

発行日 平成 28 年 2 月 1 日

労働者健康福祉機構 東北労災病院
TEL (022) 275-1111(代) FAX (022) 275-4431
〒981-8563 仙台市青葉区台原4丁目3番21号
ホームページ <http://www.tohokuh.rofuku.go.jp/>



東北ろうさい病院広報 だいのはら

平成28年2月
vol.16

- 地域医療支援病院
- 地域がん診療連携拠点病院
- 災害拠点病院
- 臨床研修指定病院

～病院の基本理念～

満足と納得が得られる医療の実践

～基本方針～

- 患者さんの安全と安心を第一に考える医療を実践します
- 患者さんの権利を尊重し、思いやりのある医療を実践します
- 科学的根拠に基づく質の高い医療を提供します
- 地域の方々と勤労者の健康管理を支援します

インフルエンザと手洗い

健康診断部 佐藤 研 副院長



インフルエンザの季節である。2009 年の新型インフルエンザ騒動はまだ記憶に新しい。世界的なインフルエンザ流行、実は過去には何度も起こっている。最も古い記録は紀元前、ヒポクラテスの時代にまでさかのぼり、わが国にも平安時代にそれらしい記述があるという。16 世紀以降では 100 年に数回ずつ世界的流行があり、20 世紀ではスペイン風邪、アジア風邪、香港風邪がそれである。

インフルエンザが大流行するのは、突然変異したばかりの新型ウイルスには多くの人々が免疫を持たないので、感染が拡大するからである。免疫が出来てしまえば、もはや 2009 年の新型インフルエンザといえども特別な型ではなくなる。実際、季節性 A 型インフルエンザとして今年の冬も流行している。

さて、インフルエンザの予防は、鼻やのどや口から出来るだけウイルスを体に入れないようにすることなので、マスクやうがいはもちろんのこと、手洗いも基本中の基本である。アメリカの軍隊では、上官から 1 日 5 回以上の手洗いを命令されたグループでは、何も命令されなかったグループに比べて呼吸器疾患が半減したという。また、石鹼と流水による 10 秒間の手洗いだけで、手に付いていたウイルスの 90%を除去できたそうだ。こうしたことから、洗面所には液体石鹼を常備すること、手洗いは推奨よりも強制すべきことなどが提言されている。

最小の費用と労力で最大の利益を得ることができる手洗いは、150 年も前から奨励されてきた予防策である。冬場は特に徹底して欲しい。

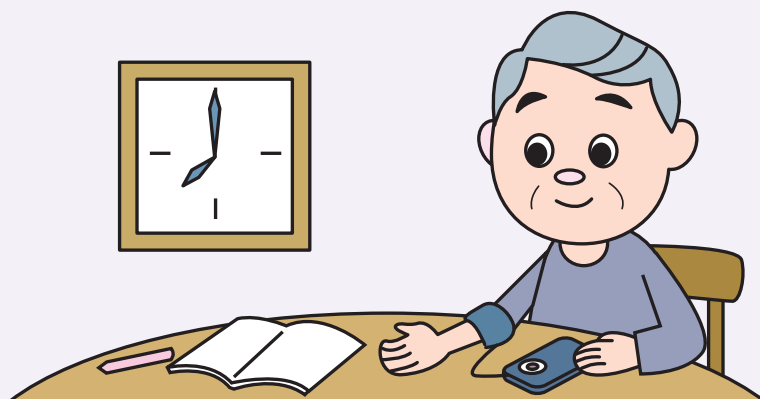
家庭での自己血圧測定は健康長寿の秘訣

高血圧内科部長 宗像正徳

高血圧は日本人の脳、心臓疾患の最も重要な危険因子です。血圧上昇に早く気づき、適切に対処することは、健康で長生きするための秘訣です。

自分の血圧変化をとらえるには血圧の自己測定が勧められます。測定装置は、手首ではなく、上腕で測定するものを用意しましょう。家庭血圧は、朝と夜に測定します。朝は、起床後、排尿してから1時間以内に、食事をする前に測定します。尿が膀胱に溜まっていると血圧は高くなります。また、食後に測ると、特に高齢者では、しばしば血圧が低下し（食後低血圧と呼ばれる）、血圧値を過小評価してしまうので、食前に測定します。喫煙後は血圧が上昇しますので、血圧測定前は煙草をすってはいけません。夜は、寝る前に、入浴前または入浴後に測定します。朝、夜いずれも、椅子に座って、病院の診察室と同じ体位で測定します。畳の上で、お座りをして測定すると、血圧が高めに出ますので注意が必要です。朝、夜ともに2回測定し、2回とも記録して、医師に報告します。満足する血圧が得られるまで何回も測定してはいけません。このように正しい測定法で5日間以上測定します。その平均が135/85 mmHg以上であれば高血圧ですので病院を受診する必要があります。降圧薬を開始した場合も、多くの場合、家庭血圧が135/85 mmHg未満になるよう治療を考慮します。

家庭血圧を1年間測定すると、一般的に、気温の高い季節は低めに、気温の低い季節は高めになります。特に、10月末から11月ごろから血圧が上昇し始める方が多いようです。高齢になると、夏冬の変動が大きくなる傾向があります。この血圧の季節変動は個人差が大きく、家庭血圧を測定することで初めてあきらかになります。脳、心臓疾患も冬場に発症が増える傾向にありますが、その一因は冬季の血圧上昇と言われています。血圧を毎日測定することで、血圧の季節変動の特徴が明らかになり、個々人にあった正しい降圧治療が可能になります。最近の我々の研究では、家庭血圧を測定する人では測定しない人に比べ、健康的な生活を送る傾向にあることがわかりました。自己血圧測定の継続は健康長寿の秘訣と言えます。



院内感染管理に関わる専門看護師・認定看護師の活動について

感染症看護専門看護師／感染管理認定看護師 山田佳緒里

皆さま、こんにちは。この原稿を執筆している1月中旬現在、感染性胃腸炎の流行に加え、インフルエンザもついに流行入りの兆しをみせています。

皆さまは、手洗い・うがいの励行や、咳・くしゃみ・鼻水がある時にマスクをつけていますか？

ご家庭での感染予防同様、当院でも病院全体で感染予防と発生時の早期制御に力を入れています。

感染管理のための専門的な知識・技術を習得した看護師2名がそれぞれ専従、兼任で業務に従事し、病院長直属の「院内感染対策チーム」の一員として、専任の医師、薬剤師、検査技師等と協働しながら組織横断的に活動しています。

感染源となる細菌やウイルスなどの病原体は目に見えないため、院内での検出状況や地域・国内外の発生動向に細心の注意を払い、個々の病原体の性質に合わせた予防・制御対策を実施しています。

当院では感染症科を有しておりませんが、「院内感染対策チーム」として、患者さんやご家族、院内外の医療従事者からの相談を受付けています。

ご不明な点やご相談等がございましたら、担当の医師、看護師にお問合せください。

人間ドック受診のご案内

お体のチェックをしてみませんか？

大きな病気が見つかる前に定期的に人間ドックを受診しましょう！！

当院は宿泊施設として専用の個室を有し、充実したアメニティーグッズとお食事で、満足の得られる人間ドックをご提供致します。



お食事の一例（1泊ドックの夕食）

人間ドック各コース

- 日帰りドック
- 1泊ドック
- 脳ドック

各コース、オプション検査等の詳細は当院ホームページをご覧ください。

★ご予約・お問い合わせ先★

健康診断部 TEL 022-275-1534

イベントのご紹介

防災訓練

平成27年10月31日(土)に当院にて防災訓練が実施されました。

今回の訓練は、仙台市内において震度6の直下型地震が発生した想定で、新たな試みとして東北大学病院との共同訓練という形で実施しました。また、協力機関として、仙台市消防局、大崎市民病院、石巻赤十字病院にご協力いただきました。

当院では①模擬患者を用いた多数傷病者に対するトリアージ訓練。②災害対策本部を設営しての本部機能訓練。③ヘリ実機による患者搬送訓練。を行いました。

参加者は155人と過去最多の参加となり、中でもヘリ実機の患者搬送訓練は事前の講習も含め非常に有意義なものとなりました。

当院では災害拠点病院として毎年訓練を実施し、災害医療体制の充実を図って行きたいと考えています。



クリスマスコンサート

平成27年12月8日、19日に院内1Fロビーにてクリスマスコンサートを開催しました。

8日は東北薬科大学吹奏楽部、19日はグリーン・ウッド・ハーモニーによるコンサートで、両日ともおよそ100名の方々に参加頂きました。

患者さんにとってはクリスマスの季節を院内で感じていただけるイベントとなりました。



医療安全週間

毎年11月25日(いい医療に向かってGO)を含む一週間は、厚生労働省が定める医療安全推進週間とし、医療関係者の意識向上や組織的取組みの促進等を図ること、患者さんや地域の方々に医療安全参加を呼びかける事を目的として様々な取組みを実施しています。

当院では、11月22日(日)～11月27日(金)までの医療安全推進週間にイベントを開催いたしました。

患者さん対象には「転倒予防」「インフルエンザについて」の講座と介護用品の展示を外来フォールで開催しました。多くの患者さんに参加して頂きました。



登録医ご紹介

富谷医院

院長 林 哲明



当院は富谷町に昭和60年に開業いたしました。今でこそ平成28年10月10日に富谷市に移行するほど発展しましたが、当時は田んぼと森に囲まれた医院で、周りに他の医療機関がなく、日中の診療から夜間救急、お産と全てに対応しておりました。内科、外科、整形外科、産婦人科、小児科、皮膚科を主な診療科とし、地域のかかりつけ医として赤ちゃんから高齢者まで、ご家族みなさんの健康維持・促進にお役に立ちたいと考え、診療をおこなっております。平成27年に30周年を迎えることができました。昔、当院で生まれたお子さんが、現在はお母さんになって、ご自分のお子さんを診察に連れてきてくれうれしく思います。

