

# けあき

医療の原点は思いやり

2023  
MARCH

18  
vol.



特集

## 病院長就任あいさつ

手外科をもっと身近に! 明日の笑顔をこの「手」から



# 質の高い医療の提供で、 活気に満ちた地域医療を推進



病院長  
兼地域医療支援センター長

やまざき かおる  
**山崎 薫**

## がん診療、高齢者支援体制構築に注力

2023年1月1日、病院長を拝命いたしました。地域医療に貢献できる機会をいただけたことに感謝し、責任の重さを痛感しております。

本院の使命は、コロナ禍にあっても、安心の医療を提供し、受診される患者さんやご家族が安心して病院を訪れることができ、職員が安心して働ける、このような環境を維持することだと考えています。このことを基盤とし、より信頼される医療を提供するよう努めてまいります。

目指す医療として、①地域がん診療の拠点病院としての機能の充実、②24年から施行される医師・医療従事者の働き方改革に向けて、医療従事者間のタスク・シフト／シェアの推進、③高齢者支援を充実させるため、介護や在宅医療との連携体制構築を掲げました。

本院は昨年、中東遠地区で唯一、地域がん診療連携拠点病院（高度型）に指定されました。高い診療機能を備えた施設として、当地域のがん診療の拠点となることが期待されています。

そのひとつとして、15歳から39歳までを指すAYA世代の支援体制の構築を進めます。この世代は、成人に多いがん、小児に多いがんのいずれも発症する可能性があります。就学や就職、結婚、出産、子育てなどの人生の節目を迎える世代でもあり、精神的な支援も重要です。特に治療や薬剤のため、男女ともに妊娠に影響することも分かっています。妊よう性温存療法などにも取り組んでまいります。

また、がんゲノム医療にも取り組みます。そのためには、がん遺伝子パネル検査で得られた結果が臨床上どのような意味を持つのか検討するエキスパートパネルという会議体をつくる必要があります。地域に認めていただけるよう、しっかり取り組んでまいります。

医師の働き方改革が進んでいますが、ただ単に医師に時間外勤務時間短縮の号令をかけるだけでは達成できません。医療従事者間のタスク・シフト／シェアを、より一層進める必要があると考えます。そのためには、クラウドを活用したシステム、AI、ロボットを導入し、医療のDX（デジタルトランスフォー



メーション)を推進させる取り組みも必要です。

高齢者支援も重要です。当面は高齢者人口が増加をたどると推計されており、医療現場は認知症や骨粗しょう症、フレイルを抱える高齢者への対応を避けて通れません。健康寿命延伸プランの中でも認知症予防、フレイル対策といった疾病予防、重症化予防、介護予防が唱えられています。高血圧

や脳卒中などの生活習慣病と同じように認知症なども予防の概念が必要で、重症化予防に向けて介護サービス事業所と連携して取り組む必要があります。

特に認知症は、地域の在宅医療を担う医師や看護師と一緒に予防の取り組みをしていきたいと考えています。「磐田オリジナル」の予防プログラムが生まれることを期待しています。

