

病院と地域を結ぶ病院情報誌

ご自由に
お持ちください

Clear

くりあ

2021年
秋号

心不全パンデミックに備えて

難しくないよ腎臓病

食事から免疫力をアップしよう!

緩和ケアを知っていますか?

～もしもあなたが、がんになったら～



病院と地域を結ぶ病院情報誌

Clear くりあ 2021年 秋号

- 3 よもやま話
- 4 心不全パンデミックに備えて
- 8 難しくないよ腎臓病
- 12 食事から免疫力をアップしよう!
- 14 緩和ケアを知っていますか?
～もしもあなたが、がんになったら～
- 16 いのちを支えるエンジニア～臨床工学技士～
- 17 新任医師紹介
- 18 KASHIMA City Information
- 19 公共利用機関などの時刻表

小山記念病院理念

私は、心から患者様の身になって
医療行為を致します。

基本方針

- 1. 地域中核病院として、社会的使命を果たします。
- 1. 患者様の意思を尊重した、
安心安全で質の高い医療を実践します。
- 1. 品格のある医療人の育成に努めます。

患者様の権利

- | | |
|--------------------|------------------------------------|
| 1. 良質かつ高度な医療を受ける権利 | 公平に適切で、安心な医療を受ける権利を有します。 |
| 1. 自由に選択できる権利 | 医師、病院の選択や変更が、自由にできます。 |
| 1. 自らの意思で決める権利 | 十分な説明と情報を受けた上で、治療方法などを決める権利を有します。 |
| 1. 十分な情報提供を受ける権利 | セカンドオピニオンが保障され、十分な医療情報を受ける権利を有します。 |
| 1. プライバシーが守られる権利 | 医療上の個人情報や、プライバシーはすべて保障されます。 |
| 1. 個人の尊厳が保たれる権利 | 常に一人の人間としての人格を尊厳される権利を有します。 |

よむよむ話



小山記念病院
健康管理センター
センター長
森田 裕

僕らはみんな、生きています…。

「今回もコロナの話かな？」って思いま
す？病院の広報誌だし…。でも毎日、
嵐のような雑多な情報は整理するのも
大変でもう食傷気味なので、ちよつと
視点を変えようかなと思います。

現在(8月)は夏も盛り、オリンピック
クも酷暑の中フアイト一発！やりきつ
たわけで、何でも批判する人はご自由
に批判すれば良いけど、わたしは「よく
やった」と選手の皆さんを始め多くの
関係者の方々に敬意を表したいと思っ
ています。夏号で述べたようにこの状
況下で少しでもアドレナリンを出すこ
とが出来て良かったです。出来たら
カシマスタジアムを一杯にしてみん
なで盛り上がりたかったですね、残
念！(こんなこと書くと、そんな気楽
でなかった人のこと考えろ！と言わ
れるかもしれませんが…)。

今のところ相変わらずCOVID-19
の流行は沈静化の気配も見せていな
いように伝えられています。この
コーナーでは「ウイルスと接触しな
いために」、「接触しても排除し感
染しないためにはどうしよう」、「そし
て「例え感染しても発症しない、もし
くは重症化しないように免疫力をあ

らかじめ高めておくこと」などにつ
いて述べてきました。

しかし感染したらその時点でしな
くてはならないことはルールに従っ
て他人に感染を広げないようにする
事、そして不幸にも発症したらあと
できるだけ速やかに医療に委ねるし
かないわけです。

日本人はなんだかんだ言ってもそ
の手の行動は世界一得意の民族です
(良くも悪くも…)。きつとうまくやる
だろうと8月の私は楽観的です。

そこでSARS-COV2(COVID-19)の原
因ウイルスの名前です)とこれからの
付き合い方ですが、なに？絶滅させれ
ば良い？…それは無理です。地球上に
は人間を病気にさせ死に追いやった幾
多の種のウイルスが絶滅せずに存在し
ています。ついでに細菌も、そう！
好むと好まざるに関わらずこいつら
と暮らしてゆくことになるわけです。
一説には「ウイルスに感染して遺伝子
情報が書き換えられそれが進化の引
き金になった」とも言われています。
若干SF小説、いま風ならアニメ？
みたいですがあながちあり得ない話
でもないかもしれません。地球上の
ウイルスの歴史は人間のそれより

ずっと長いかもしれないのです。どち
らにしても人間は病原菌、病原ウイル
スとは共存してゆく運命なのだと思
っております。細菌はともかくウイ
ルスは前にも書きましたが生きた細
胞がなければ増殖することが出来な
いため彼ら(?)も我々と共存せざる
を得ないわけです。とすればお互いに
殺し合うかわりに、できるだけ人も
感染しない、あるいは感染しても病気
にならない事が出来れば、あるいは
感染することによって免疫力を高め
ることが出来るかも…。ひよつとした
ら癌の原因にウイルスが関係してい
ることは分かっているから逆にウイ
ルスを改造すれば新しい癌治療に利
用できるかも…。おっと、とそこまで行
くとちよつと危険な香りが「William
Bat Lady:」が(これはつばやき)。

