



## 電算システムの更新について

当院では、電算システムを更新し、平成25年2月12日（火曜日）から新しい電算システムにより診療を開始します。そのため当日は外来診察開始時間を10:00とさせていただきます。

万全の態勢で準備を進めてきましたが、稼働当初は診察時間の遅延や予想外の問題発生等で患者さまに更なるご迷惑をお掛けすることが予測されます。引き続き安全・安心な医療提供に細心の注意を払って参りますので、患者さまのご理解ご協力をよろしくお願い申し上げます。

## 電算システムの一時的停止と総合窓口の閉鎖について

システムの更新のため、2月8日（金）19:00～2月12日（火）8:30の間は、電算システムを停止します。その間は職員の手作業による業務が増えるため、診察や診療費の計算に時間を要することが予測されます。待ち時間が長くなる場合もありますが、ご理解をよろしくお願い申し上げます。

また、この間は総合窓口も閉鎖いたしますので、ご用件に応じ下記の窓口にお越しください。

○受診希望の方…8:30～17:00の間は外科外来へ

17:00～翌日8:30の間は休日・夜間受付へ

○面会希望の方…休日・夜間受付へ

病院長 永富裕二

## 3月1日から3月7日は子ども予防接種週間です

4月からの入園、入学に備えて必要な予防接種をすませて、病気を未然に防ぐために、日本医師会、日本小児科医会、厚生労働省の主催で例年この時期に設けられています。

この週間に合わせて、通常の診療時間に予防接種を受けにくい子供さんのために、当院では下記の休日に予防接種を受け付けます。予約制になりますので希望される保護者の方は事前に予約をとられるようお願いいたします。

○実施日…平成25年3月3日（日曜日）

○受付…13:30～

○接種時間…14:00～15:00

○接種場所…小児科外来



## 中国で近年報告されている

# 新しいダニ媒介性疾患の患者が国内で確認されました。

感染管理認定看護師 藤永 聡

今般、中国において2009年頃より発生が報告され、2011年に初めて原因ウイルスが特定された新しいダニ媒介性疾患「重症熱性血小板減少症候群（Severe Fever with Thrombocytopenia Syndrome: SFTS）」の症例（患者1名：昨秋に死亡。最近の海外渡航歴なし。）が、山口県において確認されました。厚生省によると、女性は昨秋、発熱、嘔吐（おうと）、下痢などの症状を訴え、約1週間後に原因不明で死亡。その後、女性の血液からSFTSウイルスが検出されました。

ウイルスは日本を含むアジアやオセアニア諸国などの森林に広く生息するとみられ、野外にいるマダニが媒介となり、かまれることで主に感染し、発熱や吐き気、下痢などの症状が現れ血液中の血小板が減少します。治療は対症療法に限られ、中国では致死率約10%とされています。女性に海外渡航歴はなく、中国で確認されているウイルスとは遺伝子の塩基配列が異なることから、日本にもともといたウイルスに感染したとみられます。厚生省では、草むらや山の中に入る時には、ダニに咬まれないように長袖、長ズボンを着用するように注意を呼びかけています。



