



あたたかい医療をみんなの手で

Human

“きみつだより”

NO.75 平成25年2月1日発行
編集責任者 大崎 慎一
編集者 “HUMAN”編集委員会

玄々堂 君津病院 〒299-1144 君津市東坂田4-7-20 ☎0439-52-2366(代) URL http://www.gengendo.jp/

電子カルテ導入

- 玄々堂君津病院
- 坂田クリニック
- 玄々堂木更津クリニック

3施設 同時導入

平成24年12月1日玄々堂君津病院・坂田クリニック・玄々堂木更津クリニックの3施設で同時に電子カルテを導入した。

電子カルテとは、医師が診療の経過を記録する紙カルテを、電子的なシステムに置き換え電子情報として一括管理するシステムで、一つの電子端末で診療の記録や看護記録の入力、検査結果やレントゲンなどの画像の保存ができるようになった。又、検査指示や薬の処方等、医師が電子カルテへ入力したものが、各検査部門へオーダーとして伝わり、処方箋の発行や医事会計へ直接反映されるオーダーリングシステムも同時に稼働し、各部門での業務の効率化を図ることができた。

また、3施設同



時導入で、患者さまのIDを一元化し、ネットワークで接続、3施設の間でもカルテ参照ができるようになった。これにより、施設間の連携をより密にすることができ、外来受診時や入院時に直接カルテから情報を得て治療につなげることができるようになった。

更に玄々堂君津病院では、再来

受付機の更新と新たに自動精算機を設置し、会計時の待ち時間短縮につなげていく。

7月から準備を始め、3施設同時導入という大きな取り組みとなった。

検査の受付窓口が新しくなりました

再来受付機が変わり操作画面が大きくなりました

くすりの相談窓口ができました



会計は自動精算機になりました。番号が表示されたら会計ができます

診察室の前にある箱へ受付票を入れて診察をお待ちいただくようになりました

★マークの場所に設置してあります。

年頭のごあいさつ



理事長・院長 永瀧 嘉嗣

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りいたします。

私も院長になり既に6年が過ぎ、7年目に入りました。この君津の地で急性期医療を担う病院を続けるために夢中でやってきましたが、あつと時間が過ぎました。昨年はと長く感じます。

ずっと先送りになっていた病院の外壁の補修、新館4階の増設と、電子カルテ導入を行いました。これも病院を運営するために是非とも必要なことでした。いい入れ物を作らないといひ人は集まりません。電子カルテの導入には一長一短がありますが、これも時代の流れであり、これも時代の流れであります。

作った施設、建物については大事に使用し一度も壊さず使用してまいりました。長く使用した物には愛着はありますが、そろそろ古い部分を表面だけの修理ではなく根本的に作り替えるの必要を感じております。新館のアメニティーを目標に全体をそのレベルまで改善すべく今後職員一丸となって努力したいと思います。

てみましょう。良質の医療には当然のことながら良質の建物、良質の医療機器が必要であります。医療の内容さえよければ建物は粗末でよいという時代ではありません。絢爛豪華というのとはどうかと思えますが、あまり粗末では安全対策、感染対策にも支障をきたします。今年も一歩一歩前進していこうと思えます。皆様のご支援をよろしくお祈りいたします。

平成25年元旦
玄々堂君津病院
院長 永瀧嘉嗣

健康教室 開催

第1回 腎臓病教室

10月13日(土)・20日(土)・27日(土)

(土)の午後2時より新館大会議室に於いて、第1回腎臓病教室が開催された。「腎臓が悪い」と言われたけれど、どういうこと?を共通テーマに、3回に分けて講義を行った。

13日(土)は腎臓内科の西山医師より、目立った症状は無いのに「腎

臓が悪い」といわれて外来通院を勧められた方(腎臓が悪い)とはどういふことかという内容で話しがあった。

20日(土)は渡邊管理栄養士より慢性腎臓病の食事について、なぜ食事療法が必要なのか、栄養素の算出方法と献立とは、等の話しがあった。

27日(土)は看護・リハビリ・薬剤の3視点からの学習となった。

まず、伊藤看護師より慢性腎臓病の日常生活について、血圧管理や肥満解消、禁煙、アルコール、脂質管理などの注意点が話された。次に、保坂理学療法士より腎臓病と運動療法の重要性について、運動療法の効果、状態に応じた運動強度などの話しがあった。最後に、住沢薬剤師より腎臓病の薬物療法について、治療に用いられる主な薬剤、腎臓病に悪い影響を及ぼす薬剤を服用する時の注意などの話しがあった。

