

雪わり草



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

2016 47号



表題（愛称）雪わり草

安曇野赤十字病院広報誌

写真解説

「一つのいし、三つのいし」（正面玄関前の石彫）

石彫刻家横澤英一氏（諏訪市在住）による作品で平成 27 年 11 月 29 日に据えられた。

3 年ほど前、横澤氏と平林平治氏（諏訪市在住）が、澤海名誉院長（当時院長）から当院の将来についての想いを聞く中で、安曇野赤十字病院が地域への貢献とともに発展することに思いを寄せられ、両氏ほか有志一同の皆さんが石彫作品を寄贈することを決意された。病気の回復を願い、地域医療の発展を願い、安曇野地域の発展を願い、患者さんと病院・職員が一致協力して取り組んでいく願いが込められ「一つのいし、三つのいし」と命名された。

Contents

- 02 年頭にあたり
- 03 心房細動
- 04 職場紹介
- 05 トピックス
- 06 当院の認定看護師
- 07 診察室の窓から
- 08 地域の診療所紹介
- 09 地域の診療所紹介
- 10 セカンドオピニオン外来のご案内

冬の厳しさに耐え
春の訪れを告げるように
雪を割って可憐な花を
咲かせる雪わり草。
この小さな花の希望を持って
逆境に耐え抜く力強さを
紙面に載せ、地域の皆さまへ
お届けしたく
「雪わり草」と名付けました。
花言葉：忍耐・信頼・はにかみやなど



この広報誌は地球にやさしい再生紙を使用しています。

年頭にあたり

院長 中野 武



新年あけましておめでとうございませう。

近年医療界を巡る動きは大きく、超少子高齢化のなか2025年に向けて地域医療構想の動きは待ったなしです。すでに大きな変化が行われています。今年はその動きが更に加速されます。地域包括ケアシステムにおいて、地域のニーズ、時代制度の流れを踏まえ、当院機能について向き合う覚悟です。

さて昨年の出来事では、長野県内では幸い大きな災害出動は無かった年でもあります。しかしその1年前は御嶽山の噴火災害、神城断層地震などありまし

た。国内外を見れば大きな災害は絶えず発生しています。当地は糸魚川静岡構造線にあり近い将来の地震発生が懸念されています。地域唯一の赤十字病院として担うべき災害への備えも怠りなく行います。

また昨年春には院長、副院長、看護部長の人事に変更がありました。新体制のもと10月の病院機能評価受審は、本体に当たる機能種別一般病院2のほかに、副機能としての回復期リハビリ病棟機能についても、おおむね良好なご評価を頂いたと思います。昨年からは医療連携課、医療相談、訪問看護ステーション、

訪問リハビリテーションを地域医療連携センターとして機能統合を推進しました。それを受けて、クリニック訪問、病診連携の会、救急隊との懇談の機会を多く設けることができました。これも地域の皆様のお蔭と感謝申し上げます。

健全経営に努め、地域とともに成長する明るい病院をつくりたい。

病院の基本理念

- 人道・博愛の精神のもと医療を通じて地域に貢献します
- 患者さんの権利を尊重し、安心・安全な医療を提供します
- 救急医療の充実を図り、急性期から福祉との連携まで、つねに患者さんに寄り添い、地域から信頼される病院づくりに努めます
- 災害救護、地域保健活動などの社会活動へ積極的に参加します

新しい理念、方針のもと今後も引き続き安曇野赤十字病院が、地域にとって有用な病院であり続けたい。思いやりを大切に安心、良質な医療提供を第一に活動したいと思っております。そのためには自己研鑽は言うまでもなく、多方面からのご提案、お知恵も頂きたいと考えます。当院の使命は言うまでもなく地域から求められる病院であることですので、職員一同努力いたしますので、よろしくお願ひ申し上げます。

特集1

心房細動



副院長 循環器内科 木下 修

心房細動は加齢とともに増加し、70歳代の5%、80歳代の10%に起こる不整脈です。生命に関わるような危険な不整脈ではありませんが、脳梗塞の原因の1つになるため治療が必要です。

心房細動の種類と症状

心房細動が起こっても、数時間から7日以内に自然に止まるのを発作性心房細動、7日以上続く持続性心房細動と呼びます。弁膜症や心筋症などの心臓に病気があって起こる場合と、全く心臓に病気がない若い人におこる場合もあります。甲状腺機能亢進症や、ストレス、過労、薬が誘因になる場