なにはともあれこれだけマイナス
を食らったなら仕返し！…ではなく
医学的にも、社会学的にも、それ以外
の分野でも山ほどの禍を長大な福に
転じなくてはこの病に倒れた方々に
申し訳が立たない、頑張ろう人類、そ
して頑張ります小山記念病院Medical
Professionals II

紹介状予約専用ダイヤル

小山記念病院では、地域のか
かりつけ医からの紹介状をお
持ちの患者様を優先して診療
しております。

受付から診療までの手続き
をスムーズに行うために、紹介
状をお持ちの患者様の事前予
約取得をご案内しております。

紹介状予約 患者様専用のダ
イヤルを開設いたしましたの
で、是非ご利用ください。

紹介状での

ご予約をいただくことで…

- ◆ 診療情報などの確認などに
よる待ち時間を緩和できます。
- ◆ 検査やお薬の重複を避ける
ことができ、無駄な費用や待ち
時間を無くすることができます。

紹介状予約患者様専用ダイヤル



0299-888-2233



月～金曜日／9時～16時
土曜日／9時～12時

心不全 パンデミックに 備えて



循環器科部長
えずみ ひとし
江角 仁志 先生

はじめに

恐らくどこかで「心不全」と言う言葉を聞いたことがあると思います。聞いたことがあるけれどもどんな状態なのか、どのような治療を行うのか、あまり知られていないと思います。

驚かれるかもしれませんが「心不全」は病名ではありません。心臓の働きが不十分な結果、生じた身体の状態のことをいいます。

今、日本は世界でもトップクラスの超高齢化社会であり、平均寿命もトップクラスです。2025年には65歳以上の人口が30%以上、75歳以上が13%に達するとされています。心不全の罹患率は高齢になればなるほど高くなることが知られており、高齢者の増加に伴い、心不全患者さんが大幅に増加することを、感染症の爆発的な広がりになぞらえて「心不全パンデミック」と呼ばれています。そんな「パンデミック」に備えて「心不全」についてご説明できればと思います。

心臓の働き

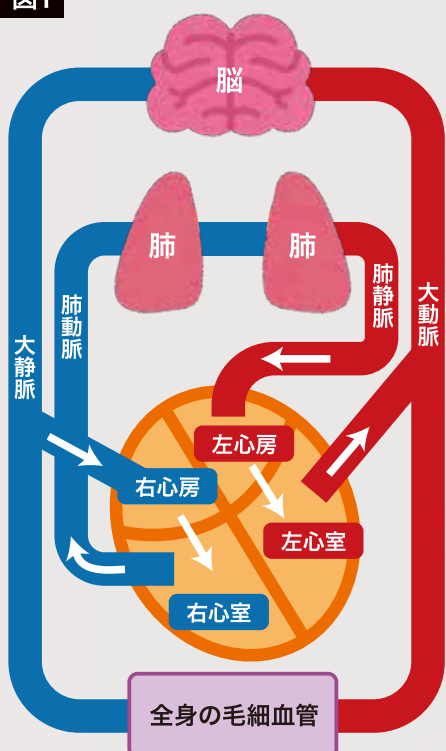
心不全を説明する前に知っていなければいけないのが人間の体循環、心臓の働きです。

身体の各部分に酸素と栄養を運ぶ血液を循環させるポンプの役割をしているのが心臓です。心臓(左心室)から出た血液は大動脈を通り、全身の臓器へ運ばれます。そして静脈を通り右心房、右心室、肺、左心房、左心室へ戻ってきます。(図1)つまり心臓は血液を送り出す働き、血液を受け取る働きの2つを行っています。

では、心臓の働き、つまりポンプの役割が何らの原因で低下するとどうなるでしょうか。

心臓が送り出す血液の量(心拍出量)は少なくなり、心拍出量が低下すると心臓はどうかしななければいけないと代償機転が働きます。①心臓内の血液量を増加させ送り出す血液量を保つ。②1回の心拍出量が減った分、拍出回数(脈拍数)を増加させ総合での出血を保つなどがあります。

図1



心不全の原因と症状

最初にも話した通り心不全は病気でなく、心臓の働きが不十分な結果、生じた身体の状態をいいます。では、どのようなことが原因で心臓の動きが悪くなるのでしょうか。

①不整脈(脈が乱れる病気)、②高血圧症(血圧が高くなること)、③心筋症(心臓の筋肉そのものの動きが悪くなる病気)、④弁膜症(心臓の中の血流を調整する弁が狭くなったり、閉まらなくなったりする病気)、⑤狭心症や心筋梗塞(心臓の周りを通る血管が詰まる病気)、⑥先天性心疾患(生まれつき心臓病)が挙げられます。



