

病院と地域を結ぶ病院情報誌

# Clear クリア

ご自由に  
お持ちください

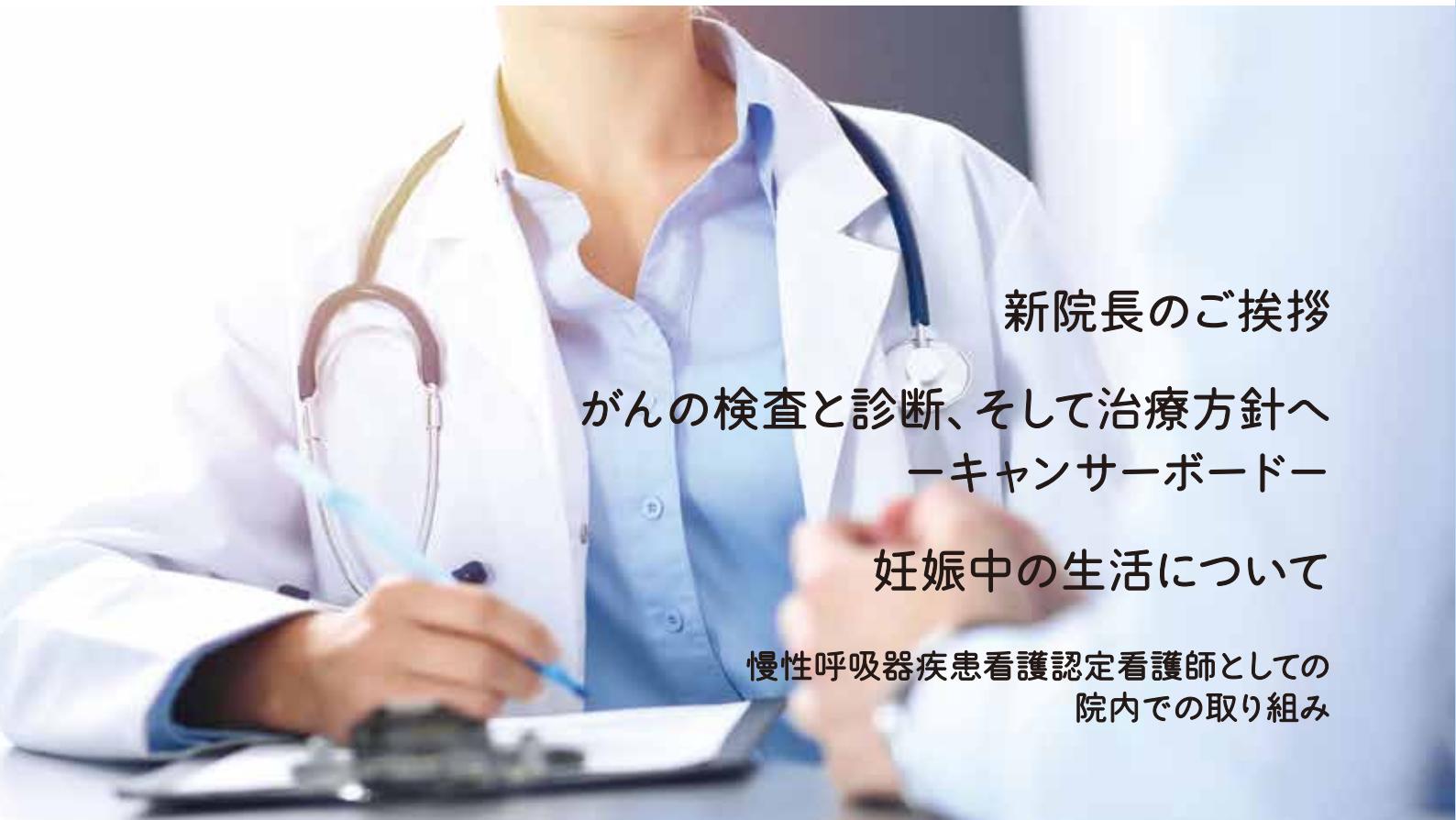
2021年  
春号

新院長のご挨拶

がんの検査と診断、そして治療方針へ  
—キヤンサー ボード—

妊娠中の生活について

慢性呼吸器疾患看護認定看護師としての  
院内での取り組み



# Clear

くりあ  
2021年  
春号

- 3 新院長のご挨拶
- 4 よもやま話
- 5 がんの検査と診断、そして治療方針へ  
—キヤンサーボードー
- 10 妊娠中の生活について
- 14 慢性呼吸器疾患看護認定看護師としての  
院内での取り組み
- 16 町の身近なお医者さん & TOPICS
- 17 健康管理センターからのお知らせ  
「子宮がん検診」
- 18 かとう小児科クリニック オープンのお知らせ
- 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。        |

# 院長就任のご挨拶

小山記念病院 院長 池田 和穂



令和3年4月1日より、医療法人社団善仁会小山記念病院の院長に就任いたしました池田和穂でございます。この場をお借りして、皆様にご挨拶申し上げます。

私は、茨城県潮来市の出身で、平成15年4月に内科医として当院に赴任いたしました。これまで臨床現場の最前線に立ち、全国の中でも慢性的な医師不足地域である鹿行地域が抱える「限られた医療資源の中で満足度の高い医療をいかにして提供していくか」という課題に取り組んでまいりました。

その取り組みのひとつがチーム医療の構築です。このチーム医療によって、病院内の多職種の職員が連携し、お互いの専門性を活かしながら、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ております。

また、地域中核病院として、社会的使命を果たすためには、より親密な病院連携、病診連携を構築する必要があります。日頃、連携いただ

いている先生方と一緒に地域医療に貢献すべく、今後ともご協力をよろしくお願い申し上げます。

そして、いい病院とは、患者様からの信頼を得ることはもちろん、職員にとつても働きやすくやりがいを感じられる職場でなくてはならないと考えております。病院にとって重要な財産である職員一人ひとりが個々の実力を十分に発揮できるよう、人材育成にも努めてまいります。

