

田 和 山 だ よ り

た わ やま

松江市立病院広報誌

回覧

秋 | 2022年10-12月
autumn
vol.18



安心・安全・明るいお産!
私たちがサポートします



産婦人科医・小児科をはじめ、
多種職でサポートする安心安全なお産 … P2
最近の医療情報 … P4
松江市立病院総合支援センターとは … P5

医療チーム紹介 … P6
ヘルスケアキッチン … P7
ヘルスケアホームエクササイズ … P7
診療日程表 … P8



病院モットー

愛情 信頼 奉仕

❁ 産婦人科医・小児科をはじめ、 多種職でサポートする安心安全なお産



産科病棟はどのような病棟

当院は、産科・婦人科・小児科の混合病棟です。産科は、すべてのお産（経陰分娩・帝王切開）に対し、産婦人科医師・小児科医師・助産師だけでなく、栄養士・耳鼻科医師・薬剤師など多職種でお母さんと赤ちゃんの妊娠・出産・子育てのお手伝いをしています。

産科医師は6名おり、夜間・休日問わず365日、お産に対応出来るような体制をとっています。出産時に必要と判断されれば小児科医師が立ち会うことも可能で、退院時には必ず小児科医師が赤ちゃんの診察を行います。薬剤に関しては、妊婦・授乳婦薬物療法認定薬剤師1名が在籍し、妊娠中や授乳中でも使用できる薬剤のアドバイスなども行なっています。

総合病院であり、様々な疾患を合併している方や持病がある方も、産前から専門の診療科と連携し、安心してお産に臨むことができます。

当院は、松江市保険福祉総合センターと隣接しており、地域保健師との連携を早期からスムーズに行える利点もあります。松江市が実施する産後ケア事業の委託を受け、退院後の母子に対し心身の



小児科医による診察

ケアや育児サポート・保健指導などの産後ケアも行っています。産後はトイレ・シャワー付き個室でゆっくりと身体を休めたり赤ちゃんのお世話をすることができます。



陣痛開始から出産後まで過ごす部屋



出産後に出される祝い膳

助産師の仕事

こんにちは、松江市立病院の助産師です。私たち助産師は産婦人科外来・産科病棟で働いています。

外来では主に、妊婦さんへの保健指導や母親学級を行っています。保健指導では妊娠中の過ごし方やマイナートラブルへの対応方法、分娩に向けて心と身体の準備などについてお伝えしています。母親学級では、分娩の経過と過ごし方・入院中の過ごし方などをお話し、出産ビデオを見ていただく時間も作っています。（現在、母親学級は初産婦さんのみとさせていただいております）病棟では「安心・安全・明るいお産！」をモットーに出産のお手伝いをさせていただいています。また、育児をスタートするお母さん・ご家族のサポートをしています。

10ヶ月間お腹の中で大切に育ててこられた赤ちゃんを安全に出産していただくため、またできるだけ



アロマオイルを使用した足浴

リラックスして出産に臨んでいただけるよう、呼吸法の指導やマッサージなどを行います。妊娠中にバースプランを確認しどのような出産を望んでおられるかを教えていただき、一生に一度の素晴らしい瞬間を共有し協力させていただきたいと思っています。

当院は母乳育児を成功させる1つの手段として、また退院後の生活がスムーズにいくよう母児同室をおすすめして

います。しかし、出産を乗り越えた身体と心はなかなか疲れがとれません。そんな時は、赤ちゃんを新生児室に預けて休んでいただくこともできます。お母さんの疲れを癒やし、母乳分泌を促すことを目的にアロマオイルを使用した足浴を組み入れています。

退院後、授乳やおむつ交換・沐浴など赤ちゃんのお世話で困らないように育児指導も行います。お母さんの希望を聞きながら、どのような方法がお母さんと赤ちゃんに一番合っているのか一緒に考えながら決めていきます。おっぱいのことで悩まれるお母さんも多いのですが、授乳の方法やおっぱいケアについてもお母さんのご希望を聞きながら一緒に考えていきます。当院で出産された方からは「丁寧に対応してしてもらい良かった」「スタッフが優しくて心強かった」といったお声もいただいています。当院で初めての出産をされ、2人目・3人目のお子様も当院で出産してくださる方も多いです。このような皆様の励ましを支えに、毎日元気に働いています！これからも、赤ちゃんとの生活のスタートが穏やかでかけがえのない時間となるよう全力でサポートさせていただきます。



