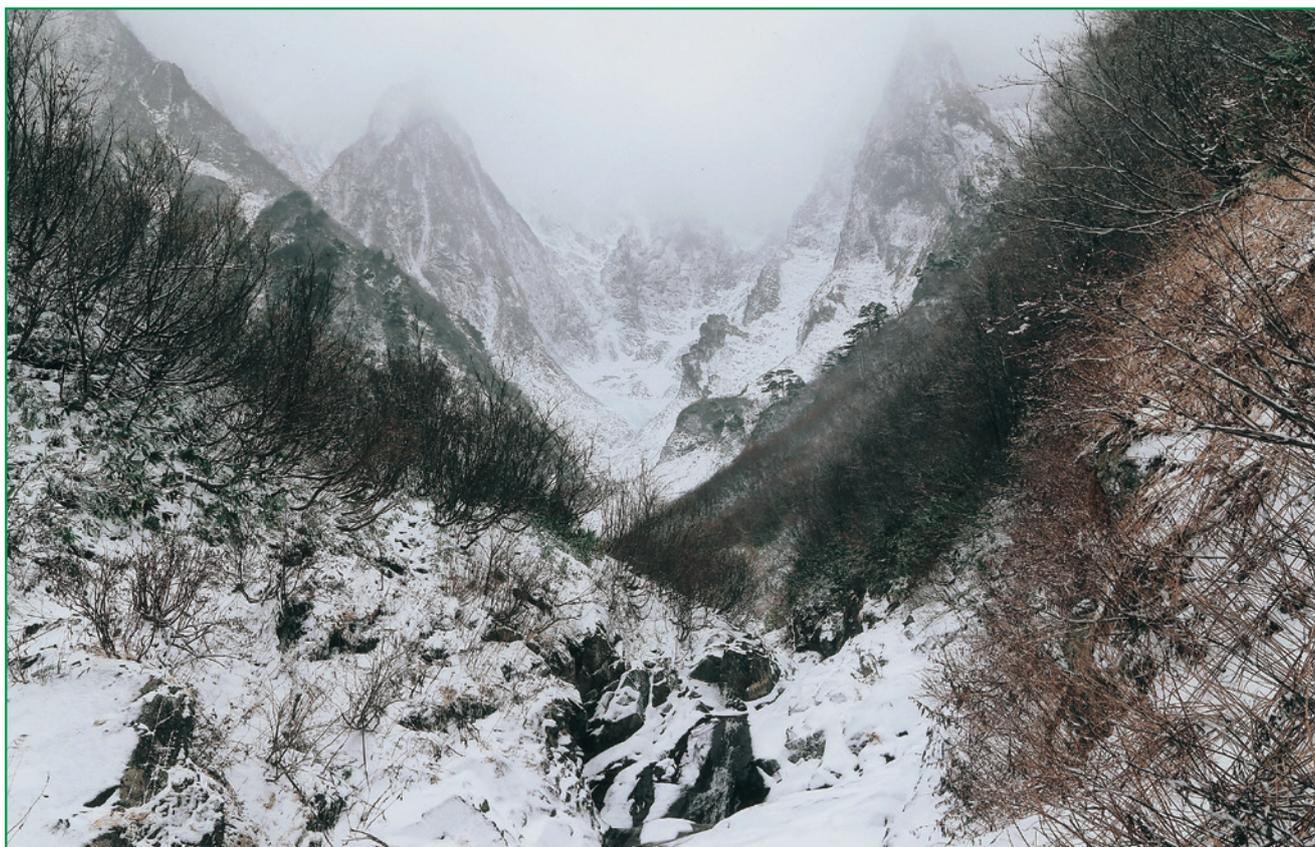


# NHO沼田病院だより

National Hospital Organization Numata National Hospital



谷川岳「一ノ倉沢」

## 理 念

- 基本理念** 心のもった質の高い医療を行う病院
- 基本方針**
- 1 患者さんを中心にチーム医療で臨みます。
  - 2 患者さんの心に通うサービスに努めます。
  - 3 患者さんに信頼される健全経営を目指します。

