

陽だまり

若手職員が公立能登総合病院に
新たなビジョンを描きます!!



◆ 106号目次

表紙ページの職員紹介……………	2
「脂肪肝」について……………	3
広角眼底観察システム……………	4
脳梗塞の治療は時間との勝負……………	5

撮影地：白巖山 青林寺（七尾市 和倉町 地内）

コロナに関わる手術室……………	6
禁煙外来……………	7
紹介状ご持参のお願い……………	7
外来診療予定表……………	8

表紙ページの職員紹介

小児科 医師

たなか ひろき
田中 大貴



本年度から当院の小児科に赴任しました。お子様への予防接種や一般診療などを行わせていただきます。新型コロナウイルスの流行に伴い、多くの診療制限がかかってしまっている昨今ですが、皆様に少しでも満足していただける診療ができるよう、精一杯励んでいこうと思います。

歯科口腔外科 歯科衛生士

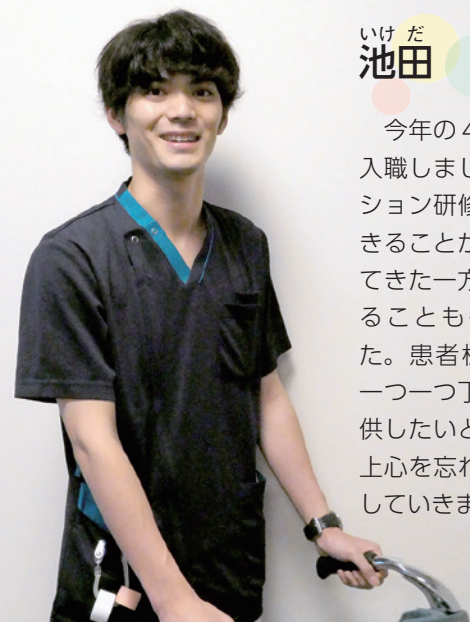
ながた まな
長田 真奈



今年の4月より当院の歯科口腔外科に入職しました。金沢市出身で、結婚を機に七尾市へ移住してきました。日々の業務では、外来・入院患者様の口腔ケアや、診療・手術介助などを行っております。口腔ケアの重要性をお伝えしながら、皆様のお口の健康をサポートできるよう努めて参ります。多くの学びを得て、日々成長していけるよう精一杯頑張ります。

看護部 看護師

いけだ はるみ
池田 晴海



今年の4月より当院に入職しました。ローテーション研修を通じて、できることが少しずつ増えてきた一方で責任を感じることも多くなりました。患者様に寄り添い、一つ一つ丁寧に看護を提供したいと思います。向上心を忘れず、日々邁進していきます。

看護部 看護師

さくだ ももか
作田 萌々香



今年の4月より当院に入職しました。今年1年間はローテーション研修を通して様々な学びを得て、知識と技術の向上に努めていきたいです。そして少しでも早く、自分にできることを増やし、患者様にとって最善な看護を提供できるようになりたいです。

表紙写真の撮影地の解説

表紙写真は、七尾市和倉町に位置する白巖山青林寺（はくがんざんせいりんじ）の御便殿（ごべんでん）にて撮影したものです。御便殿とは、皇族の方々が地方へ行啓される際にご休息・ご宿泊のため、臨時に建築された建物であり、特に青林寺の御便殿は「国指定登録有形文化財」に登録されています（平成29年10月登録）。

青林寺は近年、SNS（ソーシャルネットワーキングサービス）にて写真映えすると話題になっており、表紙写真にも用いたリフレクション（反射）という撮影技法によって幻想的な写真を撮ることができます。また、青林寺の住職さんがリフレクション撮影のコツを助言してくださり、交流しながら楽しいひとときを過ごせます。