助産師からのメッセージ

近年、少子化が進みコロナ禍で色々な相談や直接的な支援が気軽に受けにくい状況が続いています。縁あって当院で出産されたママやご家族が子育てを楽しんで欲しい、赤ちゃんが、健やかにスクスクと育てて欲しいという思いがあります。その子育てのスタートとなる出産を、安全に出来るだけ幸せに満ちたものとなるように、また、産後の子育ては時に大変だけど『かわいい』『楽しい』と感じられるようにお手伝いしたいと思っています。

助産師は母子2人の生命を預かる仕事です。赤ちゃんの誕生をご家族みんなで心配しながらも楽しみに待っておられること、そして自分の命より大事な赤ちゃんの命を、私たちに託してくだっていることの責任の重さを常に感じながら、私が持っている知識や技術・経験を惜しむことなく、その期待に応えたいという思いで助産師として携わってきました。生まれてくるすべての赤ちゃんは『日本の未来』です。その誕生の場面に立ち会い、出産のお手伝いをさせていただくことが、どれほど嬉しくありがたいことかと、経験年齢を重ねるにつれ強く感じています。(金井 真理子 助産師)



■ 新型コロナウイルス感染症による出産への影響と病院の対応

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、一時は県内の分娩施設と同様に立ち会い分娩を中止しておりました。この期間にご出産されたお母さんたちは、ご家族のいない中で本当に頑張って出産していただきました。ご家族もさぞご心配されたことと思います。そんな中でもリモートでご家族の励ましを受けて出産された方もおられ、私たちもできるだけ不安が少なくなるよう協力させていただきました。

感染状況が落ち着いてきた2022年6月からは、1名に限り出産の立ち会いを再開しています。感染予防のため、出産の立ち会いにはいくつかの条件がありますが、お母さんにご家族が協力し出産を乗り越え赤ちゃんを迎えられるようこれからもサポートしていきます。

■ 腹部大動脈瘤に対するステントグラフト内挿術について

松江市立病院心臓血管外科では、2021年10月より腹部大動脈瘤（図1）に対するステントグラフト内挿術を開始いたしました。

腹部大動脈瘤に対する治療としては、開胸、もしくは開腹による人工血管置換術と、カテーテル治療（血管内治療）であるステントグラフト内挿術があります。

ステントグラフト内挿術（図2）とは、特殊な金属のバネ（ステント）を縫い付けた人工血管（グラフト）を、血管内で展開させ動脈瘤に内側から蓋をすることによって治療する方法のことです。開腹による人工血管置換術に比べて身体に対する侵襲が少ないというメリットがあり、高齢者や合併症を有する為に開腹手術が困難と判断された患者さんに対しても治療が可能となります。ただし、動脈瘤の場所や形態によってはステントグラフトで治療できない場合があります。また、長期的にはステントグラフトの「ズレ」や「漏れ；エンドリーク」によって動脈瘤が拡大し再治療が必要になる場合があります。

ステントグラフト内挿術そのものは、2006年に認可された比較的新しい治療法ですが、現在では非常に普及しており、当院では2021年5月に施設認定を取得、10月より治療を開始しております。

エンドリークの原因となり得る小動脈（腰動脈、下腸間膜動脈）の術前コイル塞栓術といった補助治療や、3機種の指導医資格を保有した心臓血管外科専門医による、丁寧且つ適切な手技・デバイス選択を心がけております。

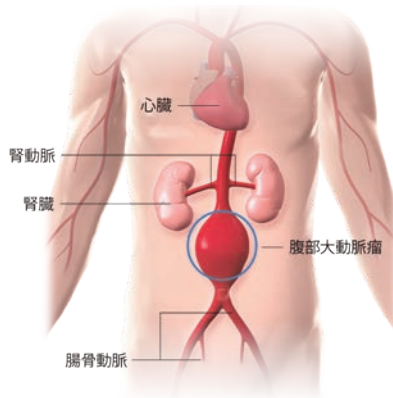


図1. 腹部大動脈瘤

※提供：日本メドトロニック株式会社



図2. 動脈瘤内のステントグラフト内挿術

※提供：日本メドトロニック株式会社

■ 指導医資格について

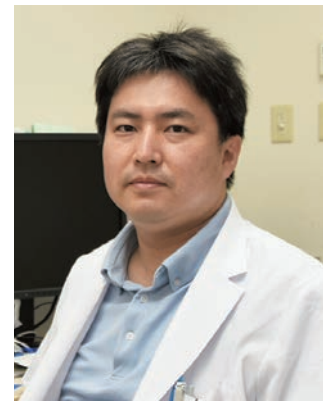
現在、日本で使用可能なステントグラフトは5種類あります。

施術の為には関連学会で構成される「[日本ステントグラフト実施基準管理委員会](#)」の定める実施医資格を機種ごとに取得する必要があります。また、実施医取得後、一定数以上の症例を経験することにより、[指導医資格](#)を取得することが可能となります。指導医資格を取得した場合、他施設・他術者の施行症例に対してのレビューや施術指導を行うことが可能となります。

