検査科 鈴木涼 臨床検査技師

脳の活性化～ 折り紙で手先を使おう～
とき 9月20日(金)
担当:4階病棟 杉山裕美 介護福祉士

認定調査のポイント!
とき 10月4日(金)
担当:西野喜美子 介護支援専門員

院外講座

高齢者ふれあいサロン 健康講座
とき 8月12日(月)
介護予防体操教室
担当:リハビリテーション科 川口達也 理学療法士
場所 岩屋第1団地自治会集会所

みどりいきいきフレッシュサロン 健康講座
とき 12月4日(水)
バランスのとれた食事について ～食欲がないときの食べ方の工夫・惣菜の選び方～
担当:栄養科 木下由香 管理栄養士
脳トレ・コグニサイズ
担当:リハビリテーション科 金澤静 理学療法士
場所 元みどり幼稚園(若竹町51-11)

外来予定表

	科目	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前診 9時～12時	総合外来	佐野	河野	佐野	佐野	梅山/須山	
	内科	中川	中川	城戸		中川	当番医師
	消化器内科	河野				宿輪	
	心療内科	立石	/	立石	立石	立石	
	心療内科	古田	古田	古田	古田	/	古田
	発達外来						古田
	もの忘れ			古田			
	外科	門原	門原		門原	門原	松本
	脳神経外科	中村	鬼塚	鬼塚（頭痛外来）	鬼塚	中村	
	整形外科	堀内	堀内	堀内	堀内	堀内	松本
	形成外科	李		土居			
	呼吸器内科			城戸		梅山/須山	
	内視鏡（検査）	宿輪	宿輪	宿輪	宿輪	中里/宿輪	中里（第4週）
夕診 17時～20時	内科系	中尾	当番医師	堀内能	立石憲	中川	
	心療内科	立石	古田				
	外科系	長崎大学病院当番医師	長崎大学病院当番医師	門原	鬼塚	長崎大学病院当番医師	

※医師の都合により、変更になる場合がありますので、あらかじめご了承下さい。
※土曜日は午前診のみとなっております。ただし、急患の方はいつでも受付けいたします。

医療法人 徳洲会の理念　◎生命を安心して預けられる病院　◎健康と生活を守る病院

編集後記

今年4月、26人のニューフェイスが入職し、2年後の病院移転に向けて、いよいよ準備が本格化しました。地域密着の病院をめざして皆でがんばります。編集委員一同

医療法人 徳洲会
長崎北徳洲会病院 広報誌 かたらんね 2019・53号 2019年8月10日発行

企画・発行／医療法人 徳洲会 長崎北徳洲会病院
長崎市滑石1丁目12番5号 TEL.095-857-3000(代) FAX.095-856-3079

ACCESS 長崎バス 横道バス停下車、徒歩1分 JR JR道ノ尾駅下車、徒歩10分

年中無休 24時間救急対応

患者さまを大切にする 地域に根差す病院でありたい

院長　鬼塚　正成

新元号が発表された4月1日、当院では新入職員のオリエンテーション初日でした。

約20名を対象に、当院食堂で説明会の合間に、私は食堂のホワイトボードに「令和」と書いて新入職員に伝えました。

令和3年春の新築移転に向けて、2年後には戦力として働いてもらう新入職員ですから、ほぼ全員、面接時に名前と特徴をメモしており、採用証書を渡す際、一人ひとりに何か一声かけました。実際は一人だけ記憶が飛んでしまって間違えた声かけもありましたが、そこはご愛嬌です。

250名の職員がいる当院で大切な職員の名前をまず覚える、病棟で「看護師さん」と呼ばれるよりも、名前で呼ばれる方が誰しも嬉しいはずです。患者さまも名前で呼ばれ、その病状、家族背景まで覚えていれば、患者さまと医療従事者との関係は近くなり、親近感を覚えていただけることでしょう。

多くの総合病院では、外来で番号掲示があり、番号で呼ばれて外来の部屋へ入り、検査に回ります。1日に数百人規模で外来患者が来る大病院で、効率よく、患者さまを取り違えることなく運営するためには番号制が優れています。