これらが原因で心臓の機能が低下して心不全となるのです。

この中でも心不全の原因で多いのが高血圧症と心筋梗塞と言われています。高血圧症は様々な病気の原因というのは皆さんご存じだと思います。ではなぜ高血圧が心不全を引き起こすのか。高血圧になると血管の壁に高い圧力が常にかかるので、それに耐えるために血管の壁が厚く、硬くなっていきます。すると心臓はより強い力で血液を押し出さなければなりません。この状態が続くと、心臓の筋肉が厚くなり、伸び縮みしづらくなり心臓の動きが悪くなります。心筋梗塞ではどうでしょうか。心筋梗塞とは心臓の筋肉を栄養している冠動脈という動脈が詰まる病気です。詰まった血管の周辺は心筋が壊死し、壊死により心筋が十分にポンプの役割を果たせず心不全となってしまいます。

次に心不全の症状についてです。先ほど心臓の機能が低下する

と代償機転が働き心臓の機能をカバーすると言いました。しかし

代償機転では保てない程の状態にまで落ちてしまうと様々な症状が出てきます。心臓のポンプ機能低下に伴い、血液がうっ滞し、浮腫(むくみ)や息切れ、呼吸困難が現れます。最初のうちは階段や坂道などを登った時に息切れを起こす程度ですが、進行すると、歩いたり、身体を動かしたりするだけで息が苦しくなります。さらに悪化すると、安静にしているだけでも症状が出たりします。この状態のときに座位の姿勢でよくなるのが特徴です。その他の症状としては冷感、不眠、疲労感があります。高齢者の方では息切れの症状があっても「年齢のせいだから仕方ない」「体力が落ちただけだから」と見過ごしてしまうことが多いのが現状です。放置したまま重症化してしまい、夜中に呼吸困難を起し救急車で運ばれてくる、なんてことも珍しくありません。



治療方法

ここまで読んで頂けたらわかるように心不全の治療というよりは、根本の原因の病気を治療することが必要です。

ただ、心不全症状を改善、落ち着かせる薬はあります。体内の余分な水分を取り除く「利尿剤」や心臓の動きを手助けする「ジギタリス剤」、心臓にかかる負荷を軽減する「血管拡張剤」、心臓に障害を与えやすい神経やホルモンの作用を抑制する「ベータ遮断剤」があります。が内服したからと言って「治った」というわけではありません。

当院では、原因の病気である不整脈や狭心症・心筋梗塞への検査・治療を行っています。

不整脈では電気生理学的検査を行い、必要に応じてペースメーカーの植え込みやカテーテルアブレーション治療を行います。狭心症や心筋梗塞では冠動脈造影検査を行い、必要があればステントを中心としたカテーテル治療を行っています。

予防方法

まず原因である病気にならないよう注意する必要があります。循環器系の病気は予防が大変有効となっております。高血圧、糖尿病、脂質異常症、動脈硬化に気を付けることを心掛けましょう。具体的に示すと、①禁煙、②節酒、③適切な運動、④バランスの良い食事(塩分の摂りすぎに注意)、⑤ストレス軽減となっております。



早期発見

心不全は早期発見することも大切です。発見後すぐに治療を開始し、心不全の進行をできるだけ抑えることができます。ある意味こちらも予防対策と言えるでしょう。

自覚症状に関しては先ほどの症状を見逃さないこと。また浮腫(むくみ)と共に体重の増加も起こることがあります。週に2〜3kgの増加も稀ではありません。日々の体重確認も早期発見につながります。

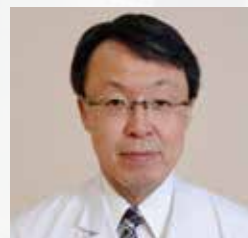
また検査も心電図や胸部X線、採血、心エコーなどがあります。検査は一つで判断するのではなく、複数の検査にて総合判断されます。採血ではBNP(脳性ナトリウム利尿ペプチド)というホルモンの値が用いられます。このホルモンは心臓に負担がかかった際に心室から分泌されます。正常値は18.4 pg/ml以下となっております。BNPは肥満や腎機能などによって値が影響を受けるため、高いからといって必ずしも心不全とは

言えません。先ほど言ったように検査の総合判断になります。

最後に

「心不全パンデミック」が起こってしまつと、入院医療が必要な高齢心不全患者さんであふれ、医療機関が患者さんを受け止めきれなくなるのが想定されています。また莫大な医療費がかかるなど、社会的な問題が起こる可能性もあります。そんな日常にならない様、今のうちから心不全の芽を早めに摘み取ることが重要と考えています。皆さんも今のうちから心不全の予防と早期発見に努めて頂きたいと思っています。

難しくないよ 腎臓病



腎臓内科部長
さとう たけし
佐藤 武志 先生

腎臓病について

尿を作るといのが腎臓の働きですので、腎臓病とは、尿が十分に作れない状態になっていく病気です。

では尿を作るとはどういう事かと言いますと、体の中の老廃物と余分な水分を体の外に出すということです。

ですから腎臓病とは、体の中の老廃物と余分な水分を十分に体の外に出せずに、体の中に溜まってしまふ病気です。

腎臓病の症状について

体の中に余分な水分が溜まった時の症状は『むくみ』。これは分かりやすいかと思いますが、では体の中に老廃物が溜まった時の症状はと考えますと、分かりにくいなと感じる方も多いのではないのでしょうか。

老廃物は血液の中に溶け込んでいます。血液は体全体に送られていますので、老廃物は体全体に悪影響を及ぼします。

例えば、老廃物が胃に悪影響を及ぼせば、『食べられない』、『吐いてしまう』などの症状が出ます。脳に悪影響を及ぼせば、『体がけいれんする』、『意識がもうろうとする』など、筋肉に悪影響を及ぼせば、『力が出ない』、『動けない』など、体の中に老廃物が溜まった時の症状は非常に様々です。

こんな症状は **腎不全** のサインかも?!



| | | | | |
|--------|--|--|--|--|
| 腎臓病の | | | | |
| 予防について | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

腎臓病のほとんどは、一度かかってしまうと治らず、徐々に進行してしまいます。ですから、いかに腎臓病にかからないかという事が非常に重要です。

腎臓病にかからないようにするためには何に気を付けなければいけないかという事について話をします。

気を付けるべき第一のポイント
は、水分を十分に摂取することです。水分摂取が足りないと、腎臓に負担がかかってしまい、腎臓の機能を低下させてしまいます。極度な水分不足で起きる代表的な病氣「熱中症」では、短期間に腎臓の働きが今までの3分の1、5分の1位まで低下してしまいます。短期間の水分不足なら、その後しっかりと水分を摂取すれば腎臓の働きは回復しますが、長期間水分不足の状態が続いてしまうと、その後いくら水分を沢山摂取しても腎臓の働きは回復しません。

どのくらい水分を摂取したらいいかという事については、テレビなどで1.5Lとか2Lとかよく言われていますが、夏と冬では必要とされる水分量は違います。たとえ同じ夏であっても、冷房の効いた涼しい屋内にいる時と、炎天下の屋外で大汗かいている時では必要とされる水分量は全く違います。

では何を目安に水分を摂取したらいいかと言いますと、尿の色を見てください。尿の色が濃ければ体の中の水分は足りない、尿の色が透明に近い薄い色なら足りていると判断してください。

飲み物の種類については、アルコール以外であれば何でも構いません。糖分を含む飲み物ばかりでは、糖尿病などの病気を引き起こしてしまう危険性が増しますので、水、お茶を中心に好きな飲み物を飲むといいと思います。

気を付けるべき第2のポイント
は、生活習慣病と言われる、糖尿病、高血圧症、高脂血症、高尿酸血症にならないように注意すること、すなわち食事に気を付け、運動をしましょうということですが、もう既に生活習慣病を指摘されている方は、薬の服用も含め、その病気のコントロールをしっかりすることです。

食事に気を付けるとはどういう事かと言いますと、塩分摂取を控えることと偏りのない食事をするということです。塩分摂取を控えると言っても、味がまずくなるほど控える必要はありません。長期間続けることが一番重要です。

気を付けるべき第3のポイント
は、適度な運動をするということです。適度な運動とは、毎日できる程度の運動量になります。これも長く続けることが非常に重要です。

腎臓病の 治療について

予防のところでも書きましたが、腎臓病のほとんどは、一度かかってしまいますと治らず、徐々に進行してしまいます。ですから、腎臓病の治療とは、いかに腎臓病の進行を緩やかにするかということになります。

腎臓病の治療で重要なのは、予防の時と同じく、水分を十分に摂取し、食事に気を付け、適度な運動を心がけることです。



透析治療について

腎臓病が進行してしまい、ほぼ腎臓の働きが失われた時には、透析治療をせざるを得なくなります。

透析治療については、ここでは詳しい話をしませんが、透析治療までいかないように、いかに腎臓を守るかについては、皆さんの日々の努力にかかっています。

必見!

腎臓内科受診のタイミング

どんなときに腎臓内科を受診すればいいのか…
なかなかタイミングがわからないと思います。
そこで紹介したいのが「2の法則」です。

2の法則

- その1 「クレアチニン2以上」
- その2 「尿蛋白2+以上」
- その3 ふ
「浮腫」

3つの内、1つでも当てはまれば受診ください。

栄養管理科

食事から

免疫力を

アップしよう！

免疫力とは？

私たちの身の回りには、目に見えないインフルエンザのような病原性のウイルスや食中毒を起こすような細菌が無数に飛び回っています。

「免疫」とは体の中に侵入してきた人の体に悪影響を及ぼすウイルスや病原菌を排除し、破壊する

細菌防御システムです。そのような働きを免疫力といい、専門的には免疫系と呼んでいます。

食事は免疫力にとってとても大事なポイントになります。最近の研究では人間の持つ免疫力は食事の仕方によって誰でも高められると言われています。

あなたの免疫力をチェック

- 風邪をひきやすい
- のどを痛めやすい
- 口内炎や結膜炎を起こしやすい
- 寝不足の日が多く、疲れやすい
- ストレスを感じやすい
- 運動をほとんどしない
- サラダなど野菜は苦手だ
- ヨーグルトなどの乳製品はほとんど食べない
- フルーツはあまり食べない
- 魚より肉料理が多い

