市民病院広報 第７号

竜んおとし子

－目　次－

● 表紙　NHK撮影風景 …… 1
（NHK「おーいニッポン」1000人のメッセージ）
● 市町村合併・院長挨拶 …… 2
● 厚生労働大臣表彰受賞・他 …… 3
● 小児科から（気管支喘息のはなし） …… 4～5
● 禁煙ノススメ …… 6
● 病院からのお知らせ …… 7
● 職場・新人紹介・編集後記 …… 8

平成17年11月15日
発　行　平戸市民病院
平戸市草積町1158-1
ＴＥＬ　0950-28-1113
ＦＡＸ　0950-28-0800
http://www.city.hirado.nagasaki.jp/hospital/
編　集　広報委員会

市町村合併

平戸市立生月病院・平戸市民病院を市民の健康づくりの拠点に

平戸市民病院
院長　押淵　徹

新平戸市の誕生を祝い、心新たな出発をしましょう。

平成十七年十月一日、旧平戸市、田平町、生月町、大島村がひとつの自治体になりました。実に五十年ぶりの自治体再編成です。遠い昔には、松浦党・松浦藩として結束していた歴史的なつながりからも、この合併を契機として、新自治体の市民の皆さんの結束は、速やかに図られることだと思います。

我々平戸市民病院の職員一同は、旧平戸市の地域を早く解きほぐし、新たな自治体の地域に広く、医療や医療を核とした保健福祉のサービス（地域包括ケア）を実施し、新市民の皆さんの健康の増進と福祉の発展に寄与するよう決意を新たにしています。

従来、市民の皆さん方は、移動手段や道路網の整備により、いち早く旧自治体の垣根を越え、より充実したサービスを求めて移動されてきた経緯もあり、急激な変化はないものと思います。

しかし、平戸市立生月病院と平戸市民病院が、自治体の中に並存することになりましたので、これからは、両病院が新自治体の保健医療福祉行政の拠点として、協力してあたることになりました。お互いに長所を取入れ、欠点を補いながら運営していきたいと思っています。市民の健康を守ってきた国民健康保険・介護保険事業の安定を図るための共同研究事業もこれから取入れていこうと思います。

また、地域包括ケアの要である、医師不足を解消するための医師育成事業も、長崎大学医学部付属病院と共同して始めることになりました。両病院とも十～十五キロメートル周辺には入院施設を持った診療機関がない地域に存立していますから、市民生活にとって必要不可欠な施設である自覚を持ち、運営にあたる所存です。

新平戸市民の皆様の健康づくりの拠点として。

◆平戸市民病院の基本理念◆

地域とのふれあいを大切に
地域に愛され信頼される
包括医療の実践

おめでとうございます

押淵院長が厚生労働大臣表彰を受賞

市民病院の押淵徹院長が、このほど長年の国民健康保険事業功労により、厚生労働大臣表彰を受賞しました。表彰式は、十月二十一日に厚生労働省で行われ、尾辻大臣から表彰状が手渡されました。院長は、平成十五年三月に医療分野で最も権威のある医療功労賞を受賞しており、再びビックな賞を受賞することになりました。今回の受賞は、二十年間にわたって取組んできた健診事業等の保健事業や医療・保健・福祉の連携による地域包括医療の成果が評価されたものです。長年実践してきた「地域包括医療システム」構築の成果は、医療費の適正化はもとより、本市の医療水準の向上や保健福祉サービスの向上など、市民の健康の保持増進に大きな成果をもたらし、院長が提唱する「元気老人の創出」が、今日では現実的なものになっています。

第一回市立病院研究会開催

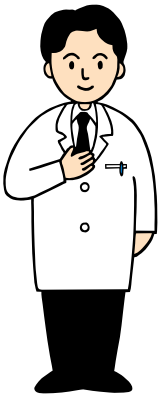
市町村合併を受けて、生月病院と平戸市民病院が十月十五日、第一回の合同研究会を生月町中央公民館で開催しました。当日は、両病院から多数の参加者が集まり、八題の研究発表と特別講演があり、活発な討論の後、今後、両病院が協力して、地域包括医療を推進していくことを確認しました。医師の交流も今後図られることになっています。

「市民病院アスレティックス」ソフトボール県大会初出場

例年行われている病院対抗のソフトボール大会（県地区予選）が、九月二十三日に吉井町の運動公園で開催され、今年の相手も、強豪の波佐見病院と佐世保愛恵病院でしたが、試合が始まってみると、好投、巧打、好守の連続で今年のロッテような試合運びで、なんとコールド勝ち、圧倒的な強さで、初の県大会出場を勝ち取りました。この勢いで県大会も頑張ります。