現在は医師4名で診察を行っております。外科は日常多い外傷や熱傷の治療、小手術に対応しています。整形外科は、この地域で非常に多い変形性関節症や骨粗鬆症等の専門医療を行っております。産婦人科は子宮、卵巣の疾患から、内分泌に関わること、更年期障害、不妊症、性行為感染症など総合的に診察しております。またセミオープン方式の妊婦健診をしています。産婦人科は全て女医が診察しており、患者様から好評をいただいております。内科では日常多い高血圧、糖尿病等の生活習慣病診療から、禁煙治療、現在ご要望が多いスギ花粉症の舌下免疫療法も行っております。消化器科では腹部超音波検査、上部・下部内視鏡検査を通し、治療方針を決定しております。

幅広い年齢層の、さまざまな疾患を診察する機会が多いことから、全ての科の先生方にいつも大変お世話になっております。専門の精査・治療を要すると判断し、ご紹介すると、どの科の先生方も診断後の返信はいつも細やかで、その後の診療に非常に役立っており、患者様からも感謝されております。また緊急時の紹介、救急対応を快く受けていただき、何度も助けられております。画像診断をお願いすることがとても多く、当日に専門の先生に直接説明していただけることで、その日のうちに結果がわかり、安心して帰ることができるというお話を患者様からいただいております。今後も、病診連携を大切にしながら、診療を続けていきたいと思っております。よろしくお願い申し上げます。



●富谷医院

住所：黒川郡富谷町ひより台1-45-1
(西友富谷店向い)

電話番号：022-358-2872



外来診療予定表

平成28年2月1日現在

【受付時間】 8：15～11：00(初診・予約受診の方)

