

# 田 和 山 だ よ り

た

わ

やま

松江市立病院広報誌

回覧

春

2024年4 - 6月

spring

vol.24



[特集]

## 口腔外科をご存知ですか?

口腔外科をご存知ですか? ..... P2  
慢性副鼻腔炎について ..... P4  
栄養管理部のご紹介 ..... 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



日本医療機能評価機構  
認定番号 G0007-50号  
認定年度 GB057号



病院モットー

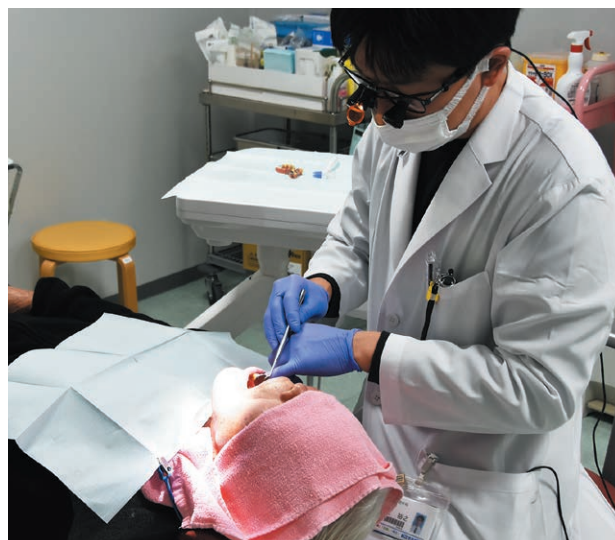
愛情 信頼 奉仕

## ❁ 口腔外科をご存知ですか？

### || 口腔外科とは

病院に歯医者さんがあるの？ 歯科口腔外科って何をするとところ？ 歯科と違うの？と思われる方は少なからずいらっしゃるでしょう。全国の病院の内、歯科口腔外科がある病院は13%程度といわれており、どこの病院にもあるわけではありません。

歯科は狭い領域ですが、その中に様々な専門分野があります。街の歯医者さんでは、「(一般) 歯科」、「小児歯科」、「矯正歯科」そして「歯科口腔外科」が標榜され、看板を目にされることもあると思います。(一般) 歯科では虫歯や歯周病、入れ歯の治療が、小児歯科では子供さんの治療が、矯正歯科では歯並びの治療がおこなわれます。歯科口腔外科は歯のみならず、顎口腔領域に生じる疾患の治療、機能回復を担当します。具体的には、智歯(親知らず)などの抜歯、顎変形症、顎骨骨折など



の顎顔面の外傷、炎症、嚢胞(袋状の病変)、良性、悪性腫瘍、粘膜疾患、顎関節疾患などの治療を行います。当科では、上記に加え、手術を要するインプラント治療による口腔機能回復にも力を入れ、また、糖尿病、心疾患や骨粗鬆症などの全身疾患をお持ちの患者さんの歯科治療も、適宜、かかりつけ医と相談しながら行っています。また、矯正歯科学会認定医が所属しており、歯科矯正治療も行っています。

### || 口腔ケア

近年、がんなどに対する全身麻酔下での手術前後の患者さん、抗がん剤治療や放射線療法中の患者さんに対して、口腔のマネージメントを行うことにより、食事に影響するような重症口内炎などの有害事象が減少し治療を円滑にすすめることができることが明らかとなりました。これまでの歯科それぞれの専門に、新たに患者さんに貢献できる分野が加わり、医科歯科連携として各医療機関で積極的に進められています。当科でも、手術、放射線治療、化学療法、緩和療法などを行う患者さんに対して、口腔ケア外来で担当医、歯科衛生士による診察、症状のマネージメントを行なっています。

