



3 私たちは、良質で安全な医療を提供します。

私たちは、常に改革心を持ち、健全な経営をめざします。

■ 新年のごあいさつ ················· 1 ■ 生活習慣病予防の食生活 ·· 4

の医療をおこないます。

- ■インフルエンザの知識 Q & A ······· **2** //
- ■シリーズ くすりの知識 【2】 治験のはなし 3 研修会報告(東5·リハビリ) · · 6 ■ 細胞診検査 · · · · · · · · · · · · · · · · · · 4 ■ 外来診療担当医表 · · · · · · 7
- ■変化の流れに乗って目的地まで行こう……1 ■職場紹介 放射線科 ……5
  - 療育指導室 …… 5



# 新年のであいさつ

### - 「プロジェクト」の本格化にむけて-

院長吉武克宏

明けましておめでとうございます。私が当院に着任してはじめての新年です。しかし、院長の立場として広報誌の巻頭言を書くのはこれが5度目です。立場上、年頭にあたり多少とも職員のみなさんが元気になるメッセージを、とあれこれ考えます。でも結局は自分への自戒と鼓舞で終わります。

今回は何を書こうか悩む必要はありません。今年の当院の課題は?と問えば文句なく「病院改革プロジェクト」です。というのも昨年後半の機構本部(理財担当理事)および関東信越ブロック事務所(内部監査チーム)からのあいつぐ訪問でも、昨年、当院で立ち上げた「病院改革プロジェクト」に重大な関心を寄せている旨の発言がありました。

それを裏づけるように、ブロック事務所、機構本部は「改革プロジェクト」計画を評価して、思った以上の資金投入を認めてくれました。具体的には救急外来室と内視鏡室の整備、東2病棟および西1,2,3病棟のナースコールの更新、そしてプロジェクトに付随する医療機器整備などです。とくに後者については平成19年度の整備費をこれにあてる予定でしたが、プロジェクト分は「特別枠」とするから、平成19年度の医療機器整備は通常どおり計画書を出すようにとのこと。本部やブロック事務所がいかに当院の「改革」に期待しているかの表れです。

あとは、各職場の皆さんが、おのおのの役割と課題をしっかり見すえて、いきいきとクリエイティブに働いていただければ、プロジェクトは成功すると確信しております。最後に年頭にあたり好きな句をふたつ。

さず ことし 去年今年 貫く棒のごときもの (高浜虚子) 胸中に 満ちてくるもの 初明り(白根純子)

本年が皆様にとって、また当、NHO宇都宮病院にとって素晴らしい年となりますように。





看護部長 土井 三枝子



宇都宮病院は勤務すること7番目の施設です。これまでの中で最も北にある施設です。

各施設を比較してみると東京都内から新幹線でほぼ1時間という地の利は、柏、相模原と同じぐらいで、寒さは松本の方が厳しく、敷地の広大さは茨城東に次ぐといったところです。私は住処を所有していないので、施設の地に転居して、その土地土地を楽しんできました。海あり、山あり、温泉に、美味、美酒、引っ越しの消耗さえなければ、旅をしているようでなかなか良い人生だと思います。

その間医療の方はずいぶん変わりました。医療の内容も周囲の環境も。国立病院が平成16年に独立行政法人国立病院機構となり、病院を取り巻く環境の変化は一気

に加速した感があります。増大する医療費を何とかしなければと言うことで様々な政策が打ち出され、病院は健全経営を求められています。医療の質保証として、リスクマネジメントと言った部分ではなく、TQM(Total Quality Management)の考えが主流となり、国立病院機構も今年度よりQC活動(Quality Control)奨励表彰を始めました。各施設の医療サービス、経営改善、医療安全の取り組みに対し表彰しようと言うものです。安全で患者に満足される高いサービスが病院経営の基本です。

宇都宮病院も18年度に「改革プロジェクト」が立ち上がりました。看護師の一人一人が自分の名前の見える看護、誇りを持って自分の看護ですと言える仕事をして欲しいと思います。患者さんから「ありがとう」と言われてやりがいを感じた経験は誰にでもあるのではないでしょうか。その初心を胸に掲げて、患者満足度を上げるべくできることから始めましょう。ちなみに当院の患者満足度は120施設中100番目、16年度は101番目でした(偏差値は40.56)。