各回とも患者さまとご家族、管内保健師と、多くの方々の出席をいただき、活発な質疑を交わしていた。

正しい靴の選び方

当院の血管外科外来では、足のトラブル（鶏眼・胼胝など）についての診察をするフットケア外来を行っています。ここでは足のトラブルの処置をするだけでなく、患者さまの足に合ったインソールや靴（フットウェア）を作成するといった事も行っています。そこで今回は、外来でフットウェアを採型・作成して下さっている日本フットケアサービス株式会社の義肢装具士 山口篤史さんに足のトラブルや正しい靴の選び方について教えていただきました。



Q 足のトラブルとフットケア外来について教えてください

A 足のトラブルには一般的に足裏の皮膚が硬くなってしまう胼胝（たこ）の事（べんちと読む）、鶏眼（魚の目の事（けいがん）と読む）、巻き爪、外反母趾があります。これらの原因のひとつは履物と言われています。

胼胝や鶏眼が出来ると痛みが生じます。この痛みを我慢している方、痛みとして感じられない方は要注意です。

① 胼胝を何度削いても繰り返してき悩んでいる
② 爪が巻いてしまっている
③ 指先が化膿し、赤く腫れてしまい靴が履けない
④ 外反母趾
⑤ リウマチなどに伴う足の变形

などフットケア外来ではこのような足のトラブルに対して、なぜそこに胼胝、巻き爪、傷などができるのか原因を探ることから治療が始まります。原因追求、説明が治療には欠かせません。何らかの足のトラブルを持っているが、気付いていても「足を見せるのは恥かしい」「今ならなご...」とは言わずに足に関する相談から始めてみましょう。

Q 足のトラブルの原因にはどんなものがありますか

A 原因の一つとして「足のゆがみ」があります。足裏は第二の心臓とも言われているように、さまざまな情報を収集する感覚があります。その足裏に傷や痛みを伴ってしまつと、身体全体のバランスを大きく崩すことになりま。足は身体を支える大きな基幹であり、建物でいう基礎の部分です。基礎が傾くと上にいくほど大きく傾きま。人間の身体も同じように足元のゆがみが膝・腰・首または内臓部にも影響すると言われています。その「ゆがみ」を補正し正しく導いてくれるのが「フットウェア」といわれる靴やインソール（靴の中敷きを足底装具として利用する）です。フットケア外来では靴やインソールの重要性を説明することから作成までを行っています。

早期から装着することにより、人生80年よりクオリティの高い生活を送っていただくために私達はお手伝いさせていただきます。

① 衝撃吸収
② 足底圧の分散と減圧
③ 摩擦の軽減
④ 変形に対する安定と支持
⑤ 関節変形への適合です。

Q 靴とインソールの特徴を教えてください

A 図を参照して下さい。①踵部分がしっかりしていること
② 甲の部分が調節できること
③ 靴先の高さ（トゥボックス）が適切か
④ つま先は足先より1cm程余裕があるか
⑤ 歩行時に踏み切る際、適切な位置で靴先が折れ曲がる
⑥ 靴の幅は足の幅より小さくないか
⑦ 靴内部が真ん中で折れ曲がらない
⑧ インソールが挿入できる
以上を参考にしてください。



検査のご案内

2月より、動脈硬化予防の検査として、FMDを開始しました。FMDとは、Flow Mediated Dilationの略で、「血流依存性血管拡張反応」という意味です。

動脈硬化は、加齢など老化現象の一つではありますが、その進行は生活習慣などによって個人差が大きくなりま。動脈硬化が進行すると、血圧が高くなるので、心臓に負担がかかり、心肥大、心不全を起しやすくなります。

