東京歯科大学市川総合病院広報誌

yorisou

TAKE FREE

2019年3月発行
Vol.13
よりそう

特集 01

耳鼻咽喉科

内視鏡を用いた鼻・副鼻腔の手術が可能です

特集 02

”チーム医療“ 呼吸サポートチーム

呼吸サポートチームに聞く「呼吸は、生命活動の源です」

くらしに yorisou

三寒四温はからだにひびく?!

春に向かって、健康コントロール

ちいきに yorisou

連携事務部門のご紹介！

医療連携登録医在籍医院の紹介

院内リレー：

専門看護師・認定看護師より、こんにちは

information／オモテのひと

Dental Doctor's Talk／ウラのひと

01 耳鼻咽喉科

内視鏡を用いた鼻・副鼻腔の手術が可能です

医学の分野では、常に新しい治療法が開発されています。耳鼻咽喉科の分野も同様で、当院でも内視鏡を用いた新しい手術の方法が実践されています。今回は、そんな新しい技術についてお話を聞きました。

耳鼻咽喉科は生活の質に関係している

私たちは耳で音を聞き分け、鼻で匂いをかぎ、のどで味を感じます。これらの耳・鼻・のどという器官は、五感のうちの「聴覚」「嗅覚」「味覚」をつかさどる感覚器です。耳鼻咽喉科は頭頸部における触覚も含め、視覚を除いたすべての感覚器を扱います。感覚器は外からの刺激を受け取るための重要な器官であり、不調をきたすと生活の質が下がってしまいます。例えば中耳炎になったときには、耳の痛みに加えて聞こえが悪くなります。聞こえが悪くなると会話もままならなくなり、生活にストレスを感じるようになります。失わないとなかなか大切さに気づきませんが、耳鼻咽喉科が扱うのは生活の質を支える重要な感覚器です。

鼻の曲がりが影響する病気も

鼻のなかは、軟骨と骨からできた鼻中隔（かく）という壁によって左右に仕切られています。鼻中隔は、顔や頭と同じように成長とともに大きくなります。しかし鼻全体より大きくなると、軟骨がゆがんだり、骨の位置がずれてしまったりして曲がってしまいます。ほとんどの大人で多少の曲がり（弯曲）がありますが、生活に支障がなければまったく問題ありません。しかし曲がりがひどいと鼻づまりを起こしてしまいます。ひどい鼻づまりは、呼吸がつらい、匂いをかげないなど様々な問題を起こします。薬や点鼻薬を使用しても改善しない場合には、手術による治療が必要になります。

当院でもひどい鼻づまりに対する手術を行っています。日帰りで意識ある状態で行う手術や入院して全身麻酔をかけて行う手術があります。全身麻酔をかけて行う手術は、内視鏡を鼻のなかに挿入して曲がった軟骨や骨を切除し鼻の通りをよくすること

耳鼻咽喉科のおはなし

医師
飯村 慈朗

医師 部長
中島 庸也

が中心になり、短期入院で済みます。しかし従来の方法では、切除できる範囲は限られていて十分に改善しない方もおり、その場合は、鼻中隔外鼻形成術という、より高度な治療を行っております。当院では、日帰り手術から高度な治療まで、一人ひとりに合った治療法を提示することができます。

歯性上顎洞炎って？

耳鼻咽喉科の治療領域には「副鼻腔」もあります。副鼻腔は鼻の周囲にある空洞で、額から鼻のつけ根、頬、鼻の奥まで広がっています。このうち頬にある副鼻腔は、「上顎洞」といい、上顎に生えている歯の根と非常に近い場所にあります。そのため上顎洞が感染して炎症を起こしていると、歯の根を通じて歯に炎症が及ぶことがあります。その逆に歯の炎症が上顎洞に及んでしまうこともあります。このような場合には、どちらの病気が先であっても単科だけで治療することは困難であり、当院では歯科・口腔外科と耳鼻咽喉科が合同で治療にあたります。この病気は歯性上顎洞炎といい、当院では診療から両科の医師が綿密な相談を行い適切な治療を選択していきます。その際、可能な限り抜歯は避け、内視鏡を用いて上顎洞から歯の根を治療することもあります。この方法は耳鼻咽喉科と歯科・口腔外科がスムーズに連携できる当院の特色でもあります。