しかし、108床の小規模病院である当院では、番号ではなく、名前でお呼びしています。匿名で診察を受けたい方には名前を呼ばれることに違和感を覚える方もいらっしゃるでしょうが、名前と顔が一致してリピーターの患者さまを大切にしたい、地域に根ざす病院である当院のこの気持ちは、新築移転してからも変わりません。

外来待ち時間の短縮を目的に 令和元年、「予約診療制」を導入

また、大病院では予約外来が当たり前ですが、当院では予約診療制にしていませんでした。患者さまにとって、待ち時間短縮というサービス向上のためには予約診療が欠かせないことは当然であり、当院でも、令和元年からほとんどの診療科で予約制としました。

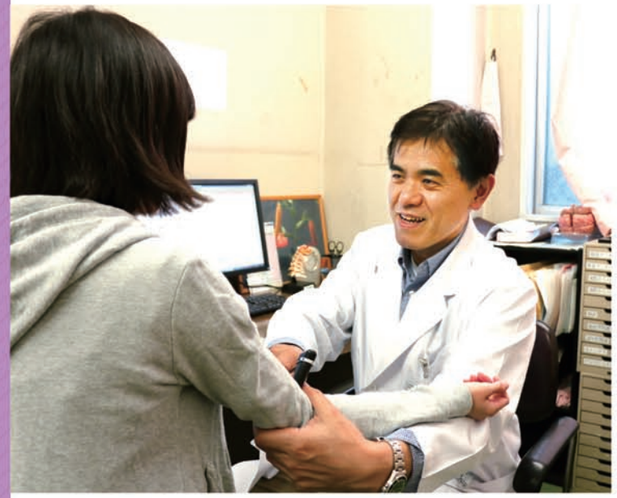
予約制にすることで明日、当院を受診する外来患者さまの把握、最近の検査、投薬を事前に職員が確認し、カルテにメモを残しておくことで漏れのない診療が可能となりました。

救急患者が搬送されてきた場合、外来を一時止めて救急患者を診察するために予定時間を過ぎることがあるかもしれませんが、救急病院である性格上、この点はご容赦ください。窓口での患者自己負担額の軽減に繋がる院内処方にもこだわり続け、外来待ち時間の短縮に努めます。

かかりつけの開業医で普段は診療を受け、当院では定期的な検査だけの外来患者さまもいらっしゃいますが、検査、外来での説明がスムーズに行えるように運ぶことは、長与町に移転後、周辺の病院と連携する上でも重要な任務と考えています。

広報誌『かたらんね』で語り切れない情報はホームページ、SNSで随時、発信しています。徳洲会病院が地域の医院、病院、施設、患者さまから愛される病院となるには患者さまへのサービス向上が重要です。皆で頑張っていきます。

学生ボランティアのスコット・愛希水さん（米国の大学へ進学予定）と



新任ドクター PICK UP！

「こころ」の健康をお手伝いします！

当院で平成31年4月、新たに精神科専門の古田博明ドクターを迎え、「こころ」に寄り添った外来窓口を設けました。

精神科・心療内科・発達障害外来・もの忘れ外来
古田　博明 ドクター

プロフィール

古田 博明（ふるた・ひろあき）　兵庫県出身、2019年4月、当院に着任。資格・専門医は、精神保健指定医・精神科専門医・精神科指導医・認知症サポート医・認知症診断協力医（県公安）・長崎県子どもの心サポート医（長崎県）・コンサータ錠登録医・クロザリル錠講習会受講終了。EMDR・Weekend1・FAP上級終了。USPTセラピスト。

「瞳に涙がなければ心に虹はかからない」とネイティブ・インディアンの言葉にあります。

心や精神、神経の不調はとても辛く、周りからも理解されにくいものですが、それを皆さまが人間理解を深め、あなたご自身の人間性を培い、これからの人生を実り豊かなものにするチャンスとするために、医療という専門の立場から、これまでの患者さまたちとの長年の経験を活かしてお手伝いさせていただきます。

いろいろな試練や困難で生まれた診察室での出会いが、皆さんの明日の福祉（充足した幸福）につながるものにしていく機会になるなら、これに優る幸せなことはありません。

認知症もご相談ください！

認知症といっても、いろいろな種類があることをご存じですか？

Point! お薬で劇的に改善することがあります！

あなたは大丈夫？ 認知症チェック

「認知症」というとアルツハイマーが有名ですが、認知症のタイプはそれだけではありません。左記の2種類も意外と多いんです。4個以上チェックが付いたら疑いがあるかもしれません。ご心配な方は相談してください。

レビー小体型認知症
～パーキンソン病とは違うんです～

物忘れや脳の萎縮が比較的少なく、「パーキンソン病」と症状が似ているため、一見「認知症」と気づかれません。このため認知症治療が遅れてしまいがちです。症状が出たら、出来るだけ早く専門外来を受診してください。

- □ 風邪薬など効きすぎて寝てしまうことがある。
- □ 子供や小動物が見える。人がいるような気がする。
- □ 急に意識がなくなることがある
- □ 就寝中の大きな寝言、叫びがある。
- □ 食事中にむせたりする。
- □ 昼間もウトウトして寝てしまうことがある。
- □ 手足の震えがある。

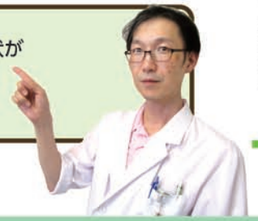
ピック病（意味性認知症）
～人間性が失われる!?～

物忘れよりも性格変化や異常行動など、社会生活上の支障が特徴です。ご本人や介護者の方にとって負担が大きいため、早期の受診と治療が必要です。

- □ 人前で足を組んだり、子供のような仕草がある。
- □ なかなか座らなかったり、勝手に部屋を出ていくことがある。
- □ 言葉の意味が分からないことがある。
- □ 相手の言葉をオウム返しにする。
- □ 万引きや他人のおかずを盗ったり、無銭飲食をしたことがある。
- □ 甘いものが異常に好きになったり、掻き込むような食事がある。
- □ スイッチが入ったように怒ったり、急にケロッとすることがある。

古田ドクターからアドバイス

抗認知症薬を使うようになってから、これまでと違う症状があらわれたときは、薬が原因となっている場合があります。変化に気づいたときは、すぐにご相談ください！



新任ドクター PICK UP！

患者さまの最適な治療法を見つけます！

令和元年6月から、河野健次ドクターが内科と糖尿病外来を担当しています。河野ドクターは長年、糖尿病治療に尽力しており、実績に定評があります。

内科・糖尿病外来
河野　健次 ドクター

プロフィール
河野 健次（こうの・けんじ）　長崎県出身、鳥取大学卒業。佐世保共済会病院勤務を経て、2019年6月から当院に着任。趣味は旅行、ヨット。

糖尿病とは？

私たちは食べ物を摂取して栄養素を吸収し、肉体の維持や活動に使います。膵臓から分泌される「インスリン」というホルモンは、栄養素の新陳代謝に大きな役割を果たしていますが、エネルギーとして使用される主要な栄養素である糖質の代謝では特に主役を担っています。糖尿病は、そのインスリンの作用不足によって高血糖（血液中のブドウ糖濃度が高い状態）を来たし、それによる様々な合併症を引き起こす病気です。

ひとまとめに糖尿病といっても、原因や重症度、併発する合併症などは人それぞれで、大きく異なります。一人の患者さまを全身にわたって管理するためには、専門的な知識と診療能力が大きな力となります。

糖尿病 Q&A

河野ドクターがお答えします。

Q.1 糖尿病に初期症状はありますか？

A.1 **糖尿病は自覚症状がほとんどないのが特徴です。**そのため、定期健診や人間ドックで行われている問診と尿検査、血液検査などが糖尿病早期発見の目安となります。

Q.2 糖尿病はどうやって診断するんですか？

A.2 血液検査でわかる血糖値とHbA1c（ヘモグロビン・エーワンシー）が基準値より高いかどうかで診断します。高い血糖値が続いていれば、糖尿病と診断します。

血糖値
検査したその時の血糖の濃度を表します。

HbA1c
過去、1、2カ月分の血糖値のあらましを反映します。

Q.3 治療法は？

A.3 **薬物療法**だけでなく、**食事療法**、**運動療法**など、患者さまの生活に合わせた治療法があります。一緒に最適な治療をしていきましょう。

糖尿病になるときは、突然血糖値が高くなるわけではありません。

初めは正常範囲の血糖値が徐々に高くなり、糖尿病となります。正常から糖尿病になるまでの段階は、血糖値の高さで「正常型」「境界型」「糖尿病型」と3段階に分類されます。