## 行 動 姿 勢

- 1 現 場 主 義 — 現場に戻ろう！
  - 2 実 績 主 義 — 隠れた実績を大切にしよう！
  - 3 患 者 中 心 主 義 — 患者の立場で考えよう！
  - 4 チーム医療 — お互いに助け合おう！
- 自分の意見をはっきり言おう！  
相手の意見をしっかりと聞こう！

## 行 動 指 針

政策医療と地域医療の実践

# 年頭の御挨拶



院長 前村 道生

新年明けましておめでとうございます。

昨年は当院にとって大きな出来事が二つありました。一つは以前から計画はあったもののなかなか着手に至らなかった新病棟の建築工事がいよいよ始まったこと、そしてもう一つはしばらく不在であった整形外科常勤医を迎え入れることができたことです。両者とも私が院長に就任した当初からの念願であり、実現に当たってお力添えを戴いた皆様に深く感謝申し上げます。

新病棟整備計画は費用的な面から折り合わず、しばらく頓挫していました。しかし沼田利根地域における昨今の医療情勢を踏まえ、以前から当院の医療機能の充実を望んでいた群馬県から要望書をいただき、それを受けた独立行政法人国立病院機構本部のご配慮で漸く実現の運びとなりました。県や地域をはじめ関係の皆様のご尽力の賜物だと感じております。更新するのは病院全体ではなく、病棟および手術室となります。3月いっぱいではほぼ工事が終了する計画で順調に進行しており、ゴールデンウィーク頃の引っ越しを予定しております。現在工事に伴って病院駐車場が非常に手狭となり、御来院の皆様には大変ご迷惑をおかけしております。この場を借りて深くお詫び申し上げますとともに、もう少しの期間ご容赦下さい。なお今回更新できなかった外来や検査部門は今後も従来の施設を使用しますが、できるだけ早期のこれら部門の更新に向けて努力してゆきますので、次なる目標として皆様のご支援を引き続きお願い申し上げます。移転後は患者さんにより快適な入院生活を過ごしていただけることと思っておりますが、器を新しくすると同時に中身にも一層の磨きをかけて、職員一同新たな気持ちで業務に取り組んでゆきますので、今後ともご指導のほど宜しくお願い申し上げます。

整形外科常勤医が不在となって以降、外傷患者さんに対応する当院の体制は決して満足できるものではありませんでした。地域の高齢化率上昇に伴い通院中の患者さんの高齢化が進み、当院かかりつけの方が骨折など整形外科的外傷を受傷する機会が増えてきました。しかし自己完結できず、治療のため他院へご紹介せざるを得ない事態を本当に心苦しく、そして不甲斐なく感じておりました。今後こうした事態を徐々に解消して行きますが、確保できた一人の整形外科常勤医だけではまだ十分とは言えません。マンパワー不足を補えるように院内体制を整備し、外傷患者さんにより充実した対応ができるよう努力してゆきますので、今後ともご支援のほど宜しくお願い申し上げます。

当院は今まで急性期の医療を提供してきました。消化器科、循環器科、呼吸器科、糖尿病、消化器外科、乳腺外科、放射線治療、小児科、整形外科の各専門医を有し、特に消化器疾患や癌の治療では今後も地域の中核として活動してゆきます。またこれと並行して、一昨年より始めた地域包括ケア病床を充実させ、回復期患者の受け入れにも力を入れてゆこうと思っております。今年も予定させておりますが、2年ごとに行われる診療報酬改定に合わせて病院を変えてゆこうとは思いません。病院の機能やその存在意義は制度に合わせるものではなく、地域の医療事情、医療構想に合わせるものだと信じております。その意味からも、当院では救急や急性期、回復期患者のスムーズな受け入れ、そして特に消化器疾患や癌に対する質の高い診療、こういったところを地域から与えられた当院の使命として、ぶれることなく継続して取り組んでゆきたいと思っております。地域の皆様に支持されるよう、そして患者さんに対して安全で心のかもった医療が提供できるよう、職員一同努力してゆきます。今年も宜しくお願い申し上げます。

