



はしもと 市民病院だより

vol.74



面会禁止

入院患者さんのご家族・関係の方へ

病棟へ入ることはできません



新型コロナウイルス感染症流行に伴い面会を禁止しておりますが、さらなる対策のために、事前予約制で荷物の受け渡しについて、職員が実施するように運用変更いたします。詳細については院内掲示や橋本市民病院WEBを参照ください。

CONTENTS — もくじ —

「けんしん」でひっかかったら ～脂質異常症～	2・3	総合内科紹介	5
初診時の特別の料金の改正	3	当院の災害医療への取り組み/クロスワードパズル	6
新任医師紹介	4	職員募集	7
医師入職・退職のご案内	4	外来診療担当医案内	8



「けんしん」でひっかかったら ～脂質異常症～



第4回目は「健診」における「脂質異常症」についてです。項目を分けて述べましたので、お分かりの部分は読み飛ばしていただいて結構です。

脂質・脂質異常症とは

脂質とはタンパク質、炭水化物と並び身体を維持する上で必要な三大栄養素の一つです。生体成分のうち、水に溶けない物質をいい、体内では水分の次に多く含まれています。脂質には様々な種類がありますが¹⁾、中性脂肪、LDL-コレステロール(悪玉)、HDL-コレステロール(善玉)があることは皆様のご存じのとおりです。²⁾

そして、脂質異常症とは、これらの脂質が、何らかの原因で過不足になった状態のことをいいます。以前は、高脂血症ともいわれていました。

脂質の働き

中性脂肪は身体に必要なエネルギーが貯蔵された状態ですが、運動不足や食べすぎ、飲みすぎで肝臓に脂肪が貯まりすぎたり(脂肪肝)、おなかの中の脂肪(内臓脂肪)、皮下の脂肪が増えたりします。コレステロールは私たちの体を形作る細胞の壁やホルモンの材料になるなど、これも体を維持する上で大切なものです。悪玉は肝臓のコレステロールを体に運ぶ役割、善玉は逆に体にたまった余分なコレステロールを肝臓に戻し動脈硬化を予防する役をしています。(図1)悪玉と善玉は体の中ではシーソーのような関係にあり、努力して悪玉を減らすと善玉は増えます。逆に悪玉が増えると善玉は減ります。

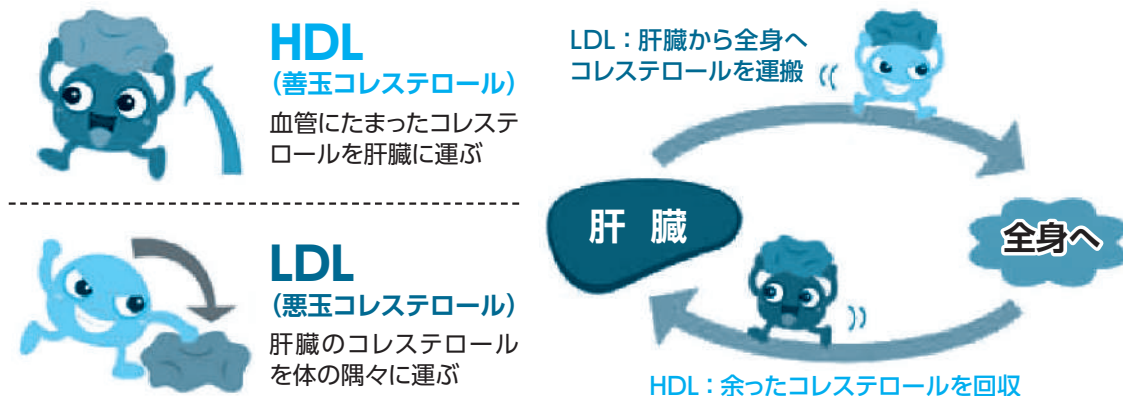


図1 善玉と悪玉コレステロールの役割 MediPressというHPより²⁾

脂質異常症が影響を与える疾患

脂質異常症は脳梗塞や循環器疾患(心筋梗塞など)のリスクとなります。年齢や喫煙によってどの程度のリスクになるのか研究した吹田研究を参考にすることが多いです。図2に計算表を添付しますので、脂質の異以外にもどのようなものがリスクになるのか、宜しければご確認ください。

また、脂質が正常だと脳梗塞や心筋梗塞のリスクが低いというだけでなく、たとえ脂質異常症があってもこれを正常化させると脳梗塞や心筋梗塞のリスクが下がるという事も種々の研究で示されています。

