



第42号

平成29年9月1日発行

NHO沼田病院だより

National Hospital Organization Numata National Hospital



尾瀬沼大江湿原

理 念

基本理念 心のこ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 ャ 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聞こう！

行 動 指 針

政策医療と地域医療の実践

発行／独立行政法人国立病院機構 沼田病院 群馬県沼田市上原町1551-4

TEL0278-23-2181 (代) FAX0278-24-1819 URL <http://www.numata-hosp.jp/>

感染予防対策室（ICT）の活動

感染予防対策室 副看護師長

感染管理認定看護師

七五三木 聡 一



感染症の原因となる「ウイルス・細菌」などは、場所を選ぶことなく存在しています。

私達は、この見えない「ウイルス・細菌」などから、患者さん・患者さん家族・職員を守るために活動しています。メンバーは、各部署・多職種から選出され、定期院内巡視、アウトブレイク時の対応、感染対策研修会の計画・実施、新型インフルエンザ訓練などを行い、「みんなで取り組む感染対策」を実践すべく活動しています。

当院感染対策の大きな柱は、「手指衛生」となります。標準予防策のひとつである手指衛生を実施することは、インフルエンザ・ノロウイルス・食中毒などから私達を守り、患者さんを守ります。米機関や英機関から発表されている「2050年スーパー耐性菌の感染拡大」の脅威を防ぐためにも「手指衛生」の遵守徹底は不可欠となります。ひとりひとりの職員が意識を持って「手指衛生」に取り組めるように、今後も啓蒙活動を実施していきたいと考えています。

国内では少子高齢化の進む現在、2025年を目途に住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築が進められています。このシステムが円滑に運用できるように、私達感染予防対策室は、沼田利根医療圏にある7病院の感染予防対策チームと連携し地域における感染対策の標準化を進めています。

7病院参加で行うカンファレンスでは、感染拡大を地域全体で防ぐ考えが浸透し、積極的な意見交換を行っています。こうしたカンファレンスを重ねる中、医療分野だけではなく介護分野を含め、感染対策を実施していくことが重要であると考え、一昨年より介護施設を含めた教育研修を実施しています。吐物処理演習では、参加者からの活発な意見もあり有意義な研修になったと感想を頂いています。

医療・介護を含めた感染対策の標準化は、地域の方々へ安全・安心な医療・介護を提供するには不可欠なことと考えています。感染予防対策室として当院、地域での役割を認識しメンバー個々が切磋琢磨し、より良い感染防止対策活動が実施できるように取り組んでまいります。



27年度 沼田利根ICT感染対策研修会より



28年度 吐物処理実践演習より

診療科紹介（糖尿病内分泌内科）

副院長 根岸 哲夫



糖尿病、高脂血症等の生活習慣病とバセドウ病や橋本病等の甲状腺疾患の診断と治療を主に行っています。糖尿病は予備軍を含めると5人に1人と言われる時代で自分が糖尿病であることに気づいていない人もいます。健康診断で糖尿病が疑われる場合は、症状がなくても正常か予備軍か糖尿病かの診断を受けることが重要です。のどが渇く、体が疲れやすい、体重が減った等の症状は、糖尿病の可能性あります。糖尿病をきっかけに思いがけない病気（膵臓癌）が見つかる場合もあります。当院では糖尿病の症状に応じて食事療法、運動療法、薬物療法を行ったり、入院でインスリンを導入したりしています。様々な合併症の有無について腹部エコー、CT、頸動脈エコー、心臓エコー、血圧脈波検査、眼底のチェック、フットケア外来による足病変のチェック等を行っています。“たかが糖尿病、されど糖尿病”です。早い段階での受診、治療をお待ちしています。

甲状腺については、血液検査で甲状腺のホルモンや抗体を調べ、バセドウ病や橋本病等の診断治療を行っています。腫れやしこりが疑われる場合はエコー検査や針生検を行い良性悪性の判断を行っています。手術等が必要な場合は内分泌外科に治療を依頼しています。甲状腺の病気について不安があれば、まず、受診していただき検査をお勧めします。



職場紹介（外来）

外来看護師 中里 範子

現在当院の外来では、内科・外科・整形外科・小児科・泌尿器科・婦人科・眼科・放射線科の診療を行っています。そして、利根沼田地域の救急患者対応も積極的に行っております。また当院の特色としまして、地域のへき地医

療を担い、月に4回巡回診療車を走らせ、地域住民の健康管理、健康維持のサポートをしています。その他の特色として、専門外来（フットケア外来・がん看護外来・ストーマ外来）を行い、専任看護師によるきめ細やかなケアの充足を図っています。住民の方々が、地域で安心した日々の生活を送って頂ける事を目指し、外来看護師一同励んでおります。

近年、生活習慣病（高血圧・脂質異常症・糖尿病など）に罹る患者数は増大する一方です。実際当院外来においても、生活習慣病に関連した疾患により通院されている患者さんは増加傾向にあります。そのため今回、当外来でも積極的に行っている、糖尿病ケアにスポットライトを当て紹介させていただきます。当院では、曜日により講義内容は異なりますが、医師・看護師・薬剤師・栄養士が連携し、月曜日から金曜日に「糖尿病教室」を実施しております。糖尿病は進行させないことが大切となりますので、糖尿病についての理解を深めて頂く一環として行っています。糖尿病教室は、当院に通院される患者さんであれば無料にて受講して頂けます。また、栄養士による個別栄養指導や、先ほど紹介させて頂きました糖尿病患者さんに対するフットケア外来も行っております。フットケア外来では、足の観察から始まり、爪切り・足部マッサージ・セルフチェック方法など患者さん一人一人に合ったケア方法を提供しています。糖尿病教室・フットケア外来・栄養指導をご希望される方は、診察時に医師にご相談ください。

私たち外来看護師一同、地域の皆さんの支えとなれるようこれからも努めて参りますので、どうぞよろしくお願い致します。



《糖尿病教室》

曜日	時間	講義内容
月	14時～15時	日常生活について1 （看護師）
火	11時～12時	糖尿病とは （医師）
水	11時～12時	日常生活について2 （看護師）
木	15時～16時	薬について （薬剤師）
金	11時～12時	食事について （栄養士）

※祝日は休みになります

七夕コンサート



沼田病院ボランティア委員長 櫻井 益代

七夕には一足早い7月4日「ロイヤルハワイアンズ」の皆様を迎え、沼田病院ボランティア委員会主催の七夕コンサートを行いました。ロイヤルハワイアンズの皆様は、今年も8名の方々がおそろいのアロハシャツで颯爽と登場し、アンコール曲を含め全部で9曲、歌と演奏を披露してくださいました。最後に定番の「アロハオエ」を全員で合唱した際には、演奏者と会場が一つになったような印象でした。会場を後にした、患者さんからは「久しぶりに生で演奏を聴けて良かった」、「気持ちが沈んでいたけどハワイアンを聴けて気が晴れ晴れした」、「良い気分転換になった」などの感想が聞かれました。

また、「七夕コンサート」ということで、会場の飾り付を工夫しています。各職場からは、数日前より準備をした力作の七夕飾りを持ち寄ります。患者さんやそのご家族の方々にも、短冊に願い事を書いて頂きます。コンサートの直前にボイラー技士長が「フレッシュなのが一本あるとステージが引き立つから」と届けてくれた青々した笹が見事に、引き立てていました。

みなさんの願い事が叶うように祈っています。

紙芝居がやってきた

専門職 小泉 重則

夏の日差しが厳しくなってきた7月21日金曜日、「利根沼田読み聞かせの会」にお越しいただき、3階病棟談話室に於いて紙芝居を演じていただきました。

紙芝居は「かりゆしの海」・「にじになったきつね」・「花ぬのむすめ」等、読み手の物語の展開、登場人物になりきった感情を込めた話し方に、患者さん・当院職員はお話の世界に引き込まれていました。スマホ・ゲーム等普及する中、懐かしくもとても新鮮な気持ちになりました。

患者さん・当院職員も一緒に楽しい時間を過ごさせていただきました。「利根沼田読み聞かせの会」のみなさまに感謝申し上げます。



子ども御輿の来訪について

庶務係長 平山 裕士

8月3日から5日まで沼田市では、毎年「沼田祭り」を開催しています。お祭りの一環として、今年もかわいい子どもたちが元気の良いかけ声と共に、真夏の日差しの中おみこしを担ぎ当院にやってきました。