# 新病棟建設の進捗状況

院長 前村 道生

平成27年9月号の「沼田だより」の紙面上にてお知らせしました、新病棟建築の進捗状況第3弾です。

7月から始まりました新病院の躯体コンクリート工事は、12月現在4階建ての屋上まですべての打設を終えました。

今までのところ工事は、工程どおり順調に進んでおり、今後は建物の外壁、配線・配管、内装工事へ移行していきます。これまでのコンクリート打設のような色味が無い世界から、少し現実的な私たちにもイメージしやすい「建物」の世界へと進んでいきます。これに伴って外壁や壁紙・床の色選びをはじめ、照明・水回りなど設備関係、外壁に設置する病院名サイン等、直接目にする様々な部分の選択や確認作業が始まっています。みなさんが安心して治療に専念できるように華やかさや豪華さではなく、病院本来の落ち着きと安らぎの療養環境を提供できるようなイメージを持って進めております。

工事は折り返し地点を通過しました。これから先は、大雪をはじめ工事の滞りが無いことを祈りつつ、新緑の季節には新しい病棟でより良い医療を提供できるよう、職員一同準備を進めております。完成までの間、今しばらくお待ちください。



3階まで組み上がり、迫力が増してきました。  
(2015.11.6)



屋上までコンクリートが打ち終わりました。  
(2015.12.4)



何の部屋になるのでしょうか…正解は3階の病室と左手にナースステーション。(2015.12.4)



西側（フレッセイ方面）から見た、現在の新病棟の様子。  
(2015.12.15)

# 研究検査科の紹介

臨床検査技師 入澤 美穂

研究検査科では、大きく2つに分けて検体検査と生理検査を行っています。検体検査では、血液や尿、便など患者さんから取り出した試料（検体）について、そこに含まれる成分や細胞の形、数などを調べる検査です。生理検査では、心電図をはじめとする心機能検査や、肺機能検査、聴力検査、超音波検査など患者さんの身体を直接調べる検査です。

今回は、生理検査の心電図検査についてご紹介します。心電図検査は心臓の働きを検査する項目の一つです。心臓は外からの刺激が無くとも自ら電気信号を出すことのできる細胞群があり、はじめに働くものを洞結節と言います。この洞結節から電気信号が送られ、心筋細胞が次の細胞へと電気を伝えていくことによって心筋が興奮し、心臓が収縮したり拡張したりします。心臓を動かす一連の電気信号を波形にしたものが心電図波形です。