脂質異常症の原因と治療

脂質異常症の最も一般的な原因はやはり食事や運動などの生活習慣の乱れです。大まかにですが高脂質な食事では悪玉が高く、高炭水化物な食事では中性脂肪が高くなりがちです。他には遺伝が原因であったり、薬剤が原因であったり、また他の疾患により生じるものがあります。

治療には食事療法や運動療法、薬物療法が含まれます。まず、ご自身の適正体重と最適な摂取エネルギーを確認しましょう。運動を心掛け、また食事療法では悪玉が高ければ、動物性の油を避け、大豆製品や野菜を増やすように心がけ、また中性脂肪が高い方は甘い菓子類や飲み物を減らしましょう。そのほか、飽和脂肪酸やコレステロールなどの摂取量を減らすことが必要ですが³⁾、なにより、まずその人の生活を見直してみることが最も大事だと思います。見直してみると、外食が多い、運動習慣が無いなど、健康的な生活ではない事に気が付く事が多いです。

運動療法と食事療法で改善が乏しい場合、薬物療法の開始となりますが、薬物を実際に導入するか、医師とよく

ご相談ください。

これらの治療の目標として、誤解されやすいですが、血中の脂質の正常化が目標ではなく、心筋梗塞などのリスクを下げることが目標になります。その為、直接的には脂質異常症の原因ではない喫煙も、心筋梗塞のリスクですので禁煙をお勧めすることになります。

申し添えますが、脂質異常症に対してよく使用する薬であるスタチンは、日本の遠藤章先生が発見されたものです。

まとめ

脂質の異常を指摘されることを契機に、意外な疾患や改善可能な生活習慣が見つかることもあります。「健診」を受けていただき、「要精査」と判定された場合でも、それほど深刻にならず、お気軽に受診してください。

生活習慣が原因の場合、これを改めるきっかけとしていただければ幸いです。

参考文献(ここでは皆さんが興味を持たれたとき、読みやすいものを選定しています)

- 1) e-ヘルスネット 脂質/脂肪
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/dictionary/food/ye-014.html>
- 2) MediPress 腎移植
https://medipress.jp/doctor_columns/261
- 3) e-ヘルスネット 脂質異常症(実践・応用)
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/food/e-02-013.html>



「吹田スコア」計算表

	リスク	変数	点数
①	年齢(歳)	35-44	30
		45-54	38
		55-64	45
		65-69	51
		70以上	53
②	性別	男性	0
		女性	-7
③	喫煙	なし	0
		あり	5
④	血圧	至適血圧 <120 かつ <80	-7
		正常血圧 120-129 かつ/または 80-84	0
		正常高値血圧 130-139 かつ/または 85-89	0
		I度高血圧 140-159 かつ/または 90-99	4
		II度高血圧 160-179 かつ/または 100-109	6
⑤	HDL-C (mg/dL)	<40	0
		40-59	-5
		≥60	-6
⑥	LDL-C (mg/dL)	<100	0
		100-139	5
		140-159	7
		160-179	10
		≥180	11
⑦	耐糖能異常	なし	0
		あり	5
⑧	早発冠動脈疾患 家族歴	なし	0
		あり	5
①～⑧の点数を合計			点

吹田スコアの得点	予測される10年間の冠動脈疾患発症リスク	分類
40以下	2%未満	低リスク
41-55	2-9%未満	中リスク
56以上	9%以上	高リスク

図2 吹田スコア 計算表

総合内科 医師 平山 陽士

初診時の特別の料金の改正(選定療養費制度)

当院では、紹介状を持たずに来られた初診患者さんには、健康保険の一部負担金とは別に780円を徴収しておりましたが、条例改正により、令和3年10月1日から2,200円に増額いたします。

これは、病院と診療所の機能分担のために創設されている制度です。当院は、紹介・逆紹介を基本としており、いっそうの推進を図るための改正となりますので、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

初診時の特別の料金 (紹介状無し)	令和3年9月30日まで	令和3年10月1日より
	780円	2,200円

※紹介状を持参されず、初診料を算定される場合に徴収する金額です。健康保険外の診療、一部の公費対象の方は徴収いたしません。救急搬送など、緊急やむを得ない場合は徴収いたしません。