※再来受付機の受付は7：45～11：00

夜間及び土・日・祝日は救急対応

胃腸科・糖尿病代謝内科・整形外科・眼科・歯科を初めて受診する方・予約票をお持ちでない方は紹介状が必要となります。

科/部門	曜日	曜日					特殊外来・各種教室等		
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	名称	曜日	時間
内科	胃腸科	白木 学	浜田 史朗	小島 康弘	浜田 史朗	大原 秀一			
		齋藤 晃弘	楠瀬 寛顕	半田 朋子	白木 学	小島 康弘			
			玉淵 泰史	齋藤 結樹	清水 貴文	北川 靖			
	内視鏡	大原 秀一 浜田/北川/半田/玉淵/齋藤(結)	大原 秀一 北川/半田/大原(祐)/齋藤(結)	大原 秀一 浜田/北川/齋藤(晃)/清水	大原 秀一 北川/半田/楠瀬/大原(祐)	大原 秀一 浜田/齋藤(晃)/玉淵/清水			
		小島/楠瀬/清水/大原(祐)	小島/白木/齋藤(晃)/清水	白木/玉淵/楠瀬/大原(祐)	小島/齋藤(晃)/齋藤(結)/玉淵	白木/半田/齋藤(結)/楠瀬			
	肝臓科	小林 智夫	阿部 直司	阿部 直司	阿部 直司	阿部 直司			
		山 川 暢		山 川 暢	小 林 智 夫				
	腫瘍内科					丹田 滋(院外新患)14:00～ 院内紹介は問合せ下さい			
	緩和ケア内科	小笠原 鉄郎11:00～12:00	小笠原 鉄郎9:00～12:00	小笠原 鉄郎11:00～12:00	小笠原 鉄郎9:00～12:00	小笠原 鉄郎11:00～12:00			
	糖尿病・ 代謝内科	松本 雅博(登録医新患)	丹治 泰裕(登録医新患)	赤井 裕輝(登録医新患)	加納 隆輔(登録医新患)	渡辺 太一(登録医新患)	糖尿病教室	月～金	15:30～16:30
	循環器内科	高橋 務子(新患)	加藤 浩 (他院紹介・急患のみ)	東北大学病院医師	東北大学病院医師	東北大学病院医師			
		川名 暁子(再来)		加藤 浩(再来)	高橋 務子(再来)	川名 暁子(再来)			
	高血圧内科	金野 敏	宗像 正徳	宗像(第1・3・5)・金野(第2・4) (院外新患のみ)	宗像 正徳	金野 敏	血液疾患外来	金	午後診察 (受付は14時まで)
	呼吸器内科	三浦 元彦	榊原 智博	田代 祐介	三浦 元彦	大塚 竜也	喘息外来 (予約制)	月	14:00～15:00
		田代 祐介	大塚 竜也	阿部 武士	榊原 智博	滝田 克也	禁煙外来 (完全予約制)	水	14:00～16:00
			谷津 年保	伊藤 あゆみ	谷津 年保		女性外来 (隔週予約)	水・木	14:00～15:30
	SAS外来		佐藤 研 (完全予約制、14:00～16:00)						
	呼吸器外科	保坂 智子				保坂 智子			
外科	心療内科	田口 文人	田口 文人	田口 文人	田口 文人	田口 文人	再来は予約制		
	小児科	千葉 靖	千葉 靖	高柳 玲子	高柳 玲子	千葉 靖	午後診はすべて予約制		
		高柳 玲子	沼田 美香	沼田 美香	小島 三千代	沼田 美香			
			14:00～ 予防接種	13:30～神経外来 山本克哉 (第2・4週のみ)	14:00～腎臓外来 千葉 靖 14:00～ 乳児検診				
	消化器外科	徳村 弘実(10:00～)	徳村 弘実	野村 良平	徳村 弘実	武藤 満完	※乳腺外科：火曜・金曜の診察は 午後のみで予約制 胆石外来：月曜・木曜 ヘルニア外来：火曜・木曜 ストーマ外来：火曜午後予約制		
				西條 文人	安本 明浩	松村 直樹			
				片寄 友(午前のみ)					
			高橋 賢一						
			羽根田 祥						
	大腸肛門外科								
	乳腺外科	豊島 隆	※豊島 隆(新患のみ)		豊島 隆	※柴原 みい(新患のみ)			
	血管外科			東北大学医師 13:30～(完全予約制、第2のみ)					
	整形外科	信田 進吾	井上 尚美	信田 進吾	井上 尚美	信田 進吾			
		田中 稔	田中 稔	井上 尚美	小河 裕明	奥野 洋史			
		奥野 洋史	小河 裕明	田中 稔	藤谷 晃亮				
		黒川 大介	黒川 大介	小河 裕明	阿部 高久				
		守屋 秀一	藤谷 晃亮	黒川 大介					
			守屋 秀一(午後から)	藤谷 晃亮(午後から)					
			阿部 高久	守屋 秀一					
				阿部 高久					
	脊椎		日下部 隆		日下部 隆	日下部 隆	※脊椎外科：第2・第4木曜は 再来のみ対応		
			泉山 拓也		泉山 拓也	泉山 拓也			
	脳神経外科		長嶺 義秀(午後のみ)						
	脳卒中科	柏原 茂樹	柏原 茂樹		柏原 茂樹	柏原 茂樹			
	老年内科			佐藤 琢磨(第1・3週のみ)			完全予約制		
	皮膚科	谷田 宗男	武藤 雄介	谷田 宗男	武藤 雄介	谷田 宗男	受付10:00まで 月・火・木午後検査(予約制)		
	泌尿器科	阿部 優子(新患)	竹本 淳(新患)	浪間 孝重	後藤 拓郎(新患)	新患担当医			
		浪間 孝重	浪間 孝重		竹本 淳	阿部 優子			
	産婦人科	東北大学病院医師			東北大学病院医師		完全予約制		
	眼科	佐藤 肇	-	佐藤 肇	-	佐藤 肇	月・水・金 午後検査(予約制) 手術日 火・木		
		中山 紘子	中山 紘子	中山 紘子	-	中山 紘子			
		浅野 俊文	-	浅野 俊文	浅野 俊文	浅野 俊文			
	耳鼻咽喉科	大山 健二	大山 健二	-	大山 健二	大山 健二	手術日 月・水・金 再来予約制		
		-	入間田 美保子	入間田 美保子	入間田 美保子	入間田 美保子			
		織田 潔	織田 潔	織田 潔	織田 潔	織田 潔			
		橋本 研	橋本 研	橋本 研	橋本 研	橋本 研			
	リハビリ科		心リハ外来	心リハ外来		心リハ外来	プレスクリニック 毎週金曜日(15:00～)予約制		
		小松 恒弘	原田 卓	東北大学医師	小松 恒弘	原田 卓			
	放射線治療科	白田 佑子	白田 佑子	白田 佑子	白田 佑子	白田 佑子	完全予約制 (前週金曜日まで曜日確認・電話で予約)		
	リウマチ科	-	畠山 明	畠山 明(新患)	畠山 明	畠山 明	完全予約制(院内・院外) 新患は電話で予約		
		加藤 一郎	加藤 一郎(新患)	加藤 一郎	非常勤医師(第1・第3週)	加藤 一郎			
	歯科	塚田 甲	塚田 甲	塚田 甲	塚田 甲	塚田 甲	完全予約制		
	口腔外科	-	非常勤医師(午後のみ)	-	非常勤医師(午後のみ)	-	完全予約制		