### かぜとインフルエンザは違うの?

### インフルエンザのことを知って、予防しよう

診療部長 戸 田 正 夫

### 【 10 の Q & A によるインフルエンザの知識 】

今年もかぜとインフルエンザのシーズンが到来しています。集団発生および流行し、日常生 活や仕事への支障を生ずるやっかいな病気です。特にインフルエンザは死亡者を出すこともあ り油断はできません。しっかりインフルエンザのことを理解し、ひとりひとりが予防を心がけるこ とが大切でしょう。

#### **Q** かぜとインフルエンザは違うのですか?

ー かぜと同じような、のどの痛みや鼻汁、せき、またはおなかの症状もみられますが、インフルエンザは38℃以 上の高熱や頭痛、関節痛や筋肉痛などの全身症状が突然出現するのが特徴です。また毎年多くの死亡者が 出ていることも普通のかぜとは異なります。

#### Q インフルエンザを予防するにはどうしたらいいですか?

取、休流行時はひと混みを避け、外出時のマスク着用、などによりある程度の予防は可能です。

\*日本では例年11月から4月です。ワクチン接種から効果が出るのに2週間程度は要します。流行前の12 月上旬までに受けるのが望ましいと考えられます。

### Q インフルエンザのワクチンの接種はした方がいいですか?

インフルエンザに罹るのを防ぐ効果もある程度ありますが、それよりも死亡に至る重症化を防ぐ効果が大きいため特に高齢者では勧められます。 但しSARSや鳥インフルエンザは、通常のインフルエンザワクチンでは防げません。

#### インフルエンザワクチンの副作用はないのですか?

注射した部位の発赤、腫脹、疼痛、また発熱、頭痛などは一部に見られますが数日で消失します。まれに重篤な副作用の報告もありますが因果関係 は不明です。

### インフルエンザに罹ったかどうか分かりますか?

身近に流行があり、急激な高熱での発症はインフルエンザの可能性が高いです。通常他に悪寒、頭痛、筋肉痛など全身症状と続いてかぜ症状が現 れることもあります。医療機関へ行けば、鼻粘液による迅速診断キットによる診断も可能です。

#### Q インフルエンザに罹ったらどうしたらいいですか?

無理をしないで、学校や仕事を休みましょう。そしてせきなどの症状が持続している間はマスクを着用してください。とくに乳幼児、低年齢の小児、 高齢者、および重症と感じたら、すぐに医療機関に掛かってください。

#### **Q** インフルエンザの治療の仕方を教えてください。

健康成人の場合は多くは自然に良くなります。医療機関ではインフルエンザの抗ウイルス薬が処方できます。但し発症48時間以内でないと効き ませんので、その場合は早めに受診しましょう。

#### Q インフルエンザで休む時は、いつまで休んだらいいですか?

学校保健法では、「解熱後2日経過するまで」となっております。決まりはこれだけですので、これが目安となります。色々な状況がありますので、主 治医の判断を仰ぎましょう。

#### **Q** 鳥インフルエンザってなんですか? なぜ騒がれるのですか?

元々は鳥に発生し、流行するインフルエンザの一種ですが、死亡に至る高い病原性を持つ「高病原性鳥インフルエンザ」が問題となっています。最 近鳥同士以外にも鳥からひと、ひとからひとへの感染と考えられる事例が発生しており、後者を特に「新型インフルエンザ」として、これまではひと との感染接触のなかった新しい型のウイルスであるため、ひとにはまったく免疫がなく、発病すると死に至る危険性が高いため、世界的に警戒の目 が向けられています。現在ワクチンの製造を始めているところです。

#### **Q** もっと詳しいインフルエンザの情報を知るには?

インターネット上で、以下のURLでもう少し詳しいインフルエンザの情報を知ることができます。 (本文もこれらを参照にしています。)

中 外 製 薬: http://influenza.elan.ne.jp/fag/index.php

日本医師会: http://www.med.or.jp/influenza/

厚 生 労 働 省: http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/index.html

国立感染症研究所: http://idsc.nih.go.jp/disease/influenza/



# 治 験 の は な し



副薬剤科長 糸 井 重 勝

前回は、【1】第㈱相試験 【2】第鰮相試験 【3】第舩相試験の概要について書きました。第㈱相試験は、一 般病棟ではなく大学病院でおこなわれる場合がほとんどです。

現在当院では第監相試験が整形外科で1件、第俭相試験が消化器内科1件と呼吸器内科1件で実施されて います。

今回は、第恊相試験について説明します。第��相試験まで問題なく終了した薬の候補は厚生労働省の認可 がおり、薬として市販されます。そして多くの患者さんに使用され、安全性や有効性などの情報を集め、それを 分析·評価する調査がおこなわれます。これが第協相試験いわゆる「製造販売後調査」です。

