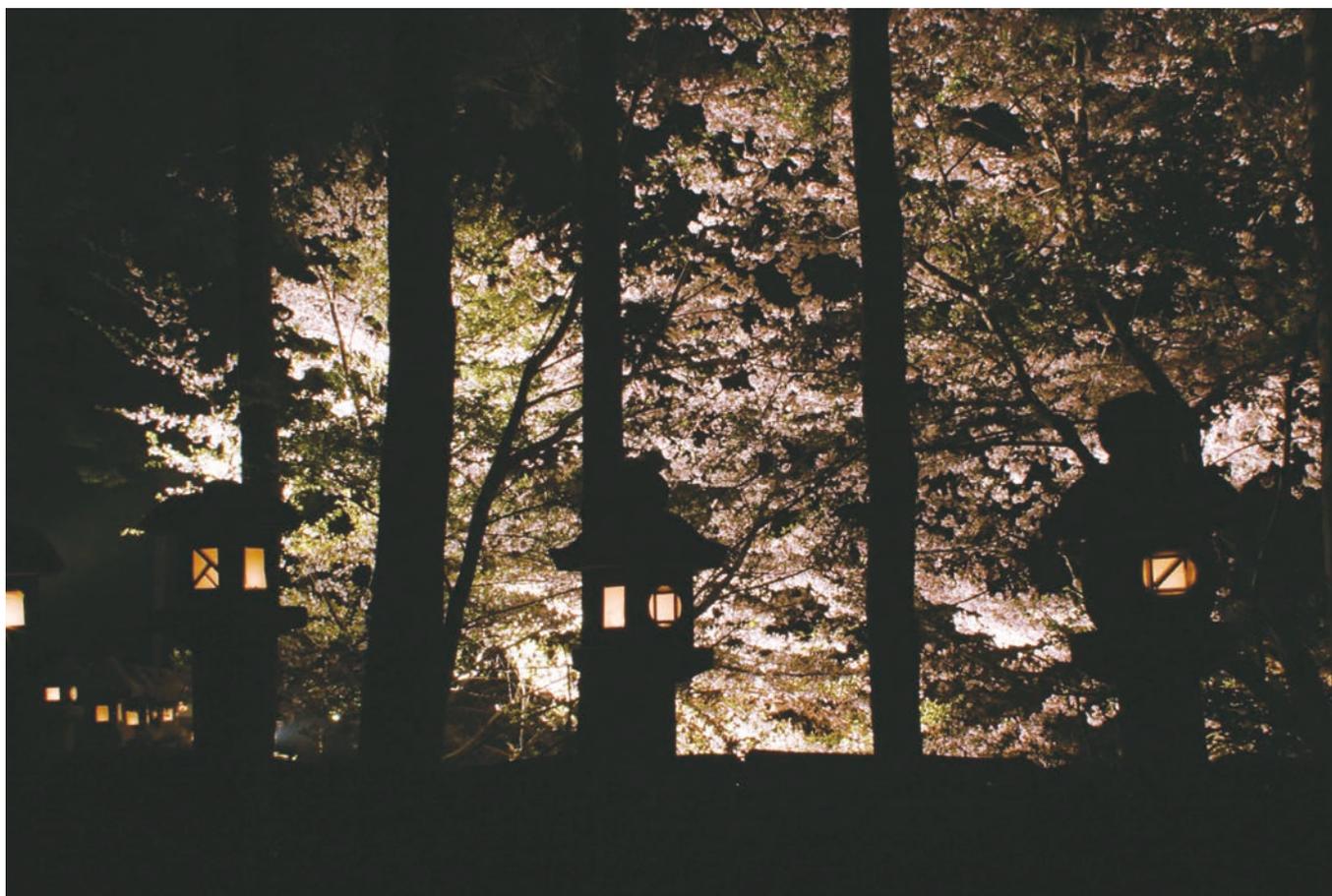


市民病院広報 第9号

# 菟んおとし子



— 目 次 —

- 表紙（木ヶ津千灯籠春まつり） ..... 1
- 新年度を迎えるにあたって（押淵院長） ..... 2
- 新人紹介 ..... 3
- 敷地内禁煙について ..... 4～6
- 禁煙体験談 ..... 7
- 糖尿病網膜症 ..... 8～9
- カナダと日本の地域医療交流会 ..... 10
- お知らせ ..... 11
- 外来診療担当表・編集後記 ..... 12