橋本市民病院



新任医師紹介

New Face



7月赴任医師

眼科 部長

白井 久美 しらい くみ

ひとこと

7月から眼科に赴任しました。白井久美と申します。地域医療に貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。



7月赴任医師

整形外科 医師

藤木 貴顕 ふじき たかあき

ひとこと

7月より赴任しました藤木貴顕と申します。皆さまにとって相談のしやすい医師となれる様に心掛けて参りますのでよろしくお願い致します。



7月赴任医師

循環器内科 医師

足田 稜 ひきだ りょう

ひとこと

7月より循環器内科に赴任しました。足田稜と申します。地域の皆さまのお役に立てるよう尽力してまいります。よろしくお願い致します。



1年目臨床研修医

志望診療科 代謝内科

大石 斉 おおいし せい

ひとこと

4月から臨床研修医をさせていただいております。大石斉と申します。未熟な点もあるかと思いますが、精一杯頑張りますのでよろしくお願い致します。



1年目臨床研修医

志望診療科 整形外科

坂口 勇太 さかぐち ゆうた

ひとこと

4月より臨床研修医をさせていただいております。地域の皆さまのお役にたてるよう頑張っていきたいと思います。よろしくお願い致します。



1年目臨床研修医

志望診療科 外科

織田嶋 崇詞 おだじま たかし

ひとこと

4月に研修医として入職しました織田嶋です。地域の皆さまのお役に立てるよう精一杯努めます。よろしくお願い致します。



1年目臨床研修医

志望診療科 未定

泉 有紀 いずみ ゆき

ひとこと

4月から入職しました研修医の泉です。少しでもお役に立てるよう頑張ります。至らない点もあるかと存じますが、よろしくお願い致します。



医師入職・退職のご案内

9/30 退職

診療科	氏名
循環器内科	東本 菜月
消化器内科	和田 梓
総合内科	渡邊 航大

10/1 入職

診療科	氏名
循環器内科	九鬼 新太郎
消化器内科	中畑 明那
産婦人科	池島 美和
救急科	稲田 麻衣子



総合内科 紹介



概 要

当院の総合内科の特徴は、①どこに受診したらよいかわからない方の窓口の役目をする外来、②様々な問題を抱え、一つの科のみでは対応が難しい方(特に高齢者)の入院、③院内でのチーム医療への積極的な参加、この3つが挙げられます。①については、発熱や倦怠感といったどこを受診したらよいかわからない方の外来診療を行い、そのまま検査や治療を行ったり、必要に応じて専門科へつなぐ役割を果たしています。②については、さまざまな問題を抱え入院となる方が多く、特に感染症や原因がはっきりしない症状に対する入院精査・治療を行っています。③に関しては、緩和ケアや感染管理といったチーム医療が必要とされ、内科医としてその中核的な役割を果たしております。2020年からは新型コロナウイルス感染症の対応も担っており、発熱患者の対応やワクチン接種業務を中心に活動しております。

診 療 実 績

1日平均患者数 外来 28.6名 入院 34.2名

取り組みと今後の展望

上記に加え以下の内容にも取り組んでおります。

●ポリファーマシー(多剤内服)の方の薬剤調整

高齢化や医師の専門化に伴い、薬剤の処方数が増えていることが問題となっております。特に日本では医療機関へのアクセスがよいため、複数の医療機関を受診し、また高齢化も相まって、多剤内服されている方が増えています。近年、この多剤内服が問題視されており、当科と薬剤部と地域包括ケア病棟が連携し、地域包括ケア病棟に入院される方の薬剤調整をしております。

●高齢者食思不振

認知症や高齢者の方では、原因がよくわからない食欲不振が多くみられます。臓器の疾患だけではなく、食事内容や口腔ケアの問題など、病気以外にも問題があり、言語聴覚士や管理栄養士と連携し対応に当たっています。

総合内科 医長 堀谷 亮介



当院の災害医療への取り組み



新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、各地で医療崩壊が叫ばれています。地震などの災害時には医療崩壊が発生します。需要に対する供給が確保できないからです。仮に、医療従事者の数が普段の半分で患者さんの数が普段の倍になると、病院は対応能力の限界を超え、機能しなくなってしまいます。「通常あるべき医療ができない」のが医療崩壊です。

このアンバランスを解消するのが災害医療の考え方です。例えば、被災地外へ患者さんを搬送し被災地の負担を少なくする、逆に、被災地内へ職員を派遣し被災地の対応能力を向上させるなど、需要と供給のバランスをとるよう相互に協力します。