免疫力を下げってしまう理由

① 加齢

生まれたばかりの赤ちゃんは免疫システムが未完成で、成長するにしたがい免疫力は高まります。そして20〜30歳の頃を頂点に、免疫力が高まり、それ以降は年をとるにしたがって、免疫力は低下していきます。

② ストレス

人間の体は免疫系・神経系・内分泌系の3つが調和されているときに元気でいられます。しかし、ストレスで神経系がダメージを受けると、内分泌系からホルモンが異常分泌されることで免疫系の力が低下するといわれています。

③ 食生活の乱れ

無理なダイエットをしている人や偏った食事ばかりしていると、栄養バランスが崩れてしまいます。そして免疫細胞を活性化させるビタミン、たんぱく質などが不足して免疫力も低下してしまいます。

免疫力を上げるポイントは腸にある！

● 口や胃：病原菌の侵入経路。強酸性の胃液によって消化される時、病原菌も死滅します。

● 小腸：胃液の中で生き残った病原細胞は小腸へと移動します。ここは様々な栄養素が体内に吸収される場所であり、免疫システムの50%が集中します。

● 大腸：大腸には約100兆個もの細菌が住んでいる。体に悪い菌が入ってくると腸内の細菌たちが悪い菌を攻撃して増殖を阻止します。



免疫力をアップする

食事のポイント

亜鉛とセレンを摂る

体を傷つける活性酸素を抑えてくれる。
亜鉛は牡蠣、豚レバー、いわし、牛肉、大豆に多く含まれ、セレンは精白米、大豆、いわし、アーモンド、卵などに多く含まれる。



ビタミンA、C、Eを摂る

体の抵抗力を強める3つのビタミン
ビタミンAを多く含む食材…レバー、うなぎ、牛乳、ヨーグルト、緑黄色野菜
ビタミンCを多く含む食材…レモン、オレンジ、イチゴ、キウイ、赤ピーマン、ブロッコリー
ビタミンEを多く含む食材…アボカド、かぼちゃ、うなぎ、たらこ、ホウレン草、アーモンド、ピーナッツ



抗酸化物質を摂る

細胞を傷つけ老化の原因となる活性酸素を抑える。
抗酸化物質(ポリフェノール)は納豆、みそ、ワイン、お茶などに多く含まれる。



たんぱく質を摂る

免疫細胞たちを作り、動かす原動力となる。
肉、魚、卵、大豆を毎食1品は摂取。



乳酸菌を摂る

腸内の善玉菌を活性化する。
ヨーグルト、チーズ、キムチ、みそなど発酵食品に多く含まれる。



緩和ケアを知っていますか？

～もしもあなたが、がんになったら～

緩和ケア認定看護師 看護部

こばやし あやこ
小林 礼子

2人に1人ががんになる時代となり、多くの方ががん治療を受ける時代になりました。「緩和ケア」という言葉を聞いたことがありますが？まだまだ「緩和ケア＝終末期」というイメージが多いようですが、そうではありません。今回は、当院で行われている緩和ケアについてお話ししたいと思います。

緩和ケアって何？ いつから受けられるの？

緩和ケアはがんに伴う心と体のつらさを和らげ、がんと診断された時から治療と並行して行われ、全ての治療の経過に関わるものです。

がんになると、体や治療の事だけではなく、生活の変化による仕事の事、家族の事、お金の事、将来への不安を経験すると言われています。がんと診断を受けたときには、すでに痛みや苦しきなど、他にもつらい症状がある場合もあります。

緩和ケアで相談できることは？

私は、現在緩和ケアチーム専従看護師、がん相談支援センターの役割を担いながら、院内・外の患者さま、そのご家族が安心して治療や療養生活がおくれるよう、サポートを行っています。

当院には、がん看護を提供している専門の看護師（緩和ケア認定看護師、化学療法認定看護師、乳がん看護認定看護師）3名が常駐し、がんと診断された時から患者さま、そのご家族もサポートしています。

