

## 表紙ページの職員紹介

## 医師事務作業補助者

## 沙知 杉澤

入社して1年が経ち少 しずつ仕事にも慣れて きました。日々の業務で は、外来補助業務・医療 文書の作成補助業務と いった、医師の事務業務 サポートを行っておりま す。今年は2年目となり、 先輩方に近付けるよう に、より一層知識を深め ていきたいです。

#### 整形外科 医師

#### まさみち 岸田 晟利

昨年4月に赴任し、外 来診療・手術等を担当し ています。患者様が1日 でも早く健康を取り戻せ るよう「明るく元気よく」 をモットーに勤務してい ます。ケガなどによる外 傷はもちろん、活動的な 生活の障害となる関節・ 神経に関する疾患を深く 治療できるスキルを勉強 中です。



## 看護部 看護師

瀧野 季久

昨年の4月より当院に 入職しました。ローテー ション研修で様々な領域 を経験し、幅広い知識と 技術を学んでいます。患 者様に寄り添い、最善な 看護を提供できるように 周りの方への感謝の気持 ちを忘れず、今後も知識 と技術の向上に努めてい きたいです。

#### 看護部 看護師

## しま<mark>さき</mark> もも な 島崎 桃菜

昨年の4月より当院に 入職しました。1年前ま で学生として当院で実習 していて、今では母校の 先生と会えるのが励みに なっています。ローテー ション研修を通して確実 な看護技術や知識を習得 し、患者様の思いに寄り 添った看護が提供できる よう精一杯頑張ります。



## 表紙写真の撮影地の解説

七尾市能登島向田町に位置する石川県能登島ガラス美術館の『ガラ スのブリッジ』にて撮影しました。宇宙船を彷彿させるこの美術館は、 建築家の毛綱毅曠氏によって設計・デザインされ、1991年に開館 しました。世界各国の現代ガラス造形作品と中国清朝のガラスを中心 に400点を超える作品も収蔵しています。自然(海)と人工物(枯 山水、ガラス作品)が美しく調和し、カルチャーリゾートとしての能 登島を満喫できます。 能登島ガラス美術館



## 睡眠障害の原因と最新の治療について



睡眠には疲労やストレスを回復させる効果があり、質の良い睡眠はうつや不安といったメ ンタル不調の改善に重要です。不眠が続くと肥満や高血圧症などの生活習慣病やうつ病な どの精神疾患を発症する危険が高まることが知られています。皆さんの中にも「眠れない」 と悩んでいる方は多いのではないでしょうか。不眠にはさまざまな原因があり、原因にあっ た治療が必要です。今回は不眠をきたす原因と治療について紹介します。



精神科医師

北市 高之

#### ①概日リズム睡眠障害

夜更かし、夜勤や不規則な交代勤務などにより睡眠ー覚醒リズムが崩れる病気です。入眠時間と入床時間が早 くなるタイプと、就寝時間と起床時間が常に遅くなる(例えば午前3時に寝て午後1時に起きるなど) タイプがあり ます。後者は小児や若年者に多く、睡眠覚醒リズムを司るメラトニンに作用する薬が有効です。また、ごく少量の 抗精神病薬と呼ばれるお薬も有効であることが最近分かってきました。お薬以外でも、起床時間を一定に保つ、 寝る2時間前からスマートフォンの利用を控える、朝起きたら日光を浴びるといった生活環境調整も有効です。

#### ②レストレスレッグス症候群(むずむず脚症候群)

夕方から夜にかけて、脚がむずむずする、脚を動かしたくて我慢できないといった症状が出現します。人によっ ては脚が勝手に動くといった症状が出る事もあります。寝る前に脚に違和感を感じて寝付きにくい場合はこの病気 の可能性があります。鉄不足による貧血や人工透析中の方、ドーパミン欠乏、妊娠などが原因となります。治療は 貧血があれば鉄剤の投与、痛みの神経伝達を抑えるお薬やドーパミン作動薬で治療を行います。 ドーパミン作動 薬には皮膚に貼るタイプのお薬(貼付剤)もあります。

#### ③睡眠時無呼吸症候群



睡眠中に気道が閉塞されて無呼吸が繰り返され、睡眠が部分的に途絶える病気です。最も 多い原因は成人では肥満、小児では扁桃肥大が挙げられます。症状としては日中の眠気(十 分な睡眠時間にも関わらず)、臥床中の窒息感、いびきなどがあります。就寝前の飲酒(寝酒) や一部の睡眠薬(ベンゾジアゼピン系と呼ばれるお薬)でも無呼吸を誘発する場合があり注 意が必要です。 治療は肥満改善や重症度に応じて持続陽圧呼吸療法 (CPAP)と呼ばれる酸 素投与を行います。

#### 4アルコール依存症

寝酒は睡眠の質を低下させ、翌日の眠気の原因となります。お酒を毎日大量に飲む方は要 注意です。お酒の禁断症状として不眠は有名です。「お酒を飲まないと眠れない」場合は、も しかすると依存症の可能性があるので病院に相談してください。依存症の治療は近年変わっ てきており、お酒を完全に断つ(断酒)治療だけではなく、適度な量まで減らす(減酒)治 療も有効であると分かってきました。



#### (5)うつ病



不眠はうつ病でみられる症状の1つです。うつ病では特に早朝覚醒(朝早く目が覚めてしま う)が有名です。うつ病の初期症状として不眠が出現することが多く、不眠に加えて食欲低下

や気分が塞いで悲しいといった症状があれば早めに病院を受診 しましょう。十分な睡眠時間の確保がうつ症状の改善には不可欠 であり、必要に応じて睡眠調整薬で治療します。睡眠薬と聞くと 依存性などが心配と思われるかもしれませんが、近年はそういっ た危険がほとんどないお薬が出ております。

最後になりますが、睡眠について気になることがあれば、病院に相談しましょう。

#### 【お問い合わせ】

精神センター 精神科外来 Tel(0767)52-6619



泌尿器科医長

## 加藤 佑樹

男性外来とは?

~専門医に聞いてみました~

## Q 1 まずは、 自己紹介をお願いし

ました。これまで習得してきたこと 学会認定、性機能学会専門医を取得 診療、手術を担っています。男性の 和4年10月より勤務しています。泌 部を卒業して、能登総合病院には令 を、北陸に還元するため、日々診療 玉医療センターにて研鑚を積んでき 治療のメッカである獨協医科大学埼 和4年4月から6カ月間、男性不好 研究に携わってきました。性感染症 まで性感染症や性機能障害(勃起 尿器科医長として、外来や病棟での に臨んでいます。 し、また、生殖医療専攻医として令 射精障害)、男性不妊の診療および 「性」に関する専門家として、これ 加藤 私は平成24年に金沢大学医学

Q2 男性外来を開設した動機は何 ですか?

そうではない性感染症や男性不好、 すが、実際は癌の患者さんが多く の「性」に関する専門家ではありま 加藤 泌尿器科は前述の通り、男性

> Q3 男性外来とは、どのような方 らの悩みを抱える患者さんに時間を ないのが現状です。そのため、それ 勃起障害といった「性」の悩みにじっ に、専門外来を立ち上げました。 かけてお話を聞くことができるよう くりと向き合うことがなかなかでき

を対象にした診療ですか?

う。 解決策を一緒に導いていきましょ 的なことはもちろん、患者さん一人 ひとりの背景にも向き合いながら、 はどなたでもお越しください。医学 などの、男性性器の悩みを抱える方 ん、陰部にできものができた、痒い といった男性特有の悩みはもちろ 感染症、男性不妊、勃起・射精障害 総合的に向き合う専門外来です。性 加藤 男性外来は、男性の「性」 に

Q 4 診療の流れを教えてくださ

接、 いします。それから、医師から直 を知るために、問診票に記載をお願 加藤 まず、患者さんの症状、背景 お話を伺います。そして陰部の

> 今後の治療・対症法を実践していく ます。採血検査はその日のうちに結 ことになります。 再診予約を取り、改めてお話をいた 果が出ないことが多いので、後日に 診察 (触診およびエコー検査)を行 い、状況次第で採血や尿検査を行い します。検査結果が全て揃い次第、

> > での受診をおすすめいたします。





(触診) の様子

明いたしますので、ぜひともご夫婦 ことが重要です。お二人に丁寧に説 すことができません。そのためには ともに歩まなければ良好な結果を残 加藤 もちろんできます。特に不好 お二人がお互いの状況を詳細に知る 治療は、旦那さん、奥さん、二人で (付添い等) はできますか? 男性外来では、夫婦での受診



# Q6 どのような病気・疾病が該当 するのでしょうか?

を言います。また、不妊症は避妊を 常に至ることができない症状のこと おすすめします。 症の方はご夫婦で受診されることを の男性外来にお越しください。不好 に該当する患者さんは、ぜひ、当院 至らないことが該当します。これら しない性行為をしても1年間妊娠に 精障害は性行為時に腟内射精まで正 た陰部を中心とした異常、勃起・射 加藤 性感染症は性行為後に発症し 月曜

午前

午後

多く散見されます。旦那さんは、

さんだけが一人で思い悩むケースが 特にそうですが、不妊に対して、奥 半分は男性です。しかし、地方では 火曜

水曜

泌尿器科

木曜

# Q 7 どのような治療があります

理的な影響に対応するために十分な 障害は内服による治療、または、 は、生殖補助医療をおすすめいたし 至ることが難しいと予想される場合 すことができます。それでも妊娠に に対しては、精子の数を投薬で増や カウンセリングを行います。不妊症 による加療となります。 性感染症は主に適切な抗生剤 勃起·射精 心

限に保護することができると考えて 帯に男性外来を設定することで、多 おりますので、プライバシーを最大 くの患者さんと接することを避けて 加藤 通常の泌尿器科とは別の時間 男性 男性 外来 外来

おります。

金曜

男性外来の診察時間は13:00~16:00です。 ※毎月第2、第4金曜日については、 診察時間が13:00~15:00になります。

お考えですか?

今後の不妊治療についてどう

加藤前述の通り、

不妊症の原因の

Q9 「不妊症」と聞くと女性側の も多数あるのでしょうか? 実際のところ男性側が原因の不妊症 問題というイメージがありますが、

べなければなりません。 けの問題ではありません。カップル プルは、必ず男性が原因でないか調 す。従って、妊娠を考えているカッ の2組のうち1組は男性が原因で ぞれ半分ずつです。決して、女性だ こと、女性が原因となること、それ 加藤
不妊症は、男性が原因となる

Q 10 不妊治療は保険適用されます

密は守られますか?

Q8 患者さんのプライバシーや秘

加 藤 も事実です。費用のことも考えたト んが、 療法をおすすめいたします。 で、患者さんの希望に寄り添った治 くの方が出産まで到達していること あります。しかし、保険診療でも多 出産まで至る確率が高いとの報告も 方が、治療に制限を伴うことがなく 保険適応となりました。自費診療の 令和4年4月よりその多くが 不妊治療は全てではありませ

> 進していきます。 るよう、私は今後も啓蒙活動、 そうした不妊治療、不妊への患者さ 治療の成績は下がりますので、治療 さんともに年齢を重ねるごとに不妊 るべき姿です。また、奥さん、 持ってください。それこそが、 寄り添い、自分の現状を知る勇気を ひとも、妊娠を望んでいる奥さんに および治療法進歩のための研究を邁 んたちの向き合い方が当たり前とな は早く開始しなければなりません。 で歩む不妊治療の第一歩であり、あ 診療 旦那



「男性の悩みに最善の治療を提供したい」と加藤医長は語る。

Cブロック 男性外来



Q 12 える読者に一言お願いします。 これから家族計画や妊娠を考

治療を提供・おすすめすることを約 んの悩みに真摯に向き合い、最善の 性外来へお越しください。私が皆さ ぜひとも、勇気を出して、当院の男 直結することを実感しております。 によって子供ができたので尚更、男 もしれないことは恐怖です。私も男 こと、もし異常があると言われるか ください。男性として、現実を知る 妊娠を望んでいる奥さんに寄り添 思っている旦那さんへ。ぜひとも、 性の不妊症への向き合い方が結果に ます。しかし、実際、私は不妊治療 性ですし、その気持ちはよくわかり い、自分の現状を知る勇気を持って 加藤 これからお子さんを持とうと

## 【お問い合わせ】

阯( 0767) 52-8705

### たいぼうしき 田鶴浜高校の戴帽式

令和4年10月7日(金)、第55回戴帽式を行いまし た。新型コロナウイルス感染症の影響で来賓や保護 者をご招待しての開催は3年ぶりでした。戴帽生(衛 生看護科2年)40名は、厳かな雰囲気の中、看護の 道を歩む決意を新たにしました。その初々しくも凜 とした姿勢・眼差しに将来の姿を想像し頼もしさを 感じました。



1つ目は、高校1年から専門を学び基礎的な知識・技 術・態度を身につけた段階(高2年10月)で病院実習に 臨みますが、その直前に戴帽式を行い職業意識を高める ためです。2つ目は、クラスの団結力を高めるためです。 式の中で、近代看護の祖ナイチンゲールの精神を受け継 ぐ灯りを手にナイチンゲール誓詞を斉唱します。1ヵ月 以上前から練習を重ねる中でクラスに一体感が生まれ、 式当日は、看護職への強い決意が感じられました。3つ 目は、高校2年生という多感な時期に戴帽式を行う意義 は大きいということです。本校入学生は、中学生の段階



第55回ということは、本校衛生看護科の開設(昭和42 年) 以来続けているということになります。文字通り、 帽子(ナースキャップ)を戴く式です。看護師のシンボ ルであるナースキャップは「清潔・責任・博愛」などを表 し、これを身につけることで職業に対する責任感・使命 感を再認識します。しかし、近年、衛生面やユニフォー ムの多様性等によりナースキャップをつけない病院が多 く、戴帽式を行わない看護学校も増えています。そのよ うな中で、本校が高校2年生の秋に実施している理由が 3つあります。





で将来の職業選択をした生徒、大人の勧めで入学した生 徒など様々です。入学後から専門科目を学びますが、看 護の深さに魅力を感じる生徒がいる一方で、適性に悩ん だり人間関係のトラブルから目標を見失う場合もありま す。しかし、戴帽式を迎えるまでクラスの仲間と準備を 行っていく過程で、自分たちの夢の実現には多くのサ ポートがあることを知ります。そこから生徒達は自分を 振り返り、夢や目標を再確認するのです。今年の文集『戴 帽式に向けて』において、「感謝と決意を伝える式にし たい」・「看護師になりたいではなく看護師になる」・「迷

惑をかけてきた自分に区切りをつけ多くの人を支えたい」など戴帽式を節目に各々の決意を強固なものにして いました。

本校衛生看護科は5年一貫教育であり、高校生から病院(公立能登総合病院他)という実社会で実習をさせ ていただいております。高校生は未熟ですが、感じる力や吸収力は大きく5年間でとても成長します。今後も さらに病院の協力をいただき看護体験を積み、理想の看護師になれるよう努力し社会に貢献してくれると信じ ています。

石川県立田鶴浜高等学校 教頭 赤島あけみ

## 

## 病院敷地内ではタバコを 吸わないでください



公立能登総合病院 の敷地内(駐車場含む)は全面禁煙となっ ております。

健康増進法により、 病院敷地内における 禁煙が義務付けられ

ており、患者さんや妊婦さんの受動喫煙を防止する取組みを行なっております。

また、日本呼吸器学会より、電子タバコ等 も紙巻きタバコ同様の健康被害の恐れがある と示されており、当院敷地内では使用禁止と しております。当院敷地内の全面禁煙にご理 解賜りますようお願い申し上げます。

禁煙にお困りの方につきましては、当院に 禁煙外来がございますので、気軽にご相談く ださい

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



#### 【お問い合わせ】

Bブロック 禁煙外来 Tel(0767)52-8703

## 中部ブロック各県からDMATが 当院に参集し、訓練を実施しました

DMAT (ディーマット) とは、

D isaster : 災 害
M edical : 医療
A ssistance : 援助
T eam : チーム

の略で、広域大規模自然災害の発災時には直ちに被災地災害 拠点病院へ駆けつけ、急性期災害医療を行う災害派遣医療 チームのことを指します。

令和4年11月、公立能登総合病院を含む石川県内の訓練 実施病院にて中部ブロックDMAT実動訓練が実施されました。大規模地震・大雨という災害が発生し、加賀から能登へ 繋がる道路が通行止めという訓練想定の中、当院には富山県、 長野県、山梨県のDMAT(計23チーム)が集まり、参集拠 点本部・活動拠点本部を設置し、患者の受入支援を訓練しま した。



### 紹介状ご持参のお願い

#### \初めて受診される方へ/

「当院へ初めて受診される方」や「前回の受診から1年以上間があり受診再開される方」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。 (2023.2.1)

