

# わかあゆ

WAKA-AYU



## 基本理念

私たちは、地域から強く信頼される病院を目指します  
そのために、誠実で前向きで勤勉であるよう努めます

## 目 次

20 夏 15  
第36号

広報誌／年4回発行  
発行：国立病院機構 宇都宮病院  
発行日：平成 27年 7月 1日  
発行責任者：沼 尾 利 郎

■ 腹腔鏡手術について	1	■ エックス線撮影検査について ～FPDてなに?～	4
■ 着任挨拶	2	■ 新病棟紹介「北5病棟」	5
■ 地域医療連携室よりご案内	2	■ 新病棟紹介「北4病棟」	5
■ 看護の日記念行事を開催して	3	■ 看護スタッフ急募	6
■ 「骨・運動器疾患に関する研修会」を開催して	3	■ ハッピースマイル	6
■ 膝の痛み、気になりませんか？	4		

# 腹腔鏡手術について

臨床研究部長(がん診療部長) 芳賀 紀裕

このところ、腹腔鏡手術に関する報道が多くなされており、不安を感じている患者さんも多いかと思いますので、今回は腹腔鏡手術について概説したいと思います。すでにお存じの方も多いと思いますが、腹腔鏡手術とは、「お腹に小さな孔を開けカメラを挿入してモニターを見ながら器具を用いて行う手術」です(写真1)。開腹手術に比べ傷が小さく(写真2)、患者さんの体の負担が少ないとされています。腹腔鏡手術で今回問題となっているのは、まず保険適応がある術式かどうかという点です。保険適応でない手術の場合、第1に倫理面、第2に保険請求(医療費の多くの範囲は保険で支払う)の問題が生じます。当院では患者さんにメリット多いこの腹腔鏡手術を積極的に取り入れて

年々増加傾向であり(図1)、胆囊摘出術、鼠径ヘルニア根治術、急性虫垂炎(いわゆる盲腸)、胃・小腸・大腸の手術などはすべて保険適応の手術です。ただし、一部のがんなどは治療のガイドラインで標準的な治療と認められているとはかぎらず注意が必要です。たとえば、胃がんではその安全性、根治性の検証がまだ不十分なため、2014年発行の胃がん治療ガイドライン(第4版)において「腹腔鏡下胃切除術は標準治療として推奨されていないが、有望とされる研究的治療」と位置づけられており、そのメリット、デメリットを十分に納得いただいた上で施行する必要があります。また、よくある誤解が、通常の口からの内視鏡で早期胃がんを治療する「内視鏡治療」と混

同されている場合も少なくありません。「内視鏡治療」は、胃の一部を切除するだけですので胃の機能が保たれます、が、「腹腔鏡下胃切除」は開腹と同様に胃を2/3ほど切除するので術後の胃切後障害はほぼ同程度です。

腹腔鏡手術で最も大事なのは安全性ですが、日本外科学会と日本消化器外科学会が消化器外科領域の腹腔鏡手術の安全性に関する緊急調査結果を本年

1月に公表しています。胃や大腸の手術も調査に含まれていますが、「腹腔鏡手術は死亡率で見る限り、開腹術と比べて高いという事実はない」とまとめています。また、日本内視鏡外科学会では技術の担保のためビデオ審査等を行い、内視鏡下手術を安全かつ適切に施行する技術を有し、かつ指導するに足る技量を有している医師を技術認定医として認定しております。この認定システムが有効に機能しているかの検証は学会で今後していくことです。

近年、技術革新により腹腔鏡手術の進歩は目を見張るものがあり、3D画像、ロボット支援手術とより繊細な手術が可能となってきています。現在ロボット支援手術は、保険適応が前立腺がんに限られており、今後その適応がどこまで広がるのかは不明ですが、あくまで患者さん側の視点に立った医療でなくてはならないと考えています。