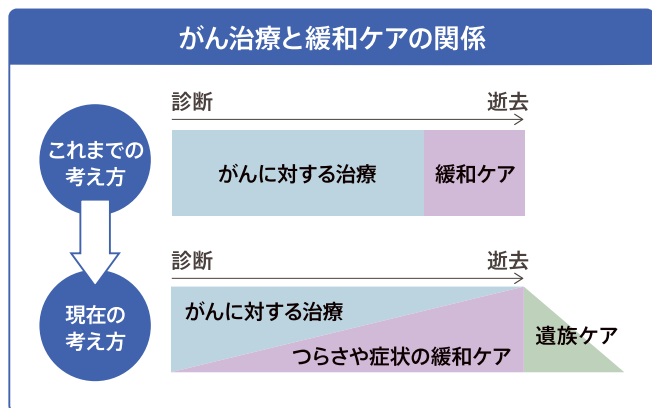
【がんの診断期】「治療期」「再発」
【積極的治療中止期】「終末期」このような場面で関わっています。

緩和ケアとは：

重い病を抱える患者さまやその家族一人一人の身体や心などの様々な辛さをやわらげることにより、豊かな人生を送ることができるよう支えていくケア

(日本緩和医療学会2014)

がん治療と緩和ケアの関係



相談内容

- ① がんと診断された時の不安
- ② 治療に伴うお体の事、お気持ちの事、経済的な事、お仕事の不安

がんと診断。
治療は？
医療費は？
仕事は？



- ③ 治療やがんの痛みによるつらさ
- ④ 息苦しさやだるさ等のお体のつらさ
- ⑤ 眠れない・気分の落ち込みへのつらさ

不安で
眠れない...



- ⑥ 医療費・生活費の問題
- ⑦ 転院・セカンドオピニオンについて
- ⑧ 療養生活について（療養場所や生活環境、訪問診療や訪問看護・介護等）
- ⑨ 終末期の過ごし方（人生会議：アドバンスケアプランニング）

どこで
過ごさせて
あげよう。



緩和ケアは

どこの場所でうけられるの？

病院

● 外来…

・治療を受ける一般外来

・緩和ケア外来(毎週木曜日の午後)

● 病棟…

・治療を受ける一般病棟へ入院

※当院には、緩和ケア病棟はありません



自宅

● 在宅療法…

住み慣れた自宅や介護施設へ当院

の緩和ケア担当医と緩和ケア認定

看護師が訪問診療を行っています

病院では

誰が緩和ケアをしてくれるの？

● 外来…治療を受けている医師や

看護師(認定看護師もサポートして

います)

● 病棟…一般病棟で治療を担当す

る医師や看護師と緩和ケアチーム

【緩和ケアチームの活動日:毎週

木曜日(入院中の患者さまの回診)】

緩和ケアチームのご紹介

薬剤師

がん治療のお薬や、痛みをはじめとする様々な症状をコントロールするためのお薬について説明します。



医師

主治医(担当医)のほかに、緩和ケア担当医(がんに伴う様々な症状をコントロールする医師)がいます。



理学・作業療法士

がんの進行などで、今までのように体が動かなくなってきた時に、残された機能を最大限に活用して生活が送れるよう、リハビリを行います。



看護師

外来・病棟看護師のほかに、緩和ケア・化学療法・乳がん看護認定看護師(緩和ケアや痛みのケアに関する専門的知識・技術を持った看護師)がいます。



患者さま・ご家族



管理栄養士

がんの治療に伴う副作用(食欲低下、口内炎)などで食事が進まない時、どのような食事をとったら良いかのアドバイスをします。



医療ソーシャルワーカー

患者さまごとに家族の生活全般(経済面、福祉制度、在宅医療、訪問看護、転院先との連携、調整など)をサポートします。



最後に

当院は2017年に厚生労働省の指定がん診療病院に認定され、がんの治療が数多く行われています。がんと診断された時から様々な不安を抱え過ごされている患者さま、そのご家族も多いと思います。小山記念病院では、地域で暮らすがん患者さまを支えるために、スタッフ一人一人が患者さま、そのご家族の気持ちに寄り添い、安心して治療、療養生活が過ごせるよう、切れ目なくサポートすることを目指しています。心配なことや困ったことがあれば、遠慮なく、小山記念病院、がん相談支援センターへ連絡ください。

いのちを支える エンジニア ～臨床工学技士～

かわの りょうすけ
河野 良介



恐らく臨床工学技士という職種を知っている人は多くないと思います。今回、私たち臨床工学技士がどのような目的で業務し、どのような職種なのか知っていただきたいと思います。この場をお借りします。

臨床工学技士とは

臨床工学技士はレントゲン・CT・MRIを扱う診療放射線技師、リハビリテーションを行う理学療法士と同じように医療技術者(メディカルスタッフ)です。資格としては比較的新しい制度で1987年に制定され、これからの職種となっています。現在の医療に不可欠な医療機器の安全確保と有効性維持の担い手として患者様が安心・安全な医療を受けられる事を目的・使命として業務を行っています。更に、医師や看護師や各種の医療技術者とチームを組んで生命維持装置の操作なども担当しています。昨今の新型コロナウイルス感染症治療において人工呼吸器やECMO(体外式膜型人工肺)が注目されていますが、臨床工学技士は

その両方を管理・操作する事ができるとして同じように注目を集めています。

臨床工学技士の代表的な業務

次に当院での臨床工学技士の代表的な業務を紹介します。①血液浄化業務、②呼吸治療業務、③カテーテル業務、④医療機器管理業務になります。

①血液浄化業務はいわゆる透析を行う業務です。現在当院には160人以上の患者様が通院しており、患者様が安全に透析を行えるよう人工透析装置の操作、患者様への穿刺を行っています。



②呼吸治療業務は人工呼吸器が問題なく稼働しているかの管理を行っています。人工呼吸器は肺の機能が働かなくなり、呼吸が十分にできなくなった患者様の呼吸を代行する際に使用します。

③カテーテル業務は心血管内・脳血管内治療・検査において医師のサポートを行っています。また術中にバイタルサインの変化がないか監視もしています。

④医療機器管理業務は院内で使用している全ての医療機器が安全に使用できるか使用前・中・後・定期点検の4点検を実施しています。



紹介したのは一部になります。読んで頂いてお分かりだと思えますが、臨床工学技士は患者様と医療機器を繋ぎ、医療機器と医療従事者を繋ぐ橋渡しのような存在だと思っています。そしてこれからも患者様の安心・安全を届けるよう技士一同精進してまいります。

10月より

3名の常勤医師が赴任いたしました

糖尿病内科

のむら けいぞう

野村 慶三



10月から杏林大学医学部付属病院から出向し、一年半勤務させていただくことになりました。

2018年に金沢医科大学を卒業し、現在医師4年目です。

大学では数人のチームで仕事することが多く、一人で患者様を診察すること自体が初めてなので非常に緊張しております。よろしくお願いいたします。

所属学会

- ・日本内科学会
- ・日本糖尿病学会
- ・日本内分泌学会

認定医・専門医 等

なし

産婦人科

きくち ともあき

菊池 友明



筑波大学産婦人科入局2年目の菊池友明です。

鹿行地域の周産期・婦人科医療に貢献できるよう一所懸命頑張ります。まだまだ未熟者ですので、ご迷惑をお掛けすることもあるとは思いますが、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

所属学会

- ・日本産科婦人科学会
- ・日本周産期・新生児医学会
- ・日本婦人科腫瘍学会
- ・日本生殖医学会
- ・日本女性医学会
- ・日本産科婦人科内視鏡学会

認定医・専門医 等

なし

産婦人科

きむら ゆうたく

木村 友沢



この度、産婦人科で勤務させていただくことになりました木村友沢と申します。以前は筑波大学附属病院に勤めながら、月に2回小山記念病院で外来診療に従事していましたので、ご縁があり嬉しく思います。医師不足が叫ばれる鹿行地域で茨城県出身の一人として、少しでも貢献できるよう尽力していきます。よろしくお願いいたします。

所属学会

- ・日本産科婦人科学会
- ・日本周産期・新生児学会
- ・日本女性医学会

認定医・専門医 等

日本産科婦人科学会専門医

新任医師を迎え、医療体制の構築をしていきます。

1

患者様の意思を尊重した、安心安全で質の高い医療の実践

2

より専門性の高いがん治療の提供

3

救急医療の充実

4

分かり合える地域医療連携体制の構築

5

品格のある医療人の育成



マイナンバーカードを 申請しませんか？

マイナンバーカードは、公的な身分証明書として使用できるほか、全国のコンビニエンスストアで住民票や課税証明書などといった各種証明書を取得することができます。

鹿嶋市ではマイナンバーカードの申請に必要な写真撮影とオンライン申請のお手伝いをする窓口申請サービスを行っています。



窓口申請サービス時に必要なもの

▶ 本人確認書類(次のいずれか)

運転免許証、パスポート、身体障害者手帳、在留カード、健康保険証、介護保険証、年金手帳、生活保護受給者証 など



▶ 交付申請書(お持ちの場合のみ)

- ①通知カードと一緒に届けられた個人番号カード交付申請書
- ②QRコード付マイナンバーカード交付申請書
(令和3年1～3月頃国が発送)



① 交付申請書

<その他>

- マイナンバーカードに使用する写真を撮影するため、必ず申請されるご本人が来庁してください。
- QRコード付の申請書をお持ちの場合は、スマートフォン等を使い、ご家庭等で申請可能ですので、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点からのご検討をお願いします。

お問い合わせ

鹿嶋市役所総合窓口課 **0299-82-2911** (内線322・323)

受付時間: 月～金曜日 8:30～16:30(12:00～13:00は除く)

当院周辺のバス時刻表

公共交通機関をご利用ください



■鹿嶋コミュニティバス【中央線】

鹿嶋 (高松緑地公園) 行

大人 300円
子供 150円
現金のみ

| 鹿島灘駅 | 小山記念病院 | 鹿島神宮駅 | チェリオ・イオン | 市役所前 |
|-------|--------|-------|----------|-------|
| 7:05 | 7:44 | 7:49 | 8:03 | 8:13 |
| 9:35 | 10:14 | 10:19 | 10:33 | 10:43 |
| 10:35 | 11:14 | 11:19 | 11:33 | 11:43 |
| 14:45 | 15:24 | 15:29 | 15:43 | 15:53 |
| 16:50 | 17:29 | 17:34 | 17:48 | 17:58 |