ウイルス感染症を媒介するマダニの一種「フタトゲチマダニ」（国立感染症研究所提供）

## 入院患者さんへのご面会のみなさまへ

インフルエンザ流行に伴い、

- ・風邪症状（発熱、咳等）がある
- ・3日以内にインフルエンザ発症者と接触された方

は面会をご遠慮ください。

入院患者さんへの感染防止のため、ご協力とご理解のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



※上記以外の方で面会をされる場合は、**お部屋に入られる前に「アルコール手指消毒」を行って下さい。**



院内感染対策委員会



# スギ、ヒノキ花粉飛散前の準備

研究検査科技師長 高場 満也

## 最初が肝心！初期療法

花粉症は、花粉（アレルゲン）に接触することによって鼻や目に症状が出るアレルギーの病気です。花粉症の人には長くつらいシーズンが今年もやってきました。

### そこで・・・「最初が肝心！初期療法」

初期療法とは、目や鼻の症状が出る前から、あるいは症状の軽いうちから始めシーズン終了まで続ける薬物療法です。新聞やテレビのCMでも盛んに言われていますね。

初期療法の3つの効果は

その1 症状の発現を遅らせる

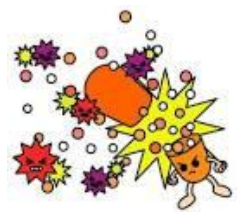
その2 症状を軽くする

その3 症状がおさまるのを早めるといわれています。

また花粉は、地域やその年の天候によって異なりますが、1月中旬には少ないながら飛んでいます。スギ花粉に敏感な方はくしゃみ・鼻水などの症状が出ているかもしれません。山口県医師会発表によると、今年の飛散開始日は2月初旬、また今シーズンのスギ花粉飛散数は平年の1.3倍、ヒノキ花粉飛散数は史上最多であった2年前よりは少なく、少なかった昨年よりは多くなりそうとのことです。初期療法開始時期の目安は、飛散開始予測日の2週間前になります。なので、1月下旬～2月上旬には治療を開始したほうがよいと思われます。

次に、初期療法では、予想される花粉飛散量と、もっとも症状が強い時期の症状のタイプや重症度などを基にあなたに合ったお薬を選びます。花粉シーズンを通してお薬を服用し続けることが大切です。最近では眠たくなりにくい薬もあるのでお気軽に医師・薬剤師にご相談ください。

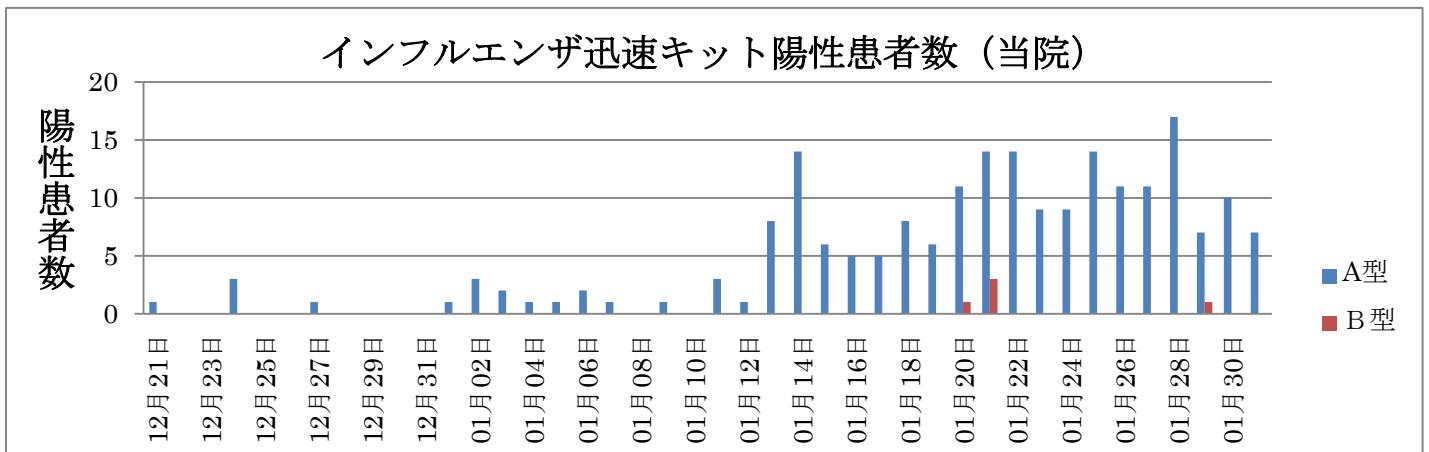
最後に、花粉シーズン前から心がけたいことですが、風邪を引くと鼻の中が過敏になってしまいます。普段から免疫力を低下させないように心がけることで、症状の軽減につながります。



# インフルエンザ情報

インフルエンザの発生状況は、1月中旬より県内すべての地域で急増し、ここ長門地区においては1月中旬より注意報レベルに達し、下旬には岩国,周南,柳井,下関地区と共に警報レベルとなり県内でも多い地区となっています。県内全域で流行していますので、外出からの帰宅時にはうがい、手洗いを忘れず感染予防対策を十分に行ってください。

インフルエンザ迅速キット陽性患者数（当院）



# 今が旬 おすすめ料理 ～チョコレート～

栄養科長 管理栄養士 榎田 真由美



思わず首をすくめてしまうほど北風が冷たく感じる季節となりました。2月14日はバレンタインデー、チョコレートの準備を考えておられる方も多いのではないでしょうか。実はバレンタインデーにチョコレートを贈るのは日本だけの習慣で、東京のデパートでチョコレート業者が行ったキャンペーンが始まりとされています。とはいうもののすっかり年間行事の一つに定着した感がありますね。