製造販売後調査は「使用成績調査」と「特定使用成績調査」の2つに分けられます。

### ■使用成績調査・

診療において薬を使用する患者さんの条件を定めることなく 、副作用による疾病等の種類別の発現状況並びに品質、有効 性及び安全性に関する情報の検出又は確認をおこなう調査を いいます。

### ■特定使用成績調査

使用成績調査のうち診療において、小児、高齢者、妊産婦、 腎機能障害又は肝機能障害を有する患者さん、その他薬を使 用する条件が定められた患者さんにおける副作用による疾病 等の種類別の発現状況並びに品質、有効性及び安全に関する 検出又は確認をおこなう調査をいいます。



現在当院では使用成績調査が5件(神経内科1件、呼吸器内科3件、整形外科1件)実施され、また特定使用 成績調査が10件(糖尿病代謝内分泌科5件。神経内科2件、呼吸器内科2件、消化器内科1件)実施されてい ます。

その他、糖尿病代謝内分泌化では観察研究1件、外科では抗癌剤の比較検討試験1件をおこなっています。

治験には医師と治験コーディネーター(CRC)が必要であり、薬剤科では、5名全員でおこなっておりますが 、治験件数の増加でマンパワー不足となっております。このCRC業務に興味のある方、特に看護師を募集して おりますので治験事務局(薬剤科)までご連絡ください。





常勤看護師(夜勤のできる方)

新卒者、既卒者でブランクのある方も研修があり安心です。

お問い合わせ

月~金曜日 8:30~17:00

TEL 028-673-2111 (人事係へ)

いつざも

### 臨床検査科

### 細胞診検査

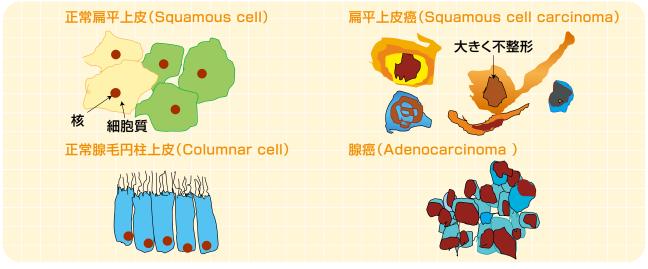
検査科 大澤 郁雄

細胞診は組織より剥離した細胞を形態学的に良性、悪性を判定します。この他炎症による好中球、リンパ球の出現など もわかります。材料として喀痰、気管支洗浄液、尿、胸水、腹水、婦人科細胞診などがあります。

組織診では、正常組織に癌細胞の浸潤が解りますが、組織の切除が必要となります。細胞診は検体をスライドガラスに 貼り染色し、細胞形態を判定するため比較的反復検査が可能です。

各々組織の発生部位により癌の種類が変わります。腺上皮から腺癌、扁平上皮から扁平上皮癌、移行上皮から移行上 皮癌など多くの種類があります。身体には腺細胞が多く存在するため腺癌の発生が最も多くみられ、続いて扁平上皮癌 です。癌の種類および分化度、深達度、遠隔転移の有無で治療方針が決まります。

下記にパパニコロウ染色による扁平上皮癌、腺癌細胞を解りやすく描いてみました。



顕微鏡で細胞をご覧になりたい方は検査科、細胞検査士 大澤に声をかけて下さい。

### 栄養管理室



### 生活習慣病予防の食生活

栄養管理室 荻 原 克 恵

「内臓脂肪型肥満」に高脂血症、高血圧、高血糖などが重なった、メタボリックシンドローム( 内臓脂肪症候群)が注目されています。内臓脂肪をためてしまう大きな要因は、何といっても 食べ過ぎです。予防には、食事・運動・休養のバランスが大切です。まずはライフ スタイルの見 直しからチャレンジしてみましょう。

### <食習慣チェックポイント>

~食生活について、基本的なおさらいをしておきましょう。~

#### 1 1日3回規則正しく食べていますか?

空腹時間が長くなると、次の食事の量が増えたり間食が増えますが、欠食やまとめ食いは肥満の一因です。できる だけ決まった時間に食事するよう心がけましょう。また、夜間は昼間より脂肪蓄積が活発になるため、夕食は早めにす ませ、夜食はひかえましょう。

#### 2 食べる時間(はやさ)はいかがでしょうか?

早食いは満腹感が得られず、つい食べ過ぎてしまいます。 ゆっくり時間をかけて、よくかんで食べるよう心がけましょう。

#### 3 食べる量(内容)はいかがでしょうか?

出された物は全部食べるのではなく、自分で食べる量を決め、必要以上に食べ過ぎないようにしましょう。腹8分目 (減量が必要な場合は腹5~7分目くらい)が大切です。また、揚げ物や炒め物よりも、油を使わない料理を選んだほ うが低カロリーです。

#### 4 味付けはいかがでしょうか?

味付けが濃いと塩分のとり過ぎにつながるほか、ご飯もすすみ、食べ過ぎにもつながります。日頃から「うす味」を 心がけましょう。

### 放射線科

澤田充広

### CT検査について

CTとはComputed Tomographyの略語であり、コンピュータによって画像処理をした断層写真を意味します。中規模以上の病院であればほとんど導入されている装置です。

通常のレントゲン写真も同じX線を利用した装置です

が、通常のレントゲン写真が、一回の撮影で一方向からの写真であるのに対し、CTは体を中心にして360°情報を収集し処理して作られた輪切りの写真となって表示されます。CTの検査時間は比較的短く、検査部位や検査目的、性能などにより差はありますが、5分~20分程度で検査は終了します。

検査中は何度か息を止める指示がでます。これはブレのない画像を撮像するために必要な処置です。画像がブレていると、病気の有無すらわからないこともありますので、息を止めた状態の撮像は非常に重要です。息を止めている時間は長くても20~30秒程度です。

CTの検査を行う場合、造影剤という薬剤を腕や足の静脈から注射しながら検査することがあります。造影剤を注射することにより、体内の構造や血管、腫瘍などがよりわかりやすくなるため、検査の目的によっては造影剤の注射がどうしても必要となる事があります。

当院のCT装置はマルチスライスへリカルCTであり、一回の撮影で広い範囲を細かく撮影できるので息を止めている時間が短くて済み、患者様の負担を軽減することができます。

さらに細かく撮影した画像に処理を行い、立体的な画像を作ることが可能です。外科や整形外科の手術の際の参考にするために、多く行われています。

基本的に予約で検査を行っておりますので、予約してこられた方が優先になります。予約のない方は待っていただいて検査を行っています。



### 職場紹介

### 療育指導室 木明香子

「療育指導室」は、外来や一般の入院患者様とはほとんど接点がないので、よくご存知でない方もいらっしゃるのではないでしょうか。

当院療育指導科の「療育指導室」には、室長を中心とした児童指導員3名、保育士4名がおります。西5・西6病棟の利用者様及び東5病棟の小児慢性児を担当しています

。病棟生活を支えることはもちろんのこと、情緒の安定や成長の支援、季節や時流に合わせた各種行事の実施、ご家族の方や各種行政機関との連携など、活動領域は多彩です。

私たちは「療育:医療と保育·教育」を考え、実践するプロ集団。当院で長期間の療養生活を送る利用者様にとって、無くてはならない部門であることをご理解いただきたいと思います。

文面だけではなかなか伝わりにくい部分もあるのですが、ジャージ姿で優しい目をした大人が車イスの方や子どもと一緒にいる場面を見かけたら、きっとそれは私たちです。

皆様、どうぞ、お見知りおきを。

## クリスマスコンサート

Transferred delication of the second second

12月20日(水) 18時15分から約1時間、外来ホールにおいてクリスマスコンサートが開かれ、チェロ・ピアノ・フルート・歌の演奏があり、みんなで合唱した時の患者様の笑顔が印象に残った楽しいコンサートでした。

今回ボランティア演奏者をしていただいた、県立岡本養護学校の菊池先生・瀧先生・福田先生・山下先生の4名の先生方、どうもありがとうございました。





# シリーズ 研修報告



### 第60回国立病院総合医学会

東5病棟 木下 綾子

平成18年9月22·23日、第60回国立病院総合医学会 に看護研究出展のため、国立京都国際会館に行きました。 22日の午前中は、自分たちのポスターセッションの準備を し、その後は他のポスターを見学したり、医療関連企業の 最新ケアの情報に触れたりしました。午後はいくつかのグ ループに分かれ、私たちの発表についての質問もあり、興 味を持ってもらうことができました。すごく緊張しましたが、 貴重な体験が出来ました。今後この経験をこれからの看護 に生かしていきたいと思います。