腹腔鏡手術についてご質問などがあれば、当院の外科医師にお気軽にご相談下さい。



写真1：腹腔鏡手術

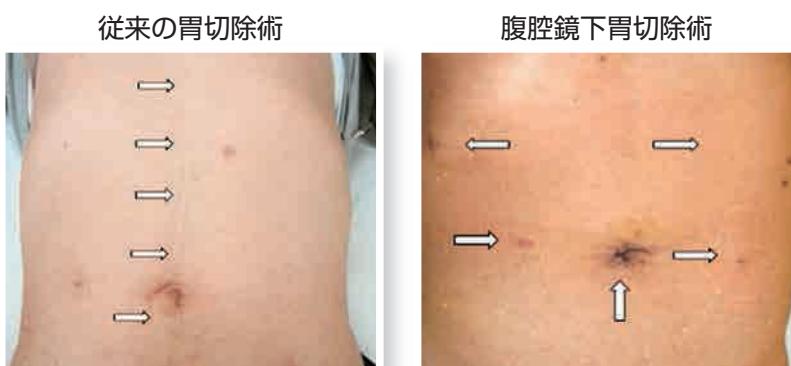


写真2：手術創の比較

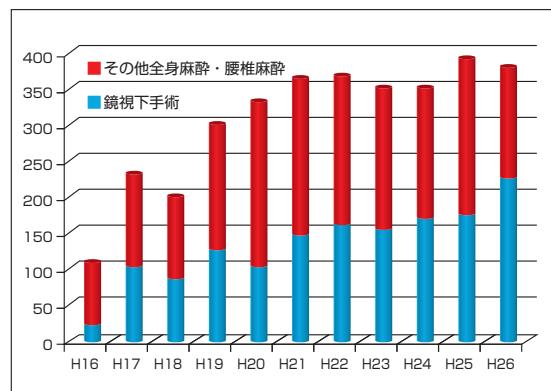


図1：当院の腹腔鏡手術の推移

# 着任挨拶

消化器内科医長 前田光徳



平成26年度5月1日付けで、消化器内科医長に就任致しました前田と申します。宜しくお願いします。

私は、東京医科大学第2外科、消化器内科は獨協医科大学消化器内科助教、講師として、獨協医科大学日光医療センターでは消化器内科科長として、消化器内科全般の診療をしていました。大学、医療センターでは、上下部消化管内視鏡検査、カプセル内視鏡検査、小腸ダブルバルーン内視鏡検査による診断と治療を行っておりました。肝臓では、C型肝炎のIFN療法、IFN-free療法を行っており、日本肝臓学会専門医も取得しております。

独立行政法人国立病院機構宇都宮病院は、地域の中核病院として重要な病院であり、消化器内科医長の菅谷洋子先生と一緒に、地域の患者様、先生方と連携、協力して診療していくたいと考えております。微力でありますが、今後とも宜しくお願いします。

## 地域医療連携室よりご案内

地域医療連携係 赤沼正幸

### 地域の皆さんへお知らせ

当院は地域医療支援病院として地域の医療機関との連携及び機能分化※に取り組んでいます。当院を受診される際には、かかりつけの先生からの紹介状(診療情報提供書)をお持ち下さい。

- ・入院検査、入院治療
- ・専門治療(がん等)
- ・手術などの外科的治療(外科・整形外科)



- ・治療や検査が終わり経過観察が必要なとき
- ・症状が安定したとき

## 看護の日記念行事を開催して

行事委員会(教育担当看護師長) 山崎 美紀

平成27年5月14日(木曜日)10時~12時にヨークベニマル御幸ヶ原店のご協力をいただき、看護の日記念行事を行いました。今年度も、地域の皆様に宇都宮病院を知っていたいただき、当院をより身近に感じていただけるようにテーマを「国立病院機構宇都宮病院はあなたの健康をサポートします」としました。