チョコレートの原料であるカカオ豆にはポリフェノールがたっぷり含まれています。ポリフェノールは活性酸素を除去する働きがあります。またテオブロミンという成分やアミノ酸の一種のGABA(ギャバ)は脳を刺激して集中力や思考力を高めたり、自律神経を調節してリラックス効果が期待されます。疲れたときにチョコレートを食べるとなんとなくほっとするのはこの効果のためでしょうか。さらにカリウムや銅、亜鉛マグネシウムやリンなどのミネラルも多く含んでいるといった特徴もあります。しかしカカオ豆からチョコレートを製造するには、カカオ豆の中の脂質(ココアバター)をたっぷり加え、糖分もたくさん加えるので、チョコレートはかなりの高カロリーな食べ物になります。もちろん食べすぎは厳禁で、勉強や仕事の合間や心が疲れたときに少し食べることをお勧めします。

今回はチョコレートと同じカカオ豆から作るココアを使った低カロリーのケーキを紹介します。バターの代わりに豆腐を使います。もっと低カロリーにするにはグラニュー糖の代わりにカロリーゼロタイプの人工甘味料を使ってもいいでしょう。体重が気になる方へのバレンタインデーのプレゼントにいかがでしょうか。

## 《豆腐のココアケーキ》

材料(カップケーキ6個分)

・絹ごし豆腐	150 g
・薄力粉	140 g
・ココア(無糖タイプ)	30 g
・グラニュー糖	60 g
・はちみつ	30 g
・塩	ひとつまみ
・卵	2個
・ベーキングパウダー	小さじ2杯
・サラダ油	大さじ2杯

作り方

- ① 薄力粉、ココア、塩、ベーキングパウダーは合わせてふるっておく。オーブンを160℃に温めておく。
- ② ボールに絹ごし豆腐を入れて泡だて器でよくつぶす。
- ③ グラニュー糖、はちみつ、サラダ油、卵を順に加え、その都度よく擦り混ぜる。
- ④ ふるっておいた粉類を加えてよく混ぜる。
- ⑤ カップケーキ型に入れ分ける。
- ⑥ 160℃になったオーブンで35～40分焼く。竹串をさして何もついてこなければ出来上がり。



# 講演会のご案内

あいの会主催

「今を輝いて生きる」

講師：浄土真宗本願寺派

極楽寺 池信 秀見 住職



- \*月日：平成25年2月16日（土）
- \*時間：午後3時～4時
- \*場所：長門総合病院 小会議室
- \*参加料：無料

「あいの会」（女性がん患者会）

連絡先：沖村 恵子 090-7542-1632

岡本 梅香 0837-43-2688

どなたでも参加できます。どうぞ関心のある方はお越しください。

また、「あいの会」では、講演終了後に患者相談や交流等も行っています。遠慮なくお声をおかけください。

## 「思いを繋いだ青いタスキ」

栄養科 管理栄養士 山本 春海

1月27日に長門総合病院チームの一員として長門市民駅伝に参加させていただきました。当日は、時折雪も降るといって少し厳しい天候でしたが、当院からは男女計4チームの選手がそれぞれ6区間を走り抜け、無事にタスキを繋ぐことができました。

私は、さわやか海岸からの2区を担当しましたが、1区の選手が向かい風を切って真剣な表情で走ってくる姿に鼓舞され、手渡されたタスキを3区の選手に繋ぐため必死に前へ進みました。思いをタスキに乗せて繋いだ瞬間、胸がいっぱいになりました。そして、急いで市役所へ向かい、アンカーの選手をゴールで迎えた時、仲間と手を取り合って大きな歓声をあげました。

この駅伝に参加して、達成感を得るとともに一丸となって目標に突き進むことの大切さを再認識することができました。これからもこの絆を大切にしながら、日々仕事に励みたいと思います。

たくさんの人が沿道で声援をおくってくださり、とても励みになりました。また、試走や練習をするにあたりお世話をしていただきました監督、コーチ、職員の皆様にこの場をお借りして感謝を申し上げます。



# 皮膚・排泄ケア認定看護師教育課程の研修を終えて

皮膚・排泄ケア認定看護師

下田 智美

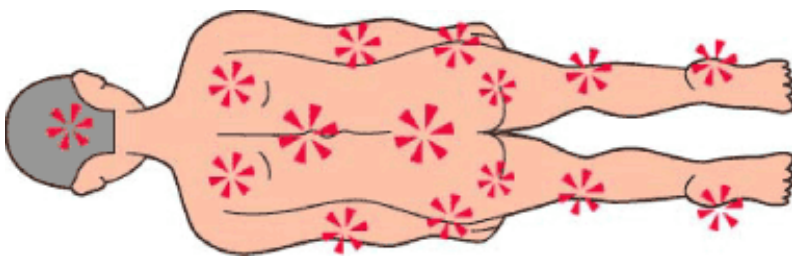


私は昨年の5月から12月まで、福岡県看護協会の皮膚・排泄ケア認定看護師教育課程の研修に8ヶ月間行ってきました。この分野の専門性は、創傷・ストーマ・失禁に関わる3つの領域のことです。具体的言うと、褥瘡（床ずれ）などの創傷管理、ストーマ（人工肛門・人工膀胱）や便尿が漏れるなどの失禁に対する排泄管理を行うことです。これから私は、皮膚障害がある方、皮膚障害を起こすリスクが高い方へのスキンケア、排泄によって生じる問題、ストーマ造設前後の援助などに対して支援活動していきたいと考えています。少しでも患者さんや家族の方々の苦痛や不安を取り除くことができるように、専門的な知識・技術を提供し、安心して生活できるように、お手伝いしていくことが私の目標です。今回の研修では、年齢や経験年数も違う仲間達と一緒に、同じ目標に向かって学ぶことができ、とても貴重な経験をさせていただきました。研修が終了したばかりで、まだまだ未熟なところも多いですが、学んできたことを提供していきたいと思いますので、皮膚トラブルやスキンケアなどで気になることがありましたら、ぜひ声をかけて下さい。

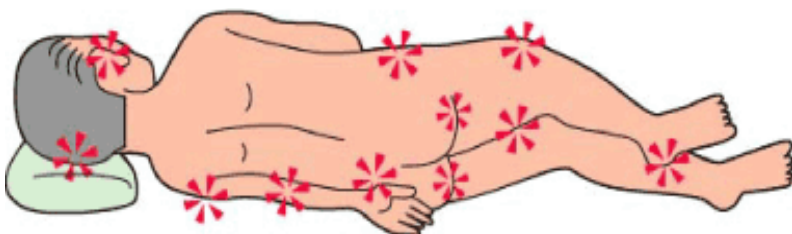
## 褥瘡（床ずれ）について・・・

- ・褥瘡（床ずれ）発生の主な要因は圧迫とずれです。寝たきりの人や、自分で体の向きをかえられない人、栄養状態の悪い人、皮膚の弱い高齢者の方などに発生しやすくなりますので注意が必要になります。
- ・褥瘡（床ずれ）を発生してしまうと、治るのに時間がかかるため、日々の皮膚の観察、スキンケアが重要になってきます。
- ・褥瘡（床ずれ）好発部位

### 仰向けで発生しやすい部位



### 横向きで発生しやすい部位



### 予防として・・・

- ・約2時間毎に体の向きをかえる
- ・皮膚を清潔に保つ  
（乾燥している所には保湿をする）
- ・服やシーツにしわができないように、しわを伸ばす

# 2月

## 全科休診日のご案内

- 2日(土)  
3日(日) 休日当番  
9日(土)  
10日(日)  
11日(月) 建国記念の日  
16日(土)  
17日(日) 休日当番  
23日(土)  
24日(日)

## 臨時休診・代診のご案内

### 【耳鼻咽喉科】

- 1日(金) 中本医師 休診  
4日(月) 御厨医師 休診 手術のため  
6日(水) 廣瀬医師 休診 手術のため  
20日(水) 廣瀬医師 休診  
22日(金) 吉田医師 休診

### 【泌尿器科】

- 14日(木) 平儀野医師 休診 予約の方のみ

### 【眼科】

- 15日(金) 新井栄華医師 休診  
新井恵子医師 休診

### 【神経内科】

- 26日(火) 秋富医師 休診

## 耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

### ○補聴器外来

火曜日(14:00~16:00)

第2、4週…[アリス補聴器センター]

金曜日(14:00~16:00)

第1、3、5週…[九州リオン、めがねセンター]