鼻の疾患はいろいろありますが、より高度な手術が必要となる場合もあります。その際には、CT画像と連動しどの部位を操作しているか分かるようにするナビゲーションシステムを活用し、安全で確実な手術を行っています。そして内視鏡を用いた副鼻腔手術の中で最高難易度のV型に分類される手術（前頭洞単洞化手術や頭蓋底・眼窩内への手術）を行うことも可能です。これは施設基準の届出をした特定の病院でしか行えない方法であり、当院は地域医療支援病院として重要な役割を担っていると考えています。

このように今後も適切な医療、高度医療が提供できるようにし、地域連携・他科連携も密にしながら地域医療に貢献していきます。

耳鼻咽喉科 DATA

■施設認定：
日本耳鼻咽喉科学会専門医研修施設・日本睡眠学会認定施設

■主な対象疾患：
【鼻副鼻腔疾患】慢性副鼻腔炎、副鼻腔良性腫瘍、副鼻腔嚢胞、眼窩吹き抜け骨折、鼻中隔弯曲症、難治性鼻出血、下垂体腫瘍などに対する内視鏡下鼻副鼻腔手術【睡眠時無呼吸症候群】簡易アプノモニター検査、終夜ポリグラフ検査、CPAP療法、手術療法、口腔内装置など【アレルギー疾患】鼻アレルギーに対する手術【中耳炎】慢性中耳炎・中耳真珠腫に対する鼓室形成術、小児の反復性・難治性中耳炎【その他】頭頸部腫瘍、顔面神経麻痺、突発性難聴、めまい症に対する治療

02 ”チーム医療“ 呼吸サポートチーム

呼吸サポートチームに聞く「呼吸は、生命活動の源です」

院内には、様々な医療チームが存在しています。今回ご紹介する「呼吸サポートチーム」は、入院患者さんの呼吸を見守るチームです。その活動の詳細を聞きました。

「呼吸サポート」って、なに?

呼吸サポートチームは、またの名をRST（Respiratory Support Team）と言います。院内には様々な疾患や理由によって、ご自身での呼吸が難しく、人工呼吸器や酸素療法器具などを使用している患者さんがいらっしゃいます。その方々に安心して生活して頂けるようサポートしています。

具体的には、痰が詰まらないよう、すぐに痰を吐き出せるよう体位を管理する、呼吸筋を鍛えるリハビリをする、肺炎予防のための口腔ケアを行う、適切な機器を選択して管理するなど、様々な専門知識と技術で患者さんが安全に呼吸できるよう援助しています。

当初は呼吸器関連に詳しい麻酔科医と看護師、臨床工学技士が集い、院内の呼吸器ケアのレベルを上げることを目的に活動を始めました。それから約8年をかけて、患者さんへの対応技術を磨くとともに、院内における呼吸器ケアの勉強会や人工呼吸器関連機器の使い方の講義なども開催し、実績のあるチームへと成長しました。

また、次のような活動をしています。

呼吸サポートチームのおはなし

臨床工学技士
吉野 敬宣

医師
松﨑 達

■RST回診

人工呼吸器を装着していたり酸素療法を受けている患者さんを週1回のペースで回診し、異常はないか、よりよいケアの方法はないか、使用機器の管理は適切かなどのチェックをしています。

■ミーティング

月に1回、患者さんの症例を検討したり、活動方針を確認するなどしています。

どんな職種がかかわるの？

医師、看護師、臨床工学技士、理学療法士、歯科医師、歯科衛生士といった多職種で構成されています。とくに歯科が加わることで、人工呼吸器を装着している患者さんの口腔ケアを提供でき、肺炎の予防にもつながっています。