## 他の地域に誇れる地域医療連携体制構築を

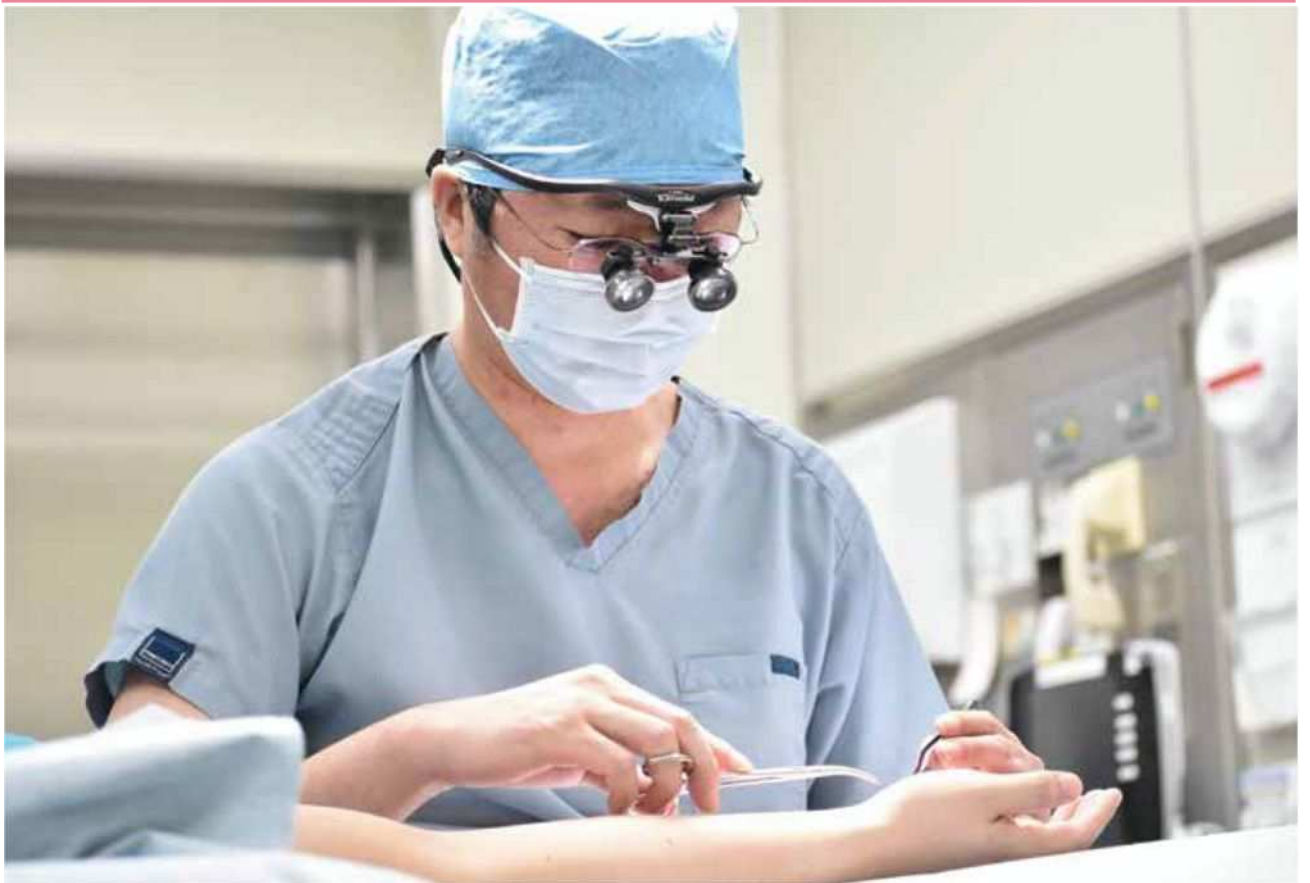
日常よくみられる疾患の対応、休日・夜間の対応、在宅医療など、患者さんには多くのニーズがあり、国の方針では、これらの多くはかかりつけ医の先生方が担うとされています。当院でも、かかりつけ医の先生方との連携が不可欠と考えています。私は、以前から地域医療支援センター長の職務を担っており、現在も兼任しています。これまでも、かかりつけ医の先生方には、当院退院後のフォローをお願いしてきました。今後も患者さんの情報を共有して、患者さんをスムーズに支えていきたいと思えます。

厚生労働省は、次の感染症蔓延時にも確実な医療提供

を確保するため、平時から計画的な体制の整備を呼び掛けています。昨年の診療報酬改定では、その一つとして「外来感染対策向上加算」が新設されました。急性期病院が指導的な役割を果たしながら、地域の病院や診療所の感染対策の向上を図るものです。当院では、年2回の研修、年1回の訓練を通じて、防護服の着脱法やゾーニングの仕方などを連携医療機関の職員に指導しています。感染対策研修だけでなく、その他にも一緒に研修できることが増えれば、連携も強化できるようになります。ほかの地域に誇れる地域医療連携を築いていきたいと考えています。







## 手の痛み、年は関係ありません

磐田市立総合病院は、手外科の診療に力を注いでいます。「手外科って何?」と思う方も多いのですが、日本手外科学会が専門医認定制度を始めたのは2010年で、整形外科もしくは形成外科の専門医資格を取得後、手外科の専門研修を終えて、専門医試験に合格した医師が手外科専門医です。

手外科は、手指や手関節、肘関節に痛みやしびれを生じる外傷や疾患、すべてを対象としています。さらに、手術用ルーペや手術用顕微鏡を用いたマイクロサージャリーという技術を用い、切断指の再接着、上肢や下肢の骨や皮膚の再建なども担当します。

日頃の家事や仕事の中で、手の痛みを感じながら、「年だから」とあきらめ、我慢した経験はないでしょうか?手に痛みがあったり、スムーズに動かなければ日常生活に支障があるでしょう。手の痛みは年だからひどくなるわけではありません。手の病気の多くは、きちんと対処を続ければ自然に治っていくこともあります。

そういった手の病気でも上手に付き合っていくための余裕がないと、より辛い状態になってしまうので注意が必要です。手の病気との付き合い方には、自宅でのストレッチやテーピング、サポーターの使い方から、病院で処方される薬や注射、手術などがあります。どの方法にも得意なところと苦手なところがあります。ご自分にあったバランスで治療ができるよう外来でご相談ください。

仕事や介護で手を使うことが多い方も病院によくいらっしやいます。自分がやりたいことを、やりたいようにするためのセルフケアの方法を知ること、治療する期間が短くなったり、普段の生活への影響が少なくて済むことがあります。最近では、手首の骨折や手指の変形性関節症、ばね指、手根管症候群などで治療を希望される患者さんの数が増えています。

手のしびれやぎこちなさが長く続くようであれば、神経を痛めているのかもしれない。早めに手外科の受診をお勧めします。

## 手外科の主な疾患

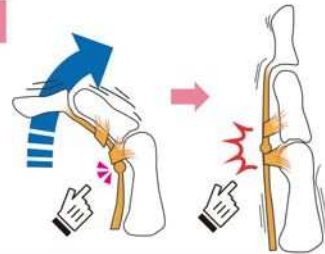
### 手根管症候群

手関節の付け根にあり手根管内を通過している神経が圧迫される病気です。手のしびれや指の使いづらさなどの症状が現れます。



### ばね指

指を曲げる腱の炎症により、指が曲がったままになる症状です。



### ヘバーデン結節

指の第一関節が腫れたり、曲がったりし、痛みを伴うこともあります。



### テニス肘 (上腕コツ外側上顆炎)

手に力を入れると肘の外側がいたくなる病気です。



## 「治りたい」という思いを支える診療

当院は2014年から、「大都市圏で受けられる治療を当地域でも」を目標に、手外科の治療を始めました。患者さん本人の「治したい」という思いを支えるため、当院でのリハビリや自宅での自主的な体操指導などを大切にしています。

腱鞘炎は手首に現れることが多いのですが、足首や肘などにも炎症が起ることがあります。糖尿病や人工透析をしている方や体質的な理由で腱鞘炎になると、1か所が良くなっても他が痛くなることもあり、長期にわたって通院する方もいらっしゃいます。

患者さんは40代から70代ぐらいです。1対3で男性より女性の方が多く、女性ホルモンのバランスが崩れる更年期になりやすいようです。手指の関節がギシギシし、仕事や家事に支障があると訴える方が多くいらっしゃいます。当院では、手術は最後の手段と考え、できるだけ患者さん自身でコントロールできるよう、運動等を指導しています。手術の際は内視鏡を使い、患者さんの負担が少ない医療も提供しています。

