

みやかのわ

No. 39

2013.4
SPRING
春号



初心忘るべからず

私たち薬剤師は、皆様に信頼される「くすりの専門家」を目指し、日々頑張っています。新年度を迎え、新しい仲間が増えました。私たちは2年目、3年目になりますが、まだまだフレッシュに頑張ります！



特集

最新の治療

脳血管内手術

脳神経外科 診療科長 中務 正志

01

小さな創^{きず}で身体にやさしい 産婦人科の内視鏡手術

産婦人科 医師 芥川 秀之

05

健康のためのワンポイント ひざの痛みが気になる方へ

09

リレーインタビュー 笑顔のマイ★スター

11

病院情報 季節の素材で 医食同源れしび

12

リレーエッセイ 医療技術部長 亀和田 均

13

Information

脳血管内手術

今までの手術との比較

長所

1. 全身麻酔でも行いますが、多くの治療は局所麻酔でも可能です。そのため、合併症を持っていて全身麻酔がかけられない人や高齢の人でも治療が可能です。

2. 治療時間が開頭手術に比べて一般的に短く、また身体への負担も軽くてすみます。そのため術後の回復が早く、また創の痛みなども早く早期の社会復帰が可能です。

3. 入院期間が短くてすみます。極端な話、治療の翌日でも退院は可能ですが、治療後の合併症をチェックするため当院では治療後も1週間程度入院していただいています。

4. 病気によっては開頭手術に比べて合併症が少なくなります。脳血管内手術が第一に選択される病気も多くなっています。

脳血管内手術とは

脳血管内手術(脳血管内治療ともいいます)とは、最近テレビでも頻繁に取り上げられる最新の治療です。今までの脳神経外科の治療では、頭にメスを入れて直接病気を治療していましたが(いわゆる開頭手術)、ここ10年くらいの間に頭を切らないで治す脳血管内手術が急激に進歩してきています。病気によっては頭にメスを入れずに治療できるものが増えています。

具体的な方法は、足の付け根もしくは腕の血管などからマイクロカテーテルという1-3ミリくらいの細い管を、脳もしくは首の病気のあるところ(病巣)まで持つことによって、病変を詰めたり血管を広げたりして治療します(図1・図2)。この間、痛みはほとんどなく局所麻酔で行った場合は意識もはっきりしています。

図1: 動脈瘤とカテーテル治療

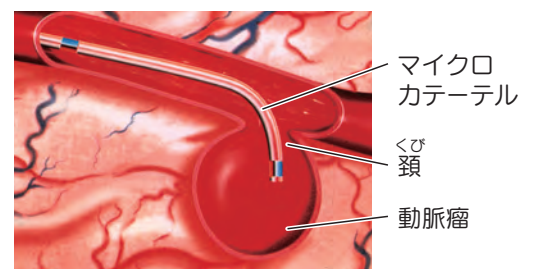


図2: カテーテル治療

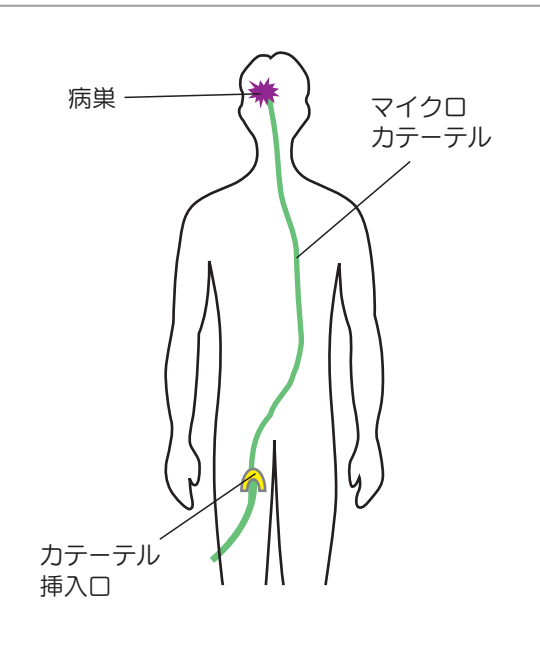
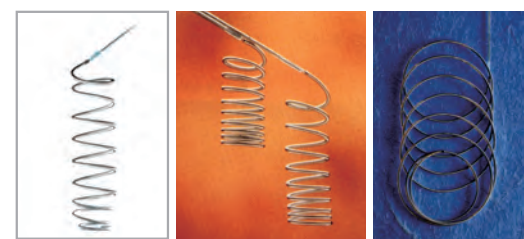