昨今の新型コロナウイルス感染症の流行により、当院においても感染対策を基本とした新しい医療に日々努めております。まだ先の見えない状況ですが、「私は、心から患者様の身になつて医療行為をいたします」という病院の理念の下、これからも地域の皆様から信頼される病院を目指し、職員一丸となつて邁進してまいりますので、今後ともご支援ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



# よーりーだーはーと



小山記念病院  
健康管理センター  
センター長  
森田 裕

## 紹介状予約専用ダイヤル

小山記念病院では、地域の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。

新しい年度がスタートしました。この一年は明けても暮れてもCOVID-19でしたね。まさに皆様は自分を含めご家族、ひいては全人類の「健康」についてイヤでも着目する事になりました。

日本ではマスクは当たり前で色々ご意見はあるでしょうが、そろそろ使い捨てマスク公害論が出てくることでしょう。猛烈に悪口の対象になった「安部のマスク」むしろ正解で唯一の失敗はデザイン性だったということですね(これは私の超個人的意見ですが)。ただいま原稿を書いているのは2月初旬なので、今

の時点ではCOVİD-19の話題に関して4月時点のタイムリーな話は結構難しいですが、今まで「感染しないためには」「感染しても発症しないためには」と来て、次は「発症させないためには?」のお話、これは「ワクチン」となりますね。現時点(2月)いよいよ我々がワクチンを打たれる直前です。まさかこの原稿が遺書になるとは思いませんがちよつとドキドキしますね。「医者ともあろうものが」と言われちゃうかもしれません

が今回に関しては医者だからこそ…って気分です。これが発刊されるときにはある程度、急性期の副作用に関しては結果がでていると思います。

さて、ワクチンは能動免疫といわれ簡単に言うと弱らせた、もしくは病原性を無くした病原体(今回のコロナのワクチンはタイプが異なりますが)を身体の中に入れて、それらに身体が反応して抗体を作り本来の病原体をやっつける、といふやつで繰り返しになるけど効果を發揮するためには正常な免疫力が必要です。では「発症しちゃつたら」これは治療薬の話になります。

身体の中の病原体に作用してそいつらをやっつける、同時に症状を軽減する、合併症に対応する、などです。つまり原因療法と対症療法そして加えれば病気との闘いで傷んだ身体を補修する療法でしよう。その原因療法の一つが受動免疫です。自分でなく誰か、もしくは何かが作ってくれた抗体をいただく: 抗毒素血清って聞いたことがあるかもしませんね。

タイムリーな話が難しいわけは今までの栄養や休息や予防の話と違つて、効果あれば絶大だけど正直「使つてみなければ絶対いい」と思いますが、そこは大きく共生するしかないわけで。そこは知恵のリンゴを食べちゃった以上、ヒトはうまくやるでしょう、と信じて今年度も

つまり「利益を得るために危険は覚悟しなくてはならない」、無論「行わない危険を取ることにより利益を得る」ともあります。同じ事は覚悟せねばならないことです。

これは特に日本人の最も苦手とする部分ですが、今度ばかりは「皆さんおやりになつていますよ」と言われるだけ決めるのはどうかなつて(これは超個人的なつぶやきですがね)。

春だというのになんか暗い話になりましたが治療薬の研究も進んでいます、一方病原体といえどもこの地球の住人(ETでは無いと思いますが)なのでうまく共生するしかないわけで。そこは知恵のリンゴを食べちゃった以上、ヒトはうまくやるでしょう、と信じて今年度も

### 紹介状での 予約をいたただくこと

- ◆ 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  
Be Happy! そしてBe Healthy!

# がんの検査と診断、 そして治療方針へ —キャンサーボード—

適切な治療を行うためには、がんの性質や広がりを正確に確かめてそれに基づいて治療計画を立てます。そのために、診察やさまざまな検査が行われます。小山記念病院は厚生労働省の指定するがん診療病院で皆様といっしょにがん診療に当たります。



顧問兼消化器部長  
吳屋 朝幸 先生

## 検査の前に

まず、病気とあなた自身のことを調べることから始まります。

がんの診断は、多くの段階を経て行われますが、自分が受ける検査の目的、方法について知つておくと、結果の説明がよりわかりやすくなります。

「すぐにも治療してほしい」。

「検査が多く、治療の予定が決まるまでの期間がとても長い」と感じることもあります。がんの治療では、「手術や薬物療法で最大限の治療効果を得ることや放射線治療でがん細胞の量を減らすこと、と、体への負担を最小限にすること（手術合併症や後遺症を減らす、薬物療法や放射線治療の副作用を

軽くする）」を、同時に行わなければなりません。

そのために、これまでにかかった病気（病歴）を含め、詳しい診察と検査が行われます。まず、担当医による問診と診察です。体の状態や症状などについて詳しく聞かれるほか、診断の手がかりを得るために、過去にかかった病気、現在かかっているほかの病気、家族や血縁者がかかっている（かかつっていた）病気（家族歴）や、生活習慣（喫煙や飲酒、職業など）について聞かれます。

その後、より詳しい情報を得るために、血液検査や、画像検査などが

行われます。さらに必要に応じて、病変の一部をつまみとつたり、針を行います。

刺して吸引したり、メスを使って一部を切除する（生検）などして採取した細胞・組織を、顕微鏡で観察する病理検査・病理診断が行われます。これにより最終的にがんの診断を確定することになります。また、治療方針を検討するために、病変の広がりを調べる検査が行われます。

