

〈健康教室〉

胃がんを予防しよう。 「ピロリ菌治療」が保険適用されました。

広島共立病院 内科部長 西原 一樹 医師



胃がんは、胃の壁の最も内側にある粘膜内の細胞が何らかの原因でがん細胞になり、進行するに従って壁の中に入り込みます。

〈症状〉胃にできるがん細胞はとても小さく、健診で見つかるまでには何年もかかると言われています。そのため、初期では自覚症状がなく、進行すると食欲不振や違和感などを感じるようになります。胃炎や胃潰瘍と区別が付きにくいのが特徴です。

〈原因〉胃がんの原因には食生活や体質、遺伝などいくつかの要因がありますが、ヘリコバクターピロリ菌（以下ピロリ菌）の感染も原因の一つとされています。ピロリ菌は、長い間胃の表面にとどまり、70代で7割、40代～60代で5割の人が感染しているといえます。もちろん、感染している人すべてが胃がんになるわけではありません。感染していても除菌することで胃がんになるリスクを低くする除菌療法が、2月から慢性胃炎にも保険適用となりました。

〈治療〉ピロリ菌検査は、必ず内視鏡での検査を受けることが必須で、胃の荒れ具合をしっかりチェックすることが条

件です。ピロリ菌検査自体は簡単な尿検査で、10分後には結果がわかります。検査の結果、ピロリ菌に感染、慢性胃炎をとまなっている場合に、除菌療法が行われます。除菌療法は、処方された抗生物質を1週間服用するだけです。1回の服用で約70%の方が除菌でき、1回目の服用で除菌できなかった人も、抗生物質を変えて2回目の服用を実施すると約90%が除菌できると言われています。一度ピロリ菌を除菌すると、二度と感染しません。

これまで胃がんは「早期発見」というスタンスで検診が行われてきましたが、そこに「がんになりにくい体を目指す」ことが加わったと言えるでしょう。しかし、今後も胃がん予防はこまめな検診が大切なことに変わりはありません。



新病院
レポート

基礎工事・進入路工事進行中



現在、地盤改良工事と進入路工事を行っています。地盤改良工事は基礎工事の一部で、土とセメントを混ぜて地盤を固めています。この場所に限らず、広島市は河川で運ばれた砂のできた土地（れんそう）ですので、このような工事が必要になります。新病院の建設地は硬い礫層までの軟らかい層が約数mあります。基礎工事のために2mを掘り、さらに3～5mの深さの地盤改良を行っています。

進入路工事は、八木用水を挟んで土手側と病院側にそれぞれ4本の柱を立てて橋を架けていきます。そのため土手市道の交通規制があり、市民の皆様にご迷惑をおかけしております。安川土手市道から病院に入る橋ができる事により、広い道から救急車や一般車両が出入りでき安全性が向上します。工事の方も進入路工事を優先させる事で、工事車両を広い道から出入りさせる狙いがあります。

健康ひと言
アドバイス

食中毒と予防について

食中毒が気になる季節になりましたね。

食中毒を防ぐコツは、普段のちょっとした心がけなんですよ。



感染管理認定看護師
山本 聡美

感染管理認定看護師とは？

山本聡美看護師は、感染管理認定看護師です。認定看護師とは、特定分野での看護を実践・指導し、相談を受けるスペシャリストです。山本看護師は、感染管理の認定看護師として、主に院内感染を予防する広島共立病院全体の感染管理を行っています。

梅雨から夏は特に気をつけたい食中毒

食中毒の原因は、大きく分けて自然毒、化学物質、感染性の3種類になりますが、ほとんどが感染性食中毒といえます。感染性食中毒でよく知られているのがノロウイルス、病原性大腸菌（O157など）、サルモネラ菌、腸炎ビブリオなどで、特にこの冬はノロウイルスの感染が話題になったこともあり、いっそう食中毒が身近になったのではないのでしょうか？