例年より2時間短縮した行事開催でしたが、病院職員の協力を得て、買い物に来店された方々へ声をかけ、約80名近くの方に参加していただきました。例年通り骨密度測定が好評であり、また、今年度はフットプリント体験にも関心を示される方が多かったと感じました。健康相談コーナーでは、44名の方から相談があり、ご自身やご家族の症状のことや内服薬について、食生活について、介護保険等についてそれぞれ医師・薬剤師・栄養士・ソーシャルワーカー・看護師が相談に応じました。また、アンケートの結果から、「看護師たちの対応がやすくて良かった」「このようなイベントを毎年やってほしい」との意見をいただき、日々の看護と次回への活力となりました。

院内では外来に各看護単位の紹介ポスターを2週間掲示しました。各病棟の特徴を紹介した力作で、患者さんやご家族をはじめ院内職員にも見ていただきました。看護師の日頃やっている仕事内容や病棟の様子など興味を持つていただくことができたのではないかと思いました。

今後もこの記念行事のようなイベントを通じ多くの方と触れ合い、地域の皆さんの健康のサポートができるように努力していきたいと思います。



## 「骨・運動器疾患に関する研修会」を開催して

西1病棟看護師長 田野實 しのぶ

平成27年6月4日・5日に、第35回骨・運動器疾患に関する研修会を開催しました。この研修会は、関東信越と東北の国立病院機構の看護職員を対象に、毎年当院が主催し行っています。28名の研修参加者に加え、当院からもコメディカルが聴講生として参加し活気のある研修会となりました。

研修会は、「骨・運動器疾患患者のチーム医療の推進を目指して」をテーマに、当院副院長をはじめ、整形外科部長・看護師・運動療法士・栄養士・メディカルソーシャルワーカー・メディカルフットケア専門士が講師になりました。高齢者の骨折と関節疾患の基礎と臨床、高齢者の脊椎手術、骨運動器疾患患者の看護やリハビリテーション、栄養管理、退院支援、メディカルフットケアについて、チームを組み専門性を発揮しながら患者さんの治療とサポートの重要性を講義で伝えてきました。その中でも医師の講義やメディカルフットケアは実演があり、研修生から興味深い内容であると高い評価を受けています。退院支援とリハビリテーションはチーム医療を進めるにあたり、看護師を中心になり調整していく役割のため、ほとんどの研修生が課題として取り上げていて、学びの多い講義となりました。

研修会では、意見交換会として交流会も行い、軽食を囲み、お互いの施設の情報交換をし、楽しい時間を過ごしました。

今後も、骨・運動器疾患看護における専門的な知識、技術の向上を図り、患者さんに安全で質の高い看護が提供できるような研修にしていきたいと考えています。



# 膝の痛み、気になりませんか？

理学療法士 室賀圭織

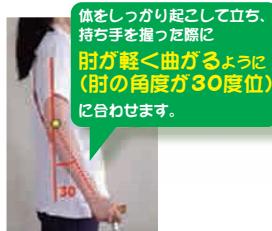
立ち上がる時や歩き始めなど膝の痛みを感じたことはありませんか？高齢者の膝の痛みの原因疾患の1つとして「変形性膝関節症」が挙げられます。膝の痛みを軽減するために膝にかかる負担を減らすことが必要です。今回は『杖の使い方』『膝周囲の筋力の鍛え方』について紹介します。

## ● みなさん、正しく杖を使っていますか？

### ①杖の高さ



※あくまで目安ですので、使用する人の姿勢や歩き方によって微調整が必要となります。



### ②杖の持ち方



痛みのある足（患側）とは

### 反対の手で

杖を持つことが基本です。

T字杖は最大で  
体重の1/6ほどまで支えられ、  
患側の膝の負担を  
軽減することが出来ます。

## ●スキマ時間に膝周囲の筋肉を鍛えよう！

変形した関節軟骨を完全に元に戻すことは難しい…ですが、筋肉を鍛えて関節の安定性を向上し、膝関節の負担を軽減することは可能です。今回は自宅内でも簡単にできる運動方法を紹介します。