合もあります。動機、息切れ、胸部不快感などの症状が強い人もいれば、全く症状がない人もいます。

診断方法は？

持続性心房細動では心電図を記録すれば診断できます。発作性心房細動では発作時に心電図をとらないと正常と診断されますので、24時間連続して心電図を記録するホルター心電図や、発作時に自分で記録する携帯型心電計を用います。

どのような治療をしますか？

発作性心房細動では抗不整脈薬を用いて発作の頻度を少なくしたり、症状を和らげたりします。持続性心房細動では心拍数をコントロールします。脳梗塞になる危険性が高い人は抗凝固薬（血液を固まり難くする薬）を内服します。

脳梗塞になりやすい人は？

心不全（心筋梗塞や弁膜症などの心臓の病気があり心臓の動きが弱い人）、高血圧、75歳以上、糖尿病、脳卒中の既往のある人が心

抗凝固薬にはどのようなものがありますか？

心房細動を併発すると心房性脳塞栓症（脳梗塞）になりやすいといわれています。このような人は、血液が固まるのを防ぐため、抗凝固薬を内服して予防します。

抗凝固薬にはどのようなものがありますか？

古くからワルファリンといって血液が固まるのを防ぐ薬があります。これを飲んでいる人は納豆を食べてはいけないといわれる薬です。クロレラ、青汁も駄目です。ホウレン草などの野菜や、海苔などもビタミンKが多く含まれているため、一度に食べ過ぎるとワルファリンの作用が弱くなります。逆に、痛み止めや、抗生物質など多くの薬の影響を受け、効きすぎると出血しやすくなります。なぜ薬などでも5日以上飲むときは注意が必要です。薬の効き具合が常に変動するため、定期的な血液検査が必要になります。薬の量も人により異なり、1錠で効く人もいれば10錠必要な人もいます。

最近、食べ物や（納豆を食べるともよい）、他の薬の影響を受けな

非薬物治療

徐脈性心房細動（心拍数が少ない、あるいは5秒以上心臓が止まって、めまいやふらつきたりする）ではペースメーカーが必要になります。逆に頻脈性心房細動で、抗不整脈薬を用いても効果がなく、発作時の症状が強い人ではカテーテル治療や手術を行います。



血管造影室（こちらでカテーテル治療をおこないます）

着任医師を紹介します



内科医師 樋端 恵美子

産休育休を頂いて、昨年11月から外来に復帰しました。非常勤の勤務で専門は腎臓内科、透析科です。外科系後期研修中に腎臓内科に転科したので内科のキャリアはまだ浅いのですが、透析の患者さんからの相談は、まず私達透析科の医者が受けます。色々な科に関連した相談があり、勉強の毎日です。そのため、一般内科、救急での診療にも参加させていただいています。また、好奇心から院内のいろいろな場所に出没することがありますが、怪しいものではありませんので、見かけた方は大目に見ていただければ幸いです。これからもよろしくお願い致します。

トピックス

第10回 信州病院前救急初療協議会(メディカルラリー)で優勝



第10回 信州病院前救急初療協議会(メディカルラリー)で優勝

平成27年11月14日「第10回 信州病院前救急初療競技会(メディカルラリー)」が開催され、当院の藤田集中治療部長、柏原看護師長と北アルプス広域消防局救急救命士で構成するチームが優勝しました。大会は県内各二次医療圏の病院スタッフ(医師・看護師)と地元救急隊員がチームとなり、病院搬入前で起こるシナリオに対して、適切に処置・観察・診断・治療できるかを競い合う競技会です。当院は年間約3,000件の救急車を受け入れており、救急救命士とのチームワークは非常に重要です。今回の優勝は当院にとって大きな誉となりました。優勝賞品の木製バックボードは正面玄関でお披露目しておりますので是非ご覧ください。

「安曇野医療と地域包括ケアを考える」シンポジウム

平成28年1月9日安曇野市役所にて「安曇野医療と地域包括ケアを考える」シンポジウム(主催:安曇野市医師会)が開催され、当院の中野武院長がシンポジストとして「安曇野市における在宅医療の現状と展望」をテーマに発表しました。会場は満席となり、市民の方々の関心の高さがうかがえました。