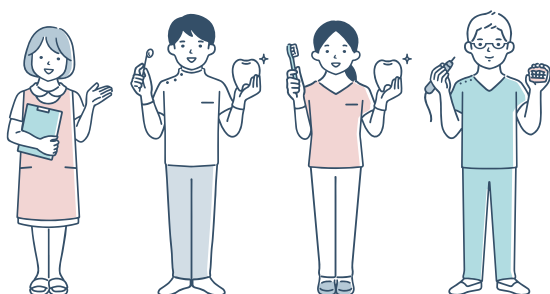
## || 当科の連携の様子

最近では、地域で各々の役割、専門を持った医療機関が協力しあって、切れ目なく患者さんの治療を行う医療連携が大切であると言われていています。歯科の中でも、それぞれの標榜科目が専門の街の歯医者さんと、外科処置により口腔に生じる疾患の治療をする口腔外科が連携して役割を果たします。皆さん一人ひとりがかかりつけ歯科を持ち、かかりつけ歯科で定期健診、虫歯や歯周病、入れ歯の治療などを、口腔外科で外科処置などの治療を行うかたちです。当科では地域のかかりつけ歯科医院、かかりつけ医院との地域連携により、また、院内の他診療科と連携し、協力しながら治療に当たっています。



## || 元気で長生きのために

歯、口腔と全身の関わりが研究され、口腔の健康を保ち、口から食べて食事を楽しむことが元気で長生きを支えることに繋がることが明らかになってきました。食べることは生きること。お口のトラブルを予防するために、トラブルでお困りの時のために、まずは、すぐに相談できる、かかりつけ歯科医院を持ちましょう。そして、こまめに定期健診を受けることが大切です。



歯科口腔外科 医師  
成相 義樹

# ❁ 慢性副鼻腔炎について

## Ⅱ 副鼻腔炎（蓄膿症）について

副鼻腔炎と言われるとピンとこなくても、蓄膿（ちくのう）症と聞くとイメージが湧きやすい方も多いと思います。

鼻の周りには、副鼻腔と呼ばれる4つの空洞（上顎洞、篩骨洞、前頭洞、蝶形骨洞）があり、この中に炎症が起こる状態を副鼻腔炎といいます。（図1）

風邪などのウイルスや細菌の感染によって鼻腔から副鼻腔に炎症が及んだ状態が急性の副鼻

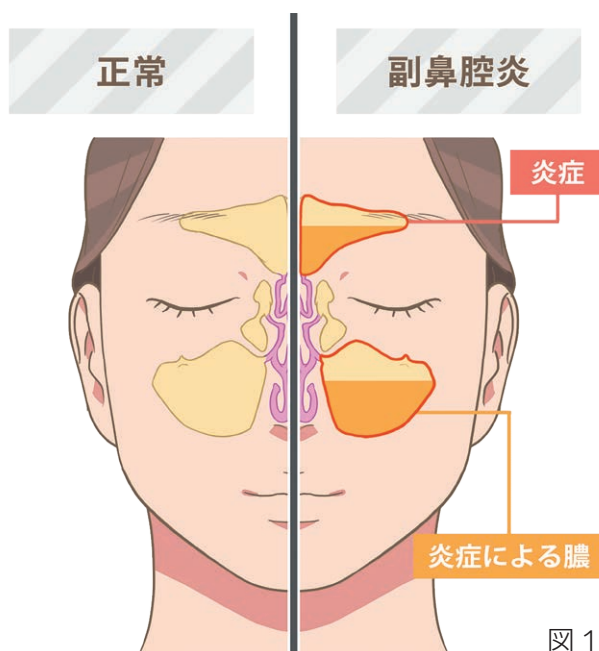


図1

腔炎です。急性期には発熱、鼻づまり、黄色く匂いのある鼻汁、鼻の周りや頬、額の痛みが出ますが、風邪症状の改善とともに自然に治ることも多く、また短期間の薬物治療で通常は1ヶ月以内に改善します。風邪症状が落ちついたあともすっきりとせず、慢性期に移行した場合には注意が必要です。炎症が長引くと貯まった膿を副鼻腔から外に追い出す粘膜の働きが障害され、粘膜が腫れて副鼻腔と鼻腔をつなぐ経路がつまってしまい、さらに炎症が治りにくくなるという悪循環に陥ります。さらには腫れた粘膜が鼻腔まで突出してポリープ（鼻茸）となります。鼻づまりや鼻汁、後鼻漏（鼻水がのどに垂れる状態）の他に頭が重い、体がだるい、仕事や勉強に集中しづらい、においが分かりづらいなどの症状を来し、生活の質を落とす原因となることもあります。