### テレビを見ながら… 膝を伸ばす運動



椅子に座り、  
膝をしっかりと伸ばします。

伸ばした位置で

**3~5秒**止めてから

足を下ろします。

※反復回数は痛みに応じて無理のない範囲で  
行ってください。

### 料理の合間にキッチンで… 膝を後ろに曲げる運動



10~20回  
を目安に行います。

※反復回数は痛みに  
応じて無理のない  
範囲で行ってください。

立ったまま片方の膝を曲げて  
後ろに持ち上げます。

持ち上げた足を

**3~5秒**かけて

ゆっくりと下ろします。

※転倒を予防するためしっかりと固定された  
物につがりながら行うと良いでしょう。

無理のない範囲で適度な運動習慣を心掛けましょう！

## エックス線撮影検査について ~FPDでなに?~

診療放射線技師長 増渕伸春

「色は灰色、大きさはB4サイズで厚さが1cm程度の板状の上に手を置き、エックス線を照射する。すると2秒も経たないうちに、鮮明な手のエックス線画像がモニターに表示される。CRシステム(\*)のように、撮影の度に画像読み取り装置で処理する必要がなく、そのまま何度も続けて撮影することが可能である。」



特	長所
徴	短所

- ・画像処理速度が高速（CRシステムと比べて1/10以下）
- ・高画質
- ・放射線に対する感度が高い（CRシステムと比べて撮影線量を30~40%下げられる）
- ・装置の価格が高い（これ1台の価格で高級車が買えます）
- ・衝撃に弱い（シンチレーターはガラス板のような物なので、落とすと割れる可能有り）
- ・水分に弱い（血液・尿などが入ると故障する）

この一見、CRカセットと同じような板状の物が、現在エックス線撮影検査において、主流になりつつある「FPD（フラットパネルディテクタ）」です。この装置は、放射線が照射されると光を発するシンチレーターという検出器を使用しています。

当院では、CRシステムと併用して平成25年10月より2台のFPDを、主に整形外科領域の撮影に使用しています。また電子カルテの運用に合わせ、放射線科で撮影した画像は画像サーバーに保存され、院内全ての電子カルテ端末で診ることができます。通常は、フィルムによる出力は行っておりませんので、患者さんは検査後お待ち頂く必要がなくなりました。

今後も、検査効率の向上と良質な画像の提供、そして被ばく低減に努めていきたいと考えております。

\* CRシステム（コンピューテッド ラジオグラフィー システム）

・画像記憶媒体にIP（イメージングプレート）を用い、撮影後にコンピューターで処理することによりデジタルエックス線画像を作成する。

## 新病棟紹介 北4病棟

副看護師長 静 谷 剛

当院の地域包括ケア病棟は、昨年10月に西2病棟50床で開設され、翌11月に北4病棟へ移り今の60床となりました。

「地域包括ケア病棟ってどんな病棟?」と思われる方も少なくないと思いますので簡単に説明させていただきますと、退院を控えた患者さんが安心してその日を迎えるようにリハビリや退院支援に力を入れている病棟であり、急性期と退院後の生活を結びつける役割を担っています。外科系・内科系すべての患者さんが転入してくるので、スタッフは様々な看護を確実にできるよう各科の先生方とコミュニケーションをとっています。

患者さんの平均年齢は79.2歳と高齢者が大半を占めている為、入院生活が安全に過ごせるように細やかにケアしていくこと、少しでもADL(日常生活動作)が高められるよう心掛けています。また、患者さんやご家族の思いに応えられるように、在宅療養をより安心して送って頂けるような在宅支援や退院調整を期待されていると感じています。

今後も、ジェネラリストを目指し、勉強会で学びあいながら、スキルアップに努め、一般病棟の看護師さんや、院内外の多職種の方たちと協働する上で、コミュニケーションを大切にして情報の共有を図りながら、明るく楽しく元気に地域医療を支えていきたいと思います。



## 新病棟紹介 北5病棟

看護師 石井 佑樹

こんにちは!北5病棟です。この度は病棟紹介という事で簡単ではありますが北5病棟の歴史と共に病棟の特色をご紹介させて頂きます。北5病棟は主に呼吸器病棟です。その中で急性期の呼吸器一般病床チーム、慢性期の結核病床チームと2つのチームが存在し、旧病棟2つが合併され“ユニット病棟”として昨年11月より運営開始しております。病棟が合併されユニット病棟として運営を始めてからは30余名のスタッフが同じフロアの仲間として働き始めました。初めは戸惑いも多くまた新しい病棟ということもありバタバタしていた事もありました。しかし現在は患者さんへの『よりよい医療の提供』を目標にスタッフそれぞれが、またチームの垣根を越え積極的な看護介入を病棟全体で行っています。新病棟になり病棟全体の明るさが旧病棟より増し、清潔で優しい雰囲気の病棟のたたずまいもあり、スタッフは明るく仕事をしています。

北5病棟の特色として急性期と慢性期の医療を展開しています。急性期では呼吸器疾患を初め、癌性疼痛のコントロール、気管支鏡などの検査入院、救急患者さんの受け容れなど多岐に渡り地域医療の皆様の心身の健康を願い毎日活動しています。急性期の平均在院日数は14日以内を目標に病院全体で取り組んでいます。退院へ向けて、患者さん・ご家族さんの意向を尊重しながら毎週必ず医師、薬剤師、看護師、ソーシャルワーカー、リハビリテーション科スタッフと共に退院後の生活を見据えてそれぞれの職種で意見を出し合い、退院支援を行っています。

慢性期の結核病床では栃木県内をはじめ近隣の県からも患者さんを受け入れており、結核と診断された患者さんは法律で入院を勧告され、公費で治療を進めていきます。結核は現在では“治る病気”です。昔のイメージとは異なり、内服治療を確実に進めていけば治るとされています。平均在院日数は3ヶ月を超え、中には更に長期になる患者さんも居ます。その中で1人1人に寄り添った医療の提供を心掛け、また治療が滞りないよう援助を行っています。結核病床では病院内のスタッフの他に地域の保健師さんと連携をとり、退院に向けて日々情報共有、退院後の支援内容を話し合い、安心して治療が継続できるようにサポート体制を整えています。



これからも地域の皆様の健康を支える病院として、ユニット病棟として皆様のサポートが出来ますようこれからも精一杯支援させて頂きます。

# 看護スタッフ急募

新しい病棟で一緒に働きましょう

募集職種

看護師

療養介助員 · 介護職員初任者修了者  
· 旧ヘルパー2級

看護助手（業務技術員）

※詳しい内容はお気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ

看護部長室 副看護部長 安納 香  
E-mail : fukukan-3@hosp.go.jp

TEL 028-673-2111(代)  
FAX 028-673-6148



## ハッピースマイル活動について

副看護部長 廣田 しのぶ

副看護部長会で「接遇改善」を目標に始めた活動が、今年で3年目になりました。接遇改善というと堅苦しいイメージがあるので、楽しい取り組みで、職員全員が笑顔で仕事ができるようになればそれが接遇につながるのではないかと考え、「ハッピースマイル活動」と称し活動を行ってきました。1年目はあいさつの呼び掛け、2年目はポスター作製・貼付、そして今年はカレンダー作成をしました。取り組み開始前と比べると、年々笑顔で挨拶をする人が増えたように感じます。笑顔は相手も自分もハッピーな気持ちになり、心掛けひとつで出来る接遇だと思います。この取り組みが看護部だけではなく、病院全体の取り組みとなり「地域の人に寄り添える病院になれればいい」と思います。

最後になりましたが、今年も更衣棟前での「ハッピースマイルキャンペーン」を7月と11月に実施予定です。皆さんの素敵な笑顔を見せてください ❤️



## 編集後記

最近、日本各地で「これまで経験したことのないような」災害、気象災害、水害、地震、火山噴火などに見舞われています。毎朝通勤時、岡本の空を見ながら、「今日の雲はあやしい? 地震雲? 大丈夫な雲?」。

栄養管理室では、災害時に備え3日分の非常食を準備していますが、使用することができないことを願い、賞味期限チェックをし新しい非常食と入れ替え、何事もなかつたことに安堵しています。3.11の記憶を忘れずに、病院の危機管理に取り組んでいます。