青林寺の山門

青林寺



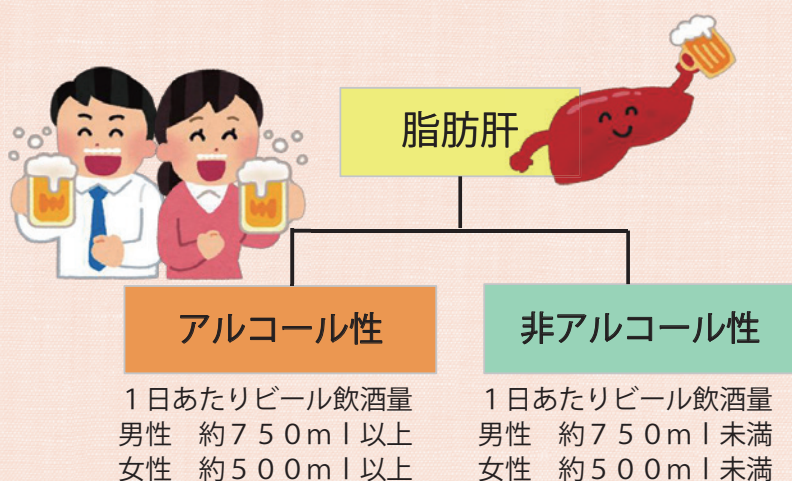
「脂肪肝」について

脂肪肝とは肝臓に脂肪が蓄積した状態です。健康診断などで見つかることも多く、聞いたことのある方も多い病名だと思いますし、本誌を読まれている方でも指摘されたことがある方がいるかもしれません。実際、人間ドック受診者を対象とした報告では、約30%の方に脂肪肝があったとされています。ここまで聞くと、「なんだ、脂肪肝ってみんななっているし大したことない病気じゃないか!」と思われる方もいるかもしれません。しかし、近年、肝硬変や肝がんの原因として脂肪肝が非常に注目されています。特に肝がんについてはここ20年程度で、脂肪肝からがんが発生する人が5倍以上に増えているのです!



内科医長

山宮 大典



脂肪肝の成因は大きく分けてアルコール性と非アルコール性に分かれます。非アルコール性とする飲酒量はエタノール換算で男性30g/日、女性20g/日未満とされています。ちなみにビール500mlは約20g、日本酒1合は約22gです。つまり、350ml缶ビールを週に3回程度飲む方が脂肪肝と診断された場合、非アルコール性の脂肪肝ということになります。アルコール性の脂肪肝は以前より肝硬変や肝がんの原因としてよく知られていましたが、非アルコール性の脂肪肝も肝硬変

や肝がんの原因となり、そのような方が増えているのです。また、非アルコール性の脂肪肝の一部の方は脂肪性肝炎という状態に進み、このような状態になると特に肝硬変や肝がんになる可能性が高まります。

脂肪性肝炎に至っているかどうかを診断するためには、肝生検という肝臓に針を刺す検査が必要です。肝生検は入院が必要ですし、痛みを伴う検査です。「えっ!?脂肪肝を指摘されて病院に行ったら肝生検をされるのか!じゃあ行くのやめた」なんて言わないでください。実際、脂肪肝がある人全員に肝生検を行うことは困難です。最近は線維化マーカーやスコアリングシステムなどの血液検査結果や、エラストグラフィというエコーを用いた検査など非侵襲的な検査でもある程度診断できるようになってきました。でもやっぱり現時点ではある程度なんですね。現実的には脂肪肝と診断された方で、血液検査やエコー検査で脂肪性肝炎に至っている可能性がある方に対して、肝生検まで行うか患者さんと相談しながら決めていくといった対応をしています。



残念ながら、現時点では非アルコール性の脂肪肝、脂肪性肝炎ともに治療薬は確立されておらず、食事療法、運動療法がメインの治療となります。ただし、高血圧や糖尿病、脂質異常症などその他の生活習慣病を持っている方には、これらの生活習慣病の治療を行うことで脂肪性肝炎の改善につながることも知られており、脂肪性肝炎と診断された場合にはかかりつけ医としっかりと相談することが必要です。もちろん医療は日進月歩で進化していますので、そのうち画期的な治療薬が出現する可能性もあり、常にそのようなニュースがないかアンテナを張っておくことも大事です。

お酒をあまり飲んでいないのに脂肪肝と診断されたそこのあなた! 脂肪性肝炎に至っていないか心配でしたら、一度消化器内科を受診してください。

【お問い合わせ】

Bブロック
消化器内科外来
Tel(0767)52-8703

広角眼底観察 システムについて

令和4年8月、当院に広角眼底観察システム (Optos社、California®、超広角走査レーザー検眼鏡) が導入されました(図1)。これは人体(眼)に影響のない特殊なレーザーを用いて従来不可能だった広範囲の眼底画像を一度に記録する機械です。