「安曇野医療と地域包括ケアを考える」シンポジウム

医療安全推進室

■スタッフ体制

医療安全推進室長…木下 修(副院長)
 医療安全管理者……胡桃伸子(看護副部長)
 専従者…2名、専任者…4名



医療安全推進室スタッフ一同

こ んにちは、医療安全管理者の胡桃と言います。医療安全推進室に勤務して、室長(医師・副院長)、医薬品安全管理者(薬剤師)、医療機器安全

さ て、皆さんは病院にはどのようなイメージをお持ちでしょうか? 病院は、

病院の理念のひとつに『患者さんの権利を尊重し、安全・安心な医療を提供する』とあります。どうぞ、私たち職員と共に、患者さん・ご家族も医療チーム

管理者(臨床工学技士)、医療事故・紛争担当者(検査技師・医療メディーエーター)、院内感染管理者(看護師)と役割分担、協力をしながら病院内の安全を守る役割を担っています。

医 療安全管理者は、病院内で医療安全活動が実践できているかを監督しながら、多くの職員と協力して患者さんの安全・安心につながる活動を進める業務をしています。具体的には、医療安全に関する研修会や安全情報の発信を行い、職員一人一人に安全文化を根付かせる教育的な関わりをしています。

また、起きてはならないことですが医療事故が起きた際には原因究明と再発防止に向けた取り組みをします。そして、患者さんやご家族が、医療を受ける中での疑問や入院上の不安などに関することについて、医療相談窓口の担当者の一員として活動しています。

その信頼と期待は病院にとつては、とても励みにもなり、有り難いことであると感謝しています。私たち職員は、患者さんに一日も早く良くなっていただき、元気に日々の生活をお過ごし、元気に日々の生活をお過ごし

し かし、医療界での常識は、『医療は不確実である安全なもの』と言われていたことをご存知でしょうか? 病院には、わからないことや危険に繋がることが、たくさん潜んでいるということや、少しでも皆さんに知っていただきたいと思

是 非、医療チームの一員として、安全・安心な医療への参加にご協力をお願いします。



全職員対象の医療安全研修会を定期的に開催しています。

も安全で安心な場所。間違いなんて絶対に起きない」というようなイメージを抱き、期待して受診していただいている患者さんやご家族も多いのではないのでしょうか。

① 自身の正確な情報を提供していただくことをお願いします。

② 質問や気になることがあります。したら遠慮なく職員にお尋ねください。

③ 治療内容を医師と一緒に話し合うこと。

の3点をお勧めいたします。特にお薬・食べ物などのアレルギーや副作用の情報は大切です。

の1員となつていただき、協力して安全・安心な医療を目指していきたいと思つています。そのためにも患者さんには、

ご存知ですか? 『訪問看護』

訪問看護認定看護師 矢口亜希子

り添い、主治医や多職種と連携しながら、「生活の場、いつもの場所」で、お取り扱いができるようにサポートします。

訪問看護を利用するには

訪問看護は、病名や年齢により利用できる保険が異なり、介護保険・医療保険の両方にまたがるサービスです。自宅での生活に不安や希望がある方は、主治医やケアマネージャーにご相談下さい。看護師が自宅での生活を支え、寄り添います。是非、訪問看護をご活用下さい。

さまざまな訪問看護の利用

自宅へ訪問するだけではなくグループホームや有料老人ホーム等に入居されている方への訪問もしています。

「護ればいいのか?」などといった希望や不安について相談にのり一緒に考えます。

そして、安心して生活していただける様に、①病状や健康状態の管理 ②主治医の指示に基づく点滴や創傷処置・医療器具の管理 ③清潔や排泄の援助 ④リハビリテーション ⑤苦痛の緩和 ⑥介護相談・家族支援 ⑦医師との橋渡しなど、予防から看取りまで、体調や自宅に合った方法を一緒に考えサポートします。又、24時間365日連絡がとれ、訪問出来る体制となっております。

自宅で最期まで過ごす事ができます

最期は自宅で迎えたい、迎えてあげたいという思いに寄り添います。

で、病气や障害があっても、医療や介護・福祉を受けながら、住み慣れた自宅で自分らしく生活が出来るように寄り添う「訪問看護」について紹介させていただきます。

訪問看護とは?

看護師、理学療法士、作業療法士等が自宅へ伺い、療養生活をサポートします。現在、当ステーションでは約120名の方のご自宅に訪問させて頂いています。

訪問看護は、何してくれるの?

「可能な限り自立した生活がしたい。」「医療機器や処置があっても自宅で暮らしたい。でも、不安がある。」「どうやって介



訪問看護 ST スタッフ一同

地域包括ケアシステムの制度化により「在宅医療・介護」がますます注目されてきています。そして、これから迎える多死社会にむけ、在宅で生活しながら最期を迎える「在宅看取り」の充実も望まれています。そこ

入院中の関わり

病院から退院する際には、病棟看護師や多職種と一緒に自宅での生活を見据えて入院中から相談に応じます。

訪問看護認定看護師として

病院や、地域の医療・介護従事者等だけでなく、地域住民の方々にも、在宅医療・介護の実際を理解して頂き、生活の中で医療・介護が出来る事、そして



訪問看護の様子

認定看護師とは?