今や、食中毒は年中起こりうるのですが、梅雨から夏にかけては食品が傷みやすいので、食中毒に罹る確率も高くなります。買い物時や調理時など、いつもの生活の中でちょっと意識すれば防げるので、ぜひ実践してください。

6つのポイントを日頃から意識することでしっかり予防！

「食中毒を予防する6つのポイント」が厚生労働省から出されています。

ポイント① 食品の購入	消費期限などをチェック！ 肉・魚はそれぞれ分けて包む、できれば保冷剤(氷)などと一緒	寄り道しないでまっすぐ帰ろう
ポイント② 家庭での保存	帰ったらすぐに冷蔵庫へ！ 入れるのは7割程度に 肉・魚は汁がもれないように包んで保存	停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう 冷蔵庫は10℃以下に維持 冷凍庫は-15℃以下に保持
ポイント③ 下準備	冷凍食品の解凍は冷蔵庫で タオルやふきんは清潔なものに交換 ゴミはこまめに捨てる こまめに手を洗う 肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく	肉・魚は生で食べるものから離す 井戸水は使っていたら水質に注意 野菜もよく洗う 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒
ポイント④ 家庭での保・存	加熱は十分に！(目安は中心部分の温度が75℃で1分以上) 作業前に手を洗う 台所は清潔に	電子レンジを使う時は均一に加熱されるようにする 調理途中で止めたら食品は冷蔵庫へ
ポイント⑤ 食事	食事の前に手を洗う 長時間室温に放置しない	盛り付けは清潔な器具、食器を使う
ポイント⑥ 残った食品	時間が経ち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる 手洗いで、清潔な器具・容器で保存	作業前に手を洗う 早く冷えるように小分けする 温めなおす時は十分に加熱する(目安は75℃以上)

※厚生労働省「食中毒を疑ったときには」より

食中毒は、食材を生で食べると起こりやすくなります。野菜も水洗いすることが大切です。また、調理前後や食事前にはきちんと手を洗うこと。うがいと手洗いは生活習慣にしておくことが、食中毒に限らず健康な生活を送るための基本です。

こんにちは! ご近所ドクター

広島共立病院では、地域の開業医ドクターと連携しながら患者さんをサポートしています。今回は、ご兄妹で地域の医療に尽力されているよりしま内科外科医院です。



よりしま内科外科医院

731-0138

広島市安佐南区祇園6-21-16

TEL.082-874-0020

院長/頼島 敬 先生(写真右)

副院長/渡辺 富美子 先生(写真左)

診療科/外科・内科・
消化器内科・アレルギー科・
放射線科・リハビリテーション科
外来受付時間/
9:00~13:00、15:00~18:00
休日/土曜午後・日曜・祝日

3世代にわたり地元に着してきた信頼のかかりつけ医

- Q.** よりしま内科外科医院は開業されてどれくらいですか？
A. (頼島) 祖父と祖母が昭和3年頃に開業したのが始まりです。それから父、私たち兄妹と3世代が祇園で引き継いできました。祖母は、広島で2番目の女医だったそうです。
- Q.** 地域に対する思いは？
A. (頼島) 3世代にわたって来られる患者さんがいる一方、新しい団地やマンションの方など、若者男女問わず診察に訪れます。どんな方であれ、医師と患者さんが常に対等でありながら、地域のかかりつけ医として頼られる存在になりたいですね。
- Q.** 先生が診察時に心がけておられることは？
A. (頼島) 患者さんの言葉をしっかり汲み取って、私たちに本当に伝えたいことを読み取るように心がけています。
(渡辺) 私は、更年期や介護疲れなど、女性にありがちなストレスからくる悩みや病にも気づけるようにしています。医師というより、同じ女性の目線で接しますね。
- Q.** 広島共立病院との連携は？
A. (渡辺) 入院が必要な患者さんをご紹介したり、逆に手術・退院後、通院リハビリが必要な患者さんを紹介していただいたり、大変お世話になっています。村田院長とも懇意にさせていただいており、今後もさらに信頼関係を深めていきたいと思っています。

薬剤科

お仕事
カルテ



各診療科の業務やスタッフを紹介します。
今回は、入院患者さんに薬を調剤する薬
剤科科長の津島景子薬剤師がナビ!