平成18年5月1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

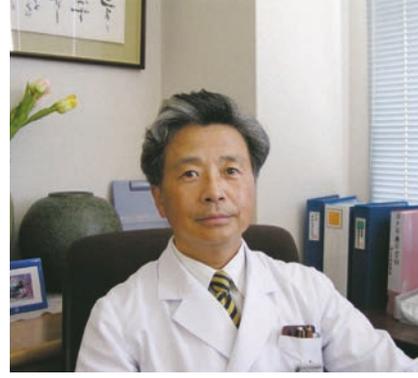
<http://www.city.hirado.nagasaki.jp/hospital/>  
編集 広報委員会

## 新年度を

### 迎えるにあたって

平戸市民病院

院長 押淵 徹



新平戸市が発足(平成十七年十月)して早半年が過ぎました。平戸市民病院は、総合保健施設『サンケア平戸』とともに、市民の健康づくりの拠点として、新平戸市となっても運営を続けていく所存です。市民の皆様におかれましても、郷土の発展の基礎は、個々人が健康であることを自覚され、各々が健康づくりに関心を持ち、これからもお過ごしくださることを願っています。

### 診療体制は

昨年度から循環器、血液、神

経内科医の常駐、そして、長崎大学の「へき地病院再生支援・教育機構」の拠点病院として指定を受け、県北ではさらに質の高い診療体制となりました。一般内科はもとより、皆様の生活の現場に最も近いところで、長崎県下の水準以上の専門医療が提供できる体制が整いました。全国的にも数が少いため、社会問題となつている小児科専門医は、平戸市民病院に常駐し、小児科診療はもとより、地域の小児・学校保健に活躍して頂いています。一般・消化器外科、眼科、リハビリテーション科の備えも万全です。全国的な傾向で、整形外科の診療が十分できないのが残念ですが、新平戸市に加わった生月町、田平町の諸医療機関と密に連携をとり、市民の皆様への保健・医療・福祉・介護への要望に応えていきたいと考えています。

### 病院運営は

国の財政健全化のための諸政策、とりわけ、社会福祉政策の引締めのおりを受け、これから一層厳しい病院運営を迫られ

ています。診療機能の向上と、国の緊縮政策との平衡を計りながらの運営を考える一年となります。とはいえ、国民の健康を守つてきた世界に誇る国民皆保険制度、とりわけ、地域保険である国民健康保険・公的介護保険制度を住民生活の現場から守つていくのが、私たちの病院に課せられた命題でありますから、気を引き締めて運営に当たりたいと思います。

### 病院敷地内を禁煙に

タバコの健康に及ぼす影響、とりわけ癌の発生の原因になつていくことが解明されてきました。火事の第一番目に上げられる程、経済的損失は計り知れないものがあります。本年度からは、タバコを止め健康回復を計りたい方には、治療として保険診療ができるようになったことは、禁煙運動に大きな拍車がかつたといえます。すでに公共の場所、人の集まる場所、公共の乗り物での禁煙は常識となりました。平戸市民病院も、本年度から敷地内禁煙とし、健康づくりの拠点として前進して参り

### 総合医の育成を

先に述べたように、平戸市民病院が『へき地病院再生支援・教育機構』の拠点病院となりました。医師不足を解消し、併せて住民の生活現場で、まず、初期治療に当たることのできる医師の育成を図ろうという事業です。長崎大学と密接な協力体制を敷き、この事業の成果を上げ、地域包括ケアを担う医師の育成に当たりたいと思います。これからも、市民の皆様が生まれ育ち、安心して暮らすことのできる地域づくりに、貢献することを心がけて参ります。市民の皆様のご期待に応えたいと思います。



# はじめまして 市民の皆様お世話になります

◇ 土井先生(小児科)、小川先生(眼科)、山本先生(へき地病院再生支援機構)が就任

このたび、市民病院に土井先生(小児科医)、小川先生(眼科医)、山本先生(へき地病院再生支援・教育機構)をお迎えすることになりました。また、異動により、総務班長として鴨川恵介さんを、新たに看護師として、鴨川美由紀さん、尾崎信太郎さんをお迎えしました。ご紹介します。