糖尿病が2回確認された、**HbA1cが6・5％以上**など、一定の条件を満たして初めて、**糖尿病と診断**されます。

正常型 → 境界型 → 糖尿病型

令和元年度

徳洲会病院に26人の新入職員が仲間入り

新元号「令和」が発表された平成31年4月1日、入職式及びオリエンテーションが行われ、26人の新人が当院の医療スタッフに加わりました。令和3年春の当院の新築移転に向けて、医療の一層の充実に向けた取り組みの一翼を担います。26人の横顔と抱負を紹介します。

山北　香織
2階病棟
看護師

一日も早く仕事を覚えるよう頑張ります。

奥村　香織
総務課
臨床心理士

人間には“よくなる力”が備わっています。しかし、こころの不調の中ではこの力が上手く発揮できないことがあります。そうした時に、カウンセリングや心理検査を通して自身のこころを見つめ、自分らしさの発見や自分らしい生き方を見つけていくといった“よくなる力の回復”のお手伝いができればと考えております。

安岡　愛理
総務課
医師事務作業補助者

毎日100%の笑顔で、地域の皆さまに愛される病院を目指して頑張ります。

竿田　彩花
リハビリテーション科
理学療法士

多くの患者さまの力になれるよう、日々精進していきます。

濵口　みやび
リハビリテーション科
理学療法士

1日でも早く患者さまに信頼してもらいたいです。

野中　勇希
看護部
臨床工学技士

信頼される臨床工学技士になります。

吉田　愛李
2階病棟
看護師

回復期病棟での勤務は初めてなのでわからないことも多いですが、頑張っていきたいです。

山根　千絵
リハビリテーション科
作業療法士

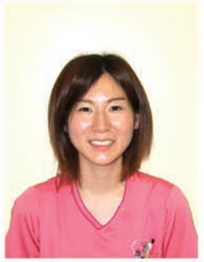
理想とするセラピストに近づけるように、日々勉強・努力・成長していきたいです。

登山　えみか
リハビリテーション科
作業療法士

先輩方からたくさん学んで吸収したいです。

堀　慶一郎
医事課
事務員

患者さま、スタッフから信頼される職員になれるよう精進します。



楠生　梨乃
3階病棟
看護師

知識・技術の向上に努め患者さまに寄り添った看護を提供出来るよう、日々努力します。

山本　梨沙
3階病棟
看護師

患者さまが安心して療養生活が送れるよう、ひとりひとりに寄り添った看護ができるよう努めます。

渡邉　彩友美
リハビリテーション科
理学療法士

病院にとって欠かせない存在となれるよう頑張ります。

森　彩香
リハビリテーション科
言語聴覚士

患者さまの心に寄り添える言語聴覚士を目指して努力していきます。

髙野　真美
4階病棟
看護師

今までの経験を活かして頑張ります。

荒牧　絢華
4階病棟
看護師

少しでも早く病棟の一員になれるように頑張ります。

谷口　ひろ子
4階病棟
介護福祉士

初心を忘れずに笑顔で頑張ります。

村岡　えみ
総務課
医師事務作業補助者

誠意ある対応を心がけていきます。

島田　真紀
3階病棟
看護師

楽しく働きます。

渕　健吾
地域支援センター
介護支援専門員

ケアマネとして利用者さまの力になれるように頑張ります。

塩田　詩菜
健康管理センター
保健師

一期一会を大事にして、日々笑顔で頑張ります。

阿南　真美
健康管理センター
保健師

いっぱい食べて、いっぱい寝て、健康第一で頑張ります。

大西　博子
通所リハビリ
介護福祉士

日々学び、成長していけるよう頑張りたいと思います。

森田　美佐子
地域支援センター
介護福祉士

早く皆さまのお役に立てるよう頑張りたいです。

早田　美樹
総務課
医師事務作業補助者

慣れないことも多いですが、頑張ってまいります。よろしくお願いいたします。

原田　洋子
外来手術室
看護師

患者さまのためを一番に考えて、業務に臨みます。

事務長就任あいさつ

地域医療の発展のために研鑽を重ねます

楠原（くすはら） 省仁（しょうじ）

平成31年3月、深堀前事務長の後任として、事務長を拝命いたしました。一所懸命努力してまいりますので、何卒よろしくお願いいたします。

長崎北徳洲会病院は開院以来、徳洲会グループの理念である「生命だけは平等だ」「いつでも・どこでも・だれでもが最善の医療を受けられる社会の実現」に向けて、小規模病院ながらも努力をしてまいりました。しかしながら、築40年余りが経過した建物は、患者さまにご不便をおかけしていることと思います。

2021年春、長与町に念願の新築移転を行います。

日本経済は大きく変わりつつあり、医療業界も今後さらに変わっていくことと思います。

私共医療に携わる者は、取り巻く環境が変わろうとも、患者さまを中心とした医療の実践は変わらないと考えております。

地域医療の発展のため、これまで以上に研鑽を重ね、貢献できるよう努力してまいります。

看護部長就任あいさつ

看護師が輝き、楽しく質の高い看護を実践

大浦（おおうら） 順子（よりこ）

今年4月、長崎北徳洲会病院の看護責任者として就任いたしました。

徳洲会病院は「命だけは平等だ」の理念のもと、医療を継続しております。看護部は「こころに届く看護の実践」として頑張っております。ナイチンゲールの時代から、患者の命と暮らしを守ることが看護の原型といわれてきました。私たちは、時代の変化に柔軟に対応し、一人ひとりの患者さまに適した安心・安全な看護の提供ができることを目標にしております。

日々の看護実践は「思いやりの科学」の証です。すべての看護職員が、それぞれの能力を最大限に発揮して、患者さまの生活を支える視点を持ち、何が一番なのかを考えて行動することが大切です。そして、常に学習し、技術を磨き自己研鑽していかなければならない、その学び続けられる環境が大切だと考えます。

看護師がいきいきと輝き、楽しく、質の高い看護の実践ができるように管理者として教育・指導していきます。

今後とも、よろしくお願いいたします。

疑問を解決！ Q&A

特集 胃がんの原因の一つともいわれる「ピロリ菌」

あなたの胃は大丈夫？　ピロリ菌検査を受けてみましょう！

Q.1 ピロリ菌（ヘリコバクター・ピロリ）って何？

A.1 胃の粘膜に生息している細菌です。胃には胃酸があるため、昔から細菌も存在できないといわれていましたが、1982年に胃の中でも存在できる「ピロリ菌」という細菌がいることが分かりました。

Q.2 どの位の人がピロリ菌をもっているの？

A.2 日本人の場合、年齢が高いほどピロリ菌に感染している率が高く、60歳以上の方の60％以上が感染しているといわれています。

Q.3 ピロリ菌に感染するとどうなるの？

A.3 ピロリ菌に感染しているだけでは自覚症状がないことがほとんどです。しかし、高血糖・高塩分・ストレスなどの要因が重なると、胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍、萎縮性胃炎や胃がん発症のリスクが高まります。

Q.4 どうやってピロリ菌を調べるの？

A.4 ピロリ菌は内視鏡を必要とする検査法と、内視鏡を必要としない検査法があります。もっとも使用されている内視鏡を必要としない、簡便かつ精度の高い検査法は「尿素呼気試験」という検査です。

Q.5 尿素呼気試験はどういう検査法ですか？

A.5 検査薬を飲んでいただき、内服前後の呼気を調べることによってピロリ菌の存在を調べます。

検査方法

①検査薬服用前に呼気採取バックに呼気を採取します。
②検査薬を100ml の水で速やかに服用します。
③左を下にして5分間、横になります。
④その後15分間、座ります。
⑤最後に、別の呼気採取バックに呼気を採取します。

※当院では今まで、外部委託だったために、検査結果が判明するまでに日数がかかっていましたが、平成31年3月からピロリ菌測定機器を導入し、検査後20分くらいで結果が分かるようになりました。