*眼底とは

眼底とは光をあてると小さく縮む瞳の奥のことで、硝子体、網膜、脈絡膜、視神経乳頭などを指します。眼底に異常が生じる病気としては、網膜剥離や糖尿病網膜症、網膜動静脈閉塞症など様々なものがあり、いずれも視力低下の原因となりえるため、視力低下がある場合は眼底に異常がないか確認する必要があります。また、緑内障など自覚症状が生じにくい病気でも眼底に異常が生じることもあり、眼底検査はとても重要です。

*眼底検査

従来、眼底検査を行うためには必ず点眼薬を使用して散瞳する(瞳孔を開く)必要がありました。散瞳をすると、点眼してから点眼の効果が得られ検査するまでに20分程度要します。また、点眼後数時間はまぶしく見えにくい状態が続くため、機械の操作や車の運転は控えなければなりません。医師が行う倒像鏡による検査では一度に見える画角は約30°で、患者さんに上下左右に眼を動かしてもらい、眼底の周辺部まで観察します。従来の眼底カメラで撮影できる範囲は、画角が約45°で眼底のおよそ10%程度でした(図2)。



図2：従来の眼底カメラで撮影した眼底写真

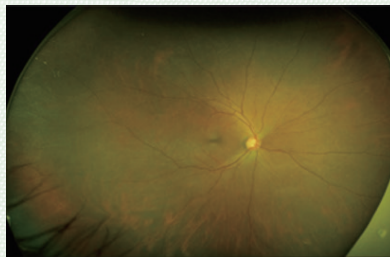


図3：California®で撮影した眼底写真

今回導入されたCalifornia®は、散瞳せずに眼底の約80%にあたる範囲(画角約200°)を一度で撮影できます(図3)。車を運転して受診された際や、待ち時間の短縮にも有効です。また糖尿病などで点眼薬を用いても散瞳しづらい方や散瞳することで緑内障発作を起こす可能性がある方の検査にも役立ちます。撮影の際には、

機械の穴を覗き込むようにして顔を近づけ、大きくまぶたを開けてもらう必要があります。アイメイクが崩れる可能性がありますので、その点で配慮のうえ、ご来院ください。実際の撮影にかかる時間は1回0.4秒程度の短時間ですが、お顔の位置合わせに少しコツとご協力が必要になります。正確な診断を行うために、撮影の際にご協力をお願いいたします。ただし、白内障や角膜混濁などで綺麗に撮影できない場合もあります。

また、今回導入したCalifornia®では眼底造影検査(図4)や眼底自発蛍光検査も可能です。これらの検査は疾患によって必要な際に行いますが、これまで患者さんに負担の大きかった眼底造影検査も比較的短時間でできるようになりました。今後、積極的に活用したいと思っています。

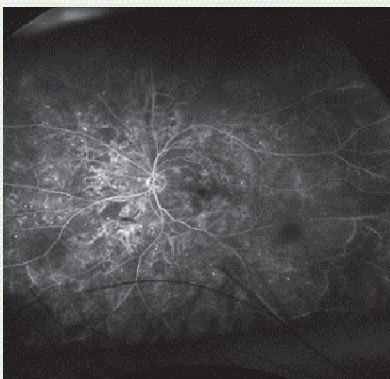


図4：眼底造影検査

なお、California®による眼底撮影は視力検査など外来の他の検査と並行して行っており、混雑具合によって検査までに時間がかかることもあります。患者のみなさまにはご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、何卒ご了承ください。

*注意

白内障の検査目的や、視力低下があり当院に初めて受診された方、眼底の治療が必要な方などはいままでも通り散瞳して眼底検査が必要です。

【お問い合わせ】

Cブロック

眼科外来

Tel(0767)52-8704



図1：California®



眼科医長

塩谷 聡美

脳梗塞の治療は時間との勝負 ～疑ったらすぐに受診を～

脳梗塞とはどんな病気か

脳梗塞は、脳の血管が血のかたまり(血栓)などで詰まることにより脳への血流が途絶え、脳が死んでしまう病気です。「突然片方の手足がしびれる・動かしにくい、顔がゆがむ、しゃべりにくい、言葉が出ない」、重症の場合には「意識がおかしい、両目が左右どちらかの同じ方を向く」などの症状で発症し、後遺症が残ったり、亡くなってしまう恐ろしい病気です。脳梗塞を含む脳卒中は、死因の第4位、介護が必要となる原因の第1位になっており、とても重篤で日常生活に支障を来しやすい病気です。

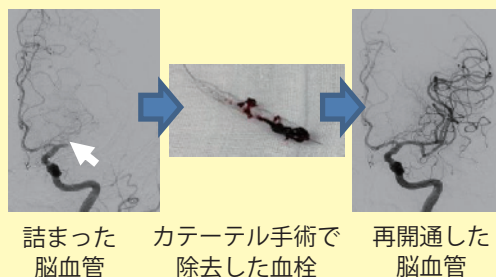


脳神経外科医長
(日本脳神経血管内治療専門医)

会田 泰裕

脳梗塞の治療法について

今までは、これ以上脳梗塞が悪くならないようにする点滴・内服治療くらいしかありませんでした。しかし近年は、脳血管が詰まってから脳梗塞が完成するまでに時間差があることから、脳梗塞が完成する、つまり脳が死ぬ前に詰まった脳血管を再開通させ脳を救うという治療が出てきました。その一つは、①脳血管が詰まった原因の血のかたまり(血栓)を溶かす点滴治療です。強力に血をサラサラにすることで、血栓を溶かし詰まった血管を再開通させ、死にかけていた脳を救います。二つ目は、②血栓を物理的に取ってくるカテーテル手術(脳血管内治療)です。これは脳血管の中にカテーテルという管を入れ、詰まった血栓を吸い出したり掻き出したりして、脳血管を再開通させる治療です。これらの治療により、以前の治療に比べ、脳梗塞後に自立した生活を送れる患者さんの割合が劇的に増えました(ただ残念ながら全ての方に効果があるわけではありません)。



①血をサラサラにする点滴



他院の場合は
当院へ転院搬送



②カテーテル手術(専門医により)



最新の治療を受けるには

これらの治療を受けるにはいくつかの条件があり、特に時間的制約があることには注意が必要です。脳梗塞が完成されてしまえばこの治療は意味がないため、脳が死んでしまう前に早く治療を行う必要があります。①は発症から4.5時間以内、②は6時間以内が目安となります。さらに、この時間内でも治療開始が早ければ早いほど治療効果が期待できる(後遺症が軽減できる)ため、一刻も早く病院を受診することがとてもとても重要です。

陽だまりを読まれたみなさんができること

脳梗塞は予防することが一番大事ですが、脳梗塞を疑ったらすぐに病院を受診することも同様に重要です。早期受診することで治療のチャンスが増え、後遺症が軽減される可能性も高まります。脳梗塞は、今まで元気であっても突然起こります。脳梗塞を疑う症状があれば、ためらうことなく救急車を呼ぶなどしてすぐに病院を受診してください!脳梗塞の治療は時間との闘いです。



脳卒中特定認定看護師の小島礼奈です。食事や排せつ、先生には聞きづらい事等も気軽にご相談ください。

【お問い合わせ】

Cブロック

脳神経外科外来 TEL(0767)52-8704



新型コロナウイルス感染症に関わる 手術室のこと



新型コロナウイルス感染症が問題になって、おおよそ3年が過ぎようとしています。日本国内でも第7波がようやく収まる兆しを見せてきました。(令和4年10月現在)

一見、感染症とかかわりの少ないように思われる手術室ですが、実は手術は感染症との闘いの要素が大きいのです。滅菌を徹底した道具の使用はもちろん、皮膚消毒、予防的抗生剤投与などの術後創感染対策は常日頃行われています。こういった術後感染症予防は患者さんの予後や術後の満足度に大きな影響を及ぼしますので、手を抜いてはいけ



新型コロナウイルス感染者の手術の様子
(プライバシーに配慮しています)

ない手術室の大きな柱なのです。

過去には狂牛病の原因となるプリオン(タンパク質の感染性因子)が全世界的な問題となり、当院でもプリオン除去が可能な、最新型の滅菌用機械(高級車程のお値段)の購入のため大きな予算を掛けました。

また全身麻酔が必要な手術では、風邪など気道感染症にかかった場合、4週間は空ける必要があります。感冒に罹りやすい小児などでは、風邪のため手術延期となることも良くあるのです。このように実は手術室は感染症に非常に敏感な部署であり、今回の新型コロナウイルス感染症の蔓延により、大きな影響を受けているのです。

新型コロナウイルス感染症に関しては、術前～術中～術後の一連の流れの中で、次の2つの問題点を分けて考えています。



麻酔科部長
棚木 直人

①被手術患者からの他患者・医療者への感染拡大 (いわゆるクラスターの発生)

手術室は十分換気はされていますが、閉鎖された空間であり、手術によっては10時間以上同じ部屋にいることになります。

全身麻酔では人工呼吸を行います。その際、人工呼吸用のチューブ(挿管チューブといいます)を口から気管まで挿入します。管を入れるとき、抜くとき(挿管、抜管といいます)には、どうしても咳が強く出ますので、その手術室内はウイルスで充満し、そこにいる医療者が感染するリスクは高くなります。

また、次の患者さんの感染リスクになりますので、その手術室はしばらく使えなくなります。

感染のリスクは術後にもあります。手術直後は全身状態が不安定になることが多く、十分なモニター看視や全身観察が必要になります。

また大手術の後では、数日間人工呼吸管理が必要となる場合もあります。その結果、濃厚接触となりやすく、感染拡大のリスクが高くなるという訳です。

②コロナ感染の影響による被手術患者の予後の悪化

新型コロナウイルス感染症が蔓延した当初、驚くべき報告が上がってきました。全身麻酔下の手術で、コロナ肺炎患者の術後の死亡率や術後合併症が高くなることが判明したのです。世界中でコロナ感染患者の手術をいつ行うべきかの議論が行われました。命に関わるような緊急手術はもちろん行わざるを得ないのですが、進行がんや骨折などは、国により、地方により、病院により、医師により判断が分かれたのです。

確定はされていませんが、様々なデータを集めた結果、現在では日本麻酔科学会から、新型コロナ感染後手術予定患者に対する指針が出ています。当院手術室はそれに従って運営されています。今後、新しいデータが出てくれば変更となる可能性があります。が…。

紆余曲折はありましたが、現在では、①②のいずれに関しても、新型コロナウイルス感染症患者の手術が安全に行えるような体制を整えることができたと考えています。手術を受ける前に、もし新型コロナの感染が判明した場合でも、最善の対応ができるようにしていますが、事故やケガ、病気を未然に防ぐため注意を払い、日々健康に気を付けることが大切です。

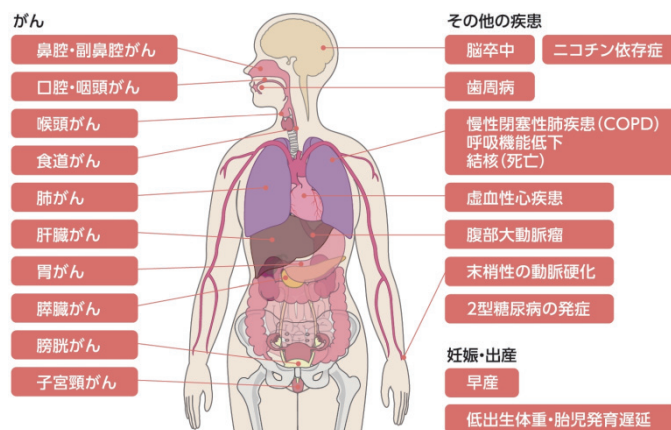
禁煙外来 ～タバコでストレス解消??～

タバコは本当に良くないの？

右図のとおり、タバコは多くの病気と深く関係します。例えば、肺がんなら1日9本以下の喫煙でも肺がんのリスクは吸わない人の2倍以上です。

吸う人の周囲にいる人（受動喫煙者）も肺がん、心臓病、脳卒中などにかかりやすくなります。吸った人の吐く息、タバコの先からの煙、それらが壁紙やカーテンなどに吸収された後に再び室内へ、そうやって子供にまで危険が及びます。「けむりの正体はこれだ」で検索すると厚労省eヘルスネット内に分かりやすい動画があります。

加熱式タバコにもニコチンや多くの有害物質が含まれます。歴史が浅いため情報は不十分ですが、今後、紙巻きタバコに似た危険性が証明される可能性があります。



国立がん研究センターがん情報サービス より

タバコはストレス解消に大切？

私も喫煙者でした。吸うと落ち着きました。ただし喫煙者の脳はニコチンが切れると不安定となります（ニコチン依存状態）。吸うとニコチン切れのイライラが消えますが、タバコで脳が良い状態になるのではなく、禁断症状というマイナス分が減るだけなのです。

やめるのはきつい！

ニコチン切れは確かにストレスです。ニコチンを含むシールを毎日皮膚に貼ると、ある程度のニコチンが脳に伝わって禁煙しやすくなります。「禁煙補助薬ニコチンパッチの使い方」という動画が上記厚労省サイトにあります。

ニコチン切れのイライラ、喫煙場所を探す苦勞、高価なタバコ代などから解放されてみませんか。周囲の人たちもきっと喜び、賞賛してくれるでしょう。禁煙外来（公立能登総合病院と能登島診療所のいずれでも対応しています）ではやる気になった方をサポートします（3カ月間、5回の受診です）。診察料とシール代込みで3割負担なら計13,000円ほど。タバコ代より安いです。

※禁煙外来の受診は、完全予約制となっておりますので、事前にBブロックの受付までお問い合わせください。

内科 真智 俊彦

【お問い合わせ】

Bブロック
禁煙外来
Tel(0767)52-8703

紹介状ご持参のお願い

当院へ初めてまたは1年以上の間があり、受診される方はかかりつけ医からの紹介状を必ずご持参ください。※かかりつけ医がない場合はご相談ください。



かかりつけ医とは、患者様のお住まいの地域でご自身の身体のことなどを気軽に相談したり、診てもらったりすることができる身近な医師です。この役割を担っているのが診療所・クリニック等の医師です。

紹介状持参メリット① 受診費用の節約

- ・初診にかかる保険外併用療養費2,200円（税込）がかかりません。※歯科は別に紹介状が必要です。
- ・検査や投薬等の重複を避けることができるため、医療費の負担が少なく済む場合があります。

紹介状持参メリット② スムーズな診療

- ・今までの診療内容や検査結果が紹介状に記載されるので、医師が病状を速やかに把握でき、適確な医療の提供や待ち時間の短縮に繋がります。

外来診療予定表

診療担当医が変更になる場合があります。希望される医師がある場合は、電話にてご確認の上、ご来院ください。 (2022.10.1)

