



尾道市立市民病院理念

尾道市立市民病院は、信頼される安全で
質の高い医療を提供し、市民の皆さまの健康を守ります。



副院長あいさつ

副院長兼看護部長 かわむら 川村 みか 美香

皆様、こんにちは。副院長兼看護部長の川村美香です。

平素より、尾道市立市民病院の診療、運営、そして看護部の活動に関しまして、多大な御支援と御協力をいただき、誠に有り難うございます。

2021年7月、1年の延期を経て『東京オリンピック2020』が開催されました。コロナ禍の中、開催の是非が問われギリギリまで議論がなされた結果、たくさんの工夫と人々の努力のもと無観客での開催となりました。現地での観戦を楽しみにされていた方もいらしたのではないのでしょうか。オリンピックの舞台上で躍動するアスリートの姿に、感動を覚え、そしてまた頑張っていこうという活力とすることができました。

その一方で、新型コロナウイルス感染者数の推移に一喜一憂する状況が続いています。終息の見えない中で、感染を予防しながら日常生活を送る「Withコロナ」にどう取り組み、この難局をどう乗り越えていくのかを問われているのではないかと感じております。そのような中、当院におきましても様々な感染対策を講じ対応しております。そのため皆様には、不自由な思いやご不便をおかけしておりますことをお詫び申

上げますとともに、当院の取り組みに対しご理解、ご協力いただいておりますことに感謝申し上げます。

看護部においては、これまでも市民の皆様が安心して生活できるための地域医療と看護はどうあるべきか、地域のニーズは何であるかを考えてきました。患者さんを生活者として捉え、住み慣れた地域において、その人らしく、最期まで安心して暮らすことができるよう支援していくことに主眼を置き看護することを心がけてきました。また入院されることでADL（日常生活動作）が低下しない、させない看護の展開と患者さん自身がどうしたいのかを自ら決定する「意思決定」を支援できるよう、医療者として倫理的視点をもち、看護することを心がけています。

今後も院内外問わず、多職種との連携を密にして、協働しながら患者さんの思いに寄り添っていけるよう努力して参ります。そのためにも自律した看護師を育成し、当院の理念でもあります「信頼される安全で質の高い医療を提供し、市民の皆様の健康を守ります」が実現できますよう尽力していきたく思います。

今後とも、変わらぬご指導と御鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

体外衝撃波結石破碎装置が新しくなりました

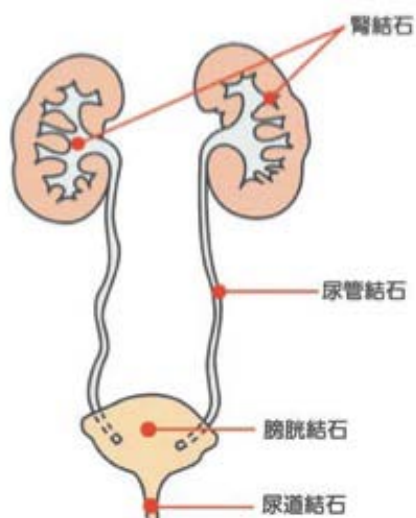
尾道市立市民病院では腎・尿管結石に対して体外衝撃波による結石破碎治療（ESWL）を行って来ましたが、2021年1月に最新型のESWL装置「DELTA III」を新たに導入しました。「DELTA III」では、旧機種に比べて結石破碎の効率が向上し、焦点合わせのためのX線透視装置の操作性が改善されるなど、これまで以上に確実な治療が可能となります。



尿路結石とは？

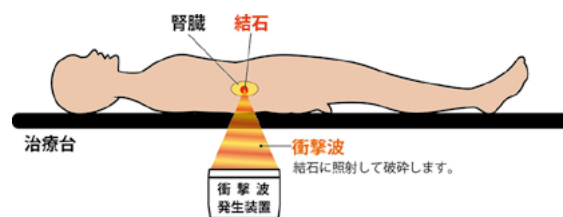
腎臓から尿管・膀胱・尿道に至る尿の通り路に結石ができる病気で、食生活の欧米化にともない増加しています。

こうした尿路結石の大部分は腎臓で作られます。約8割は小さいうちに尿と共に自然に排出されますが、残りの2割は腎臓や尿管などに留まったまま大きくなり、腰や腹部の激しい痛み・血尿などの原因となります。放っておくと腎臓の機能が低下することもあります。



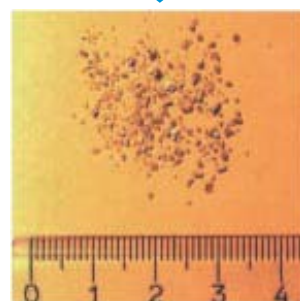
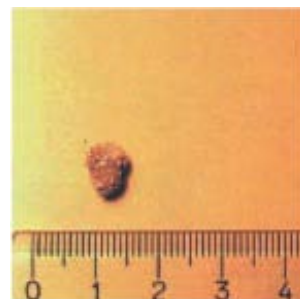
外衝撃波結石破碎治療（ESWL）とは？

音波の一種である衝撃波を体の外から結石に向けて照射し、筋肉や他の臓器を傷つけることなく結石のみを細かく砕きます。細かく破碎された結石は尿と共に自然に排出されます。簡便さと安全性から、レーザーによる内視鏡治療とともに尿路結石治療の主な選択肢となっています。



治療の特長

1. 皮膚を切開しません。
2. 治療中の痛みは軽く、麻酔が不要です。
3. 大きな合併症はほとんどありません。
4. 日帰り治療が可能です。



当院ではESWLと内視鏡治療を使い分けてそれぞれの方に尿路結石の最適な治療を提案しています。治療をお考えの方はご相談いただければ幸いです。

『もの忘れ検診』のご紹介

『もの忘れ』身に覚えがあるなって思う方は、早期発見ができるよう検診を受けてみませんか？



『もの忘れ検診』についてのご紹介

～MRI検査の画像を使って診断できます～

【実施日時】

月～金曜日（祝日は除く） 16：00～
1時間程度（問診30分、MRI検査30分）

【対象者】

50歳以上の方でMRI検査を受けられる方
※手術などをして体内に金属がある方、閉所恐怖症の方などはMRI検査ができない可能性があります。

【検査料金】

30,710円(税込み)
人間ドックと併用の場合 25,580円(税込み)

【検査内容】

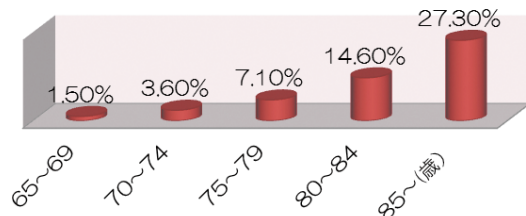
- ・脳MRI検査
- ・臨床心理士の問診
- ・血液検査

※後日、診断結果はお知らせします



85歳以上の4人に1人が認知症

■認知症高齢者（65歳以上）の年齢別出現率

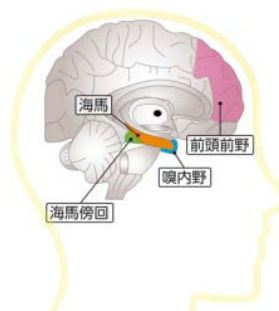


「老人保健福祉計画策定に当たっての痴呆老人の把握方法等について」
平成4年2月 老計第29号、老健14号

超高齢社会が進む中、認知症は急増し、介護を含め社会問題になっています。認知症にはさまざまな種類があり、中には早く気づいて治療をすれば治せる可能性が高いものもあります。その中の代表的な症状はもの忘れですが、加齢によるもの忘れと間違えられやすく、初期症状を見逃す恐れがあります。

もし早期発見・治療することができれば患者さんだけでなく、介護など家族やその関係の方の生活にも貢献できる可能性があります。

もの忘れ検診ではMRI画像とVSRADという解析ソフトを用いて記憶に関する部分である海馬傍回の萎縮の程度を調べることで早期アルツハイマー型認知症の診断支援を行います。



【お問い合わせ先】

尾道市立市民病院 健診科
電話(0848)47-1155

認定看護師紹介

慢性心不全看護認定看護師
まさき みき
正木 未来

心不全とは心筋梗塞や弁膜症などで心臓が悪いために息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり生命を縮める病気です。日本では心疾患は悪性新生物(がん)について死亡原因2位となっています。平均寿命が伸びて高齢の心不全患者も増加しています。

心不全の発症・増悪を予防するためには食事や運動などの生活調整がとても重要になります。しかしこれまで過ごしてきた生活を変えることは容易な事ではありません。また高齢の心不全患者さんは老化に伴う身体機能や認知機能の低下で生活調整がうまくできず入退院される方が増えてきています。

私は2013年に慢性心不全看護認定看護師の資格を取得し、循環器内科外来を中心に患者さんへ支援を行っています。今回は、慢性心不全看護認定看護師についてご紹介します。

【慢性心不全看護認定看護師の活動】

認定看護師は「ある特定の分野において熟練した看護技術と知識を有する者として日本看護協会が認定した看護師」をいいます。患者や家族への水準の高い看護の実践や看護職に対する指導・相談が主な役割です。

私は「心不全患者さんの苦痛や不安を少しでも軽減し、患者さんらしさを大切に地域で生活できる」ことを目指して以下の活動を行っています。

<実践>


広島県全域で使用されている「心筋梗塞心不全地域連携パス手帳」を利用して退院後も患者さんに療養支援を行っています。定期的な情報発信や、患者さんからの相談を受けたり支援を行ったりしています。

<指導・相談>

当院の看護職や近隣の病院・施設などで心不全の研修会を行い、心不全患者さんへの支援の輪を広げています。

体重測定のスズメ

心不全の重症度や治療効果の判定に用いられており、簡便に測定できるため
体重測定は全ての心不全患者で推奨されています



むくみと体重の関係・・・
足背・膝近くまであると **5kg以上増加!**
下肢全体になると **10kg以上増加!!**

数日間で2kg以上の増加は心不全の増悪を意味します

悪くなる前に・・・
毎日、体重測定をしましょう

2021年7月配布 尾道市立市民病院 慢性心不全看護認定看護師



市民病院の認定看護師



オフの日

効果的な手指衛生について

手指衛生は感染予防対策の中で最も簡便かつ重要な対策です。
『手』は汚れがないように見えても、目には見えない細菌やウイルスが付着しています。効果的な手指衛生を行うためには『正しい方法』と『正しいタイミング』が大切です。



手指衛生の方法



手指衛生のタイミング



食事の前に
手指衛生



顔に触る前に
手指衛生



トイレのあとに
手指衛生



家に帰ったあとは
手指衛生



くしゃみや咳のあとは
手指衛生



マスクを外したあとは
手指衛生

効果的な手指衛生で感染の予防をしましょう

作成者：感染管理認定看護師 だいばたけ みつ のり 代畑 光教

「コロナ渦だからこそ、自宅でできる運動を」

新型コロナウイルスの感染拡大を受けて外出自粛やテレワーク（在宅勤務）を続けている方が多いと思います。そうすると、自ずと自宅にいる時間が長くなります。

座りっぱなしの時間が長くなり、身体活動が減ると心身の健康に良くありません。

生活習慣病の発症や悪化、うつ病や認知機能

低下のリスクなどにつながります。

また、感染を予防するという意味でも、座りっぱなしにならないこと、体を動かすことはとても大切です。

今回は、自宅で椅子に座ってできる運動を3つご紹介します。

呼吸を止めずに実施してください。

①足首の運動

つま先をあげる、踵をあげる運動を繰り返し1分間行います。



②膝を伸ばす運動

背もたれにもたれた状態で膝をしっかり伸ばします。

3秒ずつ交互に1分間繰り返します。

膝を伸ばした際、足首も矢印の方向へ曲げるとより効果的です。



③脚を挙げる運動

図のように椅子の端を把持し、脚を挙げる運動を左右交互に1分間繰り返します。

下腹部に力を入れて実施すると腹筋も鍛えることができ、脚も挙上しやすくなります。



ご支援ありがとうございます



新型コロナウイルスの感染拡大以降、様々な企業や個人の方から寄付やメッセージをいただきました。心より感謝申し上げますとともに、いただいた物資は有効に活用させていただきます。



科別診療割表

診療受付時間 午前8時30分から午前11時まで (救急は随時)
 休診日 土曜日・日曜日・祝日・12月29日から翌年1月3日

診療科	科別	月	火	水	木	金	備考	
内科 総合診療科	午前	1 診	水戸川 剛秀 (内科全般)	開原 正展 (腎・高血圧)	水戸川 剛秀 (内科全般)	水戸川 剛秀 (内科全般)	開原 正展 (腎・高血圧)	
		2 診	開原 正展 (腎・高血圧)		藤本 靖郎 (総合診療)		藤本 靖郎 (総合診療)	
		3 診	藤本 靖郎 (総合診療)	長澤 紗詠子 (糖尿病)		大城 勝 (消化器内科)	長澤 紗詠子 (糖尿病)	
		4 診			長州 晶子※1 (リウマチ・膠原病)	山脇 泰秀 (総合診療)	山脇 泰秀 (総合診療)	※1 予約制
	総診1							
	午後		検診	検診	検診	検診		
			長澤 紗詠子 (糖尿病)	高橋 快旺※2 (糖尿病)	山脇 泰秀 (総合診療)	長澤 紗詠子 (糖尿病)	※2 予約制	
呼吸器内科	午前	片岡 幹男	片岡 幹男	片岡 幹男	角南 良太	角南 良太		
	午後			禁煙外来※3	検査		※3 禁煙外来14:30から	
消化器内科	午前	1 診	大城 勝	宮部 欽生	河合 良成	河合 良成	宮部 欽生	
		2 診		平岡佐規子※4				※4 予約制
	午後	検査	検査	検査	検査	検査		
循環器内科	午前	1 診	山田 大介	小林 博夫	高村 俊行	高村 俊行	小林 博夫	心臓リハビリテーション外来 (月・水・金)15:00~16:00
		2 診	小林 博夫					
	診察				ペースメーカー外来※5		※5 第1・2木曜日 14:00から	
	午後	検査	心カテ	経食エコー	心カテ	経食エコー	心カテ	
	血管診療センター	検査	検査・診療	検査	検査	検査		
脳神経内科	午前		岡本 美由紀※6				※6 予約制	
	午後							
外科 (肛門科)	午前	1 診	川真田/小野田	村田 年弘	川真田 修※7	小野田 正	村田 年弘	※7 予約制
		2 診		上塚 大一		川真田 修	下田 篤史	
		3 診		岡野 由佳	上塚 大一(肛門科)			
	午後	手術	検査	手術	検査	手術		
		(ストーマ外来)※8					※8 第2・4月曜日	
血管外科	午前		越智 吉樹		越智 吉樹			
	午後	手術		手術		手術		
乳腺外科 (乳腺外来)	午前	大谷 悠介(予約)				下妻 晃二郎(予約)	9:00~12:00	
	午後	大谷 悠介(予約)						
整形外科	午前	1 診	廣岡 孝彦(予約)	藤井 淳一	廣岡 孝彦(予約)	藤井 淳一	廣岡 孝彦(予約)	
		2 診						
		3 診	藤井 淳一	迫間 巧将	迫間 巧将	渡邊 益宜	岡田 幸正	※9 渡邊(第1・3・5金曜日)
		4 診	渡邊 益宜	岡田 幸正	井上 博登	井上 博登	渡邊/藤井※9	※9 藤井(第2・4金曜日)
		5 診		装具	手術	手術	手術	
	午後	手術		手術	手術	手術		
形成外科	午前		高須 未織					
	午後		高須 未織					
小児科	午前				井上 直樹(予約)			
	午後							
小児外科	午前							
	午後							
脳神経外科	午前	1 診	土本 正治	西 和彦	岡 哲生	土本 正治	岩戸 英仁	
		2 診						
	午後	検査	手術	検査	手術	検査		
		土本(頭痛外来)					14:00から	
産婦人科	午前	新患再来	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一	大村 裕一	
	午後	検査	手術	検査	検査	検査		
			予約外来		予約外来			
皮膚科	午前	榎野 かおり	榎野 かおり	榎野 かおり	榎野 かおり	榎野 かおり		
	午後	検査	手術	手術	検査	検査		
泌尿器科	午前	1 診	大枝 忠史	三井 将雄	杉本 盛人	杉本 盛人	大枝 忠史	
		2 診	杉本 盛人	大枝 忠史	三井 将雄	大枝 忠史	川野 香	
	午後	検査	手術	検査	手術	検査		
耳鼻いんこう科	午前	診療あり	診療あり	診療あり		診療あり	広島大学病院より	
	午後		弓井(睡眠時無呼吸外来)					
眼科	午前					舘見 久恵	午前のみ	
	午後							
放射線科	午前	画像診断	土橋 一代	土橋 一代	土橋 一代	土橋 一代	土橋 一代	
		治療		吉尾浩太郎(予約)				
	午後	画像診断	画像診断	画像診断	画像診断	画像診断	予約制	
					勝井 邦彰(治療)			
歯科口腔外科	午前	吉田 明弘	吉田 明弘	手術	吉田 明弘	吉田 明弘		
	午後	口腔外科	口腔外科	口腔外科	口腔外科	手術	予約制	
リハビリテーション科	午前			吉原 大貴				
	午後			田中 芳幸			予約制・診療日が祝日の場合は火曜日	

専門外来のご紹介(予約制)

- 月 曜 : ストーマ外来(第2・4)/頭痛外来
- 火 曜 : 睡眠時無呼吸外来/炎症性腸疾患専門外来
- 水 曜 : 禁煙外来(毎週)
- 木 曜 : ペースメーカー外来(第1・2週)
- 金 曜 : 乳腺外来(午前)