同時に全身の状態を客観的に調べるために心臓、呼吸、肝臓、腎臓の機能を検査します。これは身体

検査の内容や進め方は、がんの種類・臓器によつてそれぞれ異なります。その目的は「がんであるかどうか確認する検査」と「治療を行う上で身体機能は十分かどうか」を調べることです。ふつうは複数の検査を組み合わせて診断を行います。例えば、ある患者さんの肺がんの診断はCTによる画像検査と病理検査とを組み合わせて行い、腫瘍マーカーの結果を参考にする、といった形で進められます。実際の進め方は、①信頼性が高い検査方法で、②がんの広がりはどうか、③検査で得られる情報と、検査に伴う体への負担、合併症、費用との兼ね合いなどを考慮して個別に患者さんの状態に応じて決められます。また、緊急に治療を開始する必要があると判断される場合には、救命を最優先に考えて、治療を開始することもあります。

## 検査と診断の進め方



a  
フエトプロテイン等があります。  
CA19-9、PSA、HCG、

診断することはできません。  
代表的な腫瘍マーカーにはCEA、  
マーカーの結果だけでは、がんと  
な状態や良性の腫瘍の場合に  
もふえることがあるため、腫瘍  
マーカーは、がんがあれば必ずふ  
えるとは限らないことや、正常

の負担が少なく簡単に調べる  
ことができますが、多くの腫瘍  
マーカーは、がんがあれば必ずふ  
えることは限らないことや、正常

## ●腫瘍マーカー

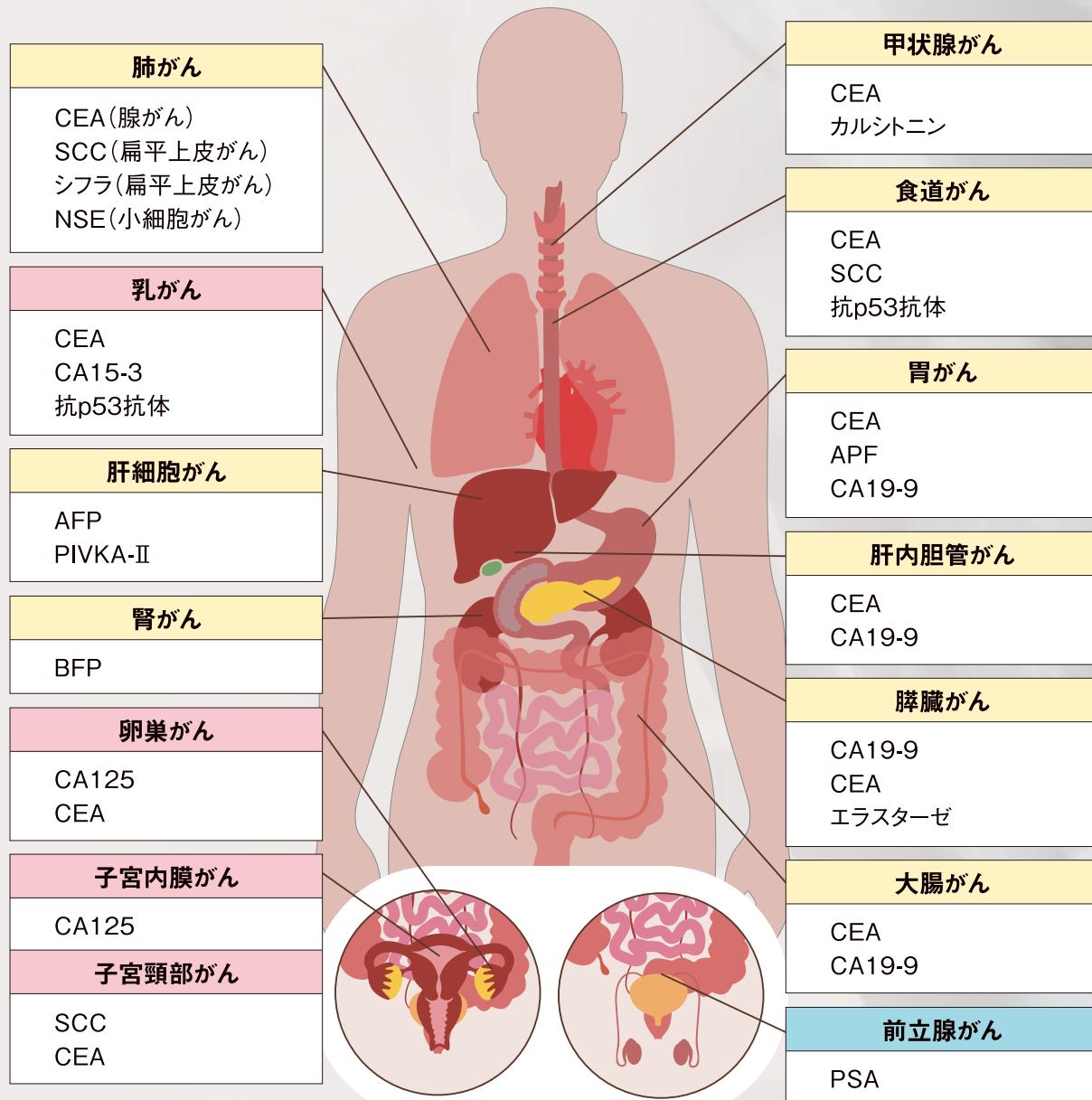
### 主な検査と診断方法

#### 【血液検査】

【画像検査・画像診断】  
【病理検査・病理診断】

### 腫瘍マーカー一覧表

腫瘍マーカーは、癌の進行とともに増加する生体内の物質のことと、主に血液中に遊離してくる物質(抗体)を使用して検出する臨床検査のひとつである。また、生検で得られた検体や摘出された腫瘍の病理組織標本を免疫染色し、腫瘍の確定病理診断や組織型の鑑別に用いられるなど臨床検査の場で多く使われる。



## 【画像検査・画像診断】

X線や超音波を用いて、いろいろな臓器のがんを発見し、がんの広がりや性質を調べるなど診断に欠かせない検査です。

### ●超音波検査(エコー)



超音波発生装置を当て、音波の反射を画像にすることで、体内の状態を観察します。腹部・頸部(けいぶ)や乳腺の検査のときは、ベッドに横になり、超音波が伝わりやすくなるように検査用のゼリーを塗り、器械(プローブ)を当てます。特に痛みなどはありません。ほかに胃など内視鏡の先端に超音波装置を付けることで、腸など体の内側から周りの臓器やリンパ節などを調べることもあります。

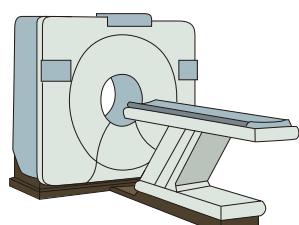
### ●CT

#### (コンピューター断層検査)

CTは体の周りからX線を当てて、体の断面像を観察する検査です。検査のときは、機器の寝台の上におおむね通じながら撮影します。造影CT検査では造影剤を腕の静脈から注射することで、病变をより鮮明に写し出すことができます。造影剤を注射した後で、気分が悪くなる、蕁麻疹(じんましん)やかゆみが出るなどのアレルギー反応が起こる

最も良く行われる検査です。X線を用いて体内の状態を観察する検査です。胸部・骨・軟部・乳房・腎孟(じんう)・尿管・上部消化管(食道・胃・十二指腸)・下部消化管(大腸・直腸)などの検査があり、バリウムや造影剤などを使ってより詳しく調べることもあります。

当院では乳腺撮影(マンモグラフィー)の際は女性の放射線技師が担当します。



### CT検査 (CTスキャン)

#### 特徴

病変の存在診断において、最も有効な検査方法である。特にMulti-detector CTの出現によりさらに高分解能の画像が得られるようになった。

ことがあります。アレルギー体质の方やCTの造影剤でアレルギーが出たことがある方は、事前に担当医や検査を行う担当者に申し出てください。検査が終わって数時間後に症状が出る」ともあるので、これらの症状が出た場合には、なるべく早く担当医や担当者に連絡しましょう。

CTは強い磁力(磁場)を当て、体の断面像を観察する検査です。さまざまな角度の断面を見ることができるのが特徴です。これにより頭部・脊髄(せきずい)や骨盤の中など、CTでは撮影しにくく部分も調べることができます。MRIは強い磁場を発するため、心臓ペースメーカーを装着している患者さんは用いることができず、ほかにも金属製の物質が体内にある場合には撮影できないことがあります。担当医・担当技師によく確認しておきましょう。

検査のときは、機器の寝台の上におおむけになります。検査中は装置から大きな音がしますが、これは磁場を起こすためのものなので心配ありません。検査の目的によっては、造影剤をのんだり、腕から注入したりします。

## ●MRI(核磁気共鳴撮影)

MRIは強い磁力(磁場)を当て、体の断面像を観察する検査です。さまざまな角度の断面を見ることができるのが特徴です。これにより頭部・脊髄(せきずい)や骨盤の中など、CTでは撮影しにくく部分も調べることができます。MRIは強い磁場を発するため、心臓ペースメーカーを装着している患者さんは用いることができず、ほかにも金属製の物質が体内にある場合には撮影できないことがあります。担当医・担当技師によく確認しておきましょう。



#### 利点

- 死角になる部分が少ない
- 非常に淡い陰影・小型病変も発見可能

#### 欠点

- 費用が高く、大掛かりな機器が必要
- 放射線の被曝量が多い

## 治療方針の決め方

## 【病理検査・病理診断】

### ● PET(陽電子放出断層撮影・ポジトロンCT)

がん細胞は活動が活発なのでいろいろな物質を取り込む性質があります。特に吸収されやすい薬剤に弱い放射性物質を付着させ、体内における薬剤の分布を撮影するこ

とも取り込まれることがあり、また反対にがんであってもあまり異常だとみられない場合もあり、ほかの検査結果と合わせて総合的に判断されます。

### ● 内視鏡検査・内視鏡診断

子を調べる検査です。がんの大きさや広がりを調べるCTなど異なり、がん細胞の活動の状態(活発に栄養分を消費しているか、などを調べることができます。がんの位置の情報をより正確に把握できる

レーズと光源(ライト)が付いた細い管を体の中に挿入し、のど、消化管(食道、胃、十二指腸や大腸)、気管、膀胱などを体の中から観察する検査です。これにより、がん病変や前がん病変を直接観察することができます。また病変の一部をつまみとり(生検)、病理検査を行うことができます。また病理検査を行ふことがあります。検査のときは、FDGというブドウ糖に似た薬剤を腕から注射します。ベッドなどで安静にして、薬

がん細胞を取り込みます。がん細胞を採取して、細胞の性質を調べます。がんの診断には欠かせない検査です。がんが疑われている病変から細胞や組織を採取し、病理医が顕微鏡で観察して、がんかどうかが、がんの場合にはどのような種類かを調べ、診断します。個々の細胞を見る検査を細胞診検査(細胞診断)といいます。痰や尿中の細胞や口腔、気管、膀胱、子宮などの粘膜上からブラシで採取したり、皮膚から針を刺して吸引し、細胞を採取する方法などがあります。

そのまま台ごと筒状の機械の中に入り撮影します。薬から出される放射線は時間とともに弱くなり、多くは尿と一緒に体の外に排出されますので、心配いりません。

FDGは一般にがん細胞に取り込



このような検査の結果でがんの診断が確定・判明した後、その患者さんに最も適切ながん治療法を選択するためにキヤンサー・ボードという会議が開かれます。内科・外科・放射線科・その他の多くの専門家が参加して治療方針を討論します。決して主治医が一人で治療方針を決めるものではありません。またその中でも、患者さんの気持ち・意志が最も尊重されます。がんといってもその原発臓器によって治療方法や治療後の生存率は異なります。また、同じがんでもステージ(進行度)で治療方針が異なります。このような治療方針については患者さん・ご家族に適切に説明(説明と同意・インフォームド・コンセント)がされ、わかりにくいう場合は何回でも質問できる機会があります。

また、個々の細胞だけでなく、細胞のかたまりを見る検査を組織検査(組織診断)といいます。内視鏡検査で病変の一部をつまみとる方法、手術で組織の一部を切り取つて調べる方法、手術で切除したがん組織全体を細かく調べる方法などがあります。必要に応じて、手術の最中にも、手術の範囲を決めるためにがんが疑われる組織を採つて診断する術中迅速病理診断が行われることもあります。



# 妊娠中の 生活について



産科部長  
酒井 謙 先生

妊娠出産は人生の中で大切なイベントの一つです。  
家族が増える喜びは何ものにも代え難いものです。  
しかしながらその反面、母体には様々な医学的リスクが生じます。  
そしてそれは時として母児ともに生命に危険が及ぶ様な  
重大な問題に発展することもあります。  
産科学や新生児学をまとめて周産期医学といいますが、  
その周産期医学の発展により母体や赤ちゃんの危険は  
飛躍的に減少しました。  
例えば、妊産婦死亡率は1950年には10万人中161.2人の  
妊婦さんが亡くなっていましたが  
2016年には10万人中3.4人と大幅に減少しています。  
これは医学の発展だけではなく、教育の向上などによる妊婦さんたちの  
意識が高くなったことによるところも大きいと思われます。  
そのように私たち産婦人科医と妊婦さんが  
共に安全を作り上げつつある妊婦健診と分娩、産後の管理に関して、  
今回は中でも妊娠中の普段の生活について、ご家族とともに  
注意するべき点を述べたいと思います。

## 気持ちの変化

妊娠中や産後はホルモンや体、生活の変化によって不安や気分の落ち込みなど心の変化が強く表れることがあります。妊婦さんは自身はこのような気持ちの変化が現れるのは当然のこととして受け止め、決して自分だけに特別なことと思わずご家族や医療者、お住いの自治体などに相談をしてください。特にご家族のサポートは非常に重要です。

妊婦さんご本人のお話をよく聴いてあげるなど、ご理解の上サポートをお願いします。



## 食事について



普段健康に過ごしているっしゃる方が妊娠して突然食事に気を付けるように言われてもどのようにしたらよいか戸惑われることと思います。「何を」「どのくらい」食べるべきかで分けて考えます。「何を」ですが、食事を「主食(ごはん・パン)」「主菜(肉・魚)」「副菜(野菜等)」「牛乳、乳製品、果物」に分けて考えます。これらをバランスよく摂取することによって貧血やカルシウム不足などを予防します。「どのくらい」に関してはまず「自身が低体重なのかふつうなのか、肥満なのかを把握します。その区分は、BMI(体格指数)で決めます。【図1】

意外と太っても大丈夫のようにもみえますが、赤ちゃん、羊水、胎盤、子宮の増大で5kg程度以上は増えること、妊娠中は普段よりも体重が増えやすくなることを考慮すると案外余裕はありません。体重の増加を観察しながら、主食の量で調節します。妊婦さんの食事に関しては厚生労働省のウェブサイトのかの「妊娠婦のための食生活指針」をご参照ください。わかりやすく、丁寧に説明されています。

BMIは18.5未満が「低体重」、25以上が肥満、その間が「ふつう」です。「低体重」の方は妊娠期間中の体重増加は9～12kg、「肥満」の方は個別対応、ということがあります。

図1  
BMI= 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

例:身長160cm 体重50kgの場合  
 $50 \div 1.6 \div 1.6 = 19.5$   
BMIは 19.5 になります。



赤ちゃんに影響が出ることが多く、注意が必要です。ナチュラルチーズや生ハム、スマートサーモンなど、加熱殺菌がないものや弱いもので感染します。リストeria菌は冷蔵庫の温度でも繁殖します。冷蔵庫は過信せず、なるべくしっかり加熱したものを見ましょう。

魚と水銀に関してですが、一部の魚は一週間に食べられる量が規制されています。大型のマグロ、カジキ、キンメダイ等です。これも厚生労働省のサイトで確認できます。一度ご確認ください。魚は体に良いものが多々、魚そのものを避ける必要は全くなく、よく食卓に上るツナ缶やサケ、アジ、サバなど一般的な魚は逆に積極的に食べることをお勧めします。

アルコールは妊娠全期間を通して赤ちゃんと影響を及ぼす可能性があります。妊娠が分かったらアルコールは完全に止めましょう。コーヒーなどのカフェイン含有飲料はコーヒーですと一口マグカップ2杯までを自安に制限することが勧められています。基本的に刺激物は避けることが望ましいようです。

妊娠中は食中毒も気を付けなければなりません。特にリストeria菌という菌は妊婦さんに感染すると妊娠中は食中毒も気を付けなければなりません。特にリストeria菌と見守ります。37週以降は適宜胎児心拍の観察を行い、赤ちゃんが元気かどうかを確認します。

## 妊婦検診について

妊婦健診では毎回血圧の測定、体重変化、尿中の糖とたんぱくの有無を見ます。血圧と尿たんぱくの有無を

血圧症候群(以前は妊娠中毒症と呼んでいました)重症化すると危険な病気で日本人が多いといわれています)、尿糖で妊娠糖尿病(妊娠することにより糖尿病の状態になること)です。血糖値が高いことが続くと赤ちゃんへの影響や出産時に異常を起こす率が高くなります)を見つけます。また過度な体重増加もリスクを増やすことになりますので、定期的に観察して必要があれば食事指導なども行います。また、問診や内診により、切迫流産や切迫早産の兆候があるか確認します。

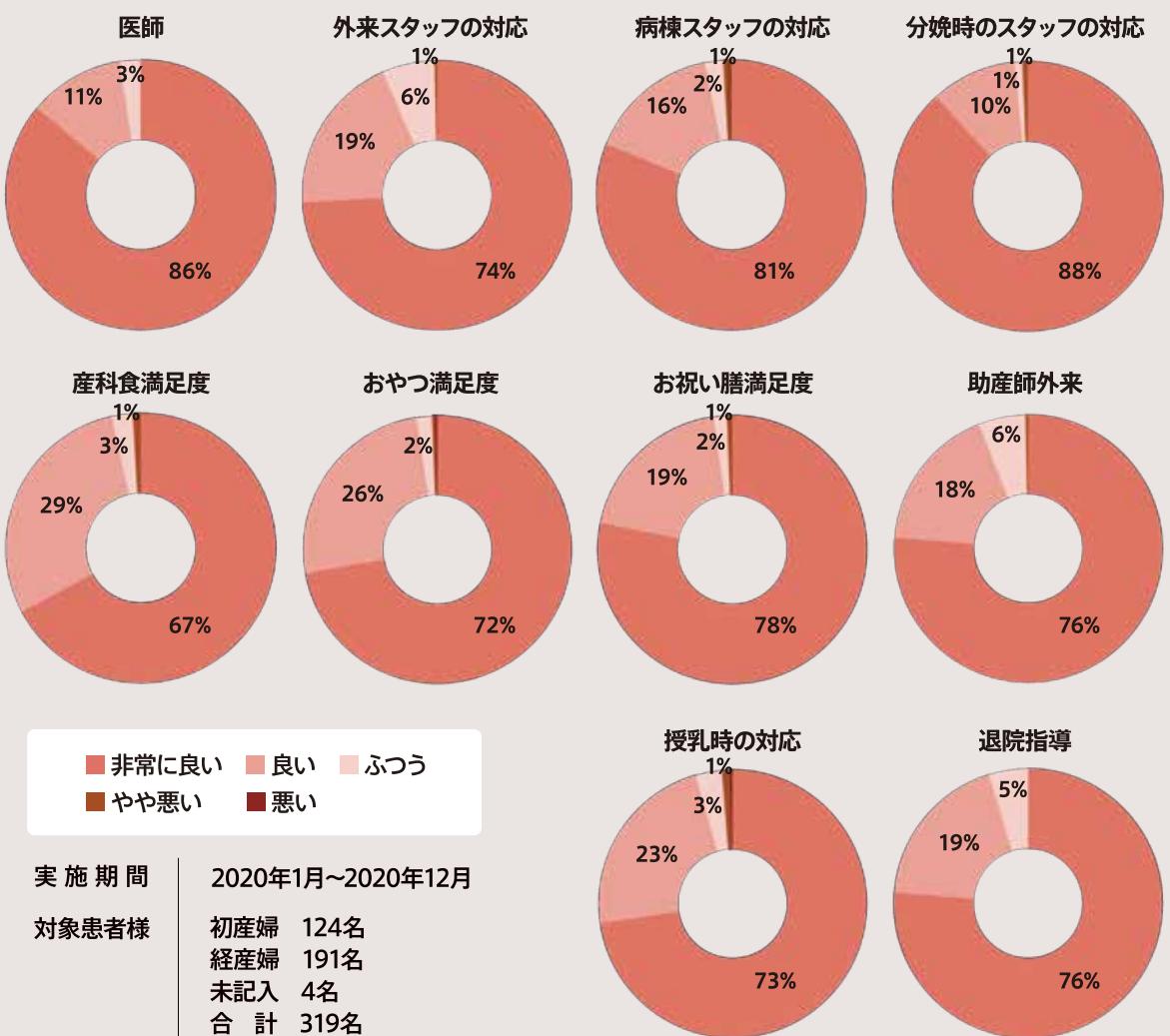
まれに妊婦健診を受けようとした方がいらっしゃいますが、自覚がないのに生命が危険な状態にあることがあるのが妊娠です。多くは公費で行えますので必ず受診してください。

以上のように、基本的なことで注意していれば妊娠中は大きな制限なく暮らすことができます。ご家族の皆様も一緒に注意しながら、楽しく妊娠期間をお過ごしください。

## 当院でお産をされた方へのアンケート調査

ひとりの女性が一生の間に出産をする機会は何度もあるわけではありません。だから「満足のいくお産」にしたいと誰もが望れます。「満足なお産?」とはどんなお産?人によっていろいろな希望があると思います。

当院では、お産をされた方を対象にアンケート調査を実施しており、いただいた声をもとに対応改善・環境改善に日々努めています。【下記】助産師は約20名が在籍しており、分娩の直接介助以外に助産師外来、母乳外来、乳房ケア指導、授乳指導、バースレビュー(分娩の振り返り)、退院指導、メール相談をおこない、妊娠に関するお母さんのお悩みを少しでも軽減できるように努めています。



# 慢性呼吸器疾患看護

さかもと いつみ  
坂本 愛

## 認定看護師としての

### 院内での取り組み

慢性呼吸器疾患看護認定看護師は、  
安定期、増悪期、人生の最終段階に

おける患者さま、その家族のQOL

向上にむけて、看護実践を提供する

ことが役割とされています。

今回は私の活動について、呼吸器  
疾患の患者さまについてたくさん  
の人に知りたい事も  
含めながら取り組みを報告いたし  
ます。

院内で私は4東病棟に所属し、  
呼吸器外来や、各病棟で患者さま、  
各職種の方々と関わりを持たせて  
いただいています。

COPDや間質性肺炎、その他  
呼吸器の疾患は、緩徐に進行して  
いく慢性の呼吸器疾患で、増悪を  
おこしてしまうと急速に病気が進  
行してしまいます。増悪を予防し、  
安定した状態を保つためには、  
療養生活での疾患管理がとても  
大切であり、吸入などお薬の正しい  
理解について、身体を動かす事など

呼吸リハビリの必要について、増悪  
予防についてなどの指導を含め  
たセルフマネジメント支援をおこ  
なっています。

慢性呼吸器疾患の患者さまは、  
疾患による息苦しさの為、活動が  
制限され、今までの生活を変化さ  
せなくてはいけなくなることもあります。

様々なことに折り合いを  
つけながら生活を送る患者さまや  
その家族が、その人らしい生活を  
送ることができるよう、リハビリ、  
退院支援、地域の訪問看護ステー  
ションなど、他職種と連携しその  
人に合わせた医療の提供ができる  
ように努めています。



病状によっては、在宅酸素（HOT）を使わなくてはならない患者さまも少なくありません。酸素を使いながらでも、より良い療養生活を送ることができるように、身体の使い方、呼吸リハビリについて、機器の使い方の指導に介入しています。その中でも、入院から外来まで、外来から入院まで切れ目のない看護を行う事を目標にしています。関わりを継続することで、患者さま側ではセルフマネジメントの継続、精神的な負担が緩和できる、医療者側では個別性のある介入方法の抽出、再検討ができるというメリットがあると考え日々、病棟やリハビリのスタッフと切磋琢磨しながら活動しています。



また、定期的にRST（呼吸ケアチーム）の活動しています。医師をはじめ、呼吸療法認定師などの仲間たちと、人工呼吸器を使用している患者さんの管理方法の標準化と、早期離脱、質の高いケアの提供を目指に、取り組みを行っています。毎週水曜日の15時半より呼吸器のラウンドに各病棟へまわっています。

現在はたくさんの相談を聞いてくれる医師や、呼吸に興味のある仲間が増え、患者さま、ご家族への関わりがより一層深めることができます。これからも症状・状況に合わせ、患者さまと一緒に家族に寄り添い、その人らしく生きていくことを支援していくことを心がけています。

まだ未熟であり、常に新しい知識や技術を身につけ、できるだけ質の高い看護が提供できるように勉強会や学会に参加し、学びを続けていきたいと思います。

## 呼吸器疾患者さまの増悪予防に対する心がけ

5

体調の変化を感じた時には早めに病院受診をこころがけましょう



3

吸入、内服薬など正しく使用・服用しましょう



1

喫煙習慣がある場合には直ぐに禁煙しましょう



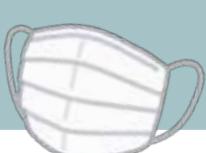
6

足の筋力を維持できるよう有酸素運動や足踏み運動をおこないましょう



4

うがい・手洗い、人混みではマスクをしましょう



2

定期受診を心がけましょう



＼当院以外の病院やクリニックをご紹介いたします／

# 町の身近なお医者さん



所在地  
茨城県鹿嶋市下塙1393

診療時間	平日	午前	9時～12時
休診日	土曜日	午後	3時～6時
休診日	土曜日午後、日曜日、祝日	午後	9時～12時

額賀整形外科医院



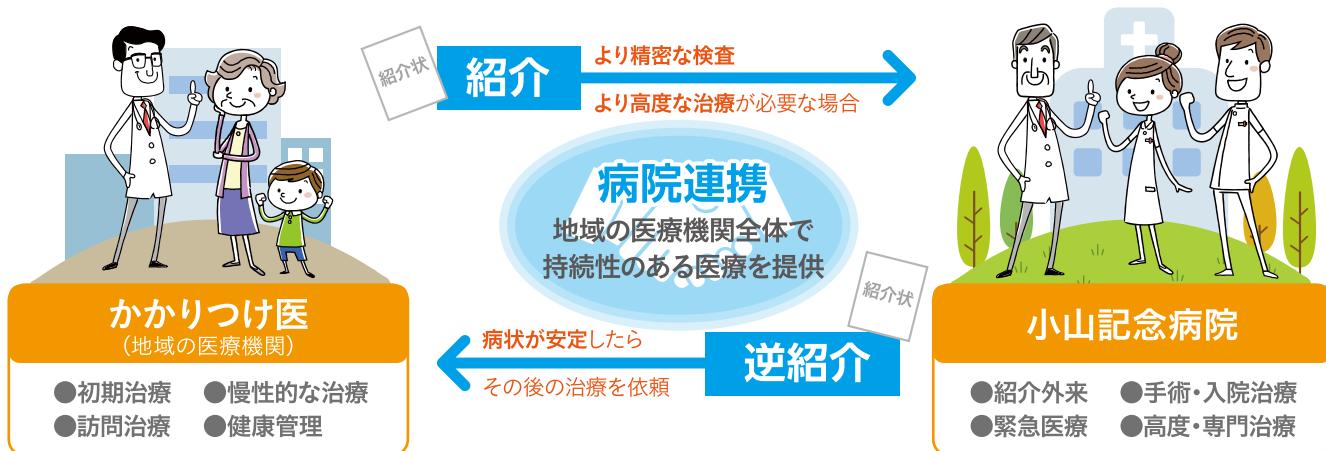
所在地  
茨城県鹿嶋市荒野1545・35

診療時間	午前	8時30分～12時
休診日	午後	4時～6時30分
休診日	日曜日、祝日、水曜日・土曜日午後	

佐竹内科医院

## 逆紹介(複数主治医制)の推進について

当院では、症状が安定している患者様は、  
かかりつけ医またはご自宅近くの病院やクリニックにご紹介させていただきます。  
6～12ヶ月毎に、小山記念病院に受診していただくことで、  
「複数主治医制」をとりながら、患者様を治療していきます。



## 健康管理センターからのお知らせ

# 子宮がん検診

子宮頸がんの発生率は、20～24歳では約2倍に、25～29歳では3～4倍に増加しています。

子宮頸がんの主な原因は、性交渉で感染するHPV（ヒトパピローマウィルス）です。

HPV検査とは、子宮頸部の細胞を採取し、HPVに感染しているかどうかを調べます。

細胞診にHPV検査を併用することで、子宮頸がん（がんに進行する可能性のある変化）を

より確実に発見することが可能になります。市町村の子宮がん検診や、

今まで検診を受けたことがない方など、ぜひ、この機会に子宮がん検診を受診してみませんか？

### ■検査項目・料金

子宮頸がん検査には「細胞診」と「HPV検査」があります。

この二つの検査を組み合わせると、検査の精度はさらに向上します。

超音波検査を実施しない場合、子宮頸がん（頸部細胞診）のみの診断となります。  
現代女性に多い子宮筋腫や子宮内膜症、卵巣のう腫、子宮体がん、卵巣がんなどは  
分かりかねますので、予めご了承ください。