Q.6 ピロリ菌の除菌は、どうやって行うのですか？

A.6 2種類の抗生物質と、胃酸の分泌を抑える薬の3剤を1日2回、7日間服用することで、約70％以上の方が除菌に成功します。

一次除菌終了後、4週間以上あけてから再度、尿素呼気試験を行い、除菌できているかを調べます。除菌失敗の場合はお薬を変えて二次除菌で治療します。二次除菌では約90％の方が除菌に成功するといわれています。

まずは、あなたの胃の中にピロリ菌がいるかどうか、検査をしてみましょう。検査前の注意点、費用など詳しくは、主治医または看護師にお尋ねください。

健康管理センターだより

精密検査（二次検査）を受けていますか？

健康診断や人間ドックで「要精密検査」「要医療」となった項目を放置していませんか？

健康診断や人間ドックの目的の一つは、病気の早期発見・早期治療にあります。病気の中には自覚症状がないものも多く、放置しておくと、病気が進行していたり、完治するまでに時間がかかり、治療費の負担も多くなります。

もし、異常があったとしても早期発見と早期治療ができれば、病気も治りやすく、医療費も安くで済みます。早めに専門医の診察・検査を受けましょう。

当院で実施できる検査

要精密検査・要医療の項目	診療科／精密検査
便潜血陽性	消化器内科／大腸内視鏡検査
胃バリウム検査	消化器内科／胃内視鏡検査
胸部レントゲン検査	呼吸器内科／胸部ＣＴ検査
血糖値が高い	糖尿病外来／血液検査
コレステロールが高い・肝機能が悪いなど	内科／血液検査

どの診療科を受診したらいいか分からない場合など詳しくは、当院健康管理センターまで、お気軽にご相談ください。

調理師オススメレシピ

暑い夏を乗り切るための

茄子饅頭と夏野菜の盛り合わせ

材料（2人分）

- なす……1/2本
- あたりごま……適量
- だし汁……100ml
- a 薄口しょうゆ…10g
- a みりん……10g
- 卵白……10g
- 塩……適量
- 片栗粉……50g
- だし汁……150ml
- うなぎの蒲焼…50g
- むきえび……20g
- きくらげ……1枚
- れんこん……20g
- おくら……20g
- 人参……20g
- 南瓜……20g
- 干し貝柱……2個（150mlの水で戻す）
- b 薄口しょうゆ…12g
- b みりん……12g
- b うま味調味料…少々
- おろし生姜……適量

【八方だし（作りやすい分量）】
・だし汁…400ml　・薄口しょうゆ…50g　・みりん…50g

作り方

①なすは皮をむき、適当な大きさに切って a で炊く。皮は千切りにする。
②れんこん・おくら・人参・南瓜は八方だしで炊き合わせる。
③①の汁気を軽く絞り、すり鉢に移してごま、卵白、塩を加えて、すりこぎでする。だしでといた片栗粉を加えながらのばす。
④貝柱の身をほぐし、戻し汁と b を鍋にいれて煮立たせ、水溶き片栗粉(分量外)を加えてあんを作る。
⑤うなぎを蒸して、適当な大きさに切る。
⑥むきえびときくらげは茹でて八方だしにつけておく。その後ザルにあげてよく絞る。
⑦茶碗にラップをしき、③、⑤、⑥をのせてラップで包んで、そのまま10分蒸す。
⑧蒸しあがった⑦に片栗粉(分量外)をまぶして180℃の油で色づくまで揚げる。このときなすの皮も素揚げする。
⑨②、⑧を器に盛って③のあんをかけ、なすの皮を天盛りし、おろし生姜を添える。

管理栄養士 中尾尚美の ひとくちMEMO

ウナギは疲労回復に効果的とよくいわれますが、これは糖質をエネルギーに変えるために欠かせないビタミンB1を豊富に含むためです。ほかにもビタミンA、ビタミンD、ビタミンE、ミネラル、たんぱく質を多く含み、栄養豊富なウナギですが、唯一、ビタミンCや食物繊維が不足しています。うなぎの栄養をバランスよく摂取するために、食物繊維やビタミンCたっぷりの夏野菜と一緒に摂ることがおすすめです。

1人当たり
エネルギー 267kcal
食塩相当量 3.9ｇ