その一方では、他組織を受け入れることにより指揮系統が乱されてしまう不安があります。このため、受け入れに抵抗があり、支援を受けられないケースがあります。また、協力した実績が欲しいからと調整なしに職員を派遣することも、場合によっては受け入れ先の負担になってしまいます。



災害拠点病院である橋本市民病院では例年、訓練を実施しています。圏域内だけでなく、圏域外、他組織を交えた大規模な訓練です。昨年度は実施できませんでしたが、ここ数年の積極的なテーマとして「受援」を組み込んでいます。上手に支援を受け入れることと、上手な支援ができることは繋がっているのではないのでしょうか。

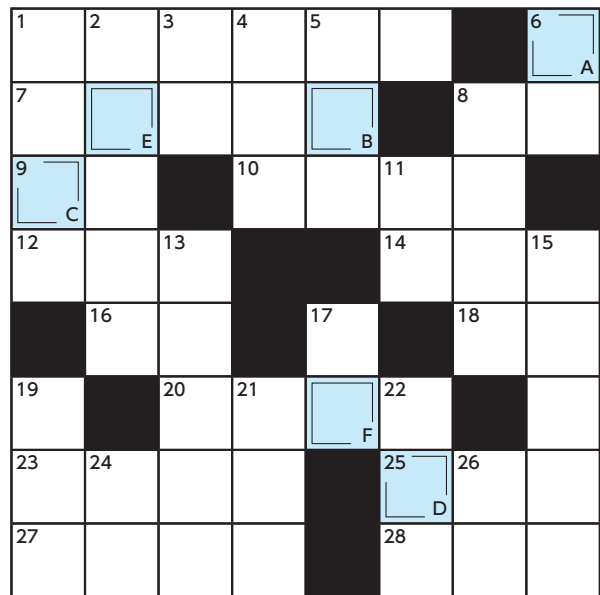
ヨコのカギ

- 1 桜の代表的な品種。
- 7 腕力を競う遊び。
- 8 和食の基本的な調味料「さしすせそ」の“そ”
- 9 厚くて硬い皮膚を持ち、大きなツノがある動物。
- 10 物が密に詰まってきしむ音を表す言葉。
- 12 土地などをいくつかの部分区切ること。また、その区切ったひとつひとつ。
- 14 口数の少ないこと。おしゃべりでないこと。
- 16 外出して家にいないこと。
- 18 太陽を英語でいうと？
- 20 過去に制作された映画などを新たに作り直すこと。
- 23 さらさらした細かい雪。
- 25 父母の兄弟姉妹の子ども。
- 27 穀物・食肉などを普通より粗めにひき砕くこと。
- 28 図画と工作。小学校の教科のひとつ。

タテのカギ

- 1 新しいもの、又は独創的に創り出すこと。
- 2 医療・医学に関連すること。
- 3 静岡県のある島。
- 4 キク科の多年草。草餅の材料によく使われる。
- 5 他人に対する行為や態度。悪い意味に用いる。
- 6 小さな声で〇〇つつぶやく。
- 8 目的地に向かう途中で他のことに時間を費やすこと。
- 11 「教育」「勤労」「納税」国民の三大〇〇。
- 13 親指から4本目の指。
- 15 沖縄の郷土菓子。
- 17 親子・兄弟などが慈しみあう気持ち。特定の人を愛しいと思う心。
- 19 チョコレートのような甘い香りといほのな苦みを持つ飲料。
- 21 真偽・良否について鑑定すること。
- 22 問題を出して、それを答えさせる遊び。
- 24 和歌山県の隣県のひとつ。日本の歴史に重要な文化財が沢山あります。
- 26 寝るために設けるところ。ねどこ。

クロスワードパズル



クロスワードパズルにチャレンジ!!
最後にA~Fに現れる言葉を答えてね!