子どもたちは病院で準備していた、冷たい麦茶やスイカ、アイスを頬張りつかの間の休息を楽しんでいました。



つかの間の休憩を終えると子どもたちは元気な声で「わっしょい！わっしょい！」元気なかけ声と共にゴール地点の沼田市役所へ向け去って行きました。

駐車場や病室からおみこしを見ていた入院患者さんたちからも「子どもたちから元気をいただいた」という声が多く聞かれました。

9月も残暑が厳しいかと思いますが、子どもたちに負けずに活気のある沼田病院をこれからもよろしくお願いいたします。



薬剤科だより

薬剤科 小川 真代

錠剤のおはなし

くすりはそれぞれの用途や目的に合わせて形を変えて作られています。もっともよく利用される錠剤も細かく分けるとたくさんの種類があります。今回は特殊な加工が施された錠剤をいくつかご紹介しようと思います。

～こんな工夫の錠剤がある～

・口腔内崩壊錠（OD錠：Orally Disintegrant）

ものをうまく飲み込めない人や、水分を制限されている場合でも飲みやすいように、唾液や少量の水で溶けるように作られた錠剤です。OD錠とも呼ばれます。

商品の例：ランソプラゾールOD錠（胃潰瘍のくすり）

・チュアブル錠

かみ砕いてこまかくしてから、唾液で溶かして飲む錠剤です。

商品の例：デノタスチュアブル錠（低カルシウムのくすり）

・舌下錠（ぜっかじょう）

舌の下にくすりを入れて、飲み込んだり、かみ砕いたりせず、唾液で自然に溶かします。口の粘膜から直接吸収されるため、効果の発現が1～2分と早いのが特徴です。急速な効果を期待する狭心症発作時のくすりなどに用いられています。

商品の例：ニトログリセリン舌下錠（狭心症のくすり）

・バッカル錠

舌下錠と似ていますが、有効成分を口腔粘膜からゆっくり吸収させる錠剤で、くすりを歯と歯茎の間（バッカル部位）にはさみ、飲み込んだり、かみ砕いたりせず、唾液で自然に溶かして使用します。

商品の例：イーフェンバッカル錠（がんの痛みのくすり）

こう見るといろいろな工夫がされているのがわかりますね。ご自身の身の周りにも上記のような工夫がされている薬があるかもしれません。探してみてくださいね。

※くすりの飲み方について分からない点がある場合は気軽に薬剤師に相談してください。



栄養管理室だより

栄養管理室 今井 千恵子

水

水は栄養素に分類されていませんが、体内に最も多く含まれる成分で、酸素とともに生命維持のために不可欠です。

特徴 体内の水分量は常に一定

水は、体を構成する成分の中で最も多い割合を占めています。血液をはじめ、皮膚や筋肉、臓器、骨などあらゆる部分に分布しています。

水は、食事や飲料として体内に摂取されるほか、栄養素の代謝過程でエネルギーを発生するときにもつくられます。一方、体内の水は、尿や便、呼吸、汗となって排泄（はいせつ）されます。

体内の水分は、発汗が多いと尿量が減り、水分を多量にとると尿量が増加して、常に一定に保たれるように調節されています。

生理作用 栄養素の運搬や体温の維持に

水は、細胞内液や血液、リンパ液などの成分として、栄養素など多くの物質を全身に運ぶために欠かせません。

また、あらゆる物質の中で最も比熱（物質1gの温度を上げるのに必要な熱量）が大きく、外気温の影響を受けにくいので、体温の保持に役立っています。

体表に存在する水分は、皮膚の乾燥を防ぐ働きをしています。

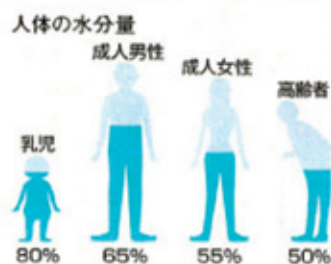
不足 のどがかわくのは水不足のシグナル

体重の約1%の水分が失われると、のどがかわき、不足を補うしくみが働きます。また、極度の発汗、下痢、嘔吐（おうと）、出血など水分が多量に失われると、頭痛や食欲不振、脱力感などの脱水症状が起こります。水分が体重の10%ほど失われると、筋肉のけいれんや意識の混乱を起こし、腎（じん）機能が失われ、20%以上では生命にかかわってきます。



子どもの脱水症状は生命のSOS

もし水分をまったくとらなかったら数日間後には死に至るように、私たちにとって水分は必要不可欠なものです。特に、水分の含有量が多く新陳代謝が活発な乳幼児の場合は、暑い中で汗や蒸発によって水分が失われると容易に脱水症状を起こし、命にかかわる危険な事態を招くことがあるので、炎天下ではくれぐれも水分補給を忘れないことが大切です。