栄養管理室長 内山智子



【ガラス】

表紙撮影：獨協医科大学医学部4年生 前原 稲さん

# 外来診療担当医表

(平成 27年 7月 1日現在)

診療科名		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
一般内科 (初診・予約外)		沼尾(第1・3・5週) 長谷衣佐乃(2週) 野村 由至(4週)	池田 直哉	安西真紀子	前田 光徳	崎尾 浩由
糖尿病・内分泌内科	午 前	佐藤 稔	百目木希実	友常 孝則	佐藤 稔	森 豊
	午 後	佐藤 稔			佐藤 稔	
神経内科	午 前	作田 英樹			伊藤 雅史	
	午 後	作田 英樹			伊藤 雅史	
物忘れ外来(午後・予約制)				伊藤 雅史		
消化器内科	午 前	高橋 史成	菅谷 洋子	稻葉 直也	土田知恵子	菅谷 洋子
	午 後		菅谷 洋子		前田 光徳	菅谷 洋子
呼吸器内科	午 前	森田 弘子	沼尾 利郎	長谷衣佐乃	野村 由至	勝部 乙大
	午 後	森田 弘子	沼尾 利郎／ 池田 直哉	長谷衣佐乃／ 安西真紀子	野村 由至	勝部 乙大／ 崎尾 浩由
禁煙外来(保険適用) (午後・予約制)						沼尾 利郎／ 崎尾 浩由
小児科	午 後		影山さち子 (予防接種) [予約制]		影山さち子 子供養育相談ルーム [予約制](2・4週)	
外科	1 診	増田 典弘	芳賀 紀裕	滝田 純子	増田 典弘	滝田 純子
	2 診	勝又 大輔	柴崎 雄太	増田 典弘	勝又 大輔	芳賀 紀裕
						田嶋 公平
整形外科	1 診	田中 孝昭	茶園 昌明 (初診のみ)	熊谷(第1・5週) 田中(第2・3・4週)	茶園(第1・3・5週) 石川(第2・4週) (初診のみ)	熊谷 吉夫
	2 診	小牧 宏和		山元(第1・5週) 茶園(第2・4週) 熊谷(第3週)	小牧 宏和	山元 駿
リウマチ科 (整形外科 1 診)				熊谷(第1・5週) 田中(第2・3・4週)		
リハビリテーション科				茶園 昌明	茶園 昌明	熊谷 吉夫
装具外来	田中 孝昭					熊谷 吉夫

## 外来受診案内

- 初診及び予約のない方の外来診療受付時間は、8:30～11:00迄です。  
緊急で来院される場合は、電話でお問い合わせ下さい。
- 物忘れ外来につきましては、地域医療連携室にて電話での予約を受け付けております。
- 地域医療連携室 TEL 028-673-2374 (直通) FAX 028-673-1961 (直通)  
担当(ソーシャルワーカー)：永山・吉田・市村・齋藤(内線133)

- 下記は入院患者を中心として診療しており、外来患者さんの紹介は受け付けておりません。ご了承願います。

診療科名		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
循環器内科	午 前		田所寿剛(1.3.5) 伊藤 致(2.4)	柴田 佳優		伊藤 致(2・4週)
	午 後	米田 秀一 (15:00～16:30)	田所寿剛(1.3.5) 伊藤 致(2.4)	柴田 佳優		伊藤 致(2・4週)
腎臓内科	午 後				岡田和久(2・4週)	
小児神経外来	午 後	奥野 章(3週)				
歯科		渡辺 裕子	渡辺 裕子	渡辺 裕子	渡辺 裕子	渡辺 裕子
眼科(午後・予約制)						松原 忠之／ 和泉田真作
皮膚科(午後・予約制)				嶋岡 弥生		
耳鼻咽喉科(午後・予約制)	井上 大介					



独立行政法人(NHO)

国立病院機構 宇都宮病院

〒329-1193 栃木県宇都宮市下岡本町2160

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

<http://un-hosp.jp/>