



## 長門総合病院

### 視能訓練士募集 **採用試験** 平成26年8月27日

#### 当院について

当院は、海と山に囲まれた自然豊かな山口県長門市の基幹病院として、地域が必要とする医療を提供し、医療事業活動・健康管理活動・介護福祉事業活動を通じて、地域の方々に愛され、信頼される病院を目指しております。眼科としても他診療科と同様に、地域に密着したよりよい医療サービスを、地域の皆様にご提供できるように平成27年4月より眼科医常勤化のため準備を進めております。



#### 眼科医常勤化に向けて

待合面積の広い西館に、眼科の診察室を新設・移転しました。従来に比べ格段に広くて清潔な診察室となり、あらゆる疾患に対応できるよう最新の検査機器を導入しました。



#### 視能訓練士のあなたが必要です！

医師とハード面の準備は万全です。  
あとは、視能訓練士の貴方が必要です！  
ぜひ当院で一緒に働きませんか？

広々とした診察室に、最新の検査機器がそろっています。

**EYE** **チーム** で  
楽しく一緒にやりましょう！



眼科 新井栄華医師

詳細は当院ホームページ

視能訓練士募集要項をご覧ください。

問い合わせ：総務課 岩山まで (TEL: 0837-22-2220)

# 食中毒が心配な季節です



感染管理認定看護師 松田 純一

梅雨から夏にかけては、細菌による食中毒に特に注意が必要な季節です。食中毒は1年中発生していますが、暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になるため、食中毒が発生しやすくなります。なかでも注意したいのが、牛肉や鶏肉などに付着する「腸管出血性大腸菌（O157、O111 など）」や「カンピロバクター」などで、特に、抵抗力の弱い子どもや妊婦、高齢者は気をつけなければなりません。

## 食中毒予防の3原則「つけない」「増やさない」「やっつける」

食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを「やっつける」という3つのことが原則となります。

### つけない



手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、必ず手を洗いましょう。食中毒の多くは、目に見えない「細菌」や「ウイルス」が食べ物を通じて体の中に入ることによって起こります。食べ物に細菌などを付けないためには、きちんと手を洗うことが大切です。正しい手洗いの習慣を身につけて、食中毒を防ぎましょう。

### 増やさない



細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお惣菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べることが大切です。

### やっつける



ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大切です。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。



# JA 山口厚生連について

医事課次長 重村 健二

当院の正式名称は「山口県厚生農業協同組合連合会長門総合病院」で、設立母体は厚生連です。現在、厚生連病院は21道県に111病院がありますが、その約41%が人口5万人未満の市町村に立地しています。また、事業運営は各県単位で行われており、本県では当院のほか、柳井市の周東総合病院、山口市に小郡第一総合病院（併施設設老人保健施設みのり苑）があります。また、各病院に設置されている地区保健事業部及び本部保健事業部では、疾病の予防・早期発見のための巡回検診など、保健事業に取り組んでいます。

県下3病院、それぞれ地域性の中での特色がありますが、当院の特色は、療養病床（91床）があることや第二種感染症指定病院に指定され、県内38床（4病院）の感染症病床のうち8床を保有していることなどが挙げられます。また、居宅介護支援事業所、訪問看護ステーション、訪問リハビリテーションを開設し、長門地域の方々が、退院された後も、在宅で自立した日常生活を営むことができるよう、サポート体制を強化しています。

私はこの4月に転勤で当院に赴任してまいりました。これまでは本部総務部に在籍していたことより、本号では主に厚生連について書かせていただきました。長門は初めての勤務地となりますが、患者さんのため、事務職として出来ることを日々考えながら頑張ろうと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。

## 《 JA 山口厚生連の各病院と特色 》

 <p>周東総合病院（柳井市）</p>	<p>一般病床 360 床</p> <p>柳井医療圏（約8万3千人）で唯一の二次救急医療機関として、救急患者さんや紹介患者さんを積極的に受け入れると同時に病院祭や金魚ちょうちん祭り、健康講座など地域との密着を図っています。</p>
 <p>長門総合病院（長門市）</p>	<p>一般病床 201 床 療養病床 91 床、感染病床 8 床</p> <p>急性期医療から慢性期医療、さらには在宅までといった、地域の包括的な支援・サービス提供体制を整備しています。</p>
 <p>小郡第一総合病院（山口市）</p>	<p>一般病床 182 床</p> <p>手外科、マイクロサージャリーの分野では、国内外から研修医の受け入れを行っています。年間手術件数は約2,500例と同規模の病院では群を抜いています。</p>