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---



応募要項

- 応募方法 はがきにクロスワードパズルの答え、住所、氏名を記入の上、応募先までお送りください。
- 応募先 〒648-0005 和歌山県橋本市小峰台2-8-1 橋本市民病院 総務課
- 当選発表 正解者の中から抽選で5名の方に粗品を贈呈します。なお、抽選の結果は、粗品の発送をもってかえさせていただきます。
- ★個人情報の利用目的 応募者の皆さまから提供いただいた個人情報は、「クロスワードパズル」の利用目的以外で使用することはありません。

橋本市病院職員の募集

※院内託児所完備
24時間保育実施

看護師【正職員】 2交代3交代の選択可能 助産師【正職員】

- **職種・採用予定人数**
【看護師】【助産師】(有資格者)
- **応募資格** 上記資格免許を有する人で、昭和57年4月2日以降に生まれた人
- **採用日** 入職日の相談に応じます。
- **応募時の提出書類**
 - (1) 採用試験申込書1通(申込書は、当院総務課及び当院ホームページからもダウンロードできます。)
 - (2) 資格免許証(写) 1通
- **試験方法** 専門試験(択一式)、面接試験、適性検査
- **試験日・応募期間・場所**
【場所】 橋本市民病院
【試験日】 随時 ※相談に応じます
- **その他** ※給与などは橋本市病院企業職員の給与の種類及び基準に関する条例の規定によります。
非常勤職員も募集中
 - 地域連携室
 - 病棟・外来看護師、准看護師
 - 放射線科看護師

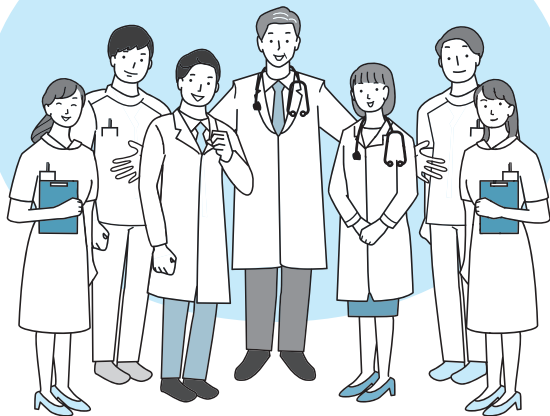
ケアワーカー 【会計年度任用職員】

- **職種** ケアワーカー(変則勤務対応者)
- **試験日/採用日** 相談に応じます。
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
- **勤務時間** 日勤:8時30分~17時00分
夜勤:16時30分~翌9時00分
※早出・遅出等も有。シフトによる勤務体制。
- **給与** 月給164,800円 ※介護福祉士は加算あり
- **待遇** 交通費有、賞与年2回支給、昇給有、各種保険有、有給休暇有、車通勤可、制服貸与有

健診センター保健師 【会計年度任用職員】

- **職種** 健診センター保健師
- **試験日/採用日** 相談に応じます。
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
資格免許証(写) 1通
- **勤務時間** 8時30分~17時00分
- **休日** 土、日、祝日、年末年始
- **給与** 月給231,900円~261,600円

お気軽にお問い合わせください。



一般事務員 【会計年度任用職員】

- **職種** 受付・荷物対応スタッフ
- **試験日/採用日** 相談に応じます。
- **応募時の提出書類** 履歴書(市販の用紙)1通
- **勤務時間** 8時30分~17時00分
- **休日** 土、日、祝日、年末年始
- **給与** 月給145,600円