「顔の見える薬剤師」を目指して、 患者さんとコミュニケーション

広島共立病院の薬剤科では、部長をはじめとする7名の薬剤師と薬剤業務補助者1名が勤務しており、各診療科の医師の処方に基づき、薬を調剤しています。飲み薬だけでなく、注射薬まで扱う薬剤は幅広く、薬の種類も多いので、日々緊張感を持って業務にあたっています。仕事上、心がけて



薬剤科 科長 津島 景子

がけているのは、安全に薬剤を飲んで頂けるようにすること。調剤後は別の薬剤師がチェックし、患者さんにお渡しする際に再度チェックするなど徹底しています。
私たち薬剤科のモットーは「顔の見える薬剤師」です。その一端として、病棟担当薬剤師を設け、入院患者さんの薬が出る度に病室まで持って行き、ご本人、あるいはご家族に作用や副作用などの説明を行っています。1日に何度も病棟を往復することもあります。患者さんから医師には言いにくい薬に対しての要望を聞かせていただいた時など頼

られていることが実感できて嬉しいです。もちろん、患者さんのご要望は医師にきちんと伝えます。常に、患者さんの立場に立った薬剤師でありたいと考えているので、患者さんからの「ありがとう」の一言が、とても励みになります。

チーム医療の一員として、病棟で医師や 看護師と薬を通して治療にあたる

当病院は、入院時には家で服用されている薬を持参してもらい、原則持参薬は全て使わせて頂くという方針をとっています。そのため、持参薬をすべて調べ、わからない場合はインターネットで検索したり、処方元の病院や薬局に尋ねたりして持参薬を確認。その内容を電子カルテに入力。その時、当院での代替薬も入力し、医療スタッフ全員が情報を共有し、有効に活用できるよう努めています。毎日入院があり、持参薬の種類や量も多く、時に膨大な量の薬を持って来られる方もおり、大変な作業になりますが、このような目に見えにくい業務も含め、薬にかかわることは薬剤師の仕事と考えています。

また、新薬が次々と開発されるため、月に1、2回は勉強会を開き、最新の情報を共有するように努めています。

今、病院では「チーム医療」の考え方が浸透ってきて、私たち薬剤師もチームの一員として患者さんの治療に関わっています。新病院では、薬剤師も病棟のナースステーションに常駐し、医師や看護師と一緒に業務にあたる構想があります。今後、薬剤師が患者さんと接する機会も増えると思いますので、お気軽に声をかけてください。



現場 ボイス 研修医

一年目の研修を終えて

2012年度は、2名の研修医が当院での初期研修を希望し入職しました。研修医を迎えるのは実に3年ぶりのことで、医療スタッフや患者さん・地域のみなさんに歓迎され、支えられながら研修を行ってきました。緊張感のある、初々しい姿で病棟・外来を駆け回っていた入職直後からは随分と成長し、優しく落ち着いた対応で、患者さんや医療スタッフからも高評価を頂いています。医師としての基本的な知識や技能を修得するのはもちろんですが、患者の人権を尊重した信頼される医師をめざして2年目の研修に取り組んでいきたいと思いを。よろしくお願いします。

今春も新たに2名の研修医が当院へ!