リハビリは、患者さんの困っていることに合わせ、セラピストが工夫して行っています。どのセラピストも関われるように、肩から先の施術を研究し、ご本人に頑張っていただく支援をしています。患者さんの自主性を尊重し、本人が治していく意

識を持ってもらうことが大切です。

紹介患者さんの3割は内科から来られています。患者さんから「手がしびれる」と相談を受け、脳を心配して内科に受診されますが、内科の先生が手の病気を疑って紹介して下さるようです。ほかには、婦人科やペインクリニックからも来られています。開業医の先生方には、手指のことで気になることがあるという患者さんがいれば、専門的なことでなくてもよいので、ご連絡してほしいと思います。相談していただければ、軽減することもありますので、お気軽にご連絡ください。



整形外科科長  
兼リハビリテーション科科長  
日本手外科学会専門医

おおいし たかし  
**大石 崇人**



## 「使える手」を目指して一緒に頑張りましょう

リハビリテーション技術科 作業療法士 たかやま みき 高山 美紀



当院で活躍する作業療法士。  
左から犬塚さん、岡田さん、高山さん、江塚さん

スプリントを作成する  
岡田作業療法士



### ハンドリハビリテーション

日々皆様が生活やお仕事をされる中で、手を損傷することは少なくありません。その度合いによって手術する場合やギプスなどで固定する場合があります。

医師から適切な治療を受けられたあとには、機能改善のためにリハビリテーションが必要になります。手のリハビリテーションで大切なことは、まず治療をされている方自身の努力です。私たちセラピストはリハビリのお手伝いはできますが、ご自身の自主的な運動が無ければ改善は難しくなります。

ハンドリハビリテーションの流れとしては、ご自分で手の自己管理や運動ができるように、私たちがリハビリのプログラムを立てます。プログラムに沿って毎日自主訓練をしていただき、安全に正しく実施できているか定期的にチェックしていきます。このパターンを繰り返しながら、皆さまの生活で『使える手』にさせていただくことが目標となります。実際には、繊細な訓練になることもありますので、医師の指示の下、セラピストが関節や筋肉、腱などを他動的に動かしたり、必要な時にはスプリントと呼ば

れる装具を私たちが作成し、装着していただいたりすることもあります。

リハビリテーションでは傷ついている場所を動かしているため、痛みを伴ったり、出血したりすることもあります。どうしてもリハビリテーションには恐怖心や嫌悪感を抱かれると思います。なるべく皆さまからのお話をうかがいながら、マイナスなイメージをプラスのイメージに変えていただくように、寄り添った訓練を提供できるよう、私たちも努力しております。『使える手』を目指して一緒に頑張りましょう！





MR専門技術者は、MRI検査の最先端技術をリードする技術者の育成と安全性を維持することを目的とした専門資格です。MR装置操作技術に関連する学術7団体から構成される特定非営利活動法人 日本磁気共鳴専門技術者認定機構による認定制度で、当院には2名が在籍しています。

MRI検査では強い磁石を使用するため、私たちは金属の持ち込みや体内金属の安全性の確認、電磁波によるやけどリスクの軽減など多くの事に注意をして、豊富な知識と経験により安全に検査を行う役割を担います。また、最新のMRI装置を使い



最適な撮影条件を設定し撮影する松芳技師



認定資格を取得している寺田技師長(右)、松芳技師(左)

こなします。今回のテーマである手部領域では、最適な撮像条件を設定し細かな骨や靭帯をきれいに描出できます。その他にも全身領域の診断や治療効果判定に必要な上質な画像情報を提供するため撮像条件の設定や検査に携わる技師の技術を教育する役割もあります。患者さんが安心してMRI検査を受けられる環境を構築し、満足していただけるようにスタッフ一同取り組んでいきます。