心電図波形は、P波、PQ時間、QRS波、ST部分、T波、U波から成り立っています。

P 波：心房（心臓を4つの部屋に分けた時の上2つの部屋）が収縮した時の波形

PQ時間：心房から心室（心臓を4つの部屋に分けた時の下2つの部屋）まで電気信号が伝わっていく時間

QRS波：心室が収縮した時の波形

ST部分：収縮した心房がもとに戻ろうとしている時

T 波：心室が拡張している時の波形

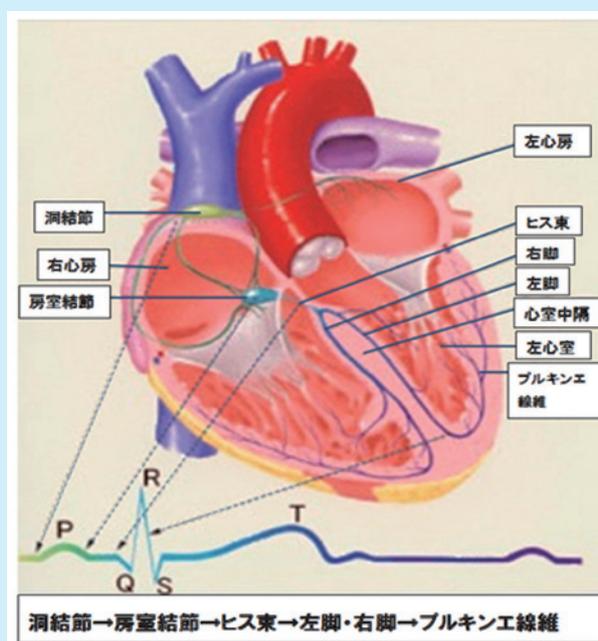
U 波：未だに意味の分かっていない波形

このP波～T波までの波形の形や時間の長さを見ることで、心臓の動きについての病気が分かります。

例えば、不整脈や心筋梗塞。一度は耳にした事があると思います。不整脈は電気信号が間違った伝わり方をしたり、途中で電気信号が障害されて

しまった時に起こる脈です。不整脈には様々な種類があり、致命的な不整脈もあります。心筋梗塞は心臓に栄養を送っている血管が詰まり、その先に血液が送られていない状態で、命に関わる病気です。心電図では、心臓のどの場所で心筋梗塞が起こっているか、過去に心筋梗塞になったことがあるかも分かります。

心電図は簡便ですが、大切な情報が得られます。胸がおかしいな、痛いと思ったら、我慢せずに病院へお越し下さい。



# 外来紹介

## 外来 副看護師長 後藤 千枝

当院の外来は、内科、外科、小児科、循環器科、放射線科をはじめ、6月からは整形常勤医師が着任し、全20科を看護職員16名、外来クラーク3名で対応しております。

巡回診療においては、昭和50年にへき地中核病院の指定を受け、へき地医療の拠点病院として、月4回22箇所の地域を巡回し診療を行い、患者さんの生活状況の把握と、診察時の体調管理、生活指導などを行っています。

平成20年度に開設された外来化学療法室も8年目を迎え、担当看護師を1名配置し、外来での治療が安全で快適に行われ、安心して患者さんに治療を受けてもらえる環境を整えています。

外来の看護では、糖尿病の患者さんを対象としてフットケア外来を行っており、足の状態を観察評価し、足浴、爪切り、靴の選択への指導などを行っています。また、呼吸器外来に受診の患者様に対して看護相談外来を実施し、在宅酸素を行っている患者さんへ酸素状況や来院時の状態を把握しながら、日常生活の相談に応じています。足の事や在宅酸素のことなど、ご心配なことがありましたら何でもお気軽にご相談ください。

外来職員一同、思いやりのある対応を目指して日々努力しています。さらに、外来の課題である“診察の待ち時間”に対して、患者さんの声を反映し出来る限りの対策を講じ改善に努めています。沼田病院へ来て良かったと思って頂けるよう精一杯笑顔で頑張っていきたいと思っております。

### 巡回診療車



### フットケア外来



# 利根沼田地域 新型インフルエンザ等対応訓練

感染予防対策室 感染管理認定看護師 七五三木 聡一

新型インフルエンザは、毎年流行を繰り返してきたインフルエンザウイルスとウイルスの抗原性が大きく異なる新型のウイルスです。ほとんどの人が新型のウイルスに対する免疫を獲得していないため、世界的な大流行となり、大きな健康被害とこれに伴う社会的影響も考えられます。平素より、新型インフルエンザ発症に備え、訓練を通しシステムの評価・修正を行う必要があります。本訓練は、利根沼田保健福祉事務所が中心となり、感染症第2種指定医療機関である当院、利根沼田医師会などが参加し新型インフルエンザ発生・流行に備え、例年実施しているものです。

今年度は、韓国において感染が拡大した「中東呼吸器症候群（MARS）」対策をテーマとして実施しました。沼田市在住の男性が海外より帰国後自宅で発症し、かかりつけ医を受診し、かかりつけ医から保健所へ、保健所から消防、当院へと連携を図る設定でした。訓練を進めていく中で、地域での連携体制を迅速に図ることが、感染拡大防止には重要であることがそれぞれ再認識され有意義な訓練となりました。

当院は、地域において感染対策の中心的役割を果たすべく、職員一人、一人が正しい知識を持ち、必要な準備を進め、実際に新型インフルエンザが発症した際に、適切に対応できるように取り組んでいきたいと思えます。