そして、今春も2名の研修医が当院へ入職しました。2年続けた研修医の入職にスタッフ一同大いに喜んでいました。4月はオリエンテーション研修、5月より指導医の指導の下で本格的な医師研修が開始されました。1年目の研修医の二人もどうぞよろしくお祈りします。



2013年度研修医

- 上田 健人 (うえだ たけひと) 医師、35歳
愛媛県出身 愛媛県大洲高校・島根大学医学部卒業
- 久保田 洋平 (くぼた ようへい) 医師、27歳
広島県出身 鹿児島私立ラ・サール高校・広島大学医学部卒業



トピックス

「建設着工を祝うつどい」を開催!

3月2日(土)小雨の降る午後、300名の参加で新病院の「建設着工を祝うつどい」を開催しました。お祝いに周防猿回しのお猿さんも駆けつけ、拍手喝采で笑顔が溢れました。工事安全祈願のくい打ち式も行いました。



2013年度新入職員のオリエンテーションを行いました!

2013年度の広島医療生協入協式とオリエンテーションを行い、広島共立病院は26名の新しい仲間を迎えました。



いきいき★健康倶楽部開催!

4月25日(木)、今年度第一回は「あなたの体力年齢は大丈夫?」をテーマに、体脂肪や体力の測定などをしました。手軽にできるストレッチを行い、気持ちの良い時間を過ごしました。



毎月第4木曜日に開催しております。お気軽にご参加ください。

地域まるごと健康づくり「健康教室」開催しました!



2013年2月23日

「早期発見が何より…」
『乳がん』事情

高永甲 文男 医師
(広島共立病院副院長 外科)



2013年3月23日

「からだにやさしい…」
最近の外科手術

大田垣 純 医師
(広島共立病院外科部長 外科)



2013年4月27日

「福島の子どもたちと甲状腺がん」
「検診をきちんと受ける。そしてがんを早く見つける」

青木 克明 医師
(広島共立病院健診センター長 外科)

以上、好評のうちに終了しました。

お知らせ

「健康教室」は当院や地域の医療従事者、「いきいき★健康倶楽部」は当院スタッフが講師となり、地域の皆様の健康づくりをサポートします。事前申し込み不要、どなたでも参加できます。お気軽にお問い合わせ下さい。

地域まるごと健康づくり「健康教室」のご案内

●開催場所 安佐南区総合福祉センター
広島市安佐南区中須1丁目38番13号

2013年6月22日(土) 14:00~15:30

『フッ化物・歯磨剤について』

●講師：安佐歯科医師会 山下 哲明氏

2013年7月27日(土) 14:00~15:30

『ピロリ菌について(仮)』

●講師：広島共立病院 内科 三宅 一善 医師

2013年8月24日(土) 14:00~15:30

『計画中』

●講師：交渉中

「いきいき★健康倶楽部」のご案内

●開催場所
広島共立病院7階患者食堂 または
1階 ほっとスペース 心臓リハビリテーション室

2013年6月27日(木) 10:00~11:00

『お口のケアが必要なわけ』

●講師：呼吸器ケアチーム 岡本 貴子(看護師)

2013年7月25日(木) 10:00~11:00

『転ばぬ先の杖 転倒予防体操』

●講師：リハビリテーション科 渡辺 亜依(理学療法士)

2013年8月22日(木) 10:00~11:00

『健康的に美しく食べる工夫(仮)』

●講師：栄養科 福島 千尋(栄養士)

お問い合わせ先／広島共立病院 地域連携室 ☎082-879-1111(代)

理念

患者の人権を尊重した
安全・安心で信頼される医療を実践します

基本方針

- 常に医療水準の向上に努め、質の高い医療を提供します。
- 患者・住民との共同の営みをすすめて、無差別・平等の医療をおこないます。
- 地域での、保健・医療・福祉のネットワークづくりに貢献します。
- 職員教育を重視し、いきいきと成長する専門職を育てます。
- 平和をつくり、社会保障を守り発展させる活動を強めます。



広島医療生活協同組合

広島共立病院



〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目19-6

URL <http://www.hiroshimairyo.or.jp>

TEL.082-879-1111(代)

E-mail kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp