

東北労災病院広報誌

DAINOHARA

# だいのほら

春号  
2024

特集

循環器内科

## 目次

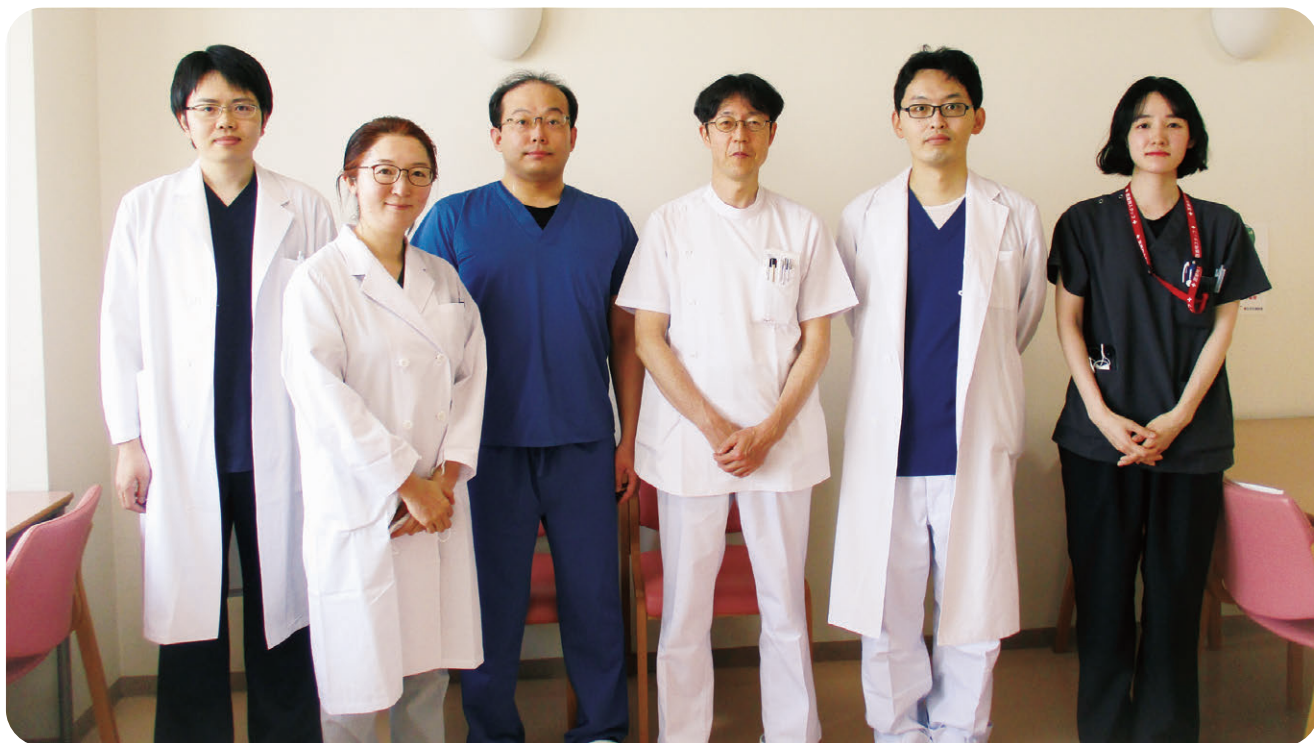
|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 特集：循環器内科 .....                   | 2  |
| 新任医師紹介 .....                     | 4  |
| 令和6年能登半島地震における被災地への支援活動について..... | 6  |
| クラウドファンディング報告 .....              | 7  |
| 部署紹介：6階東病棟 .....                 | 8  |
| 健康コラム「心筋梗塞、起きやすい時間がある？」 .....    | 9  |
| 栄養コラム「塩分のお話」 .....               | 9  |
| information .....                | 10 |