医師

患者さんの状態を把握し、治療方針を確認します。RSTから質問やアドバイスがあれば、主治医と意見交換をすることもあります。

臨床工学技士

医療機器の専門家として、適切な取り扱い方法を院内スタッフはもちろん患者さん本人とご家族にもお伝えします。

看護師

集中ケア認定看護師が、患者さんの呼吸の状態を医師とともに把握し、呼吸機能の評価や機能の維持・向上のための支援をします。

理学療法士

患者さんが無理なく安全に呼吸できるよう体位を工夫したり、呼吸の方法や呼吸筋のリハビリ方法などをアドバイスしたりします。

歯科医師

人工呼吸器関連肺炎を予防するために、口腔内の状態を評価して必要な歯科治療を行います。また、ご家族へも口腔ケアの指導を行います。

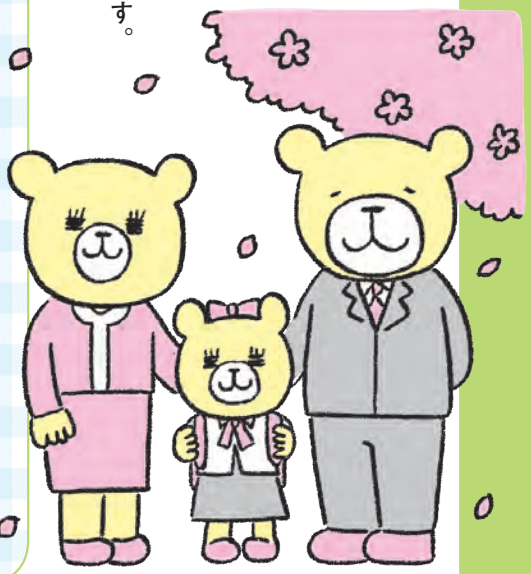
歯科衛生士

歯科医師の指導のもとで口腔ケアを行い、口腔の状態を健全に保ちながら、口から引き起こされる感染症を予防します。

三寒四温はからだにひびく?!

春に向かって、健康コントロール

体調を崩しやすい季節の変わり目。とくに春は、入学や進学、転居や職場での異動など、くらしや環境が変化する方もいらっしゃいます。それらからストレスを受けず、冬から春へ、心身ともにスムーズに乗り切るコツをご案内します。



春によくある症状

春は寒暖の差や気圧の変動が目まぐるしい時期です。加えて、新年度のスタートという、くらしの上での環境変化も相まって、知らず知らずのうちに体調不良を訴える方が意外といるのです。

- 朝、起きにくい
- だるくてからだが重い
- めまい
- 頭痛
- 肩こりや腰痛
- 倦怠感や意欲低下
- 冷え性

うきうきしすぎて疲れることも!

春の陽気や雰囲気に気分が高まり、普段よりおしゃべりになったり、活動的になったりして知らない間にからだに負担がかかっていることもあります。

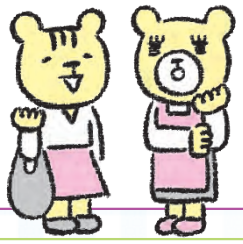
持病が重くなる人も!

気象の変化によって、痛みなどを発症したり症状が悪化したりするケースは、一般に「気象病」と呼ばれています。

春の健康アドバイス

- ウォーキングなどの適度な運動でリフレッシュ
- 食事や睡眠など基本的な生活リズムを整える

- 気の置けない友人と楽しい時間を持つ

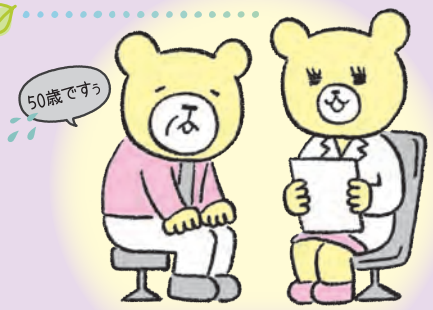


- お気に入りの音楽を聴いてこころを落ち着ける

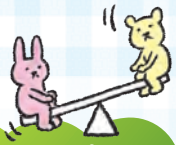
春は 風疹やはしかなどにも注意

子どもたちが入園・入学、進学する春は、風疹、はしか、おたふく風邪が流行する時期でもあります。近年は風疹が流行し妊婦さんが感染すると胎児に悪影響を及ぼすことがあり要注意です。30～50代の男性がかかるケースが多く、1962年4月2日から1979年4月1日生まれの男性は2022年3月末までの間、原則無料で抗体検査および定期接種を受けられます。ぜひ自治体にお問い合わせください。

また、はしか（麻疹）も増えています。感染力は強いですが、ワクチンを2回接種しておけば感染は防げます。ただ、かかったことがない2000年4月1日以前に生まれた方は十分な免疫を持っていない可能性があるため、はしかが流行している国に旅行するときなどはかかりつけ医にご相談ください。



季節による体調不良の原因かも？



「自律神経」を知ろう！

自律神経とは、生きていくうえで必要な合図を送る神経です。疲れたからだに「そろそろ眠ろう」という信号を出したり、体内の栄養が減ってきたら「おなかが空いた」と信号を出したり。はたまた、仕事に集中するときはおなかが空かないよう緊張感を保たせたり、怒ったときにはからだがほてるような熱を持たせたり。私たちを支えているけれど、自分自身でコントロールできない不思議な神経です。その自律神経には大きく分けて心身を緊張させる「交感神経」と、逆にリラックスさせる「副交感神経」があります。この2つがバランスよく機能することで、心身を安定した状態に保ちます。

交感神経

主に

仕事や家事に集中したり緊張感を持ったりするときによく働く。ストレスを受けると優位になる。

副交感神経

主に

からだを休めたりゆったり食事をとったりするときによく働く。

意識的に副交感神経系を活性化

春は気候の変化やくらしの環境の変化に対応するため、交感神経の働きが強くなりがちです。そのようなときは意識的に休息やリラックスすることをこころがけ、自律神経のバランスを整えましょう。

体内時計を整えましょう

体内時計は、様々な生命活動のベースになります。とくに、昼間に活性化する交感神経、夜間に活性化する副交感神経といった自律神経は、体内時計によってそのバランスが保たれています。この体内時計がずれてしまうと、自律神経のバランスも乱れてしまいます。その結果、疲れが抜けない、夜眠れない、昼に眠くなるなど、様々な問題が生じてしまいます。

体内時計を整えるには、朝起きたらカーテンを開けて日光にあたる、決まった時間に食事をとる、日中に外で活動する、夜遅くまでスマホやパソコンを見ない、0時までに就寝する、といった習慣をこころがけることが重要です。春を元気に過ごすために、まずは体内時計を意識して、生活習慣を整えてみてはいかがでしょうか。

内科　医師
仁科 牧子 監修

「患者支援センター」部門紹介

連携事務部門のご紹介!

入院される前から患者さんやご家族にお会いし、入院中の悩み事や退院後の生活について一緒に考えていく「患者支援センター」では、様々な部門が連携し合い、その機能を存分に発揮しています。

今回は「連携」の要でもある「連携事務部門」に、主な業務内容を聞きました。

連携事務部門では、患者支援センターの他の部門の業務がスムーズに執り行われるよう、院内、院外問わず様々な事務対応を行っています。

鈴木 亜津子

小林 桜子

阿部 千鶴恵

玉井 真幸

主な業務その1 初診事前予約の受付

専門的な検査や治療が必要な患者さんは、地域の先生方より当院に紹介頂きます。その際、初診の予約申込書を当部門にFAXして頂くことで、予約の受付を行っています。

当院で拝診できるか速やかに確認のうえ、紹介元の医療機関に返送します。FAXの返送先には患者さんがお待ちであることを考え、返送までの時間は15分以内を目標とし、丁寧、正確、迅速に対応しています。初診予約の受付は年々増えていますが、今後も患者さんが円滑に受診できるよう誠実に対応していきます。

主な業務その2 緊急時の診療情報提供依頼

地域の先生方へ患者さんを紹介するとき、または紹介頂くときに「診療情報提供書(紹介状)」が必要となります。紹介状は患者さんがいまどのような状況にあるかをお互いの医療機関で共有する大切なツールです。

急な体調変化で他の病院に緊急搬送されたような場合は、搬送先の病院から患者さんの情報提供依頼が当部門に入ります。一方、当院に搬送された患者さんの情報提供をかかりつけ医療機関に依頼もします。大切な文書の対応をスピーディーに行い、いざというときどこでも患者さんが安心して治療できるようこころがけています。

主な業務その3 イベントや勉強会の実施

エントランスホールに飾られる季節のしつらえ(年12回)やボランティアの皆さんによる午後のリサイタル(年6回)などを企画しています。患者さんに少しでも癒しをお届けすることができればと思います。

また、近隣医療機関の先生方には連携に関する改善点やご要望を伺うこともあります。その他、医療従事者同士が意見の交換を行い、良好な関係性を構築することを目的に勉強会を行うなど、様々な業務を担っています。患者さんの治療が少しでもスムーズに行えるよう陰ながらお手伝いさせて頂きます。

皆さんへ 私たちの部門への問い合わせは「命にかかわる問い合わせ」です。この重みを常に感じながら、すべての業務に「連携事務部門」としての意義を見出し、患者さん皆さんのお役に立てるよう全員で取り組んでまいります。

■医療連携登録医在籍医院

内科・呼吸器科・循環器科

ふくざわ内科クリニック

実直でありつづけることは信頼を築く一歩

学生時代は九州で過ごし、研修医として千葉県内の病院で急性期医療を学びました。縁あって16年前に市川市で開業し、今日に至ります。私が大切にしていることは、小さなことでも正確であるということです。開院の時間を守ることは、患者さんの時間を守ることにもつながります。人と人との信頼関係は当たり前のことに支えられていると思うのです。

診療ではまず初めに患者さんのお話とご希望を聞きます。初診時の状態が悪くても「なぜほうっておいたのか」とは決して言いません。一人ひとり我慢の限界は違いますし、医療機関を受診する心のハードルも違います。いつもと違うことに気づいて受診されたことは、とても大切なことです。その異変が何かを突き止めるのは私たちの仕事。異常や判断に迷うことがあれば連携病院にすみやかに紹介します。

少しでもいつもと違う感じがありましたら、我慢と遠慮をせずお気軽に相談にいらしてください。

院長
福澤 健次

ふくざわ内科クリニック
所在地 千葉県市川市新田4-7-9 2F
電　話 047-393-6200

■医療連携登録医在籍医院

歯科　医療法人社団ことほぎ会

安藤歯科医院

喜んでお帰りいただけるクリニックにしたい

歯科を好きになってほしい――

市川駅前に開業して23年、変わらない当院の願いです。そのために必要なことはまず「安心」を提供すること。虫歯の治療ひとつをとっても、いまは選択肢が多いので、患者さんのからだへの負担が軽く、症状に応じた治療方法を一緒に考えて選択しています。また、放射線照射量を大幅に削減したX線撮影装置を導入するなど、痛みの少ない治療を行うのはもちろんのこと、治療中の不安を少しでも軽減できるよう工夫しています。CT、マイクロスコープを導入し精密治療も心掛けています。また、審美やインプラント、矯正などの治療は自費診療となりますが、できるだけリーズナブルな価格を設定し、価格はもちろん質にもご満足いただけるよう努力を続けています。

お口は、健康のもとであり、笑顔や喜びがたくさん生まれる場所。皆さんの喜びを支えるパートナーとして、日々努力を重ねてニーズにお応えできる体制を整えています。「歯」と「お口」のことは、いつでもご相談ください。

院長
安藤 壽勇

安藤歯科医院
所在地 千葉県市川市新田4-7-9 2F
電　話 047-370-3711
https://www.ando-shika.com/

専門看護師・認定看護師より、こんにちは

「専門看護師」「認定看護師」とは、
指定の教育の修了と審査に合格したのち取得できる、難易度の高い資格です。
看護への熱意と知識なくしては取得できない資格と言えます。

今回は「緩和ケア認定看護師」と「皮膚・排泄ケア認定看護師」を紹介します！

緩和ケア
認定看護師
並木 瑠理江

緩和ケア専従看護師として、主治医や他の看護師から依頼を受け、患者さんのお役に立てるようお手伝いをしています。病気による身体的、精神的な苦痛があると、できるはずのことができなくなるなど日常生活に大きな影響を及ぼします。私たちは患者さんがあらゆる苦痛から解放されることを一番に考え、いつでもその人らしくいられるように寄り添っていきます。

また、ご家族の抱える辛さも癒すことができるようお話を聴かせていただきます。どうぞ苦痛を我慢なさらずに、お気軽にご相談ください。

Q 緩和ケア認定看護師って？

A 患者さんの様々な苦痛を緩和し
ご家族のケアも行います

Q 皮膚・排泄ケア認定看護師って？

A ストーマ、褥瘡（じょくそう）などの管理や
ご本人とご家族のセルフケアを支援します

皮膚・排泄ケア
認定看護師
宮台 七重

ストーマと呼ばれる人工肛門・人工膀胱を持つ患者さんが、悩むことなく気持ちよく前向きに生活できるようお手伝いしています。排泄に関する悩みは抱え込まず、なんでもお聴かせください。

また、褥瘡をはじめ、加齢や疾患などでもろくなった皮膚のトラブルの相談にも乗っています。皮膚は保湿することによってリスクを半減できるので、ご家族とともにケアできるよう支援しています。「看護の質は皮膚に現れる」という言葉を胸に、皮膚障害をなくせるよう活動していきます。

information

午後のリサイタルのお知らせ♪

当院では様々なジャンルの音楽活動をする方を招き、2か月に1度リサイタルを開催しています。次回は市川市立第二中学校合唱部の皆さんです。外来・入院患者さん、そのご家族、地域にお住まいの方などどなたでもご参加頂けます。どうぞお気軽にいらしてください。