大野 (鹿島灘駅) 行

| 市役所前 | チェリオ・イオン | 鹿島神宮駅 | 小山記念病院 | 鹿島灘駅 |
|-------|----------|-------|--------|-------|
| 9:06 | 9:16 | 9:30 | 9:35 | 10:15 |
| 11:36 | 11:46 | 12:00 | 12:05 | 12:45 |
| 13:16 | 13:26 | 13:40 | 13:45 | 14:25 |
| 16:46 | 16:56 | 17:10 | 17:15 | 17:55 |
| 18:51 | 19:01 | 19:15 | 19:20 | 20:00 |

■鹿嶋コミュニティバス【湖岸海岸線】

湖岸回り (湖岸→海岸) 行

大人 300円
子供 150円
現金のみ

| 鹿島灘駅 | 小山記念病院 | 鹿島神宮駅 | チェリオ・イオン | 市役所前 |
|-------|--------|-------|----------|-------|
| — | 8:10 | 8:15 | 8:25 | 8:33 |
| 11:45 | 12:20 | 12:25 | 12:35 | 12:43 |
| 14:45 | 15:20 | 15:25 | 15:35 | 15:43 |
| 16:05 | 16:37 | 16:43 | 16:54 | 17:03 |

海岸回り (海岸→湖岸) 行

| 市役所前 | チェリオ・イオン | 鹿島神宮駅 | 小山記念病院 | 鹿島灘駅 |
|-------|----------|-------|--------|-------|
| 8:18 | 8:26 | 8:36 | 8:41 | 9:15 |
| 10:28 | 10:36 | 10:46 | 10:51 | 11:25 |
| 14:18 | 14:26 | 14:36 | 14:41 | 15:15 |
| 18:58 | 19:06 | 19:16 | 19:21 | 19:55 |



■鹿行広域バス【神宮あやめ白帆ライン】

麻生庁舎→チェリオ・イオン

| 麻生庁舎 | 潮来駅 | 水郷潮来 バスターミナル | 鹿島神宮駅 | 小山 記念病院 | チェリオ・イオン |
|-------|-------|-----------------|-------|------------|----------|
| 7:15 | 7:36 | 7:45 | 8:10 | 8:15 | — |
| 8:00 | 8:29 | 8:38 | 9:03 | 9:08 | 9:29 |
| 9:10 | 9:39 | 9:48 | 10:13 | 10:18 | 10:39 |
| 10:40 | 11:15 | 11:26 | 11:54 | 11:59 | 12:20 |
| 12:45 | 13:20 | 13:31 | 13:59 | 14:04 | 14:25 |

チェリオ・イオン→麻生庁舎

| チェリオ・イオン | 小山 記念病院 | 鹿島神宮駅 | 水郷潮来 バスターミナル | 潮来駅 | 麻生庁舎 |
|----------|------------|-------|-----------------|-------|-------|
| 9:50 | 10:03 | 10:09 | 10:33 | 10:43 | 11:25 |
| 11:45 | 11:58 | 12:04 | 12:28 | 12:38 | 13:10 |
| 13:55 | 14:08 | 14:14 | 14:38 | 14:48 | 15:30 |
| 15:40 | 15:53 | 15:59 | 16:23 | 16:33 | 17:15 |
| 16:50 | 17:03 | 17:09 | 17:33 | 17:43 | 18:25 |

200円
~500円

※時刻表については抜粋して記載しております。詳細については、鹿嶋市政策秘書課(電話 0299-82-2911)へお問い合わせください。

初診も随時受付しております



小山記念病院付属
くりやデンタルクリニック

くりやデンタルクリニック

地域の皆様に寄り添うホームドクターを目指して

お子様からご高齢の方まで
安心して歯科治療を受けていただける医院を目指して、
新たな気持ちで小山記念病院歯科口腔外科から分院である
くりやデンタルクリニックを開院いたしました。



虫歯治療

歯周病治療

入れ歯治療

小児歯科治療

定期健診・予防歯科

妊婦検診

口腔外科

顎関節症

スポーツマウスガード

睡眠時無呼吸症候群

| 診療時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|----------------|---|---|---|---|---|---|--------------------|
| 午前 9:00~12:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | 休診日 日曜日、祝日、年末年始 |
| 午後 13:30~17:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | |

- 当院では患者さまをお待たせしないよう、予約制を採用しております。
- 診療を希望される患者さまはお電話よりご予約をお願いいたします。

TEL 0299-77-9200

〒314-0030 茨城県鹿嶋市厨5-5-10
<https://kuriya-dc.jp/>