TAKE  
FREE

ご自由にお取りください

## 特集

# 循環器内科



みなさんは、「循環器内科」と聞いてどんな病気をイメージするでしょうか。われわれ循環器内科では、心臓や血管に関連する症状や病気に対応しています。代表的な病気として、胸の痛みや圧迫感を訴える狭心症、息切れやむくみが出現する心不全、動悸や脈の乱れを自覚する不整脈が挙げられます。症状がない場合でも、検診で心電図異常や心雑音を指摘されて来院される方もいます。経過観察でよいのか、治療が必要なのか、問診や検査で適切に判断しております。

社会の高齢化に伴い、当院でも高齢者の心不全が増えてきています。息切れや動悸などの症状があっても「年のせい」と思って、放置していないでしょうか。以前は2階までスムーズに行けた、500m位平気で歩けた、しかし、最近は階段を上っている途中で息切れがする、100m位歩くと息苦しい、胸が痛い。こんなことはないでしょうか。これらの症状は年のせいではなく、心臓の病気が原因かもしれません。最近では、靴紐を結ぶときのように、座って前かがみでいるときに呼吸苦が増悪する症状が心不全症状として注目されています。もし、これらの症状がある場合には、一度検査を受けることをお勧めします。



また、突然の胸痛、胸部圧迫感、呼吸困難が出現し改善しないときは、**急性心筋梗塞**や**急性心不全**かもしれません。これらは一刻一秒を争い、命に関わる病気ですので、救急車で病院へ行くことをお勧めします。

当科では、4月より2名の循環器内科専門医が加わり、5名で診療を行っています。緊急性の高い病気（**急性心筋梗塞・急性心不全・重症不整脈**など）から無症状の心電図異常まで、迅速に丁寧な診療を行います。動くと息が切れる・胸が痛いなど、気になる胸部症状を自覚した場合には、ぜひご相談ください。いつでもお待ちしております。





# 新任医師紹介

## ① 皮膚科

## ② 黒木 茂

- ③ 当科では、日本皮膚科学会等のガイドラインに基づいた、診断、治療を行っています。

## ① 泌尿器科

## ② 工藤 貴志

- ③ 地域医療に貢献できるように尽力いたします。宜しくお願い致します。

## ① 病理診断科

## ② 村上 一宏

- ③ 病理診断全般に対応しています。迅速、正確な病理診断に努めるようにしております。

## ① 消化器内科

## ② 柊 悠太郎

- ③ 4月から東北労災に赴任となりました。内視鏡治療、IBD診療を中心に従事して参りました。よろしくお願いします。

## ① 循環器内科

## ② 天水 宏和

- ③ 地域医療に貢献できるように精一杯頑張っておりますのでよろしくお願いします。

## ① リウマチ科

## ② 成田 衛

- ③ 耳なじみのない疾患の多い診療科ですが、分かりやすい説明と誠実な診療を心がけて参ります。

## ① 呼吸器内科

## ② 小笠原 嵩天

- ③ 4月から呼吸器内科で勤務することになりました。よろしくお願いします。患者さんに寄り添った診療を心がけています。

## ① 整形外科

## ② 宮坂 沙也加

- ③ 患者さんの日常に寄り添った医療を提供したいと心がけております。よろしくお願いします。

## ① 皮膚科

## ② 奥田 早紀

- ③ 地域の皆様の皮膚についての困りごとを解決できるよう診療に取りくんで参ります。

- ① 診療科
- ② 氏名
- ③ 地域の皆様へのメッセージ



- ① 眼科
- ② 内田 恵子

- ③ ひとりひとりに寄り添った医療を提供したいと考えています。よろしくお願いいたします。

- ① 糖尿病・内分泌・高血圧内科

- ② 久保 朋子

- ③ 皆様のお役にたてるよう頑張りますので、よろしくお願い致します。

- ① 歯科

- ② 加藤 翼

- ③ 全身状態を鑑みながら、お口のお困りごとの解決のお手伝いを致します。お気軽にご相談下さい。

- ① 糖尿病・内分泌・高血圧内科

- ② 菊地 洋平

- ③ 誠実な医療を心がけ、地域の皆様の健康を支えることに尽力致します。

- ① 消化器内科

- ② 早川 博騎

- ③ 患者様によりそった医療を行っていただけるように心掛けてまいります。よろしくお願いいたします。

- ① 整形外科

- ② 小林 良平

- ③ 石巻赤十字病院から来ました。精一杯お役に立てるよう診療に当たらせていただきます。

- ① 整形外科

- ② 松田 瑞基

- ③ 皆様のお力になれるよう、精一杯診療に当たらせていただきます。よろしくお願いいたします。

- ① 耳鼻咽喉科

- ② 白鳥 秋菜

- ③ 白鳥と書いて「シロトリ」と読みます。猫とサウナと耳鼻科が好きです。お願いします。

- ① 麻酔科

- ② 迎 春菜

- ③ 4月から東北労災病院で麻酔科医として勤務することになりました。よろしくお願いいたします。

# 令和6年能登半島地震における被災地 への支援活動について

この度の令和6年能登半島地震により犠牲となられた方々に深く哀悼の意を表するとともに、被災された方々、関係者の皆様に心よりお見舞い申し上げます。

また、被災者の救済や被災地の復興支援のためにご尽力されている方々に深く敬意を表します。

当院では、2024年1月1日に発生した上記地震に伴い、被災地の医療支援に係る要請を受け、1月6日～8日の3日間、DMAT 隊を派遣しました。

1月6日夕方、医師2名、看護師2名、業務調整員1名の計5名で石川県能登医療圏 DMAT 活動拠点本部である能登総合病院に到着し、翌日から穴水総合病院（石川県鳳珠郡穴水町）を拠点に支援活動に当たりました。

また、1月24日～27日には災害支援ナースとして金沢市いしかわ総合スポーツセンター内避難所へ看護師1名を派遣、2月11日～16日にはDMAT ロジスティックチーム隊員として医師1名を輪島市保健医療福祉調整本部へ派遣、2月21日～27日には病棟業務支援のため看護師1名を珠州市総合病院へ派遣、3月4日～7日には JMAT みやぎとして七尾市内で JMAT の統括的業務を担当するため看護師1名を派遣するなど、被災地の医療支援に全力で取り組んでいます。

被災地の皆様の安全と、一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。



# クラウドファンディング報告

## 電動ベッド20台を整備しました

昨年、クラウドファンディングで電動ベッド購入資金を募り、333名の皆様から総額1,466万円の御支援を頂戴しました。この資金を元に、当初の計画どおり電動ベッド20台を整備することができました。改めて御礼申し上げるとともに、電動ベッド納品当日の記録をご報告いたします。



3月15日、トラックで納品された電動ベッド20台を屋外で組立を行った後、次々に病棟へ搬入しました。

※左の写真は、組立完了後の電動ベッドと、クラウドファンディングプロジェクトチームリーダーの千葉副院長です。

各病棟の手動ベッドを院内倉庫に移設し、最新型の電動ベッドに入替えを行いました。

これまで手動ベッドの操作に苦勞を重ねてきた病棟職員の喜びもひとしおです。



その役割を全うし、院内倉庫に移設された手動ベッドですが、これまで25年以上、幾人もの患者さんの療養生活を支えてきた私達のパートナーでもあります。

これらのベッド達が、長年にわたって患者さんや当院職員と苦樂を共にしてきたことを思い浮かべると、感謝の気持ちが止まりません。

「お疲れ様。今までありがとう。」

ともあれ、電動ベッド整備により、快適な入院、快適な看護の実現に一層近付けることができました。

今年度は当院が更なるレベルアップをしていくために、電動ベッド整備はもちろん、「とある最新鋭の医療機器」の整備を計画しています。今後、その詳細を本紙面でもお知らせする予定ですので、ご期待いただけますと幸いです。