また、血管が狭小化することにより心筋梗塞、脳梗塞など虚血性疾患や閉塞性動脈硬化症発症の原因となります。やわらかさを失った血管はもろく破れやすくなります。このため、動脈硬化は予防が大切だと考えられています。

最近の研究で、動脈硬化は血管内皮細胞の機能障害が先行するといことがわかってきました。FMDは、血管内皮機能を知る方法として注目が高まっています。

FMDの検査方法は、腕を圧迫・開放後にどれだけ血管が拡張するかを超音波でみるというものです。血管内皮機能が低下していると広がりが悪くなり、FMD値が大きいほど健康な血管であると考えられます。



当院では、動脈硬化進展の度合いを表すものとして頸動脈壁の肥厚（IMT）・血管の狭窄度（ABI）・血管内の血液の流れ（SPP）など様々な検査が行われています。新たに加わったFMDは、ごく初期の段階での度合いを表すもので、その活用が期待されます。

※FMDは予約が必要です。詳しくは主治医にご相談ください。

食べ物のエネルギーの話 ~ラーメン編~

寒～い季節…心温まるラーメンですが、中身によりエネルギーも大幅に違います。お店によっては、「ごはんおかわり自由」という所もあり、炭水化物のとりすぎにもなりがちです。野菜たっぷりのものを選んだり、スープや麺の量を調整したり、組み合わせを考えて食べましょう。

※エネルギー・塩分は目安として平均的な数値で表示しています

しょうゆラーメン	チャーシュー麺	塩ラーメン	みそラーメン	トッピング
●エネルギー ……820kcal ●脂質 ……………20.0g ●塩分 ………………8g	●エネルギー…1190kcal ●脂質 ……………26.0g ●塩分 ………………9g	●エネルギー ……790kcal ●脂質 ……………19.0g ●塩分 ………………8g	●エネルギー ……870kcal ●脂質 ……………21.0g ●塩分 ………………9g	●エネルギー +360kcal
ちゃんぽん	タンメン	つけ麺	特製ラーメン	味卵
●エネルギー ……730kcal ●脂質 ……………18.3g ●塩分 ………………7g	●エネルギー ……680kcal ●脂質 ……………15.2g ●塩分 ………………5g	●エネルギー ……658kcal ●脂質 ……………14.6g ●塩分 ………………6.6g	●エネルギー…1400kcal ●脂質 ……………28.0g ●塩分 ………………13g	●エネルギー…+83kcal
				成人目標塩分摂取量 男性… 9g未満 女性…7.5g未満 目安…塩5g 小さじ1杯

●なるべく野菜・きのこ・海藻など噛みごたえのあるものを組み入れるようにしましょう。

●中華麺のエネルギーは、うどんやそばに比べ高いので量は控えましょう。(中華麺1食分120g→ごはん200gに相当する)

●スープには塩分・脂肪分が多く、白濁したコクのあるスープほどエネルギーが高いので、残すようにして、調整しましょう。(背脂10g→90kcal)

●汁を残すことで、2～3gの塩分を減らすことができます。

●ナトリウムで表示されている場合は次の式で食塩に換算できます。
[ナトリウム (mg) × 2.54 ÷ 1000 = 塩分相当量 (g)]



腎センター **便り**

今回は総合腎臓病センター長の大崎慎一先生に、
総合腎臓病センターについてお話をうかがいました

総合腎臓病センターについて

総合腎臓病センター長
大崎慎一 医師



総合腎臓病センターが設立されて2年が経ちました。センターの目標は、地域における腎臓病診療の充実です。具体的には、この地域にお住まいの方々が腎臓を病んだ時に、相談できて、次の対策を提案できる病院になるためのプロジェクトなのです。

センターと一口で、なにか大きな建物があるように感じられるかもしれませんが、確かに当院にも中心になる新館ができましたが、私たちの提案するセンターの中心はそういったハードウェアではなくソフトウェアなのです。つまり、