気管支喘息のはなし

小児科　伊達木澄人



季節の変わり目で、小児科外来には、喘息発作を起こしてやってくる患者さんが増えてきました。喘息は、「ヒュー、ヒュー」「ゼイゼイ」といった喘鳴（ぜんめい）、呼吸困難、咳を伴う病気です。日常よく耳にする病気ですが、呼吸困難や咳で日常生活に支障をきたし、重症例では、ときに窒息で死にいたる怖い病気でもあります。喘息はどの年齢でも発症します。今まで喘息といわれたことがない方でも安心できません。

喘息の症状は

そばにいる人にも、ゼイゼイと聞こえてくるような発作だとわかりやすいですが、外来では、咳がとまらない、夜間の咳、息苦しさで眠れないといった症状で受診され、喘息と診断されるケースも多々あります。息苦しさを訴えられない小さいお子さんでは、より注意が必要です。重症になると肩で息をし、肋骨間や上腹部が呼吸に伴い陥没する呼吸があらわれます。これらは努力呼吸といわれ、重症度をあらわす重要なサインです。

また、発作を繰り返している患者さんは、その状態に慣れてしまい、本当に重症にならないと苦しさを訴えないため、ご家族が気づいたときには、瀕死の状態となっていることもあります。

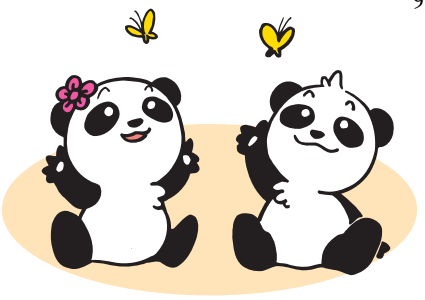
喘息の病態は

喘息では気管支が狭くなっているため、十分な空気が肺に送られません。発作時、気管支には炎症が起こっており過敏になっています。粘膜は腫れ、気管支のまわりの筋肉も収縮して、気管支の内腔は狭くなります。炎症によって生じるたくさんの痰は、この状態を助長しています。

「小児喘息はアレルギー疾患の代表」

それでは、なぜ喘息の患者さんではこのような狭い気管支になるのでしょうか？

小児喘息では、多くの場合アレルギーが関与しています。これは、ある特定の物質（抗原；アレルゲン）に免疫反応が過敏に反応して、様々な炎症、アレルギー反応を起こす現象です。喘息の原因となる抗原の代表は、家庭に存在するダニやハウスダスト（家の埃）ですが、それ以外にも動物の毛、フケやカビ、花粉なども抗原となります。また、気道に刺激を与えるものはすべて発作につながります。例えば、煙（タバコ、花火、線香、焚き火など）、空気汚染、感染（かぜ、気管支炎、肺炎）、運動、気温の変化、天候（雨、台風）などです。他にも、体調不良や疲労、心理的なストレスでも、発作が起こりやすくなることがあります。



喘息の治療は

① 環境整備

喘息の原因となる抗原の除去、悪化因子の除去が予防に大切です。どの物質にアレルギー反応があるかは、血液検査でわかることがあります。喘息をもつ患者さんでご希望があれば、主治医に相談してみましょう。

② 薬物治療

喘息の薬物治療は、大きく分けて、急性発作に対する対応と発作予防に分けられます。お薬の種類、形態は、患者さんの年齢、重症度によって異なってきます。

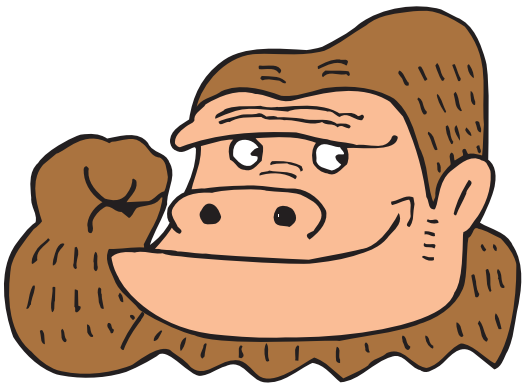
発作を抑える治療としては、気管支拡張剤の吸入、内服が中心となります。それでもよくならないときには、気管支拡張剤の点滴やステロイドの注射も考慮します。

予防する治療は、気管支拡張剤、抗アレルギー剤、吸入ステロイドなどを、年齢や重症度に合わせ、組み合わせて使用します。これら予防のお薬は、発作が起きてから内服・吸入をしても効果がありません。これらのお薬は、症状の有無にかかわらず継続して使用することで、初めて効果を発揮するものです。お薬の中止、減量は症状に合わせて医師との相談のもと行いましょう。なかには、自宅で症状のあるときだけ手持ちのお薬を飲んで、対症的に切り抜けている患者さんもいますが、この状態は非常に危険です。