### 平成18年度作業療法士研修会

リハビリテーション科 山 田

平成18年10月4日から3日間、国立身体障害者リハビリテーションセンターで行われた研修会【頚髄損 傷の作業療法~ADLを中心に~】に参加させていただきました。

頚髄損傷による四肢麻痺は、損傷高位の違いにより身体機能レベルに差異が生じるため、獲得が期待できる ADL(Activities of Daily Living:日常生活動作)にも個人差がみられます。

食事を例にした場合、

- 1 スプーン操作そのものを代替する機器が必要な場合 (顎でコントローラーを操作します)
- 2 腕の重さを軽減し運動を助ける器具や、スプーンを 手に固定する自助具等が必要な場合
- 3 動作や持ち方の工夫により、自助具なしで自立できる 場合、等様々です



研修では、このようなレベル別動作訓練や作業活動を利用した機能訓練、自助具の検討・作成の実際、自立支 援機器等について講義や実技を通して学ばせていただきました。今回の貴重な経験を、今後のスキルアップに 繋げられるよう努力していきたいと思います。よろしくお願いいたします。



### 編集後記

新年の1月に、「わかあゆ」創刊第2号の刊行です。内容を一層充実さ せて皆様のお役に立ちたいと思いますので、今年もよろしくお願いいた

なお、河内町の川野正樹先生(川野クリニック院長)から時計の寄贈 があり、病院1階ホールのピアノ脇に設置させていただきました。川野 先生、どうもありがとうございました。

(沼尾記)

### 外来診療担当医表

平成19年1月1日以降

診療科名	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
総合診療科(初診)					
内 科	戸田 正夫	戸田 正夫	沼尾 利郎	沼尾利郎(第1·3·5) 戸田正夫(第2·4)	沼尾 利郎
外科	加藤 寿英	加藤 寿英	小川 敦	小川 敦	増田 典弘
糖尿病代謝内分泌科	栗山源慎	森豊	森豊	栗山源慎	
(皮膚科·月曜午後)	栗山源慎	森豊	森豊		
神経内科	栗山源慎			森 豊	
消化器内科	藤井陽一朗	菅谷 洋子	藤井陽一朗	小嶋和夫	菅谷 洋子
循 環 器 内 科		安藤登一(第2·4)	伊藤 致		安藤 登一
腎 臓 内 科 (午後)[予約制]				岡田和久(第2·4)	
呼吸器・ 再診	岡田 壮令	沼尾 利郎	戸田 正夫	降籏 友恵	鹿島 隆一
アレルギー内科 午 後	戸田(喘息)(隔週)		戸田(喘息)(隔週)		
小児科生前					
受付(午後) 14:00~16:00 午後		予 防 接 種 (小児)[予約制]		子供療育相談ルーム [予約制](第2・4)	
小児アレルギー外来 (午後)[予約制]				中野俊至(第1·3)	
小児神経外来(午後)	奥野 章(第3)				
午前2診	増田 典弘	井出宗則	増田 典弘	増田 典弘	井出宗則
外 科 午後1診	加藤 寿英	加藤 寿英	小川 敦	小川 敦	小川 敦(隔週) 加藤寿英(隔週)
1 診整形外科	田中孝昭	真島 敬介	服部英和(第1) 田中孝昭(第2)	菊地 隆宏	熊谷 吉夫
全形外科 2 診	真島 敬介		真島敬介(第3·5) 菊地隆宏(第4)		菊地 隆宏
リウマチ科			松葉 健(第2) 熊谷吉夫(第1·3·5) 田中孝昭(第4)		
リハビリテーション科			地 隆宏	菊地 隆宏	菊地 隆宏
装 具 外 来	田中 孝昭				菊地 隆宏
※眼科(午後)					陳 介任(第4午後)
※耳鼻咽喉科(午後)		添田 弘			
※歯 科		渡辺 裕子	渡辺 裕子	渡辺 裕子	

### 病院紹介

- 外来診療受付時間 8:30~11:00 外科は、午後も診療を行っております(午後の診療受付時間 14:00~16:00)
- 月曜日午後の糖尿病代謝内分泌科は、入院及び外来他科からの依頼患者さまに対する 皮膚科領域の診療を行います。
- 眼科、耳鼻咽喉科、歯科に関しましては入院患者さまのみの診療となります。
- 地域医療連携室 TEL 028-673-2374(直通) FAX 028-673-1961(直通) 担当 永山悦子(ソーシャルワーカー)



〒329-1193 栃木県河内郡河内町下岡本2160

TEL 028-673-2111 FAX 028-673-6148

http://www.hosp.go.jp/~utsuno/