# リレーフォーライフジャパン2015ぐんま

庶務係 町野 瞬

昨年10月17日に群馬県では3回目の開催となる「リレーフォーライフジャパン2015ぐんま」に参加してまいりました。



今回も沼田市のゆるキャラ「まっくん」が当院のお手伝いに来てくれたので、当院の出店ブースの周りは大盛況でした。



リレーフォーライフはがん啓発運動の一環として、一般の方も参加ができるイベントです。興味を感じた方はぜひ一度足をはこんでみてはいかがでしょうか。

# 総合消防訓練実施

庶務班長 林 正彦

平成27年11月18日に利根沼田広域消防本部から3名の立ち会いの上、総合消防訓練を実施しました。出火想定場所は2階病棟で、参加した職員は皆真剣な表情で訓練は無事終わりました。



当該病棟の建物での訓練は今回が最後

となりますので思い出深いものがありますが、来年度は新病棟での総合消防訓練となる予定であります。新しい建物でも現在と変わらない防火体制を担って行きたいと思っております。



# こんな食習慣なら安心

栄養管理室長 今井 千恵子

1日3食、きちんと食べられない原因は、必ず生活習慣の中にあります。これを改めることが先決です。

## ●難しいことを考えすぎない

長年慣れ親しんだ食習慣を改善することは難しいもの。最初から難しいことを考え過ぎないことがコツです。

「適量」「栄養バランス」が大切といっても、毎日約45～50種の栄養素について過不足をチェックしたり、食品重量を計算するのは大変です。その点、主食・主菜・副菜の組み合わせによる料理選択方式を活用すると便利です。外食でも家庭料理でもコンビニ食でも一目で栄養バランスがチェックできます。

## ●生活行動を修正する

食習慣は、ライフスタイルや人間関係、ストレスなどと密接につながっています。食習慣が乱れる原因に次のような要因がないかチェックしてみましょう。

**ストレス**：ストレス食いやドカ食いにつながりやすいので、食事以外のストレス解消法を見つけましょう。

**外食依存**：適量で栄養バランスのとれた外食を続けるのは大変。昼食をお弁当に変えるだけでも充実します。

**酒**：アルコールは脳神経を麻痺させ、食生活の乱れの原因に。つまみのカロリーも大変です。週に2～3日の休肝日を。

**仕事**：接待などで暴飲暴食を続けているとやがて高価なツケを払うことに。3回の食事は仕事と切り離しましょう。

**夜型生活**：夜食や夜遅い食事、高脂肪の夕食、食後すぐ眠る、テレビを見ながら飲み続けるといった夜型生活は肥満の温床。翌朝は食欲もなく、悪循環に。

**あれば食べる**：余分な食料、酒やつまみ、スナック菓子は買い置きしない、すぐ手の届く所に置かないことです。

参考文献「栄養の基本がわかる図解事典」成美堂出版



# 花粉症と薬

薬剤師 小林 亮太

## ①症状のメカニズム

私たちの体には、「免疫」というしくみがそなわっています。これは体内にウイルスや細菌などの異物が入ってきたときに「抗体」がつくられ、外敵から身を守ろうとする異物を排除する働きをもっています。ところが、普段、食べ物や花粉など私たちの体に害を与えない物質に対しても「有害な物質だ！」と過剰に反応して、攻撃をし過ぎる結果、不快な症状を引き起こしてしまうことがあります。それが「アレルギー」です。本来は体を守るはずの反応が、過剰に反応してしまうアレルギー反応に変わります。花粉症はアレルギーの一種で、主にくしゃみ、鼻水、目のかゆみなどを引き起こします。花粉症の原因としてはスギ花粉が一番多く、花粉症患者の7割といわれます。スギ以外にもヒノキ、シラカバ、ハンノキ、ケヤキ、コナラなどの樹木、またカモガヤ、ブタクサ、ヨモギなどの草花の花粉も花粉症を起こすことが知られています。スギ花粉は主に2月～3月にかけて多く飛散しますが、花粉症の種類によっては1年中症状が出てしまう人もいます。

