

あさひ燦々

理念 地域の人々と勤労者の方々に信頼される医療を提供します 第32号 (2020.2月号)

巻頭言

新年のご挨拶

独立行政法人 労働者健康安全機構 旭ろうさい病院

院長 宇佐美 郁治



新年あけましておめでとうございます。

昨年は大変お世話になり誠にありがとうございました。今年もよろしくお願い申し上げます。

昨年5月1日に新元号とともに新病院での診療を開始いたしました。電子カルテの更新も同時に行ったため慣れるまで少し時間がかかり、患者さんはじめ皆様にご迷惑をおかけし大変申し訳ありませんでした。現在、旧病院の取り壊し、駐車場の整備、外構工事を行っております。今年の5月中には終了し、6月にはグランドオープン

の予定です。今しばらくご不便をおかけいたしますがご理解をいただきますようよろしくお願いいたします。

新病院におきましてもこれまでと同様、地域医療と勤労者医療を推進してまいります。病棟は療養環境が良くなり患者さんからも高い評価をいただいております。

入院機能は、回復期、慢性期の患者さんは地域の病院と連携を取り紹介させていただき、旧病院と同様、急性期の機能を担ってまいります。8月に7対1の病床の一部をICU病棟4床と地域包括ケア病棟50床に変更し、これまでも増して重症の患者さんからサブアキュートの患者さんまで幅広く対応できるようになりました。

外来は動線が短くなり効率が良くなりました。専門外来、救急外来、紹介外来の充実を図ることにより外来機能を高めてまいります。地域の多職種の方々と連携を取ることで地域完結型の医療を目指し、この地域で急性期医療を必要とする患者さんのより多くに対応できる病院になりたいと思っております。多職種の連携は

顔の見える関係が重要と考えております。診療所、消防署などをこれまでと同様訪問させていただき、診療所の先生方、消防隊の方々のニーズにお応えできるようにしていきたいと思っております。また、地域の病院の先生方とはなるべく早い段階で情報提供をさせていただき、スムーズに転院していただけるよう調整を取りたいと思っております。

勤労者医療はこれまでじん肺、アスベスト関連疾患で培ってきた働

く方の健康と職業生活を守る「勤労者医療」の考え方をさらに進め、病気の治療をしながら就労するという「治療就労両立支援」に力を入れていきます。

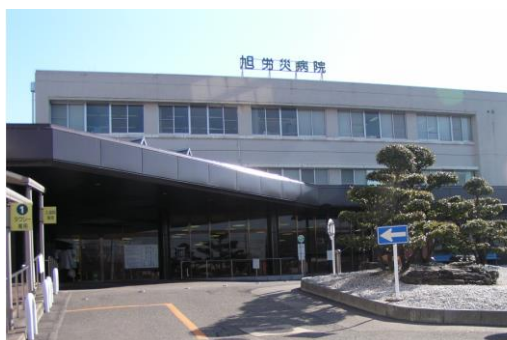
地域医療と勤労者医療を積極的に実践することにより、病院理念であります「地域の人々と勤労者の方々に信頼される医療を提供します。」に繋がると考えております。今年も皆様方のご支援、ご指導を賜りますようお願い申し上げます。

特 集

「旭ろうさい病院今昔物語」

旭ろうさい病院副院長 安藤 郁子

平成7年7月1日から「旭労災病院」で勤務しています。元号が令和に変わった5月1日に新病院になり名前も「旭ろうさい病院」となりました。かれこれ25年近く務めてきた私にとって、新しく生まれ変わったこの病院に、新鮮なトキメキを感じると同時に、古い病院がどんどん解体され消えていくのを見てみると、なにやら寂しく万感迫る思いがあります。



旧病院正面入り口

当時から小児科は2人常勤医体制でしたが、その頃は毎日時間外の急患

や紹介患者さまに対応し、外来入院併せて大勢の患者さまの診療にあたっていました。さらに産科もあったので、帝王切開や緊急の異常分娩に立ち会い、生まれてきた赤ちゃんの管理もすべて行っていました。現在取り沙汰されている「働き方改革」から言ったら、とんでもない日々を過ごしていた気がします。それでも当時の私は小児科医とはそんなもの、先輩の先生方の子どもに向き合う真摯な姿を見ながら学んできた私は、あまり辛いと感じたことはありませんでした。また院内の他科の先生方が「なにやら小児科が大変らしい」となると時間外であろうとも、いつでも快く助け船を出してくれ、一緒に治療にあたってくれたことも大きな支えでした。さらに抱えきれない困難があると院長をはじめ事務職の方々、看護師さんたち、いろんな職種の人たち皆が手を差し伸べてくれました。そんな時いつも旭労災病院という大きな傘の下で小児科は守られ