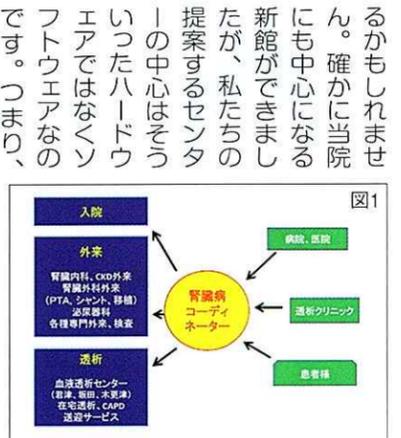


図1を閲覧下さい。具体的には臨床システムのの中核をなすのがナースを中心とした腎臓病コーディネーターです。コーディネーターは患者さまや診療所の解決すべき問題をお聞きして、必要な医療に近道で

一方、病院としては現在の診療内容を大局的そして横断的に検証するとともに、新しい治療を取り入れていく必要があります。この役割を担うのがテーマ別の研究チームです。2013年現在で13の研究チームから成り立っており、それぞれが異なる研究テーマに取り組んでおり、その成果を臨床に還元してまいります。また、他院からの相談も受け付けます。コーディネーターは専用回線を持っており、代表電話からも接続可能です。立ち上がった当初は戸惑いもあったコーディネーターチームですが、最近はその実績も増えさらに良い腎臓病の道先案内人を目指してステップアップ中です。

到着できるようにご案内します。例えば、腎不全の患者さまが腎移植について相談したい時や、健診で初めて蛋白尿を指摘された時などにコーディネーターへご相談いただければ、そのご希望に応じて適正な医師の外来を予約し相談に乗れるように手配いたします。また、他院からの相談もお受けいたします。コーディネーターは専用回線を持っており、代表電話からも接続可能です。立ち上がった当初は戸惑いもあったコーディネーターチームですが、最近はその実績も増えさらに良い腎臓病の道先案内人を目指してステップアップ中です。

図2を参照下さい。各チームは、複数の職種からなるメンバーが一緒にテーマに取り組んでいることが大きな特徴であり、それが患者さまのためにとなると私と考えています。もちろん、すべての腎臓病診療を当院でまかなうことはできませんし、それが目的ではありません。地域的な弱点を補い、院内でできるだけ広く対応したいと考えておりますが、病態によっては、私たちがより優れた病院をご案内することが患者さまのためであると考えています。そのような時には県内や都内の病院をご案内したり、専門医を招いて当院で治療を行うことで患者さまのお役に立ちたいと思っております。また、長期入院を希望される方や、ご自宅に近い診療所での治療を希望される方には、病院の紹介などをさせていただいておりますし、社会的補助の申請のお手伝いもさせていただきます。

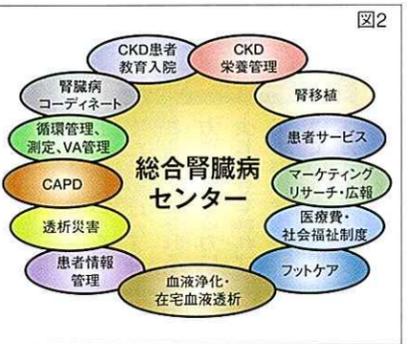
腎臓病を考える会に参加しました

10月28日(日) 京葉銀行文化プラザに於いて、NPO法人千葉腎臓病協議会が主催する第25回腎臓病を考える会が行われ、大崎慎一総合腎臓病センター長と三浦國男血液浄化部部長が講演を行いました。



講師 大崎 慎
講師 三浦 國男

以上、総合腎臓病センターの概念をざっと説明させていただきました。この地域にお住まいの方々が少しでも良質な腎臓病治療を受けられるように力を合わせていきたいと考えております。常に完璧ではありませんが、可能なことを最大限に供給できるように努力していきたいと思っております。



臓器不全患者に対する外科・管理研究会 (COSMOF)

11月10日(土) 鳥居薬品株式会社本社3階研修室にて、第9回臓器不全患者に対する外科・管理研究会(当番世話人/玄々堂君津病院総合腎臓病センター 大崎慎一)が行われました。当院診療部からも2演題の発表を行いました。(演者のみ記載)

千葉県透析研究会

12月9日(日) かずさアカデミアパークにて、第40回千葉県透析研究会(当番世話人/平山病院 平山陽、東葉クリニック 吉田正美)が行われました。

- フルニエ症候群の1救命例 診療部 外科 医師 外浦功
- 集学的治療にて救済し得た閉塞性動脈硬化症例の検討 診療部 外科 医師 佐藤和弘
- ON-LINE置換液の生菌迅速検査の検討 血液浄化部 臨床工学技士 平野聖浩
- LDL-アフェレーシス(LDL-A)療法による下肢血流改善効果の検討 血液浄化部 臨床工学技士 川上崇志
- 自家製炭酸泉浴剤の検討 血液浄化部 臨床工学技士 立石知美
- オンラインHDFに対応した透析用監視装置の検討 血液浄化部 臨床工学技士 佐藤貴仁

在宅血液透析勉強会

11月10日(土) 午後3時より新館大会議室に於いて、埼玉医科大学病院血液浄化部臨床工学技士長 大濱和也氏を招き、在宅血液透析勉強会を開催しました。



勉強会は、職員だけではなく多数の患者さまにも出席して頂き、在宅血液透析における基礎知識の紹介や意見交換が活発に行われ、有意義な勉強会となりました。

フットケア外来開始

総合腎臓病センターフットケアチームでは、足病変の予防と早期治療で『足を救う』事を目標に準備を進め、平成24年7月に「フットケア外来」を立ち上げました。

フットケアチームは血管外科の佐藤和弘医師を中心に、臨床検査技師、臨床工学技士、理学療法士、看護師の合計13名で編成されています。また、日本フットケアサービス株式会社より、義肢装具士が来院し、フットウェア(靴は勿論、インソールや免荷装具等)の相談や作成も行っていきます。

フットケア外来の主な対象は腎臓病のみならず、糖尿病や末梢動脈の疾患などに起こる足病変(潰瘍など)、足に靴が合わない、歩き方が悪い等で起こる胼胝(たこ)や鶏眼(ウオノメ)、爪白癬(水虫)や陥入爪(巻き爪)、慢性関節リウマチや神経疾患(脳梗塞やパーキンソン病等)による足部の変形など多岐に渡ります。

フットケア外来は毎月第1・第3・第5火曜日、午後からの完全予約制となっています。



看護部長
岡崎 弘子

看護部は看護師をはじめ
ナースエイド・クラークの総勢
280名からなる病院の中一番の
大所帯です。
そんな看護部職員の活躍を紹介
いたします。

私たちナース 頑張っています

昨年4月に就職した1年生職員。それぞれの現場で活躍中です。
その新入職員を代表し、2名の看護師に話を聞きました。



いわき仮設住宅で ボランティア

4階病棟 樋口 千恵子

東日本震災で未だ仮設住宅に暮す方々のために、昨年より運動指導に、いわき仮設住宅へ毎月一度伺っています。通い始めて感じたのは、交通の便も悪く商店や病院もなく生活を営むのは大変だということでした。一番の苦難を強いられるのが高齢者の皆さまです。同じ地区とはいえ、見知らぬ方同士集合生活のためコミュニケーションも少なく、週に一度の血圧測定にさえ出て来ず、閉じこもっている方が増えている状況でした。工業団地の中の為、植木も花もない環境で「散歩をしても楽しみがない」と言う声が聞かれました。



そこでせめてお花を眺める外に出てきてほしい、先の見えない生活の中でも笑顔でいてほしいと思ひ仮設住宅に花壇を作りたいと病院に相談したところ、心よく寄付金を出していただける事になりました。5月6月と2回に亘り集会所正面を中心に、避難させている皆さまと一緒に花壇作りをさせていただきました。当日は27名の方が参加され「土に触れると心が和む」「久しぶりに笑った」等話されていました。最後は私達が普段指導しているつまずかない運動やありがとう運動を行い、初めて全員で集合写真を撮りました。一ヵ月後、台風が来たり



