

志摩病院ニュース

SHIMA HOSPITAL NEWS

12月号
vol.292

心不全について知っていただきたいこと

内科医師 丸井伸行

1 心臓の働き

心臓は、握りこぶし大のサイズで胸の真ん中にあります。よく左胸を指す方がおられますが、胸の真ん中の平らな骨の真下にあります。心臓の先端が左下を向いているので、左にあると思われることも多いです。心臓は毎日およそ10万回ぐっと縮んで（収縮して）全身と肺に血液を送っています。肺で酸素を受け取った血液を全身に送るのが仕事です。

2 心不全とはなんですか？：「収縮不全」と「拡張不全」

心臓の働きが悪くなって症状が出て、それが進むと命に関わってくる状態のことを「心不全」といいます。
収縮不全：心臓がぐっと縮めなくなった「収縮不全」の場合は、血液を全身に送ることができません。心臓の壁は筋肉でできていますから、その筋肉の力がなくなるとちょうどゴムが伸びた状態と同じになります。力がなくなるのでより長く引っ張らないといけない状態になって心臓が大きくなります。いわゆる「心肥大」をきたして、胸のレントゲン写真でも心臓が大きくなります。元気な心臓は小ぶりなのです。
拡張不全：もう一つの心不全の仕組みは、心臓のしなやかさが失われて起こる心不全です。心臓の収縮がよくてもしなやかに心臓が広がってもとに戻らないと、返ってきた血液が心臓に入り切らないであふれてしまいます。このしなやかさを失った状態を「拡張不全」といい、高齢の女性に多い状態です。

3 心不全の症状は？

心臓の収縮不全でも拡張不全でも、心臓に血液が戻りにくくなり心臓から血液があふれて肺や全身にむくみがでできます。それによって心臓から負担を受ける肺の症状として息切れがおこり、さらに負担が進むと心臓に血液が戻りにくくなり足のむくみがでたり、肝臓や胃腸もむくんで消化も悪くなり食欲も落ちます。心臓から血液を十分送り出せないで手足が冷たくなったり、尿の出が悪くなったり、血圧が下がったりします。このうち最初の症状が動いたときの息切れです。普段あまり動かない人でも家の中で息切れが強くなったり、さらに夜寝ているときに息切れが起こったりすると、至急病院を受診する必要があります。注意深く体重を測っていると、足のむくみが出る前に普通の体格の方でしたら2-3kg体重が増えていることが多いです。これは体重が増えたのではなく、すべて「体にたまった」むくみです。

4 どうしたら心不全とわかるの？

診察室では症状を確認し聴診器などを使った診察を行って診断します。心電図、胸部レントゲンに心不全の診断に役立つ血液検査、さらに心臓の大きさや心臓の中の構造と動きを直接観察する心臓超音波（エコー）検査を行います。

5 心不全の原因になりやすい病気って？

高血圧、糖尿病、弁膜症など心臓の動きに直接影響する病気が長年に渡って進んできた場合が多いです。次に心筋梗塞、狭心症など冠動脈という心臓を養っている血管がつまったり、狭くなったりしておこる病気があります。さらに不整脈のために心不全になる方もおられます。

6 心不全の治療は？

原則は心不全の原因となった病気の治療が必要です。最も多い原因として高血圧、糖尿病、不整脈、心筋梗塞、狭心症の治療を行い、同時に心不全症状を改善する薬剤を使用して治療を行います。症状が強いときは入院して点滴治療が必要です。それ以上に症状が強くと自分の力では呼吸が難しいときは一時的に機械の力を借りて半強制的に酸素を吸っていただくような処置も必要になります。

心不全は一時の症状がよくなれば、また自分の生活に戻れます。その際に大切なことは塩分管理や薬の内服をしっかりと行うことです。自分の生活の管理がとても大切であることをご理解ください。



特定技能外国人看護助手が活躍中!!

ベトナム出身の特定技能外国人が入职しました。

当院では今年、ベトナム出身で特定技能外国人※のジェップ ティジェウさんとドーテイ トーロアンさんの2名が入职しました。彼女たちは、ベトナムで日本語と介護の勉強をして日本語試験N3(日常会話ができる程度)を習得してから5月に来日しました。6月から3病棟(地域包括ケア病棟)で看護補助者としてスタッフと一緒に患者様のケアや環境整備、レクリエーションなど日々活躍してくれています。これから仕事をしながら日本語と介護の勉強を継続し、3年後の介護福祉士の国家資格取得を目指して一生懸命頑張っています。入职から5か月が経ち、少しずつ仕事にも慣れて患者様やスタッフと日本語で楽しく会話することも増え、笑顔で頑張っている2人の姿に患者様からもあたたかいお声をかけていただいています。彼女たちが、日本の生活や職場に慣れて楽しく過ごしていけるようスタッフ一同全力でサポートしたいと思います。皆様には何かとご迷惑をお掛けする場合もあるかと思いますが、温かい目で2人の成長を見守っていただければ幸いです。