## ②治療薬

薬物治療として花粉症を引き起こす「ヒスタミン」や「ロイコトリエン」といった物質を抑える薬が主流になります。ヒスタミンを抑える薬には第1世代と第2世代があり、効き目は第1世代の方が強いのですが、副作用として眠気などが出ることが多く、最近ではほとんど第2世代が使われることが多いようです。お薬は患者さんの状態を見ながら種類や用法、用量などを決めていきます。また症状によって1種類だけではなく複数の薬を併用していくこともあります。



# 地域医療連携室だより

地域医療連携係長 田中 敦子

## <医療従事者研修会が開催されました>

去る10月28日、沼田市内のホテルベラ・ヴィータにて、当院主催のがん診療連携拠点病院強化事業「医療従事者研修会」が開催されました。

群馬県立健康科学大学大学院教授の佐々木浩二先生より「放射線治療における医学物理士・放射線技師の役割」についてご講演いただきました。

がん治療の3本柱（外科療法・放射線治療・化学療法）としての放射線治療の有利な点、目的、照射方法、リスクマネジメントについての講義に参加された方達は、興味深く聞いておられました。

また、放射線治療機器は多機能で高度に進化しています。現代の放射線治療が成り立っている背景には、事故等のリスクを低くするための品質管理のシステム化、品質管理をする人材、医療チーム連携の確立が必要であることを学びました。



## <市民公開講座のお知らせ>

テーマ：「老化」を科学的に考える

開催日時：平成28年2月27日（土） 13：30から15：00

会場：沼田市 ディラン

講師：新潟大学大学院医歯学総合研究科循環器内科教授

日本抗加齢医学界理事 南野 徹 先生

費用：無 料

ヒトのがんの発生や予防・コントロール、食生活、認知症など、医療や生活全般に広く関わる重要なテーマとなっている「老化」について、最新の研究に携わっておられる先生の講演です。