受 付	診察室	月		火		水		木		金		
		午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	
受付 A 1 Tel52-8702	外科 1	大学医 呼吸器/腫瘍	手 術	石 黒	手 術	徳 楽	手 術		手 術	新 保	手 術	
	外科 2	新 保				徳 楽		石 黒				
	外科 3	守 友		守 友		大学医 呼吸器/腫瘍		守 友		心臓血管外科 第1,3金曜		
	歯科口腔 外科の受付は 11:00まで	歯科口腔外科	長 谷	手 術	長 谷	外来手術 (予約のみ)	長 谷	外来手術 (予約のみ)	長 谷	外来手術 (予約のみ)	長 谷	摂食嚥下 外 来 (予約のみ)
		歯科口腔外科	小 山		小 山		小 山		小 山			
		歯科口腔外科	根 上		根 上		根 上		根 上			
		歯科口腔外科	大学医				大学医				大学医	
受付 A 2 Tel52-8702	整形外科 1	岸 田	手 術		手 術 装具外来 14：00～15：00		手 術		手 術	岸 田	手 術 装具外来 13：30～15：00	
	整形外科 2	伊 井 (初診)		伊 井 (初診)		岡 山 (初診)		岡 山 (脊椎専門)		伊 井 (関節専門)		
	整形外科 3	岡 山		大 成		大 成		岸 田 (初診)		大 成 (初診)		
	小児発達支援											八幡 (第4) 13：30～15：00
受付 B 1 Tel52-8703	消化器内科	高 畠	手術・検査	中 村	手術・検査	中 村	谷内15：00～16：30 (予約・紹介のみ) 藤井15：00～16：30 (予約・紹介のみ)	高 畠	藤井15：00～16：30 (予約・紹介のみ)	山 宮	手術・検査	
	皮膚科 1	谷 内		谷 内		谷 内		大学医				
	皮膚科 2	大学医		藤 井		藤 井		藤 井		藤 井		
	形成外科 1	島 田		古 木		島 田 8：30～10：30		古 木 8：30～11：00		島 田		
	形成外科 2	古 木		島 田				島 田		古 木		
	美容外科			島 田 14：00～17：00								島田 (第1) 14：00～17：00
受付 B 2 Tel52-8703	内科 1 (初診)	泉 谷	当番医 (紹介のみ)	真 智	当番医 (紹介のみ)	大学医 8：30～10：30	当番医 (紹介のみ)	山 端	当番医 (紹介のみ)	中 島	当番医 (紹介のみ)	
	内科 2	山 宮		山 端				吉 村				
	内科 3	真 智		高 畠		山 端				泉 谷		
	内科 4	横 山		中 島		横 山		中 島				
	循環器内科 1	村 田		村 田		村 田		村 田		村 田		
	循環器内科 2	中 野		八重樫		中 野		八重樫		中 野		
受付 C 1 Tel52-8704	脳神経内科 1	町 谷 予約のみ		町 谷 予約のみ		町 谷 予約のみ		町 谷 予約のみ		(町 谷) 往 診		
	脳内・血液					細 川 (血液内科)				大学医 第1・3 (予約)		
	耳鼻咽喉科 1	熊 井	熊 井 予約のみ	大学医 初診10：00まで		熊 井		熊 井 初診10：00まで	手術・検査	熊 井 初診10：00まで	手術・検査	
	耳鼻咽喉科 2	大学医 初診10：00まで				八 尾 初診10：00まで	大学医 初診10：00まで					
受付 C 2 Tel52-8704	脳神経外科 1	圓 角 (初診)		会 田 (初診)		圓 角 (初診)		会 田 (初診)		喜 多 (初診)		
	脳神経外科 2	会 田		圓 角		喜 多		喜 多		圓 角		
	眼科 1	塩 谷		塩 谷		塩 谷		塩 谷		塩 谷		
	眼科 2			佐 伯		佐 伯		佐 伯		佐 伯		
受付 D 1 Tel52-8705	泌尿器科 1	大学医	手 術	上 木	手 術	上 木	検査処置 入院検査 他科回診	上 木	手 術	八木澤	検査処置 入院検査 他科回診	
	泌尿器科 2	大学医 (初診)	入院検査	八木澤 (初診)	入院検査	加 藤 (初診)		大学医 (初診)	入院検査	加 藤 (初診)		
	小児科 1	福 田		和 田	1 ヶ月健診	田 中	中村 (心臓) 第2第4 池 野 (発達)	福 田	池 野	和 田		
	小児科 2	池 野		中 西		池 野	田 中	福 田	中 西			
受付 D 2 Tel52-8705	産婦人科 1	大学医 (柴田)	手 術	富 澤 予約のみ	1 ヶ月健診	大学医 (高倉)				大学医 (高木)	手 術	
	産婦人科 2	富 澤			助産外来	富 澤		富 澤 予約のみ	富 澤 予約のみ	富 澤		
精神 センター Tel52-6619	精神科 1			古 谷		古 谷		古 谷		北 市		
	精神科 2	平 松	平 松 13：30～15：00	平 松				平 松		平 松		
	精神科 3	小 坂		小 坂		小 坂				小 坂		
	精神科 4	北 市		前 田		北 市		前 田		前 田		
健診部		内科医師		内科医師		内科医師		内科医師		内科医師		
放射線科		中 村 (月～金)・大 磯 (月～金)・大 窪 (月～金)										
		萱 野 (核医学)				南 (血管内治療) 廣 正 (核医学)		高 松 (放射線治療)				
能登島 診療所 Tel84-1014	外来 (内科)	山 下	真 智	山 下	真 智	休 診		真 智	真 智	山 下	休 診	
	禁煙外来 (要予約)		○		○			○	○	※山下 (鉦打診療所) 1330～1630 (要事前連絡tel84-1014)		
	訪問診療		山 下		山 下				山 下			

TELは外線番号

●外来診療受付 (平日の時間内)

一般診療受付 午前8時30分~午前11時30分

但し、診療科によって受付時間が異なる場合もありますので、ご注意ください。

※再来受付機の受付開始時間は予約時間の90分前からとなっております。