第205回 午後のリサイタル

開催日時 2019年4月11日(木) 16:30～

開催場所 病院1階ロビー

出演者 市川市立第二中学校合唱部

曲目 あんたがたどこさ ふるさと など

医療救護活動合同訓練が行われました

3月2日(土)、市川市との医療救護活動合同訓練が行われました。病院の前庭には市川市によって大きなテントが2つ建てられ、あっという間に救護所が完成。院内では災害対策本部や治療の場が設置され、次々と運び込まれる患者役を医師たちが重症度を判定しながら対応していました。訓練だとわかっていても足が震えるほどの緊張感。日頃の訓練の大切さを身に染みて感じる1日でした。

▲黄エリア(非緊急治療群)となったロビー
◀大きなテントの救護所

ゴールデンウイークの外来診療について

ゴールデンウィーク中の外来診療日と診療時間は表の通りとなります。

4月27日、4月30日、5月2日、5月6日の4日間は通常通り診療を行います。

4／27(土)		診療日(午前中)
4／28(日)		休診日
4／29(月)	昭和の日	休診日
4／30(火)	国民の休日	診療日(平日と同じ診療時間)
5／ 1(水)	即位の日	休診日
5／ 2(木)	国民の休日	診療日(平日と同じ診療時間)
5／ 3(金)	憲法記念日	休診日
5／ 4(土)	みどりの日	休診日
5／ 5(日)	こどもの日	休診日
5／ 6(月)	国民の休日	診療日(平日と同じ診療時間)

オモテのひと

2018年度に入職した事務系職員です。それぞれ医事課、医療情報システム課、連携事務、会計課、施設課など様々な部署に配属され、病院運営がスムーズに執り行われるよう日々対応しています。

直接皆さんとお顔を合わせることは少ないですが、縁の下の力持ちとしてこれからも頑張っていきます！

デンタル ドクターズ トーク

Dental Doctor's Talk 第4回

れんこん

歯科医師
大金 覚

私は、茨城県の水戸市出身です。茨城県は、全国有数の野菜収穫量が多い県であることをご存知でしょうか。

野菜収穫量の上位を占めるものとして、れんこん、ピーマン、白菜、カリフラワーなどが挙げられます。なかでもれんこんは、国内の収穫量の50%以上を茨城県が占めています。

れんこんをおいしく食べるには“節を見分けること”が大事と言われています。泥の中で育つれんこんはいくつかの節がつながった形をしていますが、節によって、違う野菜と思えるほど食感や味に違いがあるのです。

節ごとのいちばん大きな違いは“デンプンの量”です。他の節より大きく細長い節はデンプンが豊富なため、ホクホク・モチモチな食感が特徴です。焼れんこんや、すりおろしに向いています。先端の小さくて丸い節は繊維が多くシャキシャキの食感が特徴で、酢の物や炒め物がおすすめです。これらの間の丸みを帯びた節は、両者のよいところを取ったホク・シャキッといった食感であり、煮物や天ぷらに向いています。

皆さんも、節を見分けて今晩の献立を考えてみてはいかがでしょうか。

ウラのひと

一般検査室
相澤 紗希

一般検査室
山野 修一郎

私たちは患者さんの尿、便、ウイルス、髄液などの検体を検査しています。尿検査の場合、採尿カップでとって頂いた尿に、たんぱくや糖などがどのくらい出ているかを専用の分析機で調べています。更に顕微鏡で赤血球や白血球などの成分もどのくらいあるのかを確認しています。常にスピードと正確性に重点を置いていますが、なによりも検体は患者さんの一部であること、患者さんが目の前にいるんだということを意識して取り組んでいます。

ときどき、採尿カップに紙をかけてくださる方がいらっしゃいますが、紙の繊維が落ちて検査に影響が出ることがありますので、どうぞそのままご提出ください。

アクセスのご案内

JR総武線「市川駅」から、北口2番停留所より京成バス「市川学園」行または「本八幡駅」行乗車、「市川総合病院」下車
JR総武線「本八幡駅」から、北口1番停留所より京成バス「市川駅」行乗車、「市川総合病院」下車
京成線「市川真間駅」から、「市川真間駅」停留所より「市川学園」行または「本八幡駅」行乗車、「市川総合病院」下車

※JR総武線「市川駅」からタクシーで約10分。700円～1000円程度。
※病院駐車場の台数には限りがあり、入場までに1時間程度要する場合もございますので、ご来院の際はなるべく公共交通機関をご利用願います。

市川総合病院
〒272-8513 千葉県市川市菅野5-11-13
TEL 047-322-0151（代表）
http://www.tdc.ac.jp/hospital/igh/index.html