ていると感じ、当院の裏標語である「骨太でフットワークの軽い、科の垣根の低いアットホームな病院」であることを涙がでるほど実感したものです。

その後しばらくして小児科医不足が深刻となり、私たちもずっと医師不足に悩まされてきました。さらにここ10年くらいは私自身も高齢化(?)で寄る年波にも勝てず、時間外の診療は断念せざるを得なくなり、当院にとっての小児科の在り方を見直すべき時が来たと思いました。そこで最近ニーズが高まってきた発達に課題のあるお子さんや、心が痛くて辛いお子さんに対し、じっくり向き合う診療に力を入れるようになりました。現在では、平日時間内は今までどおり子どもの様々な病気や予防接種に対応していますが、その傍らで心理士による発達知能検査やカウンセリングができるような体制を整え、「発達支援外来」を続けています。新病院では小児科外

来もとても可愛くりニューアルされ、ゆっくりお話しのできる面談室も設けています。



新病院小児科外来待合

今、小児科医に求められることは何かを模索しながら、今後も「旭ろうさい病院小児科」は近隣の子どもの心も体も診ることのできる、ご家族に頼られる小児科でありたいと思っています。

診療トピックス

風邪を予防しよう

呼吸器内科主任部長 加藤 宗博

寒い冬の時期、気を付けたいのが「風邪」です。風邪は主として鼻、のどなど上気道に起こる感染症で、原因のほとんどはウイルスによるものです。粘膜の障害性が強いウイルスでは、細菌による2次感染を引き起こします。気管支喘息やCOPDなど慢性の呼吸器疾患を持つ場合、風邪によりこれらの疾患が増悪する恐れがあり、風邪を予防することは重要です。

以下に風邪を予防するポイントをあげます。

【手洗い】

風邪は手を介してもうつります。風邪の原因として多いライノウイルスは、手からの接触感染で鼻や目の粘膜を介してうつる特徴があり、予防のために手を洗うことは大切です。せっけんで手を洗うと、汚れと一緒にウイルスや細菌が泡で洗い流されます。手洗いは、できれば30秒かけて液体せっけんなどでよく洗い、流水できれいに流しましょう。また、手を濡れたままにしてお

くと、残ったウイルスや細菌が付着したまま生き続けるため、清潔な布類やペーパータオルでよく拭き、乾燥させましょう。

【うがい】

「インフルエンザ」などはせきやくしゃみからウイルスや細菌を含むしぶき（飛沫）を発生し、のどを通じて感染することがあります。これを飛沫感染といいます。うがいは、口やのどの洗浄、のど粘膜の自浄作用の促進などの効果があります。のどは空気や食物の通り道であり、清潔にして炎症が起こらないように粘膜の状態を整えておく必要があります。

【水分補給】

体の中の水分が不足すると血液や体液が濃くなるため、様々な影響が出てきます。粘液によって外敵の侵入を防いでいる粘膜も、水分が不足すると十分な能力を発揮できず、ウイルスや細菌などに侵入されやすくなります。十分な水分補給はのどの粘膜の繊毛運動を活発にしてウイルスや細菌の体外への排出を助けます。

【栄養】

栄養のバランスのとれた食事を摂取することは、風邪予防など健康を維持するために必要です。人参やウナギ、モロヘイヤに含まれるビタミンAは、粘膜を強化して、細菌などの病原微生物を入り込みにくくさせます。しかし、体にたまる傾向があるので、摂りすぎには注意が必要です。イチゴやブロッコリーなどに含まれるビタミンCは抗酸化作用を持ち、白血球の機能を高め、傷ついた細胞の修復を促進します。ビ

タミンEも抗酸化作用があり、ビタミンCの効果を持続させる働きや、細胞膜の保持、強化に役立ちます。

【睡眠】

睡眠不足など不規則な生活を続けていると疲労がたまり、風邪をひきやすくなります。日頃からしっかり睡眠をとり、規則正しい生活をすることが大切です。

【リラックス】

気持ちが落ち込むと風邪をひきやすくなるといわれています。なるべくストレスをためないようにすることも健康な生活を送るために必要です。

【保温】

体を冷やすと風邪をひきやすくなるため温かい下着やセーターなど着用し、外出時は温かい上着を着るなど気を配りましょう。

【保湿】

粘膜は、ウイルスや細菌の侵入を阻止する第一のバリアーです。粘膜は通常、粘液に守られていますが、乾燥すると病原微生物が侵入しやすい状態になります。室内が暖房などで乾燥するとのどの粘膜が弱ってしまい、風邪を引きやすくなります。水分をこまめに摂取すること、部屋の湿度を高く保つことや、マスクをしてのどを保湿することなどが効果的です。

しっかり風邪を予防して、この冬を元気に過ごしましょう。



教えてドクターQ&A



【質問】

最近老眼のせいなのか、書類や新聞などは顔から遠くに離さないとピントが合いません。スマートフォンでニュース記事を読むのもつらいです。一度眼科にかかったほうがよいでしょうか。(40代男性)

おっしゃるとおり、手元のモノを見るときに遠くに離さないと見えないという症状は、老眼の初期症状と思われます。さらに年齢を重ねると、遠くに離してもはっきり見えなくなります。

目の組織の中で、レンズの働きをしているのが「水晶体」です。近くを見たりする際には、水晶体の厚みを厚くしたり薄くしたりしてピントを「調節」しています。加齢とともに水晶体の弾力性が低下して硬くなると、近くを見るときに必要な調節ができなくなります。これが「老眼」です。

水晶体の老化は10代から始まっていますが、一般的に40歳を過ぎる頃から調節力が低下し、ピントが合わせにくくなるという自覚症状が現れてきます。そして65歳頃には、調節力はなくなります。

目の調節機能が衰えた状態で無理して近くを見続けることは、眼精疲労の原因になります。老眼による症状がある場合は、老眼鏡を使用する、スマホやパソコンの字の大きさを拡大する、休憩する、眼鏡の度が合っているか確認するなど目の負担を軽くし、うまく付き合っていく必要があります。

また、老眼以外にもドライアイや緑内障、斜視など、他の疾患が原因のこともあるので、症状があるようでしたら、一度眼科での検査をお勧めいたします。

(旭労災病院 眼科部長 丹羽 慶子)

～市民公開講座について～

令和2年2月8日(土)に新病院5階会議室で当院糖尿病内分泌内科部長による「老化についてー老化はどこまで防止できるのかー」の公開講座を行い、多数の市民の皆様にご参加頂きました。今後も毎月実施予定としております。予約不要、参加無料となっておりますのでぜひご参加ください。なお、詳細につきましては、当院ホームページ (<http://www.asahih.johas.go.jp/index.html>) 又は、院内掲示をご覧ください。

～新病院外来駐車場工事について～

令和2年6月のグランドオープンに向けて、現在、旧病院の建物を取り壊し工事が行われています。

工事期間中、患者の皆様には多大な御迷惑をお掛けしてまいりましたが、駐車場完成後は約200台の外来患者さん専用駐車場となります。

加えて、現在は使用禁止となっている正面玄関も完成し、患者用駐車場から病院内までの動線が格段に良くなります。

また、併せて病院バスやタクシーなどが正面玄関前に乗り入れることが可能となるロータリーも利用開始となります。



～クリスマスコンサートについて～

令和元年12月9日（月）に当院1階医事課前ロビーにて、毎年恒例となっているピッコロマンドリーノの皆さんによるギター・マンドリンクリスマスコンサートを開催しました。

当日は、多くの患者さんが参加され、クリスマスソングメドレーを初め、季節感たっぷりの演奏が行われ、とても素敵な時間を過ごすことができました。



【編集後記】

気が付けば1月も終わり、現在も日本開催のラグビーW杯の盛り上がりが続いているようですが、いよいよ2020年夏オリンピック・パラリンピックの東京開催まで半年を切り、56年ぶりの自国開催ならではの盛り上がりを実感できる暑い夏が期待されます。

当院の2020年の大きな出来事としては、昭和35年6月27日に開設し本年6月に開院60周年の節目の年を迎えます。引き続き、地域の住民から信頼される病院として急性期医療を提供してまいります。

また、同月に増改築工事は終了し、今までご不便をお掛けしておりましたが、駐車場から正面玄関までフラットに整備され利用者の利便性の向上を図ります。新しい病院として生まれ変わりますので、スポーツの祭典であるオリンピック・パラリンピックと同様にご期待ください！

なお、発刊にあたっては、当院の広報委員会を中心に紙面作りに取り組んでおりますが、一人でも多くの方々に読んでいただけるよう頑張りますので何卒よろしくお願ひします。

(事務局長)