**内診・頸部細胞診 ..... 5,500円**

**内診・頸部細胞診・超音波検査 ..... 6,600円**

**オプション検査 HPV検査（ヒトパピローマウィルス） ..... 5,500円**

※市町村を通じての子宮頸がん検診には、追加できません。予めご了承ください。

### ■市町村医療機関検診（一部負担金で受診出来ます）

契約市町村：

**鹿嶋市 神栖市 潮来市 行方市 銚田市 稲敷市**

※市町村の子宮がん検診に、超音波検査は含まれておりません。

ご希望の方は自己負担金の他、追加1,100円にて実施可能です。

### ■その他

生理中の方は、受診出来ません。

ほとんどの市町村では、がん検診の費用の多くを公費で負担しており、  
一部の自己負担でがん検診を受けることが出来ます。なお、お勤めの職場  
や、加入する健康保険組合でも、がん検診を実施している場合があります  
ので、ご確認ください。

**健康管理センター 0299-85-1139** (直通)

予約受付時間：8時～16時（土曜日は11時30分まで）

[休診日：第1・3・5土曜日、日曜日・祝日、年末年始（12月29日～1月3日）]

2021年  
4月2日

たるいこども  
クリニックが  
変わります！



# かとう小児科クリニック

すこやかにすくすくと育ってほしい。

地域のこどもたちを医療を通してみまもっています。  
適切な診療と丁寧でわかりやすい説明をこころがけ、  
皆様に信頼されるクリニックを目指しています。

診療

子どもの  
心相談

予防  
接種

定期  
検診

かぜ症候群、気管支炎、肺炎、喘息、クループ症候群、アレルギー疾患、嘔吐下痢症などの消化器疾患、  
子どもの心相談、その他小児のことなら何でも診療し、必要に応じて高次医療機関に紹介いたします。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 13:30~17:30	○	○	○	—	○	—

休診日：日曜日、祝日、年末年始

- 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またはインターネットより  
ご予約をお願いいたします。

**TEL 0299-77-9911**

〒314-0030 茨城県鹿嶋市厨4-2-5  
<https://katoh-sc.jp>



# 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】

鹿島(高松緑地公園) 行

鹿島灘駅	小山記念病院	鹿島神宮駅	チエリオ・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	チエリオ・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】

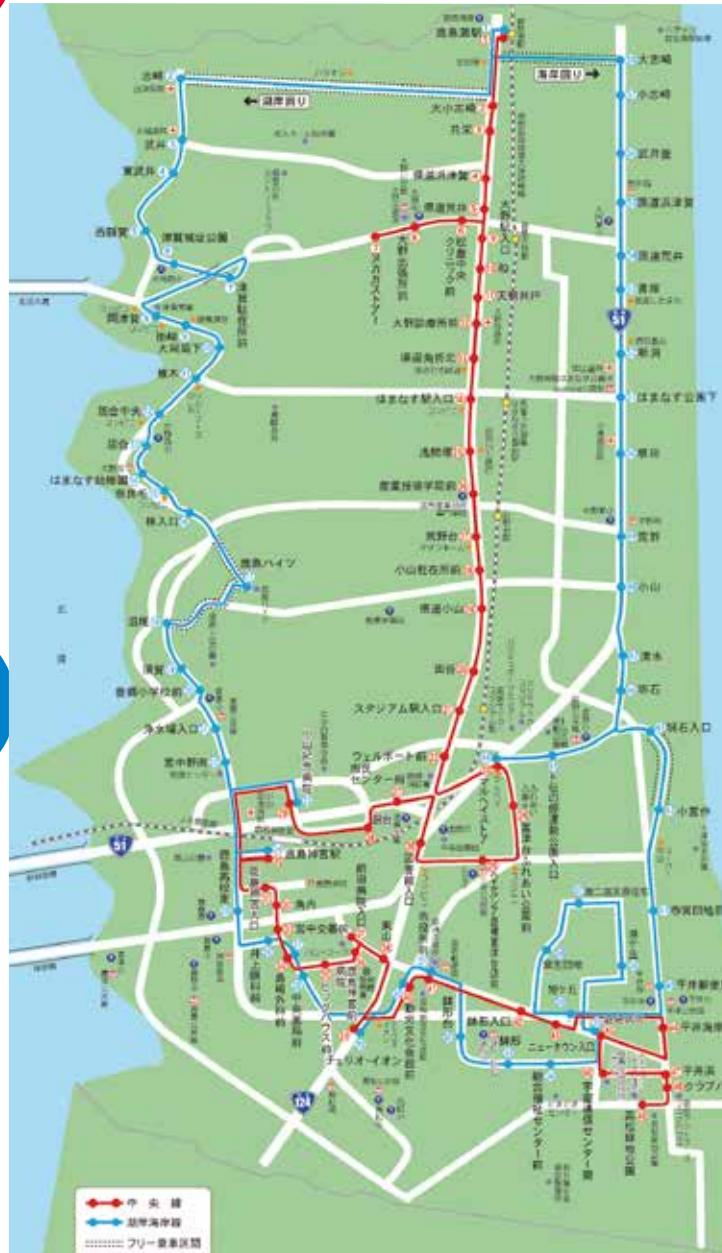
湖岸回り(湖岸→海岸) 行

鹿島灘駅	小山記念病院	鹿島神宮駅	チエリオ・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	チエリオ・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

大人 300円  
子供 150円  
現金のみ



## ■鹿行広域バス【神宮あやめ白帆ライン】

麻生庁舎→チエリオ・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	チエリオ・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

チエリオ・イオン→麻生庁舎

チエリオ・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。

# 2021年1月4日 OPEN



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/>