参考文献：「栄養の基本がわかる図解辞典」成美堂出版

地域医療連携室だより

地域医療連携係長 青山 千里

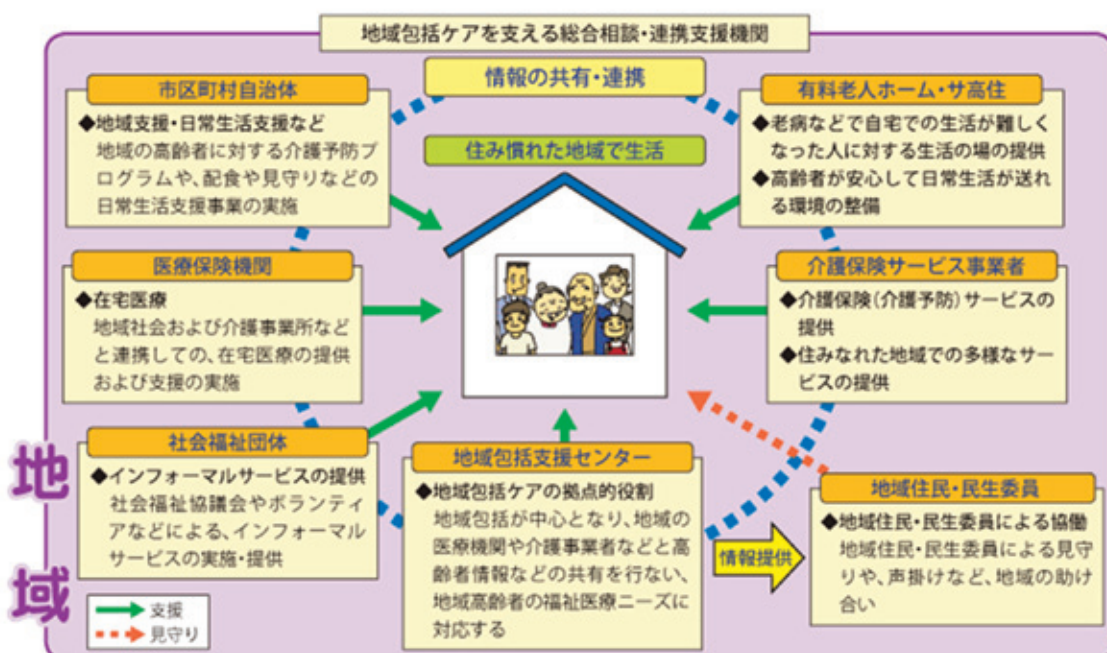
地域医療連携室は、患者さんを中心に考え、患者さんやそのご家族がより良い医療・介護・福祉を円滑に安心して受けていただけるよう、近隣の医療機関の先生方や様々な機関とのパイプ役として業務を行っています。今回は、地域における介護相談の最初の窓口となる「地域包括支援センター」についてご紹介します。

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた自宅や地域で生活できるように、サポートをしてくれます。専門職員として社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーが配置され、主に「総合相談」「介護予防」「包括的・継続的ケアマネジメント」「権利擁護」などの業務を行ない、多面的な支援を実施します。

市町村に1カ所以上設置することになっていますが、定数に決まりはなく、市町村によっては10カ所以上配置している所もあります。（複数の市町村が広域連合を組織し共同で設置する場合もあります。）

利根沼田地域は各市町村1カ所ずつ配置されています。介護サービスや保健福祉サービス、その他、日常生活支援など様々な機関との連携の中心となって総合的に高齢者やその家族の生活を支援しています。

医療・介護・福祉の事で、困ったことがありましたら沼田病院地域医療連携でもご相談に応じております。お気軽にご相談ください。



ナースマンに聞いてみた

第1回



かつては女性の職場と言われた看護師も現在では多くの男性看護師が活躍しており、沼田病院でも看護師全体の2割近くが男性看護師です。

そんな輝ける当院のイケメンナースマン(?)に「いままでのこと」「これからのこと」「職場環境について」「後輩に対して」等お聞きしました。

今回が初めての掲載ですが、今後もシリーズ化し、どんどん聞いていきたいと思っています。



4階病棟副看護師長 市川 裕教

現在、4階病棟で副看護師長をしています。看護師になったきっかけは、患者さんの最も近くで接することができ、また社会に貢献できる職業であると思ったからです。入職時には男性看護師は少なく女性が強いと感じることが多かったですが、男性看護師が増え、様々な経験や体験を共有し看護を行うことができています。職場環境も男性看護師がいると和やかな雰囲気になると言われます。私のポリシーは「患者第一」、「無理ではなくやれる方法を探そう」です。患者さんのことを常に考え行動するように後輩にも指導しています。患者さんと接するために、私たちがストレスを抱えていると良い看護はできません。そのため冬場はスノーボードをし、気分転換を図っています。今後も男性看護師が増えていくことに期待しています。