図3: コイル



非常に柔らかい金属をスプリング状に巻いたもの

図4: スtent



拡張することができる網目状の小さな金属製の筒

図5: 脳動脈瘤治療

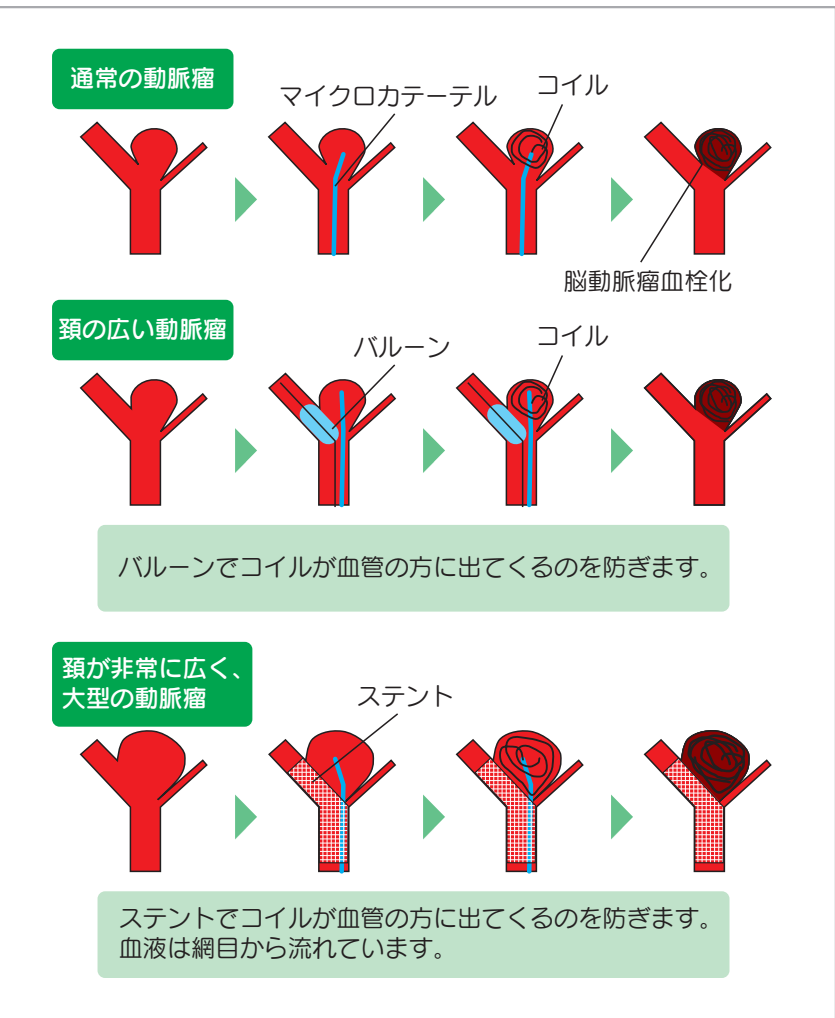
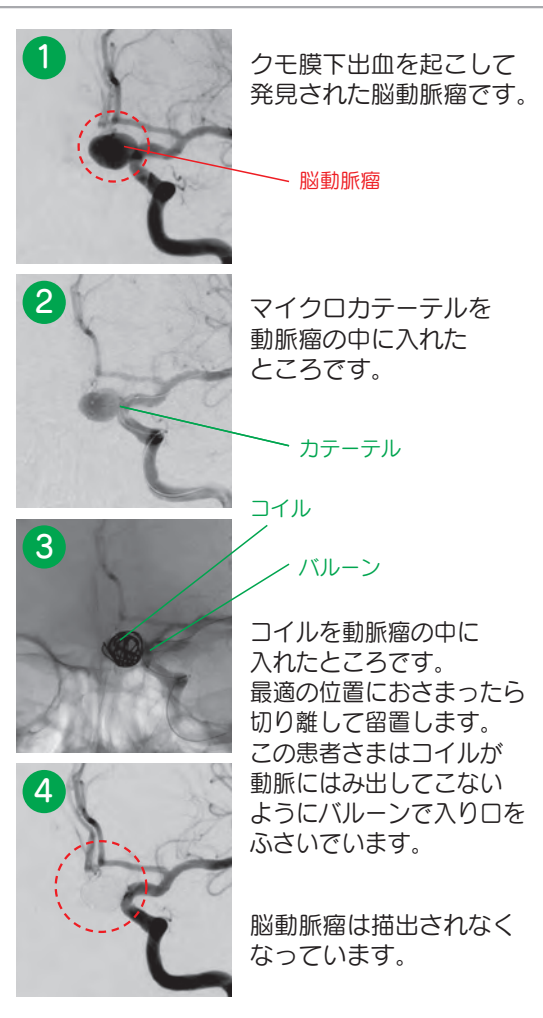


図6: 脳動脈瘤治療の症例



対象となる病気

【脳動脈瘤】

脳の動脈が瘤状にふくらんでいる病気で、瘤の壁の薄いところが切れるとクモ膜下出血の原因となる病気です。

- 患者さまも医師も好みませんが、危険と負担が比較的小さい再治療が可能です。また病気によっては、何段階にも分けて治療した方が経過がよいものもありますので、この場合にも向いています。
- 開頭手術では、手術後運転制限などがありますが、脳自体をさわらないので、脳血管内手術では必要ありません。
- 短所
病気によっては治療の確実性が開頭手術に比べて劣ることがあります。
- 病気の場所と血管の形で対象にならないこともあります。

※治療による合併症は、脳血管内手術と開頭手術では病気の種類と場所によって異なります。一概には言えません。あまり差はないと考えていただいでいいでしょう。

脳動脈瘤の治療を模式図を使って説明したものが図5です。動脈瘤の中にマイクロカテーテルを入れてコイル(図3)を何本も入れて詰めると、動脈瘤への血の流れが止まって瘤が治ります(コイル血栓化といいます)。以前は頸のしまっている動脈瘤が脳血管内手術の主な対象で、頸の広い動脈瘤は、コイルが血管の方に出てきてしまい治療が困難でした。しかし現在はバルーンという風船を入り口でふくらませて、コイルが外に出ないようにして塞栓します。最新の治療では、stent(図4)を血管に入れる事によりさらに治療の困難な動脈瘤にもコイルを入れられるようになりました。図6は実際の写真です。