## Ⅱ 副鼻腔炎の治療

慢性副鼻腔炎の治療は、マクロライド系抗生物質を通常量の半量で長期間内服する治療を行います。内服治療で改善しない場合は内視鏡手術を行います。

慢性副鼻腔炎の手術は、以前は歯茎や眉毛の下を切る手術が行われていましたが、現在では鼻の穴から細い棒状の内視鏡を入れてモニターで見ながら操作をする内視鏡手術が主流となっており、外から見える部位に傷がつくことはありません。低侵襲の

手術となるため、入院期間も以前より短縮して4泊5日程度となっています。

副鼻腔は目や脳などの重要な器官に隣接した部位にあるため、手術時には損傷しないよう十分な注意が必要となります。当院では合併症を予防し安全に手術を行うため、ナビゲーションシステムという手術支援装置を導入しています。(写真1) ナビゲーション



写真1

システムとは、手術前に撮影した患者さん自身の精密なCT画像をカーナビのように利用し、手術器具の位置をリアルタイムで把握することが出来る装置です。個人差も大きく複雑な構造をしている副鼻腔の病変の位置、重要な器官の位置を正確に把握することで、安全性を高め、手術時間を短縮することが出来ます。

## II 難治性の副鼻腔炎

近年、薬物療法や手術による治療を行っても何度も再発してしまう治りにくい副鼻腔炎が目立つようになってきました。好酸球性副鼻腔炎と言われるこの病気は、従来の副鼻腔炎のような細菌感染が原因ではなく、自身の免疫系細胞の一つである好酸球が鼻内で増加して炎症を起こすことにより生じます。治療抵抗性であること、長期の治療が必要となること、まだ未解明な部分も多く根治



的な治療方法が確率されていないことなどから、2015年7月に厚労省により難病に指定され、難病医療費助成制度の対象疾患となりました。手術後に再発した重症の好酸球性副鼻腔炎に対して、2020年には新たな生物学的製剤の使用も承認されました。助成制度を受けるためには難病指定医による診断が必要であり、当院でも診断、治療を行っています。



耳鼻いんこう科 医師  
小谷 宏子

# 栄養管理部のご紹介

## 栄養管理部

栄養管理部では入院患者さんへ美味しく安全な食事を提供するとともに、様々な医療スタッフと連携し患者さん個々の病状に応じた栄養サポートを行っています。

### <給食管理>

一般治療食(常食、軟菜食、嚥下調整食、流動食、幼児食など)や特別治療食(糖尿病食、腎臓食、消化管術後食など)等、約130種類ある食種の中から医師の指示のもと、患者さんの病状に応じた食事を調理師・調理員などが衛生的に調理し提供しています。

また、入院中の食事を楽しみにしていただけるよう行事食や出産祝い膳などを提供しています。



- ・クリスマス  
(ローストチキン)
- ・お正月(おせち料理)
- ・節分  
(手作り寿司盛り合わせ)
- ・出産祝い膳
- ・産後の方のおやつ

### <栄養管理>

#### ・入院患者さんの栄養管理

入院患者さんの栄養状態を評価し、栄養量や食形態、アレルギー対応などが適切か確認をしています。また、食欲が低下している患者さんなど、食事調整が必要な方の病室を訪問し、負担なく食事を召し上がって頂けるよう食事内容の調整を行っています。

#### ・チーム活動への参加

管理栄養士が栄養サポートチームや嚥下チーム、緩和ケアチームなどのチーム活動へ参加し、他職種と連携しながら、患者さんの栄養状態の維持・改善につながるよう栄養サポートを実施しています。

#### ・栄養食事指導

入院及び外来患者さんとそのご家族を対象に、個別に栄養指導・相談を行い、日常生活での療養を栄養面から支援しています。予約制のため、ご希望の方は主治医へご相談ください。

病院における給食は食事であると同時に、治療の一環として医療の上でも重要な役割を担っています。令和2年から、当院の給食部門は病院の職員が管理する直営となりました。患者さんの声が直接届きやすい環境を活かし、タイムリーな食事調整・栄養管理を行っていきたく考えています。