看護師として5年以上（うち専門領域で3年以上）の実務経験を積んだ後、日本看護協会が認定する「認定看護師」資格を取得し、特定の看護分野において熟練した看護技術と知識を有することが認められた者をいいます。当院では現在10名の認定看護師が活躍しています。

診察室の窓から

20

遠い思い出

今 から二十年くらい前、外来の番号でのお呼び出しが、始まった頃のことです。診療の現場ではないのですが地域の会合で、ある年配の男性からお叱りをいただいた。番号で診察室に呼ばれたことで、遠い昔の大変悲しい記憶を思い出されたそうです。

昔 シベリアに抑留されていた時の思い出です。彼の地では、人格を全く無視され、物として扱われたそうです。個性を完全に剥奪する手段として、一人ひとり名前ではなく番号で呼ばれたという記憶です。帰国の夢を乗せた列車が西に向かった時の絶望感。北国の冬の暗さと寒さ。待ち遠しかった春のこと。短い異国の夏。過酷な労働と耐え難い飢餓。そして恋焦がれた故郷の山並み。などお話しされた。

遠 い昔と言っても自分の父母の時代のことです。



院長 神経内科 中野 武
安曇野とシベリア。広い空は繋がっていて、冬には彼の地からの寒気が、安曇野の山々と里に雪をもたらします。

番 号での呼び出しは、銀行や役所でも当たり前となり、外来では名前でお呼びして逆に叱られる時代となりました。そして遠いシベリアの記憶を語る人に出会うことも本当に少なくなりました。新雪の山並みを見ていて蘇った記憶。里に積もった湿った雪は、安曇野に春が近いことを告げています。

スマイル歯科クリニック

〒399-8205
安曇野市豊科 5024-2
☎0263-88-3221



OutLine

- 【診療科】 歯科、小児歯科、矯正歯科、
歯科口腔外科
- 【診療時間】 午前 9:00~12:30(受付
時間9:00~12:00)
午後14:00~18:30(受付
時間14:00~18:00)
土曜日午後14:00~17:00
(受付時間14:00~16:30)
- 【休日】 日曜日、祝日

歯を失う原因のうち約4割が歯周病、約4割がむし歯といわれています(残り約2割は矯正などその他の抜歯)。生涯できるだけ自分の歯で過ごしてほしいと考え、予防に力を入れるとともに、歯周病やむし歯に罹患しても安易に抜歯や抜髄をせず、できるだけ歯の神経の保存や歯を残す可能性を追求しています。また、歯周病やむし歯で保存が難しい場合でも歯周外科治療、再生治療、矯正治療などを駆使して保存につとめ、やむを得ず抜歯に至った場合は義歯治療、自家歯牙移植、インプラント治療などにより歯牙欠損の防止、欠損拡大の防止に努め、質の高い医療を常に提供することを目指しています。

—診療所の専門や特色を教えてください—

—先生の理念を教えてください—
当医院は平成25年11月に開業しました。「予防こそ最高の治療」と考え、予防を診療の中心に置き「できるだけ歯を残せる治療を」と、患者さんと歯にやさしい治療を心掛けています。

インタビュー

—地域の皆さんへひとこと—
口腔の病気は全身の病気に影響を及ぼすことが分かってきており、医師の先生方との連携も重要性を増してきております。定期的な歯科検診により、歯周病などの病気を予防し



伊藤允人院長先生とスタッフの皆様

—ご趣味は—
趣味は旅行に行くことや自然が好きでキャンプなどをしてしています。それから最近始めたことですが、第1回信州安曇野ハーフマラソン出場を機にマラソンをはじめ、今では何とかフルマラソン完走できるくらいにはなりました。他にはゴルフやボーリングをしています。どれもまだまだの腕前ですが楽しく続けていきたいと思っています。

村山医院

〒399-8303
安曇野市穂高4599
☎0263-82-2101



OutLine

- 【診療科】 外科、内科、乳腺外科、
内分泌内科
- 【診療時間】 月・火・水・金(8:30~12:00、
15:00~18:00)、
木・土(8:30~12:00)
- 【休診日】 木・土の午後、日、祝日、
年末年始、お盆

—地域の皆さんへひとこと—
安曇野赤十字病院さんには無理な紹介をしても受け入れをして頂き感謝しています。居宅支援・ヘルパー・ステーション・訪問看護・デイサービス

—開業までの経緯を教えてください—
昭和13年に祖父が開業し、父が平成13年まで継承。自分は信州大学医学部の乳がんや甲状腺がんを専門とする外科学第2に在籍させていたため、現在も安曇野赤十字病院の乳腺外来にて非常勤で診察させていただいています。

—先生の理念を教えてください—
理念といえるようなことはありませんが、敬愛する開業医の先輩先生は、わからないことは率直にお話をし、抱え込まないですぐに専門の先生に紹介するということを実践されており、患者さんのためになるものと感じています。

インタビュー



職員研修(救命講習)の様子



村山幸一院長先生とスタッフの皆様

ピスの愛友会の職員と共に、微力ながら在宅医療に関わらせていただいております。これからも他事業者・医療機関・地域の皆様と連携しながら努力していきたいと考えております。

—地域の皆さんへひとこと—
医院は、明るく開放感のあるエントランスや個室診察室など、とても先進的な印象を受けました。院長先生をはじめ笑顔で迎えて下さったスタッフの皆さん、お忙しい中ありがとうございました。更なるご活躍をご祈念いたします。



診察室は個室となっています

たり、コントロールすることは単に歯や口腔の健康を守るのみならず全身の健康を守ることにつながり、生涯豊かで快適に過ごすために極めて重要と考えます。

—地域の皆さんへひとこと—
温かみのある医院には地域の医療を担ってきた歴史を随所に感じました。医院での診療から訪問診療、デイサービスなどお忙しいなか、何度も訪問させていただきました。院長先生をはじめスタッフの皆様がますますのご活躍をご祈念いたします。



超音波検査装置

安曇野赤十字病院セカンドオピニオン外来のご案内

セカンドオピニオン外来とは

セカンドオピニオンとは、患者さんが納得のいく治療法を選択することができるように、現在治療を受けている担当医とは別に、違う医療機関の医師に第2の意見を聞くことです。セカンドオピニオン外来は「相談」のみで、診療行為（検査・治療・投薬）は行いません。担当医からの診療情報提供書が必要となります。また、健康保険給付の対象とはならず、全額自己負担となります。

セカンドオピニオンの対象の方

他院で治療中の方

- ・患者さんご本人の相談を原則としますが、ご本人が来院できない場合は、ご家族（二親等以内）の方が相談されることも可能です。

ご相談内容について

相談内容は病気の診断や治療に関する事に限ります。

- ・担当医に対する不満、転医希望、医療事故に関する相談など、内容によっては応じかねる場合もありますのでご了承ください。相談内容をお聞きしセカンドオピニオン外来よりも一般外来での診察が良いと判断される場合には、一般外来の受診をお勧めいたします。相談可能な診療科についてはお問合せ下さい。

必要な資料について

- 1、現在治療を受けている担当医師からの診療情報提供書（紹介状）
- 2、レントゲン、CT、MRI画像、血液検査などの検査資料
- 3、当院所定の「セカンドオピニオン外来申込書兼同意書」、ご本人が来院できない場合は「ご家族による相談の場合の同意書」（当院ホームページよりダウンロードすることもできます）

お問合せからセカンドオピニオン外来当日までの流れ（完全予約制です）

- 1、地域医療連携課へお電話をお願いします。（電話 0263-72-2160）
 - ・セカンドオピニオンに該当するか、必要な書類があるかなどを確認させていただきます。
- 2、資料と申込書のご提出
 - ・原則、資料を持参のうえご来院いただきます。・相談希望日などをお聞きし、申込書をご記入いただきます。（ご提出いただいた資料は相談日までお預かりいたします。）
- 3、予約日時の確定
 - ・セカンドオピニオン外来は完全予約制です。当院から予約日時を文書にて通知いたします。
- 4、相談日当日
 - ・予約時間の15分前までに総合受付へお越しください。
 - ・相談時間は原則30分以内で最長1時間となります。
 - ・セカンドオピニオン終了後、お預かりした資料はすべてお返しいたします。
 - ・後日当院から御担当医宛てに報告書を送付させていただきます。

料金

相談料は、30分以内 10,800円（税込）、30分超え1時間以内 21,600円（税込）となります。（相談料は自費になります。健康保険の対象にはなりません。）

お問い合わせ

安曇野赤十字病院 地域医療連携課

電話 0263 - 72 - 2160（直通） FAX 0263 - 72 - 9349（直通）