提出先・問い合わせ先 当院総務課(TEL 0736-34-6123)
詳細は当院ホームページまたはお問い合わせください。

橋本市民病院 外来診療担当医案内

令和3年10月 現在

		月	火	水	木	金	備考
Aブロック	整形外科 <small>初診は紹介状のみ</small>	1診	予 林	初 交代制	初 林	初 交代制	—
		2診	初 木岡	—	予 木岡	—	※ 木岡
		3診	予 峰 (隔週)	—	予 峰	—	初 峰
		処置室1	初 藤木	—	予 藤木	—	※ 交代制 藤木/出口
		処置室2	予 出口	—	初 出口	—	—
	手外科外来	1診	午後 予 林	—	—	—	予 林
	小児科	1診	午前 向山	大石	立花	向山	大石
Bブロック	総合内科	1診	午前 初 交代制	初 交代制	初 交代制	初 交代制	初 交代制
		2診	午前 交代制	交代制	交代制	交代制	交代制
	消化器内科	1診	午前 予 桑島	予 吉田	予 阪中啓	予 中畑	予 吉田
	代謝内科	1診	午前 宮田	予 岸谷	宮田	予 廣峰	予 庭野
		2診	—	予 中尾	—	予 中尾	—
	療養支援・フットケア	1診	午後 予 担当医	—	—	—	—
	呼吸器内科	1診	午前 予 河原	予 河原	予 藤田	予 藤田	予 吉川
		2診	予 駿田	—	—	—	—
	循環器内科	1診	初 榊野	初 九鬼	初 星屋	初 匹本	初 疋田
		2診	午前 星屋	匹本	交代制	星屋	榊野
3診		山本	—	—	—	—	
ペースメーカー外来	1診	午後 予 交代制 第1,3週	—	—	—	完全予約制	
腫瘍内科	1診	午前 予 上田	—	—	—	—	
外科	1診	午前 嶋田	中井	交代制	中村	前田	
	2診	—	嶋田	—	加藤	清水	
排便外来	1診	午後 予 嶋田	—	—	—	—	
Cブロック	脳神経外科	1診	午前 初 大饗	初 垣下	初 応援医師	初 垣下	—
		2診	予 垣下	—	—	予 大饗	—
	もの忘れ外来	1診	午後 予 大饗	—	—	—	—
	脳血管治療外来	1診	午前 予 吉村 (第2,第4)	—	—	—	—
	脳ドック	1診	午後 予 垣下	—	—	—	—
	腫瘍内科	1診	午前 予 磯本	—	—	—	—
	泌尿器科	1診	午前 予 稲垣	予 平林	予 朴	予 平林	予 稲垣
		2診	初 朴	初 稲垣	初 平林	初 稲垣	初 平林
	女性泌尿器	1診	午後 予 平林	—	—	—	—
	男性更年期	1診	午後 予 平林	—	—	—	—
	リウマチ・膠原病科	1診	午前 予 佐伯	—	—	—	—
	放射線科	1診	午前 角井	—	—	角井	—
		午後 角井	—	—	—	角井	—
	心臓血管外科	1診	午前 予 國本	—	—	—	—
	乳 腺・呼吸器外科	1診	午前 予 (乳)清井	—	—	予 (呼)平井	予 稲垣
午後 予 (呼)平井		—	—	—	予 (呼)平井	予 平林	
緩和ケア外来	1診	午後 予 担当医	—	—	—	—	
歯科口腔外科	1診	午前 初 田中	—	初 家田	初 田中	初 家田	
	2診	午前 予 家田	—	予 田中	予 家田	予 田中	
Dブロック	産婦人科	1診	午前 初 交代制	初 池島	初 藤野	初 古川	初 堀内
		午後 予 池島	予 藤野	予 古川	予 堀内	予 池島	
	子宮がん検診	2診	午前 予 古川	予 堀内	予 藤野	予 池島	予 堀内
		午後 予 古川	予 堀内	予 藤野	予 池島	予 堀内	
	眼科 <small>初診は紹介状のみ</small>	1診	午前 予 白井	予 金	予 金	予 白井	—
コンタクト外来	1診	午後 予 金 (第2,第4)	—	—	—	—	
皮膚科	1診	午前 予 服部	予 服部	予 服部	予 服部	予 服部	
禁煙外来	1診	午後 予 瀧谷 (隔週)	—	—	—	—	
健診センター	1診	午後 予 瀧谷	予 瀧谷	予 瀧谷	予 瀧谷	予 瀧谷	

案内事項

紹介状をお持ちください
再診は全て予約制です

受付・診療時間

一般外来
8:30~11:00
診療時間
9:00~17:00

休診日

土曜日・日曜日
国民の祝日
年末年始(12/29~1/3)

診察時間等(一部のみ)

- 脳神経外科 初診
診察 10:00以降開始
- 心臓血管外科 水曜日
診察 10:30~
- 乳腺呼吸器外科 木曜日
乳腺担当診察 10:00~
- 眼科
診察 9:30~

入院患者さんの 面会時間のお知らせ

新型コロナウイルス
感染症の流行により、
面会を禁止しております。
感染症の流行時期は
面会を制限いたします。

病院の理念

- 1.医療を介して地域の発展に尽くす。
- 2.こころの通う医療で地域住民の健康の保持・増進に尽くす。
- 3.中核病院としての機能の向上に尽くす。

代表電話番号
0736-37-1200
予約専用ダイヤル
0736-37-1218
(13:00~16:30)
FAX(総務課内)
0736-37-1880

Web-URL
<http://www.hashimoto-hsp.jp>



医師の異動等事情により
変更となることもあります。
詳細については各科に
お問い合わせください。

医師の異動等の諸事情により、直前に担当曜日や担当医師が変更となることもありますので、詳細については各科にお問い合わせください。