MR専門技術者 てらだ まさき 寺田 理希

## 解説!

### 労災保険の手続きに関するおはなし

#### Q 労災保険の対象は?

**A** 業務災害と通勤災害です。  
業務災害とは業務上の負傷、疾病等をいいます。  
通勤災害とは通勤により被った負傷、疾病、障害等をいいます。

#### Q 業務中や通勤中にケガや病気をしたら?

**A** ケガや病気の原因が業務中や通勤によるものはまず職場に報告しましょう。  
医療機関を受診する際にも仕事の原因であることを伝えましょう。

#### Q 医療機関を受診したらどうすればいいの?

**A** 当院を受診した場合は速やかに受診した診療科の受付に給付請求書(様式第5号または様式第16号の3)を提出してください。その他の医療機関を受診した場合も速やかに給付請求書を提出しましょう。

#### Q 給付請求書はどこでもらうの?

**A** 給付請求書は職場で発行されますので受診前か受診後に職場で依頼してください。  
給付請求書の提出がスムーズだと労災保険の手続きもスムーズになります。  
※仕事と通勤中では書類が異なるので注意が必要です。  
仕事は、「療養補償給付及び複数事業労働者療養給付たる療養の給付請求書(様式第5号)」  
通勤中は、「療養給付たる療養の給付請求書(様式第16号の3)」

#### Q 受診した医療機関が労災保険指定医療機関ではなかったら?

**A** 受診した医療機関の窓口で支払い、後日ご自身で労働基準監督署に請求を行ってください。



作ってみよう!!

# ハッピーレシピ

NO.18

総量 (1人分)

カロリー 368kcal たんぱく質 21.1g

脂質 18.5g 食塩相当量 1.0g

## 材料 4人分

- ・皮付き鶏もも ぶつ切り 160g
- ・塩(下味) 1.5g
- ・小麦粉 10g
- ・きのこ ざく切り  
(しめじやエリンギなどお好みで) 200g
- ・玉ねぎ スライス 1/2個 (100g)

- A
- ・酒 大さじ2 (30ml)
  - ・バター 5g
  - ・レモン(国産無農薬) 薄い銀杏切り  
1/4個分 (20g)
  - ・おろしニンニクチューブ 3cm
- ・レモン汁 1/4個分(約15ml)



## レモン皮ごと! 爽やかレモンバターチキン

### 作り方

- ① 鶏もも肉は塩と小麦粉をまぶし、油を薄く塗ったフライパンで両面に中火で焼き目をつける。
- ② 弱火にして、きのこ玉ねぎをいれて炒める。全体がしんなりしたら、Aを入れて蓋をし、5~6分蒸し焼きにする。
- ③ 火を止めて仕上げにレモン汁を加えたら、お皿に盛り付けてパセリ(分量外)を振りかけて完成。



無農薬のレモンが手に入ったらぜひ皮ごと使ってみましょう。レモンは皮ごと食べると、果汁のみに比べビタミンCが2倍摂れます。調理前には表皮を洗ってくださいね。



## ほったらかしになっていませんか?

3月になり、新年度の健診のお知らせが届く季節になりました。皆さん、今年度の健診結果は放置せず、中身をきちんと確認しましたか? 健診結果は年に一度の「からだの通信簿」と考えて、検査数値に一喜一憂せず、経年変化に視点をおいて、健康づくりに役立てることが大切です。年齢を重ねる毎に、検査の数値は変化していきます。過去の健診結果をまとめておくと、年齢による変化を確認でき、生活習慣の見直しを考える良い材料となります。今から実践してはいかがでしょうか。



## 磐田市立総合病院

〒438-8550 静岡県磐田市大久保512番地3

TEL:0538-38-5000 FAX:0538-38-5050

<https://www.hospital.iwata.shizuoka.jp>



過去の「けやき」  
はこちら



インスタグラム  
はこちら



フェイスブック  
はこちら