今後も質の高い医療を提供し続けていくため、機器・設備の充実に努めてまいります。

# 部署のご紹介

## 6階東病棟



広報「だいのほら」をご覧のみなさま、こんにちは。今回は、6階東病棟看護師長から病棟紹介をさせていただきます。6階東病棟は循環器内科・呼吸器内科・救急科・放射線科からなる混合病棟です。医師、看護師のほか、薬剤師、セラピスト、栄養管理士、退院調整看護師、医療ソーシャルワーカー、看護補助者などの多職種がチームとなって入院中の患者さんをサポートしています。特に、初めての心不全で入院された患者さんには、心不全手帳を用いて退院後の生活の中で気を付けていただきたいことをより具体的にお伝えするなど日常生活へのサポートも行っています。

当病棟に入院される患者さんの多くは、慢性的に抱える心疾患や呼吸器疾患が急激に悪化したり、未病の状態から急性心筋梗塞や細菌性肺炎、誤嚥性肺炎などの疾患を発症して緊急に入院治療が必要となっています。また、入院治療の一環として、ベッド上安静のうえ心電図モニター、酸素チューブ、点滴チューブといった医療器具が装着される期間があり、その間患者さんは不自由を強いられることがあります。そういった場合でも、患者さんが安全に治療を受けることができ、且つ、安心して治療に専念できるよう、私たちは常に患者さんのお話をよく聞き、患者さんに理解・納得していただけるよう努めています。できる限り入院前の日常生活に戻れるよう、疾患のこと、退院後の生活のこと、ご心配に思われたことは何でもお尋ねください。

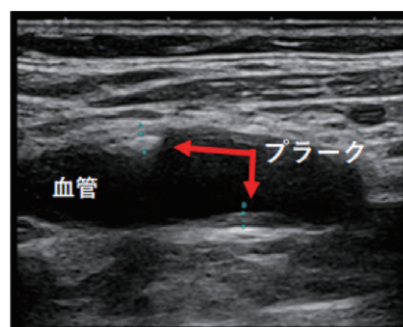


## 「心筋梗塞、起きやすい時間がある？」



心臓の血管が詰まって起こる「心筋梗塞」に、起きやすい時間があるのをご存じでしょうか？季節としては冬が夏の1.5倍ほど多いのですが、一日のうちで起きやすい時間はというと、朝8時から10時くらいと言われています。朝起きると、体を動かすために血圧を上げたり、寝ている間に汗をかいて朝は血液が固まりやすくなっていたりするからです。心筋梗塞の主な原因は「動脈硬化」です。動脈の内壁にコレステロールが沈着してくると、血管内壁が膨らんでくる状態（プラーク）になります。そのプラークが破れて血管内で出血した血の塊が心臓の血管に詰まると心筋梗塞になります。

動脈硬化を見つける検査の一つに頸動脈超音波（エコー）検査というものがあります。探触子（プローブ）を首にあてて首の動脈を見る検査で、血管の状態を見ることが可能です。悪玉コレステロール（LDL コレステロール）が高い方、血圧が高い方などは動脈硬化が進みやすくなりますので、注意が必要です。

栄養  
コラム

## 「塩分のお話」

## 減塩



塩分は人の体の中で重要な役割を担っていますが、多すぎると高血圧や心疾患、脳卒中等の原因となる可能性があります。宮城県民の1日の食塩摂取量は、男性11.2g、女性9.7g（令和4年宮城県民健康・栄養調査結果より）となっておりますが、日本人の食事摂取基準（2020年度版）では、1日の塩分摂取量の目標値が男性7.5g未満、女性6.5g未満です。男女とも目標値より約3g多い結果となっています。減塩は慣れるまでが難しいですが、コツコツ取り組むことが大切です。ご自身の塩分摂取量を見直し、美味しく無理なく減塩していきましょう。

## 簡単★塩分チェック

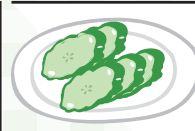
- ☐ かけ醤油をすることが多い。
- ☐ 食事の汁物は、1日3杯以上とっている。
- ☐ ラーメン等の麺類のスープは全部飲む。
- ☐ 漬物を毎食食べる。
- ☐ 外食や中食を週3回以上利用する。
- ☐ お惣菜やインスタント食品、加工食品を毎日食べる。

※1つでもチェックがつくと要注意です！  
チェック箇所にご注意を！

## 食べ物に含まれる塩分量と減塩ポイント



味噌汁(塩分1.5~2g)  
(ポイント)具沢山にして1日1杯にする



胡瓜ぬか漬5切(1.6g)  
(ポイント)即席漬やピクルス(酢漬)に変更する



ラーメン(塩分6~7g)  
(ポイント)スープは味見程度に残す



あじの干物(塩分1.4g)  
(ポイント)生の魚へ変更するか、他の加工食品は控える



だしや酸味(酢、レモンなど)、薬味、辛味、ごま油、香辛料等を利用すると、減塩でも美味しく仕上がります

# information

## 自動精算機を導入しました

2024 年 5 月 1 日(水)から、外来診療費を自動精算機でお支払いいただけるようになりましたので、ぜひご利用ください。

### 【ご利用時間】

平日 9:30 ~ 16:30

現金・各種クレジットカード対応

- ▶自動精算機導入に伴い、窓口でのお手続き方法を一部変更いたします。
- ▶自動精算機の操作方法是窓口職員にお尋ねください。



## 交通アクセス

### ▶バスをご利用の場合

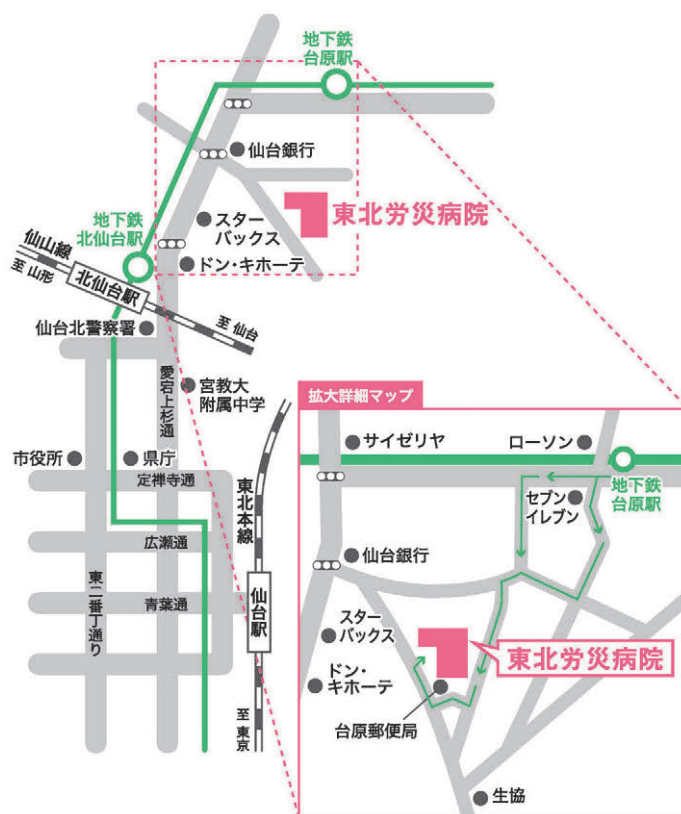
仙台市営バス・宮城交通バス  
仙台駅バスプール 2 番 3 番乗り場  
宮城大学・宮城学院前方面行、  
台原入口下車

### ▶電車をご利用の場合

JR 仙山線 北仙台駅下車  
徒歩 10 分

### ▶地下鉄をご利用の場合

台原駅下車、徒歩 10 分



# だいのはら

東北労災病院広報誌「だいのはら」  
2024 年 5 月発行



独立行政法人労働者健康安全機構

## 東北労災病院

〒981-8563 仙台市青葉区台原 4 丁目 3 番 21 号

TEL : 022-275-1111

URL <https://www.tohoku.h.johas.go.jp>