※「特定技能外国人」は「特定技能制度」の在留資格を持っている外国人のことで、「特定技能制度」とは、特定産業分野において人手不足に対応するために、一定の専門性・技能を有し即戦力となる外国人に与えられる在留資格です。



多職種研修会・交流会に参加しました

11月10日(金)地域の医療・福祉・介護職を対象とした研修会に参加しました。「入院患者の栄養管理」(講師:小河管理栄養士)をテーマに講義を行い、当院の嚥下訓練食や栄養補助食品を実際に見ていただきました。

講義後は、管理栄養士2名・言語聴覚士2名がグループにそれぞれ入り、専門職の皆さんと栄養や嚥下に関する意見、情報交換を行いました。施設での食事や栄養管理について多くのやり取りがあり、在宅の情報も教えていただくことができました。今後もこうした交流の場に積極的に参加したいです。



民生委員・児童委員さんを対象とした研修会を開催しました

地域のために活動中の民生委員・児童委員さんに医療や健康について学んでいただこうと、11月7日(火)と11月9日(木)の2日間、志摩市・鳥羽市・南伊勢町の民生委員・児童委員さんを対象として研修会を開催しました(会場は当院)。病院ボランティアさん等も含めて2日間で70名ほどの方にご参加いただきました。

7日は、①「薬」に関して西井貴由記薬剤師(鳥羽志摩薬剤師会)、②「心臓の病気」について森将之医師(内科)が話しました。9日は、③「食事・便秘・不眠」に関して西井貴由記薬剤師(鳥羽志摩薬剤師会)、④「大腸がん」について浜地真美子医師(外科)が話しました。どのテーマも身近な内容だったため、参加者からは「たくさん勉強ができた」「1回だけのつもりが、良かったので2回とも来た」などの声が聞かれました。



11月号掲載写真の誤りについてのお詫び

前月号2ページ目の多職種研修会と出前講座の写真が入れ替わっておりました。お詫びいたします。

令和5年度第6回糖尿病教室のおしらせ!

日時 12月26日(火) 13時30分~(受付は13時~)
場所 第一会議室(外来棟地下1階)

参加費 無料

テーマ 「自分の足を大切にしていますか?」

講師:看護師



当日どなたでもご参加いただけます。ぜひ来てくださいね!



各部署紹介

各部署紹介(8病棟)

私たちが所属している8病棟は50床の精神科急性期病棟です。統合失調症やうつ病などの精神疾患を持つ患者様や認知症の患者様が入院しています。精神症状の増悪で生命の危機にある患者様や、社会や家庭での生活に支障をきたした患者様を受け入れ、適切な治療を受けることで、早期にもとの生活に戻れるよう支援をしています。

また、入院生活の中で季節を感じながら楽しめるように作業療法士と協同しながら、花見会や夕涼み会、運動会、クリスマス会などのレクリエーションを実施しています。患者様も非常に楽しみにしており、普段の入院生活では見られないような表情や一面を発見でき、楽しい時間となっております。

8病棟では経験のある看護師から若手看護師まで個性豊かなメンバーが楽しく働いており、患者様とともに退院に向けてのゴールを共有し、医師、薬剤師、理学・作業療法士、医療ソーシャルワーカー、地域の医療機関と連携し、それぞれの専門性を活かしたカンファレンスを実施することで、患者様の社会復帰や安心して退院後の生活に戻っていただけるよう最善の看護を提供しています。



2024年度 三重県立志摩病院 薬剤師募集要項

- 1. 募集職種** 薬剤師(正職員)
- 2. 応募資格**
 - ・薬剤師の資格を有する方
 - ・令和6年3月に薬剤師 資格取得見込の方
- 3. 応募方法**
 - ① 資格を有する方 …… ・履歴書 ・薬剤師の免許証(写)
 - ② 令和6年3月卒業見込みの方 …… ・履歴書 ・卒業見込み証明書 ・成績証明書
- 4. 試験日** 随時
- 5. 選考方法** 書類選考後、面接試験
- 6. 勤務時間**
 - ・日 勤 : 8時30分~17時00分 実働7.75時間(残業あり)
 - ・当 直 : なし(オンコール体制)
 - ・休 日 : 日曜日を除くシフト制
- 7. 待遇**
 - ・給 与 : 規定により支給
新卒入社5年目のモデル給与: 276,000円(基本給+地域人材手当)
※有資格者は経験値加算あり
 - ・賞 与 : 4.0ヶ月/年(R4年度実績)
 - ・その他 : 交通費、住居手当、家族手当等支給
 - ・休暇制度: 年次有給休暇、夏季休暇、時間休暇制度あり
- 8. 書類提出先及び連絡・照会先**

〒517-0595 志摩市阿児町鶴方1257番地
三重県立志摩病院 事務部 中井 ☎0599-43-0501
※郵送の場合は「採用試験応募書類在中」と朱書きして下さい。
- 9. 施設見学及び説明会**
 - ・施設見学及び説明会については、随時行っておりますので、お気軽にお問い合わせ下さい。



● 外来担当医表

(令和5年12月1日現在)

科名		月	火	水	木	金
内 循環器内科(紹介制) 緩和ケア内科(紹介制)		///	///	///	山下 (内科・予約)	山際(12月22日) (緩和ケア内科)
		榊原 (内科・初診)	加藤 (内科・初診)	伊藤 (内科・初診)	中尾 (内科・初診)	佐藤 (内科・初診)
		森 (内科・初診)	///	丸井 (内科・初診)	担当医 (循環器内科・予約)	丸井 (内科・初診)
		野村 (内科・再診)	///	河北 (内科・予約)	担当医(12月14・28日) (内科・初診)	///
		///	///	///	担当医(12月14日) (内科・予約)	///
脳神経内科(紹介制)		///	///	///	真鈴川(12月21日) (予約)	///
外 ※乳腺外来・甲状腺外来併設 (月・水・木・金)、(月・水・木)		勝峰	李	根本	勝峰	浜地
		武井	手術日	///	根本 (消化器科/外科・再診)	吉川 (乳腺外来)
形成外来		///	///	///	三井(予約)	///
脳神経外科		///	亀井(12月5・19日) 受付11:00まで 診察10:00~	宮(12月13・27日) 受付11:00まで 診察9:30~	///	///
小 児 科	午前 (急性疾患外来)	///	大学医師	梨田	堀	///
	午後※ (予約:慢性疾患・予防接種・ 乳児健診)	///	大学医師 受付13:00~15:00	梨田 受付13:00~15:00	堀 受付13:00~15:00	///
※小児科午後診療(急性疾患外来)は、場合により応需しておりますので電話にてお問い合わせください。						
産婦人科	午前	中島	中島	中島	中島	中島
	午後 受付13時~15時	中島	中島	中島	中島	中島
	午後	///	助産師外来(要予約)	///	///	///
整形外科	初診/ 予約外	石黒	牧野	受付11:00まで 市立伊勢総合病院 吉田(12月6・20日) 市立伊勢総合病院 塚本(12月13・27日)	手術日	市立伊勢総合病院 浅野 (12月1・15日)
			里中 (12月5・19日)			田島
	再診	田島(予約)	石黒(予約)	竹原(予約)		牧野(予約)
泌尿器科		塚本	塚本	加藤(桃) 受付11:00まで	塚本	※1 景山(12月1・15日) 杉野(12月8・22日)
眼科		前田	前田(初診のみ) 受付11:00まで	前田	前田	前田
のこ 外こ 来る	午前	再診 初診 (予約のみ)	松山	岡田	病棟診察日	岡田
	午後		松山	岡田		岡田
皮膚科		///	波部 受付11:00まで	///	北川 受付11:00まで	///
漢方内科・ 漢方皮膚科	午前	古橋	///	古橋	///	古橋
	午後 受付13:00~15:00	古橋	///	古橋 受付13:00~15:00	///	///
耳鼻咽喉科		///	///	///	伊勢赤十字病院医師	///

※土・日・祝日は休診日です。(///印は、休診日)

※受付時間は8:00~11:30までとなります。

※1 泌尿器科の金曜日は担当医が変更となる場合があります。

※助産師外来は毎週火曜日午後となります。(事前予約必要)

※予約の診療につきましては、各科外来にお問い合わせください。

※医師の都合により、休診または変更となる場合がありますので、各科にお問い合わせください。

※このころの外来・形成外来の初診は完全予約制となりますので、事前予約が必要です。

※耳鼻咽喉科では、身体障害者手帳交付のための指定医による身体障害者診断書・意見書の作成は行っていません。

※小児科ではエピペンの処方を行っていません。

編集後記

早いものでもう年末が近づいてまいりました。クリスマスなど冬のイベントが楽しみです。寒い日が続きますが、手洗いうがいなど対策を万全にして、冬を楽しく乗り切っていきましょう。

ペンネーム ゆきだるま