初めて補聴器をつけられる方はまず、通常外来診察時にご相談ください。



## 小児科特殊外来のご案内

### ○乳児検診(要予約)

**受付** 13:00~14:30

**実施** 13:30~

1ヶ月…月曜日 4ヶ月…火曜日

7ヶ月…第1・第2・第4木曜日



### ○予防接種(要予約)

曜日…水、金曜日

**受付** 13:00~14:30

**実施** 14:00~



BCG、おたふくかぜ、水ぼうそう、日本脳炎、三種混合、麻疹・風疹、肺炎球菌、ヒブ

### ○心臓外来(要予約)

外来日時については小児科までお問い合わせください。

対象…心疾患全般

### ○発達外来(要予約)

月曜日15:00~16:30

対象…乳幼児の運動発達、低身長に関すること。

### ○慢性疾患外来(要予約)

火曜日15:00~16:30

金曜日15:00~16:00

対象…喘息、低身長などの内分泌疾患、脳波

異常などの神経性疾患、その他腎疾患など

## 産婦人科特殊外来のご案内

### ○母乳外来(要予約)

火、金曜日13:30~16:00

内容：母乳育児相談を行います。

(哺乳量測定、体重測定、乳房トラブルほか)

### ○母親学級(当院にて出産予定の方のみ)

第3水曜日13:30~16:00

内容：お産の経過と呼吸法、赤ちゃんの扱い方、病棟・分娩室の見学など。

## 受付時間終了後の外来受診について

当院の平日診療受付時間は11:00までとなっております。日々、手術や検査が予定されている為、受付時間終了後は診察が出来ないことがありますので、診察を希望される場合は11:00までに受付をお済ませください。また診察が出来ない場合は、後日の受診や他院での受診をお願いすることがありますので、何卒ご理解ください。

外来診療担当医表

平成25年2月分

診療科		月	火	水	木	金
内科	①	胡麻田 学	森田 高生	胡麻田 学	大下 理史	森田 高生
	②	高橋 規文	山本 普隆	山本 普隆	山本 普隆	高橋 規文
	③	永富 裕二	山口 裕樹	永富 裕二	永富 裕二	香月 憲作
	④	香月 憲作	三谷 伸之	中林 容子	香月 憲作	三谷 伸之
	⑤	大下 理史	原田 唯成	吉田 加奈子	山口 裕樹	吉田 加奈子 (新患のみ) 10:00~
神経内科			秋富 信人			
小児科	①	青木 宜治	青木 宜治	高橋 一雅	青木 宜治	青木 宜治
	②	高橋 一雅	岡 桃子	岡 桃子	岡 桃子	高橋 一雅
外科	①	久我 貴之	岡 一斉	藤井 康宏	久我 貴之	藤井 康宏
	②	田中 裕也	尼崎 陽太郎	岡 一斉	尼崎 陽太郎	田中 裕也
整形外科	①	宮崎 規行	谷 泰宏	今城 靖明	宮崎 規行	宮崎 規行
	②	谷 泰宏		谷 泰宏		谷 泰宏
脳神経外科		貞廣浩和(予約制) 10:30~				池山 幸英
皮膚科		中村 好貴				若松 研弥
泌尿器科		松山 豪泰	平儀野 剛	平儀野 剛	平儀野 剛	松本 洋明
産科		服部 守志	谷口 憲	服部 守志	谷口 憲	谷口 憲
婦人科		谷口 憲	矢壁 和之	谷口 憲	田邊 学	服部 守志
眼科		能美 典正				①新井 栄華 ②新井 恵子
耳鼻咽喉科	午前	吉田 周平	吉田 周平	吉田 周平	吉田 周平	①吉田 周平 ②池田 卓生 (第2,4)
	午後	<small>みくりや</small> 御厨 剛史	吉田 周平	廣瀬 敬信		中本 哲也
胃内視鏡		三谷 伸之	吉田 加奈子	山口 裕樹	三谷 伸之	永富 裕二
胃透視		須田 博喜	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師
心臓超音波検査		山本 普隆	高橋 規文	高橋 規文	超音波検査士	山本 普隆
腹部超音波検査		山口 裕樹	超音波検査士	超音波検査士	吉田 加奈子	山口 裕樹

外来診療の受付時間は午前 11 時までとなっております。尚、急患はこの限りではありません。

耳鼻咽喉科の午後診療受付時間は、14 時から 16 時までとなっております。

(診療時間 14 時 30 分~16 時頃)

土、日、祝祭日は全科休診となりますが、急患はこの限りではありません。お電話にてお問い合わせ下さい。