＊

小児喘息は、いつかよくなるものだと信じているご家族がいらっしゃいますが、必ずしもそうではありません。喘息発作を小児のうちに繰り返し、また発作の状態を放っておくと、気管支の壁は度重なる炎症により肥厚し、狭窄を起こし、より発作を起こしやすい状態になります。この状態を「気道リモデリング」と呼びます。そうなる前に、できるだけ早く、発作を予防しなければなりません。一見調子が良さそうだと、お薬を中止して、たびたび発作を繰り返すことはぜひ避けてください。成人まで喘息をもちこさないためにも、喘息を難治化させないためにも、小児期の管理がとても重要なのです。

近年、喘息治療の進歩により多くの喘息はコントロールされるようになりました。喘息とうまくつき合うには、患者さん、ご家族と小児科医師との二人三脚での治療が不可欠です。喘息でお困りの方は、お気軽にご相談ください。

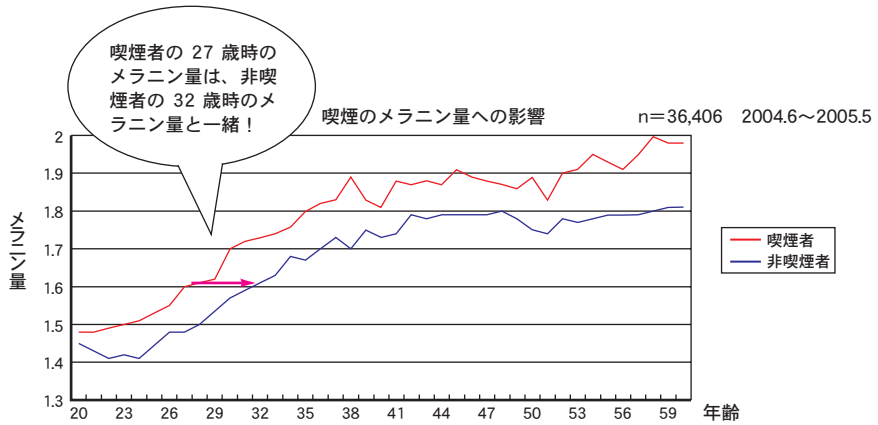


川柳で　学ぶタバコの　おそろしさ(2)

５年分　「女のいのち」を　食うタバコ

「女のいのちは肌よ！」　というコマーシャルがありましたね。ポーラ化粧品が20～70歳代の約30万人の女性の肌状態と喫煙の関係を調べました。

皮膚表面層の角質のメラニン色素の量や分布を分析した結果、年齢別の平均メラニン色素量は、吸い始めて間もない20歳代では大差ありませんが、以後は全年齢層で、喫煙者が1~2割多く、ほぼ５歳上の非喫煙者のメラニン量に相当していました。つまり、喫煙者は非喫煙者より肌年齢が５歳老けている状態でした。図をさらによく見ると、35歳では10歳の差になっていますし、40歳を過ぎると、非喫煙者が60歳になっても到達しない程度のメラニン色素の量になっています。恐ろしいことです！



メラニン量…角層細胞中のメラニン量を3段階に評価し、年齢ごとに平均を算出。

減らすほど　恋しさが増す　この一本

禁煙をしようとするとき、だんだんと本数を減らせばいいと考えますね。しかし、その人の脳にとって必要なニコチンの血中濃度は、長年の喫煙習慣によってほぼ決まっています。本数を減らしても、次の喫煙までにニコチン濃度が下がらぬように、無意識のうちにニコチンを多めにとるため、かえってほかの有害物質を多く吸い込みます。つまり、「健康のための節煙不健康」ということになります。

それに、減らせば減らすほど、次のタバコはますます美味しいものに感じられ、なおのことタバコが恋しくなります。恋しさが増したタバコが、やめにくくなるのはいうまでもありませんね。絆創膏はじわじわ剥がすより、エイヤッと一気にはいだほうが楽ではないですか？　禁煙は一気にやめる「断煙法」のほうが、苦しむ期間も短く成功率が高いのです。

喘息の　子どもをいぶす　親は鬼

子どもの喘息は、親が喫煙する家庭ではそうでない家庭の約２倍になります。喘息発作で救急外来にやって来る子どもの親が、タバコの臭いをさせていることが少なくありません。子どもが喘息にかかっている場合は、家族は全員禁煙すべきです。屋外で吸っても、吐く息や衣服についたタバコの粒子の影響を完全になくすことはできません。子どもの一生を親のニコチン中毒のために台無しにしないでください。

子どもが学校に行っている間だけ、こっそりと吸う「母親の隠れタバコ」でも、ニコチンの粒子は家の中を漂っていて、子どもはニコチンを吸引しています。子どものいる家庭では、タバコは外で吸うべきですし、車の中は、子どもが乗っていないときも含めて禁煙です。

病院からのお知らせ

平戸市民病院で石綿（アスベスト）の健康診断ができます

最近、石綿（アスベスト）による健康被害の状況が新聞やテレビで報道され、深刻な社会問題となっていますが、県内においても、石綿との関連が認められる疾病にかかったことにより、平成10年度から16年度までの7年間に19名が労災認定を受けています。

このほど、長崎労働局から「石綿に関する健康診断」が可能な労災保険指定医療機関が新聞紙上及び長崎労働局のホームページで公表されましたが、平戸市民病院が健康診断指定病院となりました。

過去に、石綿取扱い作業に従事したことがある方は、早めに市民病院で受診されるようお勧めします。

☆ 受診される場合は、受付機で内科・診察を押して、窓口職員に石綿（アスベスト）の健康診断であることをお申し出ください。

☆ 石綿（アスベスト）関係相談窓口
長崎県県北保健所　地域保健課健康対策班
電話　0950-57-3933

平戸市民病院が長崎大学の臨床教育拠点病院に

地域医療教育を通した総合医の育成をねらいとした長崎大学の「へき地病院再生支援機構」の構想が、このほど、文部科学省の「地域医療等社会的ニーズに対応した医療人教育支援プログラム」に選定され、平戸市民病院が長崎大学の臨床教育拠点病院に選定を受けました。

拠点病院に選定されたことにより、市民病院には、本年度から平成19年度までの3年間、全国から募集する医大卒業後3年目～4年目の後期研修医師2名と講師・助手等の教官が派遣され、病院での診療の他、当院を拠点として、近隣の保健・医療・福祉関係機関との連携を深めながら、地域医療教育が実践されることになっています。

今後、本市だけでなく、医師不足に悩む、県北地域の医師確保や医療分野での諸施策の充実強化が期待されます。

インフルエンザ予防接種を実施中です。

接種を希望される方は、下記受付へお申し出ください。

【内科受付】
接種日の年齢が 65歳未満⇒接種料　2500円で　接種回数は1回です。
65歳以上⇒接種料　1000円で　接種回数は1回です。
期間　10月11日～12月28日まで、それ以降は65歳以上の方も2500円となります。

【小児科受付】
13歳未満⇒接種料　2500円で　接種回数は2回です。接種間隔は3～4週間です。
13歳以上⇒接種料　2500円で　接種回数は1回です。
接種期間は、10月11日～12月28日です。

職場紹介

【事務所(総務班)】

病院の事務所がどこにあるのか分からないという方が大半だと思いますが、受付の奥に位置し、現在９名の職員が働いています。主な業務内容としましては、総務人事・経理・用度・施設管理・運転業務等を行っており、他の部門に属さない業務は何でもやりますので、様々な技術・知識が求められ、また身につく職場でもあります。事務所内ではほとんどの時間をパソコンに向かっていますので、一見根暗(?)と思われるかもしれませんが、実は明るい職場です。普段患者さまと接する機会が少ない職場ですが、職員が働きやすいようサポートするのが、患者さまにより良い医療を提供することにつながると私たちは考えています。

新人さん紹介

※　平本　奈美　（ﾋﾗﾓﾄ　ﾅﾐ）　※

羊年生まれ、牡羊座、笑顔を忘れず、趣味は、バレーボール、スポーツ観戦です。

はじめまして平本と申します。

平戸へ嫁いで４年が経つ中『平戸弁』もベテランになり、とてもいい環境の中で楽しく過ごしています。“新平戸市”誕生という新たな日に平戸市民病院の事務所の方へお世話になることになりました。

周りの皆さんが気軽に声をかけてくださるので、人とふれあうことが好きな私にとって、とても居心地がいい職場です。

仕事はまだまだ未熟でご迷惑をおかけしていますが、一日でも早く覚え皆さんとのふれあいを大切にしていきたいです。ご指導宜しくお願いします。

笑顔、笑顔で頑張ります。

編集後記

秋も深まり、日増しに寒さが加わってきました。これからの季節は、風邪・インフルエンザが流行しやすい時期です。外出先から帰ったら、まずは手洗い、うがいを行い、予防に心がけてください。

十二月十三日にクリスマス会を開催します。入院中のご家族の方も一緒に楽しい時間を過ごしませんか。職員一同お待ちしています。

大谷