*頸とは、脳動脈瘤の付け根のことです。

図7：動脈硬化

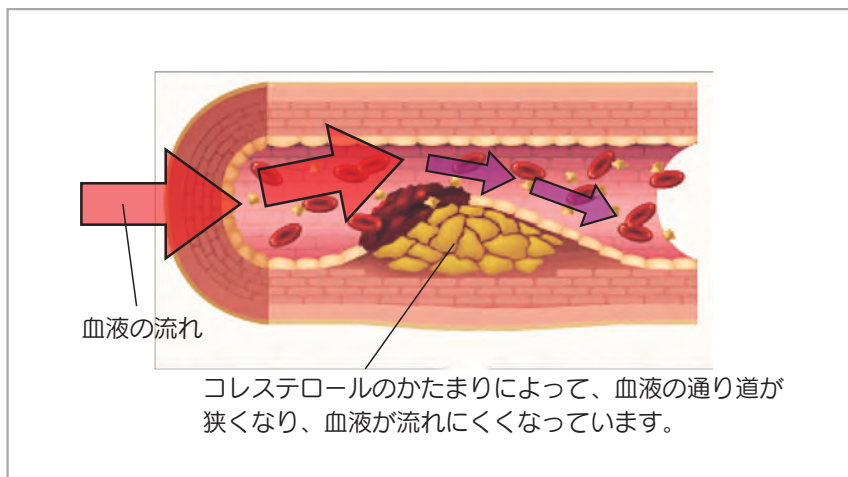


図8：頸部頸動脈狭窄治療

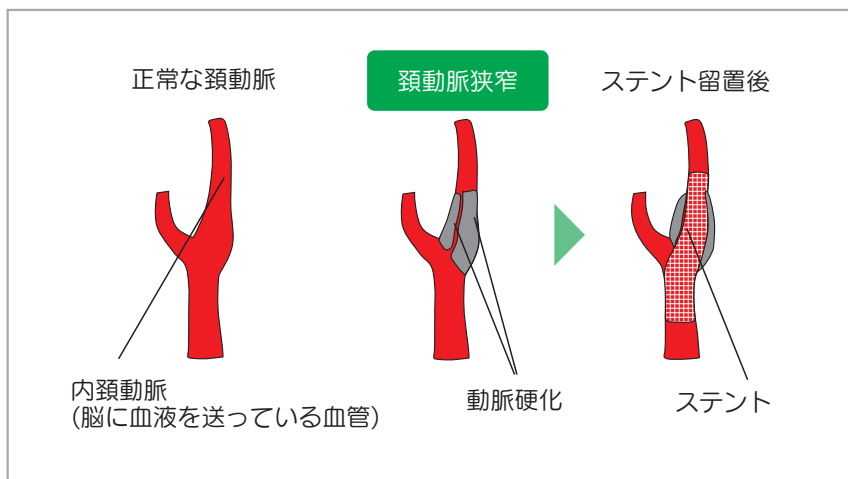
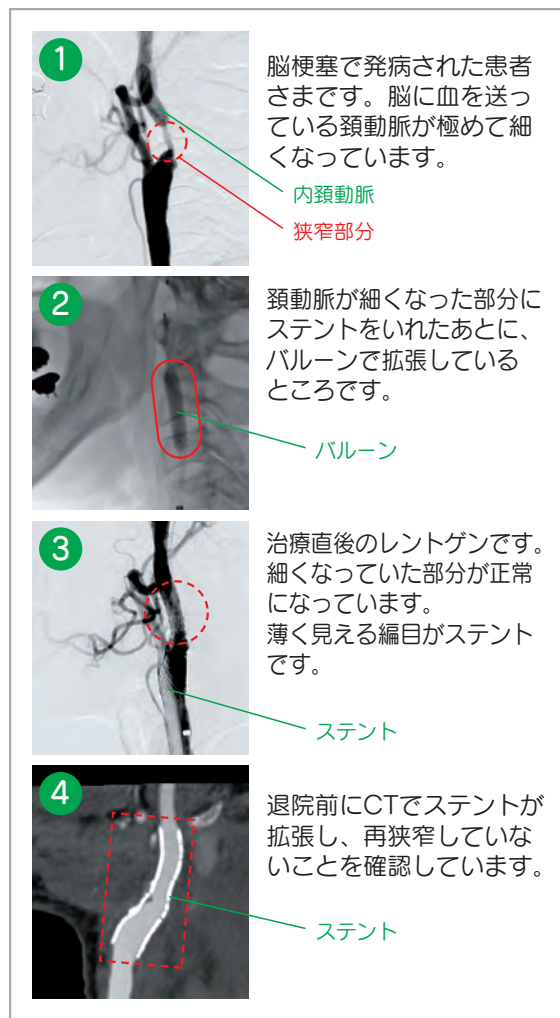


図9：頸部頸動脈狭窄治療の症例



当院での治療の流れ

外来初診患者さまの場合

1. 外来での説明、検査

当院ではご本人、ご家族に何度も説明して十分納得されてから治療に入るようにしています。また外来で可能な検査は、極力入院しないで行うようにしています。



2. 検査入院

最終検査（カテーテル検査）は入院が必要となります。多くは2泊3日です。省略できることもありませんが、治療に対してより正確な戦略を立てられますし、基本的には治療と同じ流れなので本番の治療の時の不安軽減にもなります。

3. 外来での最終説明、治療予定日の決定

カテーテル検査退院後に再度時間をとって説明します。治療には前もって薬を飲む必要があることが多いため外来で治療日も決定します。

4. 入院

治療の1〜2日前に入院していただき、最終チェックと説明の確認を行います。



5. 治療

それぞれの病気に合わせた治療を行います。

6. 退院

病気にもよりますが、合併症などが起きないか経過を見るのにだいたい1週間くらい入院していただきます。患者さまによっては翌日から普通に病棟内を歩けますので、退院される方も多いです。

7. 退院後の通院

内服は病状により減量もしくは終了にします。



【頸部頸動脈狭窄】

脳梗塞の原因になる病気です。動脈硬化（図7）により頸動脈が細くなり、脳に行く血液が減るとともに、この動脈硬化の中の「かす」やその周囲にできた血栓が脳に流れてゆき、脳梗塞の原因となります。

頸部頸動脈狭窄の治療の模式図が図8です。正常な頸動脈が、動脈硬化で細くなっているため、ステントを入れて細くなっている部分を広げます。脳への血の流れを回復するとともに、血栓などができる頻度を減らします。図9が実際の写真です。

その他、脳血管内手術の対象になる疾患

【脳動静脈奇形】

脳の中の動脈と静脈の間でできる血管の奇形で、生まれつき存在します。脳出血やクモ膜下出血の原因となる病気で、特に子供や青年の出血の原因の1位です。脳血管内手術では、脳動静脈奇形の近くまでマイクロカテーテルを挿入して、その先端から液体血栓栓物質（接着剤のような

もの）を流して病気を詰めてしまいます。脳血管内手術だけで治る患者さまもいますが、治療後に開頭手術で確実に摘出したり、放射線治療を追加したりすることもあります。

【頸動脈海綿静脈洞瘤】

目の奥の部分で自然に動脈と静脈が繋がって血液が目などの静脈に逆流する病気です。目の腫れや痛み、複視（ものが二重に見える）や心拍に一致する雑音などで発病します。現在はほとんどが脳血管内手術で治療します。マイクロカテーテルを病変まで挿入して、コイルなどを詰めて病気を閉塞させます。治療がうまくいくと症状は急激に消失します。

【脳血栓塞栓症】

心臓や頸部（頸動脈狭窄）などにできた血栓が流れてきて、脳の血管に詰まって麻痺・言語障害・意識障害を突然発症する病気です。治療などによりすぐに症状が回復しない場合、そのまま脳梗塞になってしまいます。現在では発症3時間以内に来

当院での治療を希望される場合は

なるべく月曜日の脳神経外科の外来を受診されるようお願いいたします。紹介状、レントゲンなどがあると治療のプランニングなどがスムーズにできますが、なくてもかまいません。

開業医の先生からご紹介いただく場合は、当院と連携して診察の予約を取ることもできますので、担当の先生にご相談ください。

おわりに

当院は開頭手術に関しても症例は非常に多く、一流と自負しています。また開頭手術と脳血管内手術を同じスタッフが行っておりますので、患者さまと相談して最良の治療が行えるように努力しています。ちなみに平成24年に脳血管内手術で治療された患者さまは59名（脳動脈瘤32名、頸部の動脈狭窄22名）でした。

筆者紹介



診療部 脳神経外科 診療科長
中務 正志 医師

《学会専門医等》
日本脳神経外科学会専門医
日本脳神経血管内治療学会専門医・指導医
日本脳卒中学会認定脳卒中専門医
慶應義塾大学医学部外科（脳神経外科）客員准教授
日本脳神経外科学会代議員
医学博士

産婦人科の内視鏡手術

小さな創きずで身体にやさしい

産婦人科 医師

芥川 秀之あきたがわ ひでゆき

図1：腹腔鏡下手術の長所と短所

長所	短所
創 <small>きず</small> が小さい（美容上優れている）	手術時間が長くなる
術後の痛みが軽く回復が早い	腹腔鏡特有の合併所が起りうる（皮下気腫・トロッカー※1による血管損傷）
入院期間が短い	開腹手術への移行が必要になる場合がある。
早期の社会復帰が可能	手術操作に熟練を要するため、施設によって適応基準が異なる
術後の癒着※2が少ない	

※1 トロッカーとは、腹腔鏡下手術の際に使用する器具のことです。
 ※2 癒着とは、本来は分離しているはずの臓器や組織面が、外傷や炎症のために、くっつくことを指します。

図2：腹腔鏡下手術の創（きず）の位置

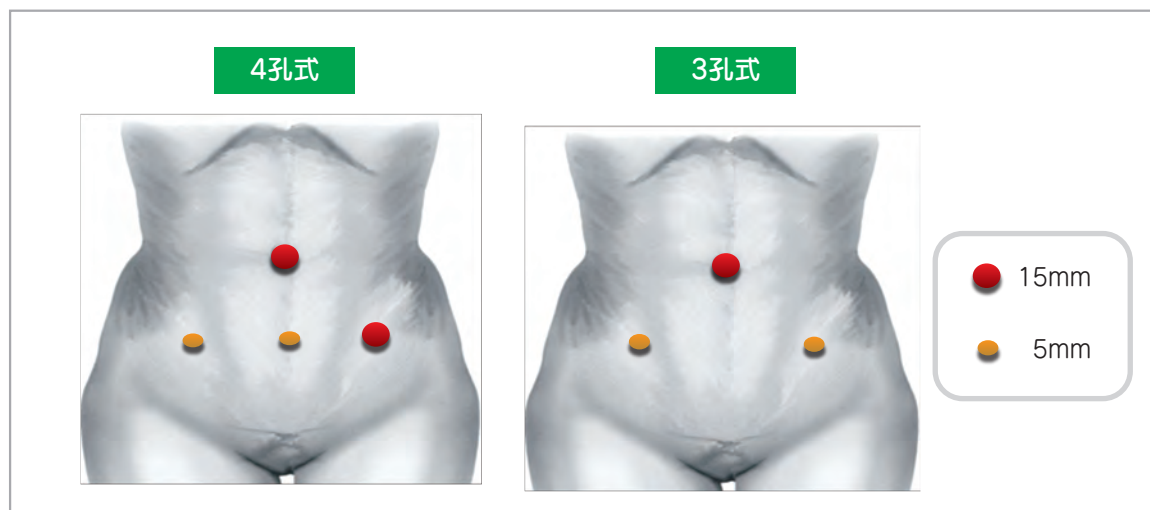


図4：当院の腹腔鏡下手術で手術可能な病気と手術の術式

適応疾患	腹腔鏡下の術式名
子宮筋腫	・子宮筋腫核出術 ・子宮全摘出術
良性卵巣のう腫	・卵巣のう腫摘出術 ・付属器切除術
子宮内膜症	・卵巣のう腫摘出術 ・付属器切除術 ・子宮内膜症病巣除去術
子宮外妊娠	・卵管切除術 ・卵管線状切開術
卵巣出血	・止血術 ・卵巣のう腫摘出術
不妊症	・癒着剥離術 ・卵管開口術 ・卵巣多孔術

図3：腹腔鏡下手術のシステム

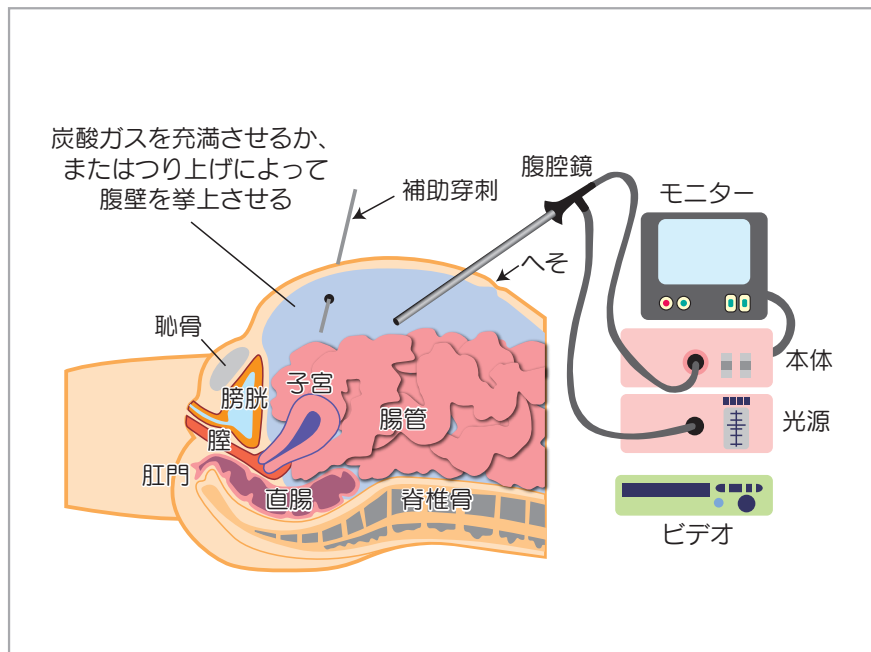


図5：当院の腹腔鏡下手術を行う場合のスケジュール



腹腔鏡下手術の手術方法

お腹の創は、通常はおへそと左右の腹部もしくは真ん中に3〜4カ所必要になります〔図2〕。

手術では、おへそからカメラを挿入し、炭酸ガスでお腹を膨らませる（気腹法）か、もしくは器械でお腹を吊り上げ（吊り上げ法）で手術操作を行うスペースを作ります。そして、カメラの映像を見ながら、器具を用いて腹腔内で手術を行います〔図3〕。

また、最近では症例によって創の数を減らした手術（単孔式・2孔式など）が行える場合もあります。より体の負担を減らし、美容面も考慮した手術が増えてきています。

腹腔鏡下手術の適応疾患

当科で行っている腹腔鏡下手術で手術可能な病気と手術の術式は、図4に示したとおりです。しかし、これらの病気がすべて腹腔鏡下手術の適応となるわけではありません。例えば、子宮筋腫であれば、筋腫の大

今回はこの2つの手術について説明をさせていただきます。

腹腔鏡下手術

腹腔鏡下手術とは、お腹に数カ所の小さな穴（5-15ミリ）をあけて、そこからカメラや器具を入れて手術を行う方法です。この手術は、全身麻酔で行われますので、眠っている間に手術が終わります。

腹腔鏡下手術は、手術時間が長くなる等の短所はありますが、術後の創（きず）が小さく、美容上優れている等の長所があります〔図1〕。



大きさや位置・数など、卵巣腫瘍であれば、大きさ・形・悪性の可能性の有無などが判断材料になります。

また、子宮外妊娠や卵巣出血は、出血量や全身状態、その緊急性などによって判断します。腹腔鏡の適応がない場合は、最初から開腹手術を選択します。

当院で腹腔鏡下手術を行った場合の入院期間

当院で、腹腔鏡下手術を行った場合、入院期間は約6日間となります。手術前日に入院し、手術翌日から歩行、食事が可能となります。術後3日目に退院診察を行い、問題なければ術後4日目に退院となります〔図5〕。開腹手術となった場合には、術後6日目に退院となり、腹腔鏡下手術に比べ2日間長くなります。

図10：子宮筋腫の種類

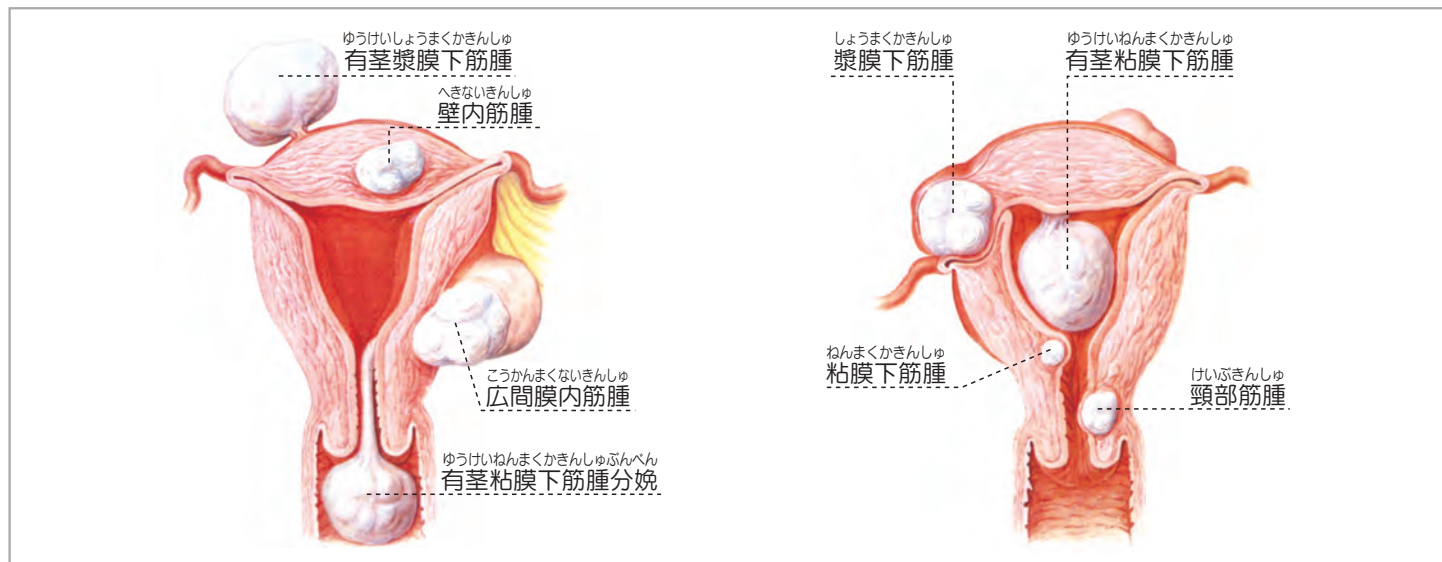


図11：当院の手術実績

腹腔鏡下手術	合計：133件	子宮鏡下手術	合計：10件
卵巣のう腫摘出手術	77件	子宮筋腫摘出手術	8件
付属器（卵巣・卵管）切除術	29件	子宮内膜ポリープ切除術	1件
子宮外妊娠手術	13件	子宮内膜焼灼術	1件
子宮筋腫核出術	8件		
子宮全摘出術	4件		
他	2件		

※平成24年1月～12月の実績
※ひとつの術式で同時に行っている手術もあります。

図7：子宮内ポリープと粘膜下筋腫

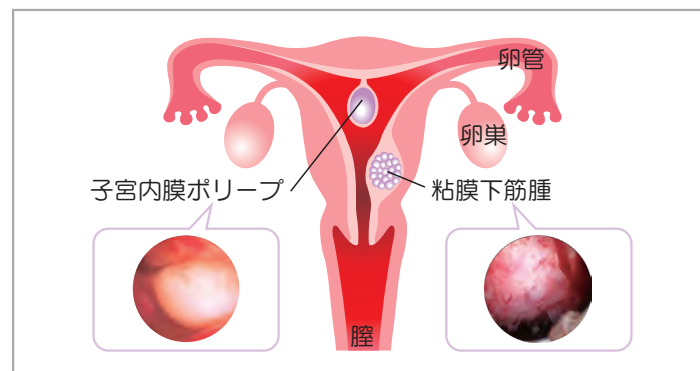


図8：子宮鏡下手術の長所と短所

長所	短所
お腹に創ができない	子宮穿孔が生じた場合には開腹手術に切り替える場合がある
術後の痛みが軽い	大きな病変の場合は数回にわけて手術を行うことがある
入院期間が短い	腹腔鏡下手術や開腹手術への移行が必要になる場合がある
月経過多や月経痛に対して効果が期待できる	

図6：子宮鏡下手術のシステム

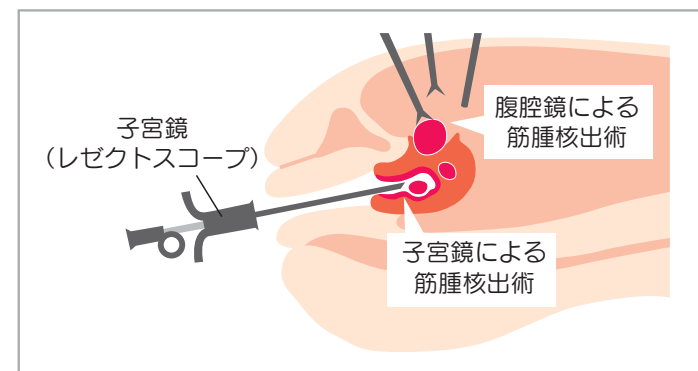


図9：当院の子宮鏡下手術を行う場合のスケジュール



当院産婦人科の紹介

当科では、現在の病院に移転した平成8年より、婦人科良性疾患に対して内視鏡下手術を積極的に導入し、その手術件数は年々増加傾向にあります。平成23年1月～12月の手術実績は、127例、平成24年1月～12月は、年間143例の内視鏡下手術を行いました(図11)。

現在、産婦人科医は9名おり、そのうち腹腔鏡専門医が2名います。(栃木県内では、当院に所属するこの2名しか腹腔鏡専門医はいません。)

チーム医療として、当科すべての医師が腹腔鏡手術に関わり切磋琢磨し、日々精進している毎日です。これからも患者さまのために、体に負担の少ない内視鏡下手術を積極的に行っていききたいと思います。何かご不明な点がございましたら、遠慮なく外来担当医までご相談下さい。

子宮鏡下手術

子宮鏡下手術とは、子宮用の細い内視鏡(子宮鏡)を子宮の入り口から挿入し、子宮鏡の先端にある電気メスを操作し、病変を切開・切除する手術です(図6)。

子宮内の様子は、子宮鏡に内蔵されたカメラからテレビモニターに映し出され、医師はその画面を観ながら処置を行います。膣から直接子宮内へ内視鏡を挿入しますので、腹部切開等の傷は無く、体への負担が少ない等の長所があります(図8)。

子宮鏡下手術の適応疾患

子宮鏡下手術の適応となる病気は、粘膜下筋腫や子宮内膜ポリープなど、子宮の内壁に突出する病変が挙げられます(図7)。

粘膜下筋腫は、子宮の内側を覆う粘膜の下にでき、子宮内部に向かって発育する子宮筋腫の一種で、過多月経や貧血を引き起こすことがあります。

子宮筋腫とは、子宮の筋肉にできる良性の腫瘍です。できる位置によ

よって名称が異なるため、数種類の子宮筋腫があります(図10)。

子宮内膜ポリープは、子宮内膜の細胞の一部が増殖して盛り上がり、根元に茎がある丸いキノコのような形になったものです。症状が出ないことも多いのですが、不正出血や過多月経、貧血が起こる場合もあります。また、子宮内膜ポリープがあると、受精卵の着床の邪魔になって不妊の原因になりやすいためです。

その他、子宮鏡下手術は、子宮奇形や子宮内腔癒着症に行われることもあります。

当院で子宮鏡下手術を行った場合の入院期間

当院では、子宮鏡下手術は、脊椎麻酔(腰椎麻酔)下で行っています。入院期間は、約4日間です(図9)。

筆者紹介

診療部 産婦人科
芥川 秀之 医師

《学会専門医等》
日本産婦人科学会専門医



↑産婦人科スタッフ(筆者は前方右)





ひざの痛みが気になる方へ

変形性ひざ関節症とは

変形性ひざ関節症とは、ひざの軟骨や骨がいたんで、ひざの関節が変形してしまつ病気で、日本国内だけで約700万人もの患者さまがいるとされています。年齢とともに発症しやすく、女性のほうが男性よりも多くみられます。自覚症状として現れるのは痛みです。

最初は、階段の上り下りや歩き始めの痛みを自覚し、正座やしゃがみこむ姿勢がつらくなります。痛みが出ては少し良くなるといったことを繰り返しながら、5年から10年以上の経過で徐々に進行していきます。診断は症状とレントゲン写真でいたい可能です。詳しい診断や他の病気を否定するために、MRI検査を行うことがあります。運動習慣が身につけば、筋力が維持されるため、ひざを安定させるといわれています。できるものから始めてみましょう。

治療について

治療は大きく、薬物療法、運動療法、手術療法に分けられます。今回はこのうち、運動療法について取り上げます。基本的に一度変形性ひざ関節症になつてしまつたら、若いころのひざに戻すことはできませんが、適切な治療を受けることで症状の進行を遅らせ、日常生活を送ることが出来ます。痛みを我慢し続け、年齢だからとあきらめる前に正しい変形性ひざ関節症の知識を身につけ、適切な治療を受けるよう心がけましょう。



STEP 1 足を床に押しつける体操



片方のひざを立て、のぼしている足を床に押しつけます。
※息を止めないようにしましょう。

バスタオル等を丸めてひざの下にのべると、楽に出来ますよ。



STEP 2 片方ずつ足をあげる体操



片方のひざを立てます。



伸ばしている方の足をあげます。立てているひざの高さ程度まであげましょう。

力がない・腰が痛い人は、クッションをいれと楽になります。



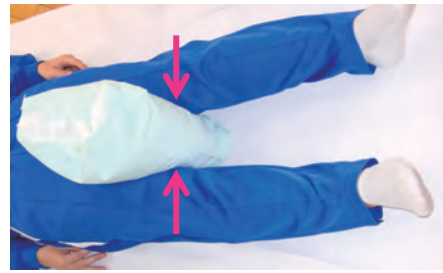
STEP 3 両足をこじる体操

座って行う場合



寝ている状態で行うときと同様で、内側に押しつけます。

寝ている状態で行う場合



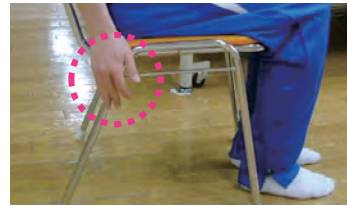
両足でクッションを挟み、内側に押しつけます。

注意!

ひざが内側に曲がる方、いわゆるX脚の方は、行わないでください。



STEP 4 ひざを伸ばす体操



背もたれつきのいすよりかかる・つかまるなどして行います。



太ももがいすから浮かないように注意しながら、ひざを伸ばします。

ひざの裏がつっぱる方は、はじめはつま先を下向きで行いましょう。



ひざを曲げる



※ゴムはゆっくり戻しましょう

ひざを伸ばす



レッツトライ!

力がある方は...

いすや家具にゴムをしばり、行いましょう!

STEP 5 立つてできる体操



壁や家具につかまって行います。ゆっくりと少しだけしゃがみこみ、その後のばします。

体重をかけて行うので、痛い場合はすぐに中断してください。



ひざをくっつけないようにしましょう。

市民公開講座のお知らせ

ひざの手術治療について講演会を開催します。



講演：歩行が楽になる手術治療について
講師：整形外科 医長 森山 一郎 医師
場所：済生会宇都宮病院 2階 グリーンホール

【第1回】
4月18日(木) 13:30 ~ 15:00

【第2回】
4月27日(土) 10:00 ~ 11:30

※内容は2回とも同じですので、ご都合の良い日をお選びください。

申込方法などの詳細は、13ページをご覧ください。

冬号の特集では、肩や腰、ひざの痛みといった私たちにとって身近な整形外科疾患を取り上げました。今回はひざの痛みが気になる方のための簡単な体操をご紹介します。寝ながら体操したり、座って体操できるものがほとんどです。あまり無理はせずに自分のペースで行いましょう。

笑顔のマイ★スター



「いつも笑顔で元気に働けるのは何か秘密があるはず!」そう思って、笑顔の「匠」たちにそのヒミツをこっそり教えてもらっちゃいます♪

今回のマイ★スター

バースセンター
田崎 彩子さん
一般外来
齋藤 こずえさん



たさき さいこ
田崎 彩子さん



Q. 入職して何年目ですか?

A. 6年目です。半年ほど前からバースセンター勤務となりました。

Q. 自分の勤務している病棟の特徴やいいところはありますか?

A. バースセンターは、医療の力を借りず、主役であるママと赤ちゃんが、家族に見守られながら「自然なお産」をする場所です。ママ達の「産む力」が最大限に発揮できるよう、妊娠中からお産に必要な心と体作りをサポートします。分娩時は助産師がそばに付き添い、ママたちが満足できるお産をお手伝いします。また、産後のママと赤ちゃんのケアも私たち助産師が、個性を尊重しながらお手伝いしています。



スタッフみんな仲が良く、毎日楽しく仕事をしています。助産師の力を最大限に発揮できる、やりがいのある大好きな職場です。

Q. 最近はまっていることとはなんでしょうか?

A. おいしい料理を食べながら、ワインを飲むことにはまっています。

Q. 気分転換したいときはどうしていますか?

A. 友人や家族と、映画鑑賞やショッピング、カラオケに行きます。中でもカラオケが大好きで、大きい声で好きな歌をうたうと、気分爽快です☆

Q. 今後の目標は?

A. バースセンターの助産師として、まだまだ未熟さを感じています。先輩助産師のみなさんからご指導いただきながら、知識や技術を磨いていきたいです。そして、頑張っているママ達に笑顔で育児に取り組んでいただけるよう、私も笑顔を忘れずに仕事をしたいと思います。



さいとう
齋藤 こずえさん



Q. 入職して何年目ですか?

A. 11年目です。

Q. 自分の勤務している職場の特徴やいいところはありますか?

A. 外来では毎日約1300名の患者さまが来院されます。具合の悪い患者さま、不安を抱えている患者さま等さまざまな方が来院されるので、迅速で適切な対応が求められます。一人一人の患者さまに対応できる時間は限られてしましますが、その中でもなるべく患者さまからの話を聞き、こちらから積極的な声をかけるように心がけています。

また、外来の看護師は27名います。私が勤務する外科外来は



4名と少ないですが、その先輩・後輩関係なく意見が言え、何でも相談することができ、とてもアットホームで温かな雰囲気の仕事やすい職場です。

Q. 最近はまっていることとはなんでしょうか?

A. 入浴後、同期から誕生日プレゼントにもらったマッサージクッションにもたれながら炭酸水を飲む事です。

Q. 気分転換したいときはどうしていますか?

A. 家族で出かけたり、同期と定期的にランチに行つて語り合っています。

Q. 今後の目標は?

A. 4歳と1歳の子供がいます。仕事と育児の両立は大変ですが、オン・オフのスイッチをきちんと入れ替えられるようにしたいです。また、外来には昨年6月に異動したばかりなので早く業務に慣れ、スタッフはもちろん患者さまからも信頼されるように頑張りたいです。

季

節

の

素

材

で

医食同源れしぴ

今回の素材
マグロ



“づけ”で簡単マグロ茶漬

春は体調を崩しやすい季節です。春は冬の体を夏用に衣替えをする時期で、その時に代謝が増えることにより体が不安定になり、体力を奪われてしまい体調を崩しやすくなります。そこで、食欲が落ちた時にもサラッと食べられる、マグロを使ったお茶漬はいかがでしょうか。

以前はマグロと言えば日本特有の食材でした。近頃は色々な国で食べられています。今なお日本食文化の代表的な食べ物です。

マグロには、動脈硬化を予防する不飽和脂肪酸が豊富に含まれている上、「コレステロールを下げる働きがあり、血管を守ります。実は、今回一緒に使っているゴマにもコレステロールを下げる働きがあり、ダブルの効果が期待できます。

今回はそんな嬉しい効果があるマグロを使ったお手軽簡単なメニューを紹介します。是非お試しください。

“づけ”で簡単マグロ茶漬

材料 (2人分)

ご飯	300g
マグロ赤身(刺身用)	160g
白すりゴマ	大さじ2杯
醤油	大さじ1杯
だし汁	適量
こぶ茶	少々
青じその葉(お好みで)	適量



《1人分あたり栄養素》
エネルギー 420kcal
(塩分約1.5g)

1 マグロを食べやすい大きさに切る。

2 醤油とすりゴマにマグロを漬け、冷蔵庫で30分ほど漬けておく。



3 ご飯の上に2をのせ、上から熱々のこぶ茶入りだし汁を注ぐ。

4 お好みで青じそを千切りにし、上に飾る。



ワンポイント

青じその葉には、細菌の繁殖を抑える作用があります。是非添えて召し上がってください。

クッキングパパ



医療技術部長
亀和田 均

年々歳を重ねてくると子供も大きくなり休日時間ができると休むことがある。何かやろうかなど考えていたら、いつものまにか料理をしていることが多くなってきた。たまたま作った料理が家族に評判が良かったからである。

きっかけはコミックである。色々なジャンルのコミックを読んだが、食に関する『美味しんぼ』、『ザ・シェフ』『クッキング・パパ』等のコミックにハマり次々と読んだ。最近では『信長のシェフ』などである。特に『クッキング・パパ』は高級料理や珍しい料理では無く、身近な材料を使い、自分で作ることが出来る。自分だけが楽しめる料理を紹介している。そこで紹介している料理を無性に作りたくなったのだ。コンビーフを使ったパスタ料理で

あった。これが簡単で美味しく、評判が良かった。それから次々と作るようになっていった。元々器用な方では無いが、料理には興味があり、好きである。レシピ通りに作ればそれなりの料理はできる。しかしそれが自分の口に合うと限らない。味覚と言うものは地域、環境によって異なってくる。食べる人の気持ちになり、食べる人のことを考え少しアレンジすることを楽しんでもらえる味になってくるものだ。また家族に飲食店で食べるより美味しいねと言ってもらえて自分も満足感・幸福感が得られる。いい様に使われているだけかもしれないが、また作りたくなってくる。

医療の現場ではマニュアル(標準作業書)なるものが普及し技術

職の個人差が減少し、標準化された医療が提供できるようになってきている。しかし、本当にそれで良いのであろうか。料理と同じように患者さま個々にあったアレンジも必要なのではないかと思うことがある。患者さま個々にあった対応(サービス)が出来ることで患者さまの満足度、職員の満足度も上がってくるのではないかと思う。受診される患者さまの気持ちになり、患者さまのことを考え業務を行うことができれば良い医療が提供できる。そんな病院にしていきたいものである。



Information

INFORMATION
1

ひざの健康講座開催のお知らせ
ひざの痛みを治して第2の人生を

参加
無料



当院では、地域の皆様が病気や医療について知識を深め、健康増進・維持に役立てて頂けるよう、健康講座を開催します。今回は整形外科医長の森山一郎医師が、膝関節の仕組みや、痛みの原因、手術治療について解説いたします。日程等については、以下をご参照頂き、お申し込みください。

講演 「歩行が楽になる手術治療について」
済生会宇都宮病院 整形外科 医長 森山 一郎

開催概要 【第1回】4月18日(木) 13:30～15:00
【第2回】4月27日(土) 10:00～11:30

※内容は2回とも同じですので、ご都合の良い日をお選びください
会場：済生会宇都宮病院 2階グリーンホール

お申込み・お問合わせ



済生会宇都宮病院 TEL:028-626-5500 (内線3277)
受付時間 月～金 午前9:30～午後5:00



みやのわ38号の訂正とお詫び

みやのわ38号整形外科疾患特集(6ページ 図5)において「頸椎」「頸椎」と異なった表記をしておりますが、双方とも同じ意味です。記事内容の誤りによりご迷惑をおかけしましたことを表情よりお詫び申し上げます。

INFORMATION 3

ゴールデンウィーク・創立記念日 一般外来診療休診のご案内

当院の休診日は日・祝祭日、創立記念日、年末年始となっております。ゴールデンウィーク期間中、創立記念日は、一般外来は休診となりますので予めご了承下さい。なお、救急の場合は救命救急センターにて承っております。その際、お電話でご相談頂いてから来院されますようお願いいたします。

5月	日	月	火	水	木	金	土
	4/21	22	23	24	25	26	27
	28	29 昭和の日	30	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日
	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17	18
	19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30 創立記念日	31	6/1	

INFORMATION 2

一般外来診療のご案内

受付時間 **8:30~11:00**

(予約患者さまの受付時間は、この時間限りではございません。)

診療科により受付時間が異なる場合がございますので、詳細はホームページまたは初診受付前設置の「診療部各科外来担当医師表」をご確認ください。受診科に関するご相談は、1階エントランスホール「総合案内」の看護師にお気軽にお声かけください。

※当院を初診で受診する際は、まず、かかりつけ医に受診し、専門的な治療や検査または入院などが必要とされた場合に、紹介状を持参して頂きますようお願いいたします。
(初診時に紹介状がない場合には、選定療養費3,150円をお支払い頂くこととなりますので、ご理解のほどお願いいたします。)
お問い合わせやご質問がございましたら、総合受付までお尋ねください。

INFORMATION 5

栃木県からのお知らせ

とちぎ子ども救急電話相談

028-600-0099

午後7:00~午後11:00(毎日)

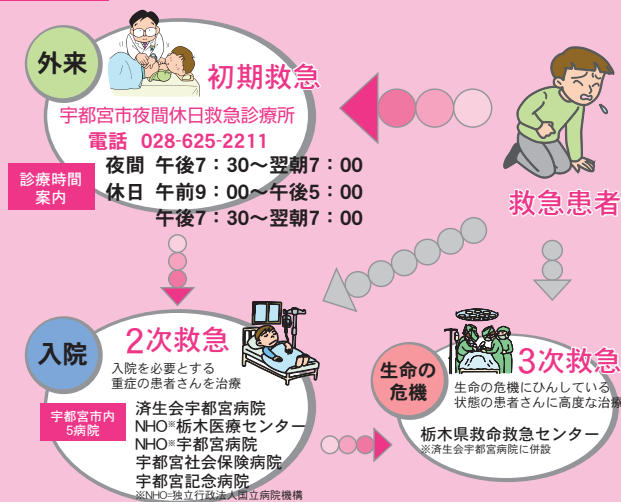
お子さんの急な病気やけがで心配なとき、ご連絡ください。看護師が対応のアドバイスをいたします。



INFORMATION 4

栃木県からのお知らせ

救急医療体制のお知らせ



診療実績	平成24年12月	平成25年1月	平成25年2月
延外来患者数	32,042人	30,633人	29,698人
実入院患者数	1,249人	1,219人	1,140人
平均在院日数	13.3日	14.9日	14.9日
救命救急センター患者数	1,455人	1,397人	1,051人
救急車台数	473台	454台	360台
手術件数	497件	520件	545件

「みやのわ」39号をお取りいただきありがとうございます。ありがとうございました。新年度も始まり新たな生活スタートされた方も多いと思いますが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか？

主に笑顔のマイスターの取材を担当させて頂いております。私は以前新人研修担当だったこともあり、新人だった頃の彼らと取材に行った現在の姿を見比べると、一回りもふたまわりも成長していることを実感します。彼らの成長に私自身も負けないよう一生懸命頑張っていきたいと思っております。

今後とも委員一同充実した記事を提供していくよう励んでいきますので、「みやのわ」をよろしく願っています。



みやのわ
編集スタッフの



ちょこっとメモ

4月30日

図書館記念日

1950年(昭和25年)年のこの日に図書館法が公布されたことにちなんで、日本図書館協会が制定し、1972年(昭和47年)年より実施しています。この日に続く5月を「図書館振興の月」として各地の図書館でさまざまな催しが行われています。当院にも患者さん(さま)向けの図書コーナーとして2階外来C付近に「さいみや文庫」が設置されています。病気に関する図書やインターネット環境が整っておりますので、皆さまご利用ください。



URL: www.saimiya.com

済生会宇都宮病院理念

1. 医療サービス提供者として次の基本を守ります
 - ・安全で信頼性のある医療を提供します
 - ・医療を受ける方の権利と尊厳を尊重し、満足度の向上に努力します
2. 地域基幹病院として次の役割を果たします
 - ・地域医療の向上に貢献します
 - ・地域の医療福祉機関と密接に連携し、地域から頼られる存在になります

当院における患者さんの権利と責任

Rights & Responsibility

患者さんの権利 *Rights*

1. 個人として尊重され、適切な医療を受けること
2. 病気や治療の内容、および回復の可能性について、わかりやすい言葉や方法で説明を受けること
3. 手術や検査など重大な診療行為を受けるかどうかの判断に、必要かつ十分な説明を受けること
4. 療方針の決定に主体的に参加し、自分の意思で治療を受けるかどうかを決定すること
5. 痛みを和らげるために、原因に応じた適切な治療、ケアを受けること
6. 他施設の医師に意見（いわゆるセカンドオピニオン）を求めること
7. 医療に関する個人情報保護され、プライバシーが守られること
8. 治療を継続するために、適切な医療機関の紹介を受けること
9. カルテ開示を求めること
10. 会計の内容について説明を受けること
11. 治療に納得がいかない場合は、自分の意思で退院すること
12. 診療行為において事故が発生した場合は、その内容を事実に基づいて、可能な限り詳細に説明を受けること

患者さんの責任 *Responsibility*

1. ご自身の病状について、正確に話していただくこと
2. ご自身の病気や医療行為の経過について気になる点があれば、スタッフに申し出ていただくこと
3. 同意された治療を受けるにあたっては、医療スタッフの計画や指示に基づき、療養していただくこと
4. 治療を受けない選択をされた場合、または医師の指示に応じない場合、それにより生じる医療上の問題には、ご自身の責任で対応していただくこと
5. 受けた医療に関する支払いには、速やかに応じていただくこと
6. 当院での入院治療が終了した場合には、医師の指示に基づき、速やかに退院または転院していただくこと
7. 他の患者さんや医療スタッフへの迷惑行為（大声、威嚇、暴言、医療行為の強要など）は行わないこと
8. 院内は禁煙のため、喫煙は院外の喫煙所を利用していただくこと
9. 面会時間、電子機器の取り扱いなど、院内の規則を守っていただくこと

当誌「みやのわ」では、読者の皆様からのご意見や感想をお待ちしております。

お名前等の個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿頂いても結構です。また、診療に関する個人的なご質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。

はがき等の場合 〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1 済生会宇都宮病院 経営支援課
電子メールの場合 mijanowa@saimiya.com