山本 宜和 内科医

- ① 虎年
- ② 獅子座
- ③ 幸せは自分の心が決める
- ④ ドライブ 平戸にきて久しぶりに運転を始めた



小川 聡一郎 眼科医

- ① 猪年
- ② かに座
- ③ 安全第一
- ④ 温泉めぐり



土井 知己 小児科医

- ① 辰年
- ② ロマンチストのお座
- ③ 好きな言葉 誠
- ④ ボーリング、スポーツはするのも観るのも好きです



尾崎 信太郎 看護師

- ① 午年
- ② やぎ座
- ③ 無し
- ④ 熱帯魚、釣り



鴨川 美由紀 看護師

- ① 戌年
- ② てんびん座
- ③ 一期一会
- ④ ガーデニング



鴨川 恵介 総務班長

- ① 申年
- ② ふたご座
- ③ 無し
- ④ 釣り

①うまれ年 ②星座 ③座右の銘 ④趣味

## 市民病院は四月から 敷地内禁煙に

平戸市民病院は、四月一日から『敷地内禁煙』になりました。

健康増進法が平成十六年五月から施行され、公共の場での受動喫煙防止が施設管理者に義務づけられました。健康増進法では、公共交通機関の待合所は、屋外でも受動喫煙防止が求められています。

平戸市民病院では、すでに平成十五年から建物内の禁煙を行ってきました。呼吸器や心臓病のために、受動喫煙の



害を強く受ける可能性がある人が出入りする医療機関は、きびしく受動喫煙の防止が求められます。

### なぜ

#### 分煙だけではダメなのか

たとえ建物の外で喫煙しても、風向きによっては建物内に煙が侵入するの  
で、分煙では完全に受動喫煙が防止でき  
ないからです。また、衣服にはタバ  
コの有害成分が付着しています。

喫煙所があると、禁煙をしようとい  
う気持ちが起こりません。自由に吸え  
ない環境になって初めて、タバコを吸  
うことの異常さに気がつくのです。学  
校が敷地内禁煙になって、禁煙に踏み  
切るようになった先生が増えたという  
例で実証されています。

### 禁煙外来に保険が適用

四月から『ニコチン依存症管理料』に、  
保険が適用されることになりました。  
これは、喫煙習慣が趣味や嗜好でなく、

「ニコチン依存症という病気」である  
ことが認められたからです。

ただし、保険が適用になるのは診察  
料であって、ニコチンパッチなどの禁  
煙補助剤は全額自己負担です。また、  
保険適用には、左表のような条件があ  
ります。その医療機関は、敷地内禁煙  
であることも条件になっています。

#### ニコチン依存症管理料

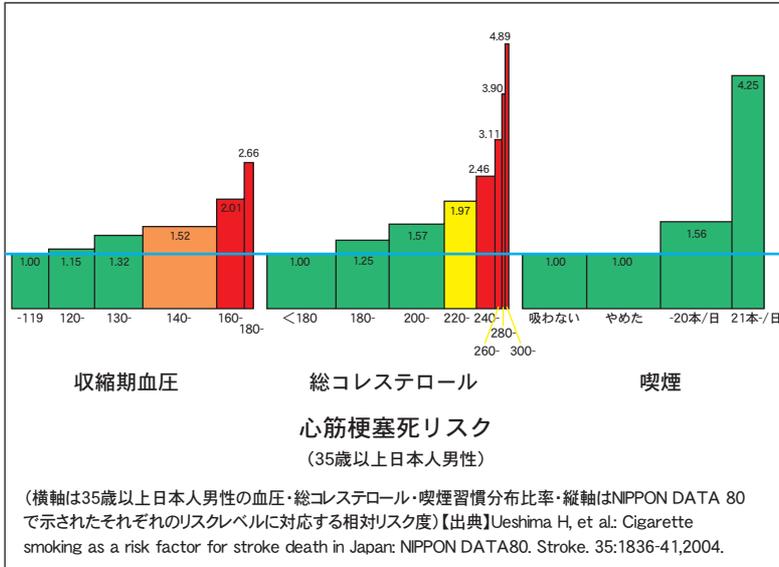
以下のすべての条件を満たすこと

1. ニコチン依存スクリーニングテストでニコチン依存と診断される
2. ブリンクマン指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が200以上
3. 直ちに禁煙することを希望し、禁煙治療手順書による12週間のプログラムについて説明を受け、文書により同意する

## これを機会に禁煙を

タバコを吸うことが健康に悪いことは、誰でもご存知ですが、自分だけでは、誰でもご存知ですが、自分だけでは、違うと思っっているようです。

日本では、交通事故で年間八千人が亡くなっていて、事故との関係を皆さんはつきりと認識しています。ですから

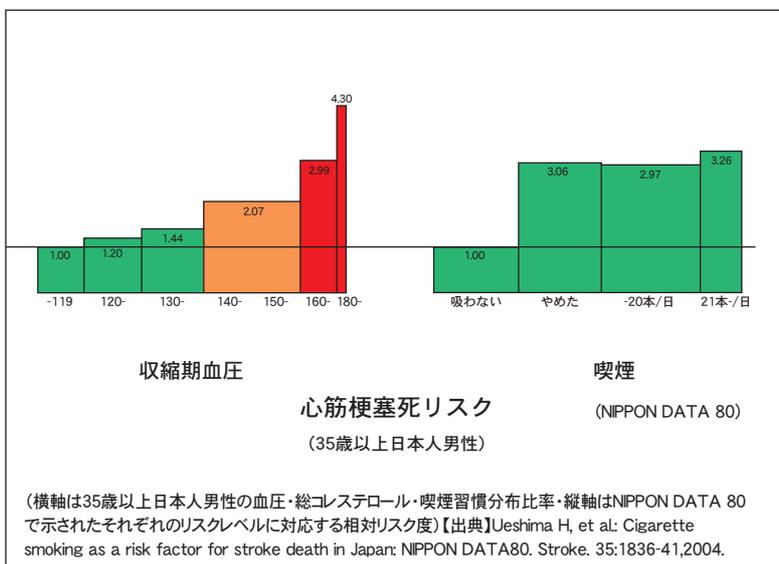


ら、皆さんは交通事故に会わないよう、起こさないように気をつけていますね。肺がんで毎年七万人以上が亡くなっていて、その原因の九〇パーセントはタバコが原因です。いろいろな喫煙関連疾患を合わせると、毎年十一万人が亡くなっていますが、誰もタバコで死んだとは考えません。直接見えないだけなのです。

## タバコも生活習慣病

もし皆さんが、健康診断で血圧一六〇以上やコレステロール二八〇以上を指摘されたら、心配で病院を受診するでしょう。

上の図は、心筋梗塞の危険度をタバコと高血圧、高コレステロール血症を比べたものです。喫煙は単独でも、これらと同じくらいリスクになります。注目してほしいのは、禁煙すると、心筋梗塞は吸わない人と同じに戻って行くことです。



下の図は、脳梗塞について見たものです。脳梗塞は、喫煙本数が少くても、過去の喫煙歴でもはつきりと影響があることがわかります。

血圧やコレステロール、糖尿病の治療をしているのに、喫煙だけ放って置いたのでは、効果がないばかりか、医療費の無駄遣いとも言われかねません。

## わかつちやいるが

### あの一服は

喫煙習慣がニコチン依存であるということは、裏を返せば、禁煙はやさしいことではないということです。

理屈ではわかつていても、あの一服のおいしさが忘れられません。数時間の禁煙でも、イライラや集中困難で我慢できません。

糖尿病の人は、一個だけおやつのお饅頭を条件に、ほかのカロリー制限をしつかり我慢できます。しかし、タバコの場合は、朝の一服（お饅頭一個）のために、実は一日中吸い続けている（お饅頭を一〜二時間おきに食べているのと同じ）のです。いやそうする他はできないのです。

ニコチンは、脳の本能中枢に作用するので、タバコを吸いたいという気持ちは、ごく自然の欲求として生じるので、なお厄介です。

## 禁断症状は一生は続かない

過去の禁煙のつらさから、なかなか禁煙に踏み切れないのが現実です。それに、禁煙したら今の楽しみがなくなつて、一生つまらない人生を送るのではないかと思つていませんか。

タバコを吸うから次のタバコが欲しくなるのです。禁煙に成功したら、タバコそのものが不要になります。低下していた味覚も戻るので、減塩食などもおいしくなり、食事療法も楽しくなります。

## 赤ちゃんや子どもの前は禁煙

赤ちゃんや子どもの前では禁煙しましょう。とくに、お子さんが喘息を患っている場合は、家族全員が禁煙しましょう。残念なことに、夜間に喘息発作でいらっしやるお子さんの親が、タバコ臭いことがしばしばあります。たとえ家の外で吸つても影響があります。

もちろん、車の中も常時禁煙にしましょう。病院が敷地内禁煙だからと、帰りの車に乗った途端に、タバコに火を点けるなんてもつてのほかです。窓を開けて走つてもダメです。

## 敷地内禁煙にご協力を

敷地内禁煙だからといって、道路端や敷地の境界外に出て吸えばいいのではありません。ご近所の迷惑になりますし、通り道沿いでは受動喫煙の被害も起こり得ます。このことをきっかけにして、タバコのことを考えてほしいのです。



## 禁煙外来を受診して

大川原町 森 孝男



私は、これまで約二十年間一日一箱程度のタバコを欠かすことができず、いわば愛煙家の仲間でした。最近の禁煙ブームにより、職場での喫煙は制限されるばかりか、今年中にはタバコ税も上がるという新聞報道がなされています。この際、健康面も気になっていきますので、禁煙することを思い立ちました。そんな時、平戸市民病院に禁煙外来があると聞き、家族の勧めもあったため、受診しました。禁煙外来を担当する賀来副院長は、禁煙教育の長崎県の第一人者と聞いています。賀来副院長から「喫煙は習慣ではなく、ニコチン依存で、ニコチンパッチを貼

ると、一日二十本から三十本くらい、ニコチンが皮膚から体に入り、それが一日中続きます。禁断症状がほとんど出ないか非常に軽くなるので、楽にタバコがやめられ、イライラしないので仕事にも支障なく、同僚や家族にも当たらずに済みますよ。」と懇切丁寧な説明をしていただきました。ニコチンパッチを処方してもらい、使用してみました。三日間ほど、辛い時もありましたが、四日目には、タバコを吸いたいという気持ちが徐々になくなり、イライラから開放されました。二週間後、「もう卒業です。」と言われました。受診する前には、禁煙は大変辛いものだと思っていました。禁煙外来は保険が効かなく、幾分高く感じましたが、これから吸うタバコ代に比べれば安いものです。禁煙をしてから、もう四か月ですが、今はもう吸わなくても平気です。

※本年四月から、禁煙外来に保険が適用されることになりました。

## 病院からのお知らせ

### ○4月から一部予防接種が変わります。

三種混合・麻しん風しん混合・BCGの予防接種は、本年4月から個別接種となり、市内の医療機関で無料で受けられることになりました。(BCGは、平戸地区では主に集団接種で、個別接種と併用しています。)

当院では、三種混合・麻しん風しん混合・BCG・麻しん・風しん(接種期間あり)の予防接種を通年接種で受けることができます。接種対象年齢になりましたら、3日前までに電話等での予約をお願いします。完全予約制になっています。

実施医療機関	実施日・時間
平戸市民病院 TEL 0950-28-1113	月曜日から金曜日 14:00～17:00 *必ず母子手帳をご持参ください。

予防接種等についての詳しいことは、「平成18年度 予防接種日程表」をご覧ください。また、ご不明な点がございましたら、いつでもご連絡ください。

### ○病院代は休日も納めることができます

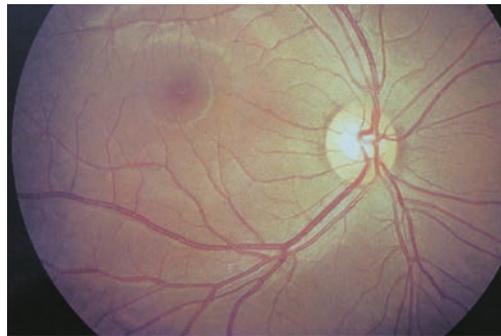
病院代の納め忘れはありませんか。市民病院では、土・日・祝祭日も窓口職員が業務を行っています。日頃忙しくて病院に出かけることができないという方は、休日に窓口で納付しましょう。

※休日の受付時間は、8時30分～午後5時15分まで。

# 糖尿病網膜症

眼科 本多 博一 小川聡一郎

糖尿病網膜症は、糖尿病の3大合併症の1つです。糖尿病から年間3千人以上失明しており、生後に失明する原因の第1位が糖尿病です。糖尿病により、とくに、目の奥の網膜という光を感じる部分がおかされていきます。



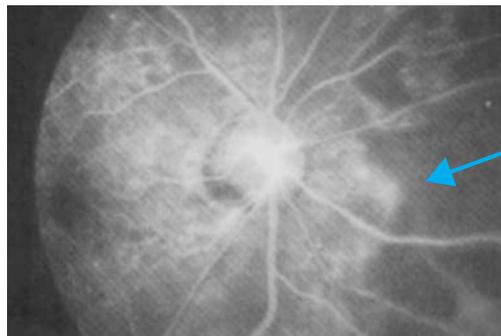
正常な眼底の写真

糖尿病を発病してから年月を重ねると、少しずつ細い血管から傷んでいきます。これがある程度進めば、網膜に出血が出てきます。これを糖尿病網膜症の初期の段階、単純糖尿病網膜症と言います。しかし、出血があっても、網膜の中心部分（黄斑）がおかされない限り、自覚症状ができません。



単純糖尿病網膜症(出血があるが無症状)

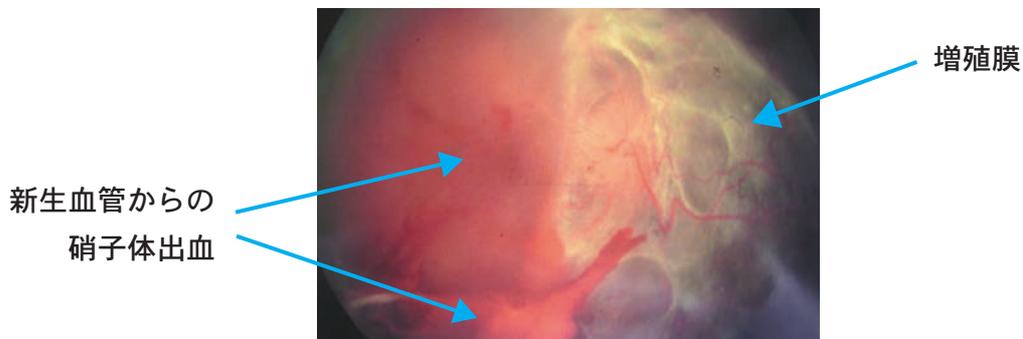
そして、血管の障害が進んでくると、血液が流れなくなってしまう部分が出てきます。つまり、網膜が部分的に窒息状態になるわけです。この時期を増殖前糖尿病網膜症と言います。この時期にレーザー治療（網膜光凝固）をすぐに開始しなければなりません。治療が遅れると、それ以降の進行が止められなくなる可能性が出てきます。しかし、ここでも自覚症状が全く無いことが多いため、自分で変化に気づくことはできません。



増殖前糖尿病網膜症の造影写真

(写真の右側の部分の血流が悪くなっている。この時期に治療を始めなければならないが、無症状の場合が多い)

さらに進行すると、増殖糖尿病網膜症になります。網膜上に異常な血管（新生血管）が生えてきて大出血をおこしたり、異常な膜状の組織（増殖膜）が、眼内に増殖するようになります。最後には、網膜剥離や緑内障を併発して失明に至ります。この段階になって初めて症状が出てくる場合もありますが、ここで治療を始めても間に合わないことが少なくありません。



増殖糖尿病網膜症

(こうなって初めて異常に気づくこともあるが、すでに末期的。)

## 糖尿病がある場合は早めの眼科受診を

つまり、治療を始める時期を逃さないことがとても重要ですが、自分で異常を感じたときには、すでにかかなり進んでしまっているのです。このため、糖尿病がある場合は、内科はもちろんですが、目の症状が無くても必ず定期的に眼科を受診し、眼底検査を受けていただかなければいけないのです。

期間は、その人の網膜の状態や血糖の状態によって、1か月から半年に1回程度です。また、眼底検査の後数時間は、ピントがぼやけたような感じになるので、車の運転は控えていただきます。

# カナダと日本の地域医療交流会を開催

カナダと日本の「へき地医療を考える講演会」が、3月13日平戸市保健センター研修室で、長崎大学医学部・歯学部附属病院へき地病院再生支援・教育機構の主催により開催されました。カナダから、トロント大学のヘレン・バディ教授、同じくトロント大学のカール・ハートウィック助教授を迎え、カナダの医療制度とへき地医療及びカナダの職種を越えたチーム医療と医療者教育についての講演があり、押淵院長から「包括的医療・平戸市民病院の取組み」、へき地病院再生支援・教育機構の中桶医師から「後期研修医のためのへき地病院における臨床研修プログラム」と題しての講演がありました。

当日は、多数の職員が受講し、有意義な講演会・交流会となりました。



ヘレン・バディ教授



カール・ハートウィック助教授



押淵院長



中桶医師



白濱市長との懇談会

The poster features the NHK logo and the title 'NHKのど自慢' (NHK Nodomo no Jibun) with a stylized bird character. It announces a special broadcast for the 'New Niigata City Birth Anniversary' (新平戸市誕生記念!). The event is held at the Niigata Cultural Center (平戸文化センター) on May 28th, 2006. Guests include Yoko Nagayama (長山洋子さん) and Takeshi Kitayama (北山たけしさん). The program starts at 11:00 AM and ends at 1:30 PM. A pre-selection event is held on May 27th from 1:00 PM to 6:30 PM. An image of the Niigata Bay Bridge is shown in a thought bubble.

## ○新「平戸市」誕生記念

### 「グ〜チョコランタン小劇場」観覧者募集

NHK長崎放送局と平戸市では、新「平戸市」誕生を記念して、子ども向けイベント「グ〜チョコランタン小劇場」を実施します。観覧ご希望の方は、5月31日までに、次の要領でお申し込みください。

**名称** 新「平戸市」誕生記念、おかあさんといっしょ宅配便「グ〜チョコランタン小劇場」

**日時** 平成18年6月25日(日) 第1回 午後1時開演 第2回 午後3時30分開演

**会場** 平戸市ふれあいセンター (紐差町)

**出演** スプー、アネム、ズズ、ジャコビ、うたのおねえさん

**内容** 第1部 「グ〜チョコランタン小劇場」キャラクターと  
うたのおねえさんのステージショー

第2部 写真撮影会、キャラクターと子どもたちが一緒に  
写真撮影できるコーナー

**観覧申込** 入場無料、1枚のハガキで4人まで申込みできます。  
往復ハガキの往復用裏面に郵便番号、住所、氏名、電話番号  
返信用裏面に郵便番号、住所、氏名を明記してお申込み下さい。

**あて先** 〒850-8603 住所不要  
NHK長崎放送局「グ〜チョコランタン小劇場」係

**締切日** 平成18年5月31日 (水) 必着

**お問合せは** NHK長崎放送局「グ〜チョコランタン小劇場」係 TEL 095-821-3124へ  
※問合せ時間は、午前10時～午後6時まで(土・日・祝日を除く)



## 外来診療担当表

### ◎内科 外来担当医師(午前中)

診療科	医師	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	池田	診察	診察	(病棟)	診察	(病棟)
	賀来	(病棟)	診察	診察	診察	(病棟)
	飯野	診察	診察	新・急患	(病棟)	診察
	関	診察	(病棟)	診察	新・急患	診察
	戸川	(病棟)	新・急患	診察	診察	診察
	中桶	新・急患				新・急患

\*新・急患担当は、午後(2時~5時)も外来診療いたします

### ◎外科 外来担当医師(午前中)

診療科	医師	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
外科	柴田	(病棟)	診察	(病棟)	(病棟)	診察
	鈴木	診察	(病棟)	診察	診察	(病棟)
	北島	カメラ・つけかえ	カメラ・つけかえ	カメラ・つけかえ	カメラ・つけかえ	カメラ・つけかえ
	山下(生月病院)			第3週大腸ファイバー		

### ◎内科総合(整形外科) 外来担当医師(午前中)

診療科	医師	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科総合	押淵	診察	診察		診察	
整形外科	派遣医師			診察(労災病院)		第2週診察(生月病院)
神経内科	調(長崎大学)					診察

\*水曜日は、長崎労災病院からの整形外科の診療となります

### ◎眼科 外来担当医師(午前中)

診療科	医師	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
眼科	小川	診察	診察	診察	診察	診察

### ◎小児科 外来担当医師(午前中)

診療科	医師	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
小児科	土井	診察	診察	診察	診察	診察

\*午後は、学校検診等で不在のことがあります

(平成18年5月1日現在)

受付時間 午前7時45分から午前11時00分まで

診察時間 午前8時30分から午後5時15分

## 編集後記

外では、黄色の「菜の花」のじゅうたんが見られ、平戸つつじも道沿いや山肌を色濃く染めています。

病院広報「竜んおとし子」も発行から二年を迎えました。四月になり三人の新しい先生と看護職員を迎え、新たな体制でスタートしています。今月号では、院内に関するお知らせを中心に掲載しています。これからはますます暑くなつていきます。皆さん、体調を崩さないように気をつけてください。 豊住