栄養管理部  
渡部 華奈

# ヘルスケア キッチン

recipe

今回のヘルシーメニュー

春キャベツたっぷり

## ジャンボハンバーグ



キャベツをたっぷり使った、ヘルシーなハンバーグレシピを紹介します。ボリュームたっぷりですが、野菜が多いため あっさりとしたいただける一品。個別に成形せずにフライパン全面で焼くので時短にも繋がります。

今回は直径26cmのフライパンを使用しました。

### 材料 (3人分)

- 〈栄養成分 (1人分)〉  
エネルギー280kcal たんぱく質15g 食塩相当量1.3g
- キャベツ …………… 200g
  - 合挽ミンチ …… 200g
  - 卵 …………… 1個
  - 玉ねぎ …………… 1個
  - エリンギ …………… 50g
  - 片栗粉 …………… 大さじ3
  - 鶏ガラスープの素… 大さじ1
  - サラダ油………… 大さじ1



### 作り方

〈レシピ考案〉  
調理員 遠藤千恵子

- ① キャベツを千切りにする。
- ② 玉ねぎとエリンギをみじん切りにして、フライパンで炒めておく。
- ③ ボウルにひき肉と①、②、鶏がらスープの素、卵、片栗粉を混ぜ合わせる。
- ④ フライパンにサラダ油をひき、③をフライパン全面に広げ入れ、丸く形を整えて焼く。
- ⑤ 焼き色がついたらフライ返しで裏返し焼く。
- ⑥ 皿にスライドさせて盛付け、付合わせにゆでブロッコリーやトマトを添える。
- ⑦ お好みでねぎをトッピング、ハンバーグソースやおろしポン酢などかける。
- ⑧ カットして皿にとりわける。

早春から出回る春キャベツはやわらかくシャキシャキとした食感を楽しめます。キャベツにはビタミンUが多く含まれており、胃腸粘膜の修復を助ける効果があります。

環境の変化でストレスを感じやすいこの時期、体調管理の強い味方になってくれるかもしれません。

栄養管理部  
森山 純子

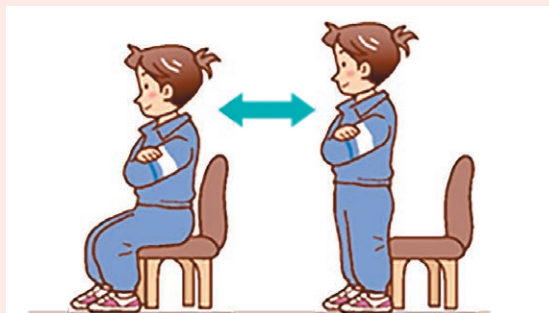
## home exercise



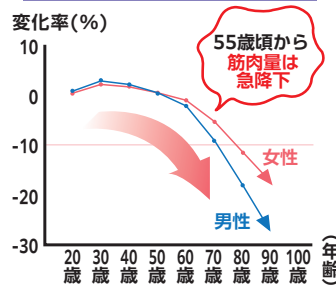
# ヘルスケア ホームエクササイズ

### 椅子立ち上がりテスト

- ①背筋を伸ばして椅子に座り、両手を胸の前に組む。
- ②膝が完全に伸びるまで立ち上がり、すぐに座る。
- ③これを連続で早く10回実施し、その時間を計測する。



### 筋肉量の20歳からの変化率



筋肉量は20代をピークに年々減少していき、55歳を過ぎると急激に減少します。その中でも特に下肢の筋肉量が一番減少すると言われていています。今回は下筋力低下を簡便に測定できる「椅子立ち上がりテスト」を紹介します。

**\*膝や腰に痛みがある場合はやめておきましょう。**  
**時間が遅かった場合、下肢筋力が低下している可能性があります。**  
**下肢の筋トレやウォーキングなど行いましょう。**

年齢	男性			女性		
	速い	普通	遅い	速い	普通	遅い
20~39	~6秒	7~9秒	10~秒	~7秒	8~9秒	10~秒
40~49	~7	8~10	11~	~7	8~10	11~
50~59	~7	8~12	13~	~7	8~12	13~
60~69	~8	9~13	14~	~8	9~16	17~
70~	~9	10~17	18~	~9	11~20	21~