はらだ しんご
原田 真吾

心臓血管外科科長

- 日本外科学会外科専門医
- 心臓血管外科専門医
- 胸部大動脈瘤ステントグラフト施行実施医
- 腹部大動脈瘤ステントグラフト施行実施医・指導医
- 下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医・指導医



松江市立病院総合支援センターとは

総合支援センターは、「地域連携室」、「入退院支援室」、「医療相談室」の3つの部屋から構成されています。また、さらに「がん相談支援センター」、「患者相談窓口」も設置をしています。



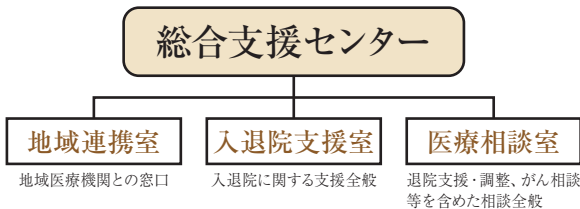
「地域連携室」では、主に地域の先生方からの紹介の受診調整、転院調整などを行っていますが、最近話題の他の医療機関の医師に意見を求める「セカンドオピニオン」の窓口ともなっています。また、「かかりつけ医」の紹介も行っています。「入退院支援室」ではその名のとおり入院・退院における様々な支援を行っていますが、入院前から退院後の生活までを見据えた

支援を目指し、外来で入院が決定したときから患者さんおよびそのご家族に密に関わるようにしています。「医療相談室」では住み慣れた地域で安心して医療・療養が受けられるように、



総合支援センター長
辻 靖博
診療局長、小児科科長

地域の医療機関や行政、介護施設等と連携を図り、経済的・心理的・社会的問題に対する適切な支援、アドバイスを行っています。また、退院の援助や、社会復帰への援助も行っています。総合支援センターという一つのセンター内で、この3室を統括、運営することにより、地域の医療機関や介護施設等との連携をより確かなものとし、患者さんの紹介、逆紹介、転院などをよりスムーズに行えるようにしたいと考えています。また、地域連携室では当院職員が地域の公民館などに出向いて講義を行う「出前講座」も積極的に行っていますので、ご要望がありましたらお気軽にお申し付けください。



10月から初診時・再診時選定療養費が変わります

初診時 5,500円 → 7,700円

再診時 2,750円 → 3,300円

「初期診療は医院や診療所などの“かかりつけ医”で行い、高度・専門医療は病院で行う」ことを推進するため、当院のような200床以上の病院を紹介状なしで受診するときに初診時選定療養費をご負担いただきます。

また、当院から他の医療機関へ紹介した後、

患者さんの希望で引き続き当院を受診されるときは、再診時選定療養費をご負担いただきます。

このほか、時間外の診療については、時間外選定療養費5,500円がかかる場合があります。

ご理解いただきますようお願いいたします。

❁ 医療チーム紹介

❁ 心不全・多職種支援チーム (ハートケアチーム)



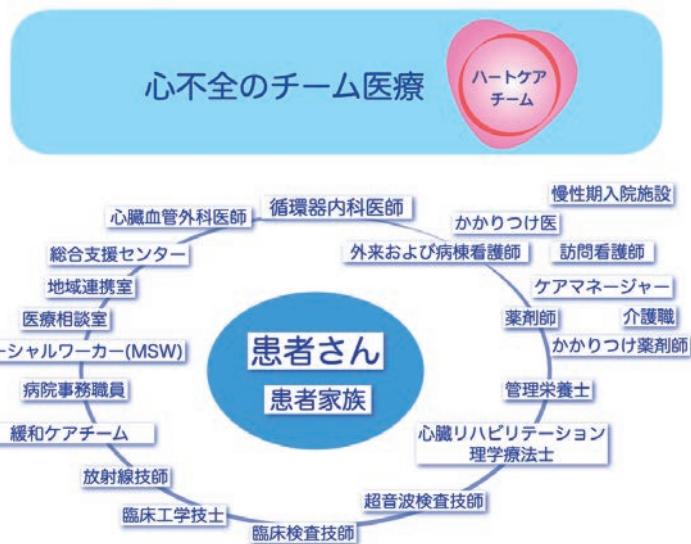
医師（循環器内科・心臓血管外科）、看護師、薬剤師、理学療法士、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー、臨床検査技師、臨床工学技士、診療放射線技師など。（慢性心不全看護認定看護師1名、心不全療養指導士5名、心臓リハビリテーション指導士8名）

心不全は全ての心臓病の進行した状態で、心機能が低下して全身の臓器の機能不全が出現し、また、血液の流れの停滞により全身のむくみ（浮腫）や肺うっ血による呼吸困難が出現します。そして、心不全は急な悪化（急性増悪）をくり返しながら病期（ステージ）が進行し、ついには終末期を迎えることになります。急性増悪をおこさないこと、早期に治療を開始し改善をはかることはもちろん、原因となる心臓病を早期に見つけて治療することが重要です。心臓病・心不全の患者さんのより良いLIFE（生命と人生）

のためには患者さん本人とご家族とともに「チーム医療」として多職種で取り組んでいくことが必要です。心不全や心臓リハビリテーション、アブレーション治療、ステントグラフト治療などに多職種で行うカンファレンスは、より良い治療のためには欠かすことができません。また、最新の知見やガイドラインをチームで共有できるよう院内の勉強会や心不全のエキスパートによる講演会などを積極的に開催しています。

心不全のステージが進行していく患者さんには緩和ケアの必要性が指摘されています。がん患者さんとは違い積極的な治療が症状の改善・緩和をもたらす可能性があり、最新の知見にもとづいて心不全に有効な治療法を検討し、同時に緩和ケアを行っていくことが重要です。がん患者さんへの緩和ケアの経験が豊富な当院の「緩和ケアチーム」と協力して、心不全の治療と緩和ケアをシームレスに提供していきます。

2016年から狭心症・心筋梗塞地域連携パス、2022年から心不全地域連携パスを開始し、地域の「かかりつけ医」やケアマネジャー、在宅に関わるスタッフとの連携をすすめ、地域とともにある「ハートケアチーム」として治療とケアに取り組み、心不全患者さんを支えます。





今回のヘルシーメニュー

アクアパッツァ



「アクアパッツァ」とは魚を水やワイン等で煮込んだイタリアの料理です。あさりやトマト、季節の野菜を入れることで旨味たっぷりの1品に仕上がります。今回は家庭にある調味料でできるレシピを紹介します。

材料 (2人分)

〈栄養成分 (1人分)〉
エネルギー120kcal 食塩相当量0.8g

白身魚 (タラ) …… 2切れ	ミニトマト…………… 6個	} (A)
塩、こしょう…………… 少々	酒 (白ワイン) …… 大きじ2	
オリーブオイル…………… 大きじ1	水…………… 150ml	
にんにく…………… 1/2切れ	コンソメ…………… 1g	
(チューブなら小さじ1/2)	パセリ…………… 少々	
あさりむき身…………… 50g		

下処理

- にんにく、パセリをみじん切りにする
- ミニトマトを半分に切る

作り方

〈レシピ考案〉
調理師 権代 仁司

- ① 魚に塩・こしょうを振り、フライパンで焼き色が付くまで焼く。
- ② 鍋にオリーブオイル、にんにくを入れて加熱し、香りが出たらあさり、ミニトマト、Aの調味料を入れ中火で沸騰するまで加熱する。
- ③ ②に①を入れさっと火を通す。
- ④ お皿に盛りパセリを散らす。



使用する魚はタラやタイ、スズキ、メバルなどの白身魚がおすすめです。これから旬を迎えるきのこを入れるとさらに旨味がアップします。また、あさりの代わりにシジミ、パセリを青葱に変えるだけで和風のアクアパッツァにすることもできます。

管理栄養士 圓道 麻衣



home exercise

ヘルスケア ホームエクササイズ

心疾患があっても適度に適切な負荷で運動をすることは重要です。

～運動の種類～

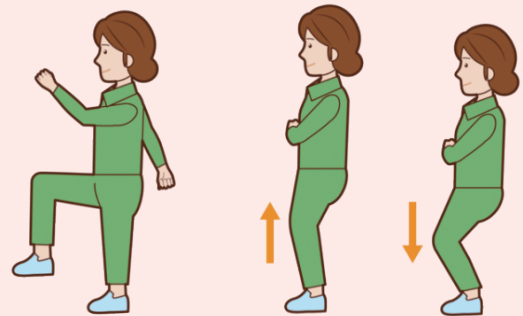
ウォーキングなどの有酸素運動や、ハーフスクワットなどの軽負荷の筋力トレーニングを行います。