事前申込は不要です。直接、会場へおこしてください。

ご興味のある方のご参加をお待ちしております。

お問い合わせ：沼田病院相談支援センター（地域医療連携室）

TEL.0278-25-7017

## 沼田病院の外来受診のご案内

### 1. 外来診察の受付時間は8:00～11:30です。

午後は小児科のみ 14:30～16:30 に受付を行っております。また、検査・手術・特殊外来等の予約患者さんに対応しております。

### 2. 土・日・休日・夜間の受診について

土・日・夜間は、緊急性のある患者さんに対応しています。

特に、夜間は患者さんの状態に応じ、重症な方を優先して診察をしていますのでご了承ください。

体調不良を感じましたら、早めに受診されることをお勧めします。

### 病院ボランティア募集

あなたのやさしさを、あたたかいふれあいを、あなたの助けをお待ちしております。

#### \*\*\*\*活動内容\*\*\*\*

#### ○外来での総合案内

診療科・検査科・放射線科への案内、車椅子介助、診療申込書等の代筆、受付機の取り扱いなど

#### ○植木・花壇の手入れ

#### ○入院患者さまの話相手、朗読

#### ○芸能、音楽など

#### \*\*\*\*問い合わせ先\*\*\*\*

地域医療連携室 MSW 小淵(おぶち)まで

### 看護師募集

ゆったりと、思いやりのある看護を志す方を求めています。

#### 1. 看護単位：

病棟(3) 手術・中央材料室 外来

#### 2. 看護方式：

固定チームナーシングと受持看護を併用

#### 3. 勤務体制：

4週8休 3交替制

#### 4. 卒後教育：

クリニカルラダーに沿った充実した経年別教育

詳しい内容についての問い合わせは  
看護部長室 まで

## 編 集 後 記

新年あけましておめでとうございます。

年齢とともに一年の経過が早くなっていくように感じます。

新しい明日を日々一歩一歩前に向かって進んでいきたいと思えます。

まだまだ寒い日が続きますが、健康に気をつけて過ごしていきましょう。

栄養管理室長 今井 千恵子

# 外来診療担当医師一覧表

平成28年1月現在

診療科	診療日	月	火	水	木	金	土
総合内科1	午前	飯塚(光)	飯塚(圭)	高橋(新患のみ)	内科医師	根岸	
総合内科2	午前	迫	武井	飯塚(光)	桑原	高橋(新患のみ)	
総合内科3	午前	松井(綾)	林	根岸	武井	林	
小児科	午前	湯原・(高橋)	高橋・(湯原)	湯原	高橋・(湯原)	湯原	
	午後 14:30~16:30	湯原・(高橋)	(検査のみ)	湯原	(予防接種)	湯原・(高橋)	
総合外科1	午前	戸谷	前村	岩波	岩波	外科医師	
総合外科2	午前	生方			戸谷		
整形外科1	午前 ~11:00	—	喜多川	塩澤	—	—	
整形外科2	午前	森本	森本	森本	森本	—	
泌尿器科	午前	伊藤(完全予約制) (4日・18日)	—	—	—	—	
婦人科	午前 ~10:45	—	—	—	松井(啓) (7日・21日)	—	
眼科	午後 13:15~	米谷(予約制) (25日)	—	—	—	—	
放射線治療科	午前	見供(新患)	見供(再診)	見供(新患)	見供(再診)	—	
	午後		阿部				
画像診断科	午前	—	松田	—	朝永	—	島田
	午後						

# 専門外来診療一覧表

※は、基本的に予約又は紹介

診療科	診療日	月	火	水	木	金	土
内科(肝臓・消化器)			大山 13:30~15:30				
消化器科外来	※14:00~16:00 (完全予約制)			※14:00~16:00 (完全予約制)			
乳腺・内分泌外来				14:00~16:00	※臨時休診の場合もあるため、お手数ですが、乳腺内分 外来を受診希望の方は事前に当院までご確認ください。		
糖尿病外来					※今村 9:00~11:30		
フットケア外来	※13:00~15:00						
喘息・アレルギー呼吸器外来			久田 26日 (完全予約制) 14:00~16:00			大崎 (完全予約制) 14:00~16:00	
循環器内科外来	※林(完全予約制) 13:00~16:00			※林(完全予約制) 13:00~16:00		※飯塚(完全予約制) 14:00~16:00	
心臓血管外科外来				月1日(群大Dr) 14:00~16:00			
肝臓外来						※飯塚(圭)(完全予約制) 14:00~16:00	
看護外来						※外来看護師 13:00~16:00	
がん看護外来	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00	10:00~15:00		10:00~15:00	
セカンドオピニオン外来	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
緩和ケア外来	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
リハビリテーション	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
ストーマ外来	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
糖尿病教室(無料)	14:00~15:00	11:00~12:00	11:00~12:00	11:00~12:00	15:00~16:00	11:00~12:00	
内分泌外来	※根岸 14:00~16:00						

■□ 上記のほか臨時に休診・代診となることがありますので **1F外来ホールの掲示板** をご確認ください ■□

※健康診断をご希望の方は、10:30までにご来院ください。

診療時間 午前8:30~午後5:15

診療受付時間 午前8:30~午前11:30 (予約の再診及び専門外来を除く)

診療日 月曜日~金曜日(祝日、12月29日~1月3日は除く)

面会時間 全日午後1:00~午後8:00 ご面会の方はスタッフステーションで病室をご確認の上ご面会ください。

# 交通案内図

●JR上越線をご利用の場合

沼田駅	関越交通バス (大清水・鎌田・川場行き)	国立病院前	徒歩2分
沼田駅	関越交通バス (沼田市保健福祉センター行き)	終点	徒歩3分

●自動車をご利用の場合(関越自動車道)

沼田I.C 車で5分

沼田病院



当院が所在する地域の尾瀬の「水芭蕉」を图案化したもので、中央に沼田病院を英字で表示した。(テーマ: 地域に根づく医療)