## 第39回 長門総合病院 健康講座

# 男性も女性も40代からはじまる尿もれ テーマ: 体操で尿もれ予防

長門総合病院の健康講座は、生活に役立つ知識やすぐに実践できる運動など、体を動かし楽しく学ぶ講座です。今回は尿もれについて、身体の仕組みを知り、日頃から意識する姿勢や予防体操を紹介します。みんなで楽しく学びませんか？



**日時**：6月24日（火）13：30～15：00（13：00より受付）

**場所**：長門総合病院（大会議室） 参加費：無料

**講師**：長門総合病院 理学療法士 河本直美

### 【内容】

- ☆尿もれの原因
- ☆日頃から意識する姿勢
- ☆効果的な尿もれ予防体操

### 【予約及び問い合わせ先】

長門総合病院 地域医療福祉連携室  
直通電話  
0837-22-2518

## 今が旬 おすすめ料理 ～ニラ～

栄養科長 榊田真由美

通勤途中で見る風景が、田植えの終わった田んぼになりつつあり、夜はカエルたちの大合唱です。もうすぐ梅雨入りですね。今回はスタミナ野菜の代表「ニラ」を紹介します。

ニラはスタミナ料理に使われることの多い野菜で、そのイメージ通りニラはとても「強い」野菜です。真夏の暑さにも負けないで収穫できる、夏場には貴重な緑の濃い葉物野菜です。また栽培もしやすく、一度刈り取ってもまた新しい葉が伸びてきて年に3度も収穫できます。ニラと言えば独特のにおいが特徴的ですが、その匂いはにんにくなどと同じ硫化アリル的一种「アリシン」によるものです。アリシンは消化酵素の分泌を促し食欲増進効果を発揮します。またビタミンB1の吸収を助け、疲労回復や滋養強壮に効果があるといわれています。

今回はニラを使った和え物をご紹介します。辛いものが苦手な方は鷹の爪のかわりにいりごまを入れてもおおいしくできます。ただしニラは消化の悪い野菜の代表格です。胃や腸の病気をお持ちの方は小さく切る、量を控えるなどの配慮が必要かと思います。



### 《ニラの中華風和え物》

#### 【材料】 2人分

- ・ニラ 40g
- ・長芋 120g
- ・塩わかめ 20g
- ・にんにく 1/2片
- ・しょうゆ 大さじ1/2杯
- ・塩 ひとつまみ
- ・砂糖 小さじ1/2杯
- ・鷹の爪 小1本
- ・ごま油 小さじ1杯

#### 【作り方】

- ① ニラは3cm長さに切りさっと塩ゆでする。長芋は3cm長さの千切りにし、変色を防ぐため薄い酢水につけておく。塩わかめは水で戻して食べやすい大きさに切る。
- ② にんにくはみじん切りにする。鷹の爪は種を除いて小口切りにする。
- ③ 調味料を合わせ、①②を和える。仕上げにごま油を加える。
- ④ 揚げ油を170℃に熱し、③をスプーンですくって静かに落とし、返しながらカリッとなるまで揚げる。

# 『医療安全対策研修会』を開催しました!!

医療安全管理室 師長 平瀬藤江



平成 26 年 5 月 28 日(水)長門警察署、刑事生活安全課  
斎藤広二係長を講師に迎え「病院でできる防犯対策」  
について研修会を行いました。

近年、社会構造の変化に伴い、犯罪の種類や内容も多  
様化しています。医療現場においても盗難や、無断離院  
(無断退去)、セクシャルハラスメント、暴力など様々  
なことが起きています。そこで、この地域でおこってい  
る犯罪や事件を踏まえ、対応について学びました。

窃盗・盗難防止について；次の 3 点を警察から指導されました。

1. 鍵掛や鍵の管理に関する指導を行う。
2. できていない場合は、こまめに声掛けを行う。
3. 鍵掛を要請する文書を病室内に貼付する。



警察への通報の目安 ～ 原則、110 番通報により警察官が現場対応

- ◇ 犯罪が疑われる場合～窃盗、暴行、傷害、器物破損、銃刀法