リハビリテーション部  
上田 正樹

保険証の代わりに  
マイナンバーカードで **マイナ受付** 



マイナンバーカードで  
健康保険証を確認希望の方は  
**①・⑥受診・紹介** 受付  
担当者へお声がけください。

 **無料Wi-Fiサービスのご案内**

外来待合所・会計付近・救急外来・入院病棟で利用できます！

患者さん及びご家族が快適に過ごせるよう無料Wi-Fiをご利用いただけます。利用規約、接続の仕方、認証方法についてはHP「院内の施設・設備」ページ(右QRコード)でご確認ください。



▲院内の施設・設備ページへ

※利用可能時間 **7:00~21:30** (1接続4時間で再接続可)

## 診療日程表

令和6年4月現在

診療科	月	火	水	木	金	
総合診療科	河野	芦田	小西	阿武	河野	
腫瘍内科	—	—	武田	—	—	
糖尿病・内分泌内科	朝山・多田(再)	佐々木	佐々木・多田(再)	多田	朝山・佐々木(再)	
循環器内科	初診	岡田	大嶋	松田	太田・佐貫	中村
	再診	—	太田・松田・佐貫	岡田	大嶋・中村	—
消化器内科	堀江・池田	金築・三浦・河野	堀江・花田	三浦・村脇	金築・池田	
呼吸器内科	小西	初:第1・3週 龍河(再) 初:第2・4週 武田(再)	新井	小西(再)・武田	龍河	
脳神経内科	各医師交替	高井(再)・田中	鞆嶋(再) 高井・田中医師交替	高井	鞆嶋・田中(再)	
小児科	福嶋(再)・辻	福嶋(再)・松浦	宮石(再)・辻	辻(再)・宮石	福嶋・松浦(再)	
放射線科	飴谷・森山・川口	牧嶋・森山・川口	飴谷・森山・川口	牧嶋・森山・川口	飴谷・森山・川口	
精神神経科	木山(再)	板倉・小松(再)	板倉(再)・木山(再)	伊藤(再)・木山	板倉(再)	
皮膚科	新石	新石	新石	新石	新石	
消化器外科	本城	—	梶谷	福本	前田	
乳腺・内分泌外科	内田	内田	須田・内田	松井(再)・内田	内田	
ゲノム診療科	—	—	—	第1・3週 内田	—	
呼吸器外科	—	荒木	小嶋(再)	荒木	—	
心臓血管外科	—	原田	—	—	原田	
脳神経外科	各医師交替 中川(再)	古田・阿武	各医師交替 ~9:00	中川・瀧川(再)	古田(再)・瀧川 阿武(再)	
整形外科	楠城(再)・青木利	田中(再)・近藤	近藤(再)・青木美	青木利(再)・田中 近藤(再)	青木美(再)・楠城	
形成外科	松井	松井	松井	松井 ~9:00	松井(再)	
産婦人科	初診	大石	田代	木村	高橋	大石
	再診	高橋	入江	入江	中曾	田代
	妊婦健診	木村	高橋	中曾	田代	中曾
泌尿器科	安川・瀬島(再)	山口	岩本・山口(再)	瀬島	山口 第2・4・5週 岩本(再)	
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	
麻酔科ペインクリニック科	足立	安部・小糠	倉敷・中右	足立	第1・3・5週 倉敷 第2・4週 中右	
緩和ケア科	安部	安部・中右	—	午前 小糠 第1・3・5週 中右 第2・4週 安部	—	
リハビリテーション科	福永	徳田	福永	徳田	第1・4・5週 馬庭 第2・3週 福永	
歯科口腔外科	初診	成相	高村	加藤	成相	高村
	再診	高村・加藤	成相・加藤	成相・高村	高村・加藤	成相・加藤
口腔ケア外来	大賀	大賀	大賀	大賀	大賀	

(再): 再診のみの診療 ※診療日程は変更となる場合があります。