と悪候が続いたため心配しましたが、皆さまがこまめに世話をしてくださるとも立派に育っていました。「集会所が花を眺められる憩いの場所になった。」の声も多数いただきました。病院の協力がなくては得られなかった笑顔を見る事ができ、本当に感謝しています。運動教室の参加は継続され、コミュニケーションの場としての役割も果たし始めました。この活動が、仮設住宅での高齢者の体力低下を防ぐだけではなく、ここで生活される方達の生きる力に少しでもなればと思います。今後とも続



2階病棟
伊東 奈々子

私が就職して既に半年以上がたちました。最初は今まで学校で学んできた事が業務と上手く繋がらず新しい発見の連続でした。それは今でも変わる事はありません。日々発展する医療や毎日の業務、社会人としての意識や看護師としての重責など勉強の連続です。今では夜勤も始まり、より責任を感じています。また、多くの方々と出会いました。患者さまやご家族、そして現場の先輩方です。その中で嬉しい事も辛い事も多くありました。私を励まし、指導して下さった先輩方には本当に感謝しています。この出会いや学びを成長の糧とし、安心や信頼を受けられる看護師を目指したいです。



4階病棟
立石 麻里亜

入職して早くも10ヵ月がたちました。慣れない土地での生活や職場の雰囲気にもなじんできたと感じます。仕事では覚える事が多く失敗も多いですが、その度に先輩方の優しいアドバイスや患者さま方の笑顔、「ありがとう」の言葉に励まされています。皆さまに頂いた元気や優しさに応えていけるように日々頑張っていきたいです。



去る10月28日(日) 君津市散乱ゴミ一掃クワリーン作戦に参加しました。CS委員会委員と職員有志で病院敷地とその周辺の清掃を行いました。院内外の環境整備を行うというCS委員の目標と、地域との交流を図るという目的で始め

君津市散乱ゴミ一掃クワリーン作戦に参加しました

活動で、今年は34名の職員が参加し短時間の間に様々なゴミが集まりました。



クリスマス コンサート開催

12月22日、外来ホールにて恒例のクリスマスコンサートを行いました。



楽しかったコンサートの後は、

ボランティア 通信



「ナルク上総劇団ババジー」によるハートモカ演奏と安来節やタスキ囃子踊り。総勢40名からなる「君津童謡唱歌を楽しむ会」の方による懐かしい歌の数々。大トリは、当院保育所より30名の子供たちによる元気いっぱい歌と踊りが披露されました。そして、今回もミツバツツジの里にある森の中からスペシャルゲストが登場！君津市のマスコットキャラクター「きみぴよん」が来てくれました。会場は皆さまと一緒に、ステージの演奏を一生懸命、応援してくれました。



診察予約専用番号

当院では予約制で診察を行っております。当日に受診希望の方も診察の予約が必要です。診察をご希望の際は事前に「予約専用番号」までご連絡ください。予約変更もこちらで受け付けております。

受付時間：午前9時～午後4時
※月曜日～土曜日(日曜、祝日は除く)

予約専用番号 **0439-52-7068**

※時間帯により混雑の為、大変繋がりにくい場合がございます。
※受付時間外の対応は致しかねますのでご了承ください。
※救急・急患の場合は代表番号にご連絡ください。
代表番号 0439-52-2366

編集後記

- ▼冬眠を、する暇がないが、脂肪過多。(PT)
- ▼今回もがんばりました。(カーブ)
- ▼身は引き脂まわってないけど、巴を引締め今年も頑張ります。(わあい)
- ▼正月太り、頑張って落とします。(Ω)
- ▼今年目標「断捨離」(婚活)
- ▼頑張ります！(LDH)
- ▼実家のカレンダーに記されていた言葉・It's all in the mind. (Kyori)
- ▼やっぱり冬は苦手です。(てつ)
- ▼毎年の事ながら正月太り…(瘦せたGier)☆
- ▼ウルトラマンを倒したゼットンも、電子カルテには勝てず…(ゼットン)
- ▼任務終了。次はゼットン編集長です。(ケムール)
- ▼いつも非日常を探して生きてきましたが、日常の大切さを実感する最近です。(エス)