							<u> </u>				
受 付	診察室	午 前	午後	午 前	と 年後	午前	水 午後	午 前	木 ├──午後	午前	午後
受付A1	外科 1	大学医	1 12	石 黒	1 12	徳楽	1 12	1 13	1 12	新保	1 12
Tel52-8702	外科 2	呼吸器/腫瘍 新 保	手術		手術		手 術	徳楽	手術	石黒	手術
	外科 3	守友	J 113	守友	J 113	大学医	J 113	守友	1 1 N3	心臓血管外科	3 113
						呼吸器/腫瘍				第1.3金曜	
歯科口腔	歯科口腔外科	長谷		長谷		長谷		長谷		長谷	III A with
外科の受	歯科口腔外科	小 山	手術	小 山	外来手術 (予約のみ)	小 山	外来手術 (予約のみ)	小 山	外来手術 (予約のみ)	小 山	摂食嚥下 外 来
付は   11:00まで	歯科口腔外科	根上		根上	(1, 420,000)	根上	(1.400)02)	根上	(1,40,000)	根上	(予約のみ)
11.00 & C	歯科口腔外科	大学医				大学医				大学医	
受付 A 2	整形外科 1	岸田			手術					岸田	手術
Tel52-8702	整形外科 2	<b>伊</b> 井 (初診)	手 術	<b>伊 井</b> (初診)	装具外来	岡山 (初診)	手 術	<b>岡</b> 山 (脊椎専門)	手 術	<b>伊井</b> (関節専門)	装具外来
整形外科の受付は	整形外科3	岡山		大 成	14:00~15:00	大 成		岸 田 (初診)		大 成 (初診)	13:30~15:00
10:30まで	小児発達支援							(111)		(1.1)	八幡 (第4) 13:30~15:00
受付B1	消化器内科	髙 畠		中村		中 村		髙 畠		山宮	
Tel52-8703	皮膚科1	谷内		谷内		谷内	谷内15:00~16:30 (予約・紹介のみ)	谷内		大学医	
	皮膚科 2	大学医	手術・検査	藤井	手術・検査	藤井	藤井15:00~16:30	藤井	藤井15:00~16:30	藤井	手術・検査
	形成外科1	島田		古木		島田	(予約・紹介のみ)	古木	(予約・紹介のみ)	島田	
	形成外科 2	古木		島田	手術	8:30~10:30	手 術	8:30~11:00	手術	古木	
		口小	島田	да ш	13:30~17:00		13:00~17:00	ъ ш	13:00~17:00	日水	島田(第1)
受付B2	美容外科	<b>b</b> 0	14:00~17:00	±		大学医		d. an		4 -	14:00~17:00
支刊 B Z Tel52-8703	内科1 (初診)	泉谷		真智		8:30~10:30	-	山端		中島	
18102-0703	内科 2	山宮		山端			-	吉村			
	内科3	真 智	当番医	高畠	当番医	山端	当番医		当番医	泉谷	当番医
	内科 4	横山	(紹介のみ)	中島	(紹介のみ)	横山	(紹介のみ)	中島	(紹介のみ)		(紹介のみ)
	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	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	
Tel52-8704	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		熊 井 初診10:00まで	
	耳鼻咽喉科 2	大学医 初診10:00まで	1 113.22					八 尾 初診10:00まで	手術・検査	大学医 初診10:00まで	手術・検査
受付С2	脳神経外科1	圓角		会 田 (大田=A)		<b>圓</b> 角 (初診)		会 田		喜 多	
Tel52-8704	脳神経外科 2	(初診)		(初診) 圓 角		喜多		(初診)		(初診)	
	眼科1	塩谷		塩谷		塩谷		塩谷		塩谷	
	眼科 2	-m H		佐伯		佐伯		佐伯		佐伯	
受付D1		十分匠	手術	上木	壬 生		松木加里	上木	手 術		捡木加里
Tel.52-8705	泌尿器科 1	大学医大学医		八木澤	手術	加藤上木	検査処置 入院検査	大学医		八木澤 加 藤	検査処置 入院検査
	泌尿器科 2	(初診)	入院検査	(初診)	入院検査	(初診)	他科回診 中村 (心臓)	(初診)	入院検査	(初診)	他科回診
	小児科1	福田		和田	1ヵ月健診	田中	第2第4	福田	福田	和田	
	小児科2	池 野 大学医		中西		池野	(発達)	田中	池野	中 西 大学医	
受付D2	産婦人科1	(柴田)	手術	富 澤 予約のみ	1ヵ月健診	大学医 (高倉)			F== 1000	(髙木)	手術
Tel52-8705	産婦人科2	富澤	- "		助産外来	富 澤		<b>富 澤</b> 予約のみ	富 澤 予約のみ	富 澤	- 114
精神 センター	精神科1			古谷		古谷		古谷		北市	
Tel52-6619	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	11 /8 *	内科医師	/B 4\	内科医師		内科医師	
放射線科		萱 野(核医学)		中 村 (月~金)		南(血管内治療)		窪 (月~金) 高 松 (放射線治療)			
能登島	外来 (内科)	山下	真智	山下	真智	廣正(	(核医学)	真智	· 身 智	山下	休 診
診療所	禁煙外来(要予約)	и г		шГ		休	診		具 省 O	ш г ※山下 (釶	
Tel84-1014	訪問診療		山下		山下				山下		<b>計画終™月</b> 前連絡™84-1014)
Ter.は外線番号											

<sup>※</sup>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。