～丁度良い運動負荷量～

会話をしながら続けられる程度の運動が適切です。「楽である」から「ややきつい」と感じる程度で運動し、「きつい」と感じたらより軽めの運動にします。ウォーキングは30分以上、ハーフスクワットは20回程度をそれぞれ週3回以上行うことが理想的ですが、無理のない範囲から少しずつ始めましょう。

～運動の注意点～

動悸、息切れ、胸の痛み、むくみや体重増加(1週間で2kg以上)があれば運動をやめましょう。朝目覚めてすぐや空腹時、食直後、冬場の早朝、夏場の日中などの時間帯の運動は避けましょう。運動時の水分補給の方法については医師に相談して下さい。



ウォーキング

ハーフスクワット

新任医師紹介

10月1日



麻酔科

なす ゆうへい
那須 祐平

松江市立病院公式SNS

松江市立病院公式
Facebook、Instagramを
開設しました。日々変化していく田和山の
自然や、院内の日常、
イベントなど随時発信い
たします。

診療日程表

令和4年10月現在

診療科	月	火	水	木	金		
総合診療科	鞍嶋	芦田	平井	芦田	山口		
腫瘍内科	—	—	武田	—	—		
糖尿病・内分泌内科	多田(再)・朝山	佐々木	佐々木(初) 多田(再)	多田	佐々木(再) 朝山		
循環器内科	初診	岡田	山口	松田	太田・佐貫	中村	
	再診	—	太田・松田・佐貫	岡田	山口・中村	—	
消化器内科	堀江・花田・河野	三浦・平井・山形	堀江・花田・村脇	山形・三浦・村脇	平井・河野		
呼吸器内科	小西	龍河・武田	小西(再)・山本	武田(初)・小西(再)	龍河		
脳神経内科	各医師交替(初)	高井(再)・中下(初)	鞍嶋(再) 高井・中下医師交替(初)	高井(初・再)	鞍嶋(初)・中下(再)		
小児科	佐野(初)・辻(再)	清水(初)・上山(再)	辻(初診)・佐野(再)	佐野(初)・辻(再)	上山(初)・清水(再)		
放射線科	飴谷・森山・川口	村上・森山・川口	飴谷・森山・川口	村上・森山・川口	飴谷・森山・川口		
精神神経科	飯塚(再)・小野(再)	板倉・小松	板倉・小野	林・小野	板倉(再)・大立(再)		
皮膚科	新石(初・再)	新石(初・再) 大学医師	新石(初・再)	新石(初・再)	新石(初・再)		
消化器外科	本城	安井	梶谷	福本	柳生		
乳腺・内分泌外科	内田	松井	須田	松井	内田		
呼吸器外科					大学医師(第2・4週) 14:00~16:00		
心臓血管外科	—	原田	—	—	原田		
脳神経外科	各医師交替(初) 中川(再)	山崎・阿武	各医師交替(初診) ~9:00	中川・瀧川(再) 阿武	山崎(再)・瀧川 阿武		
整形外科	青木(初)・楠城(再)	近藤(初)・石田(再)	奥野(初)・近藤(再)	石田(初)・青木(再) 近藤(再・午後)	楠城(初)・奥野(再)		
形成外科	松井	松井	松井	松井(初)~9:00	松井(再)		
産婦人科	初診	大石	田代	中曾	高橋	大石・中嶋	
	再診	高橋	入江(中嶋)	入江(中嶋)	中曾	田代	
	妊婦健診	中嶋	高橋	大石	田代	中曾	
泌尿器科	瀬島(再)・星野	山口	山口(再)・眞砂	瀬島	眞砂(再)・山口		
耳鼻いんこう科	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷	榎本・小谷		
眼科	板持・堅野	板持・堅野	堅野(再)	板持・堅野	堅野		
麻酔科 緩和ケア・ ペインクリニック科	緩和ケア	安部	安部・中右	—	安部・中右	—	
	ペイン	—	安部・小糠	中右	—	小糠・中右	
リハビリテーション科	徳田・福永	徳田	福永	徳田	徳田・福永		
歯科 口腔外科	午前	初診	石倉・加藤	高村	成相	石倉・加藤	成相
		再診	成相・高村・加藤	石倉・成相・加藤	石倉・高村・加藤	成相・高村・加藤	石倉・高村・加藤
	午後	再診	石倉・成相・高村	石倉・成相・加藤	石倉・高村・加藤	石倉・成相・高村	石倉・高村・加藤
		口腔ケア外科	大賀	大賀	大賀	大賀	大賀

※診療日程は変更となる場合があります。