新任職員紹介



手術室 看護師 中村 郁美

7月1日付で新潟県柏崎市の海の近くにある国立病院機構新潟病院から配置換で参りました。

手術室、外科病棟を経験し、まだわからないこともあるのでご指導よろしくお願いします。

また、初めての新潟県外での生活で慣れませんが、この機会に群馬ライフを楽しみたいと思います。

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****

看護部長室 まで

看護師募集

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：

固定チームナース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：

キャリア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

NHO PRESS～国立病院機構通信～について

沼田病院は、国立病院機構（NHO：National Hospital Organization）という143の病院からなる国内最大級の病院ネットワークの病院です。

国立病院機構（NHO）という病院ネットワークが、どのようなグループでどのような活動をしているのかを紹介する『NHO PRESS～国立病院機構通信～』を発行しています。外来待合等に設置していますので、ぜひご覧になってください。

なお、ホームページに最新号と過去のを掲載していますので、そちらもぜひご覧になってください。『NHO PRESS』で検索してください。

NHO PRESS

検索



QRコード

編集後記

子ども御輿の子どもたちの元気なかけ声と共に8月が終わっていきました。

季節は秋へと移っていきませんが、9月はまだ残暑があり、暑さと涼しさが交差し体調を崩しやすい季節です。十分に体調に留意してください。

庶務班長 澁澤 宏俊

外来診療担当医師一覧表

平成29年9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) (25日休診)	飯塚(圭)	新患外来10:00~	春日(7日休診)	根岸	
総合内科 2	午前	迫	武井(19日休診)	飯塚(光)(27日休診)	桑原	新患外来10:00~	
総合内科 3	午前	野中	林	根岸	武井(21日休診)	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)	高橋・(湯原)	湯原	高橋	湯原・(高橋)	
総合外科 1	午前	佐藤	前村	岩波	岩波/佐藤/小林	六本木	
総合外科 2	午前	小林			上記3名の内2名が診察を行います。 詳しくはお尋ねください。		
整形外科 1	午前 ~11:00	—	濱野(5日休診)	—	面高(21日休診)	割田 (8日)	
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) (8日・22日)	
婦人科	午前~10:45 午前	—	—	—	松井(7日・21日) 黒住(28日)	—	
眼科	午後 13:15~	米谷(予約制) (25日)	—	—	—	—	
放射線治療科	午前 午後	吉本	—	—	—	—	
画像診断科	午前	—	—	—	若林	—	島田
	午後	—	—	熊坂	—	—	

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)			群大Dr 13:30~15:30				
乳腺・内分泌外来				14:00~16:00 13日・27日休診	※臨時休診の場合もあるため、お手数ですが、乳腺内分 外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			蔵田 5日・19日 9:00~11:30 常川 12日・26日 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		齋藤 10:00~11:30		
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) 29日休診 14:00~16:00	
心臓血管外科外来				20日(群大Dr) 14:00~16:00			
肝臓外来						飯塚(主)(完全予約制) 14:00~16:00	
看護外来					外来看護師 10:00~11:00		
がん看護外来		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	
緩和ケア外来		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	
ストーマ外来		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	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で面会ください。

交通案内図

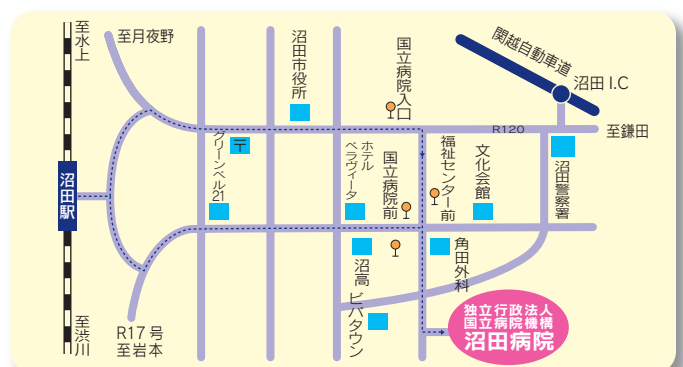
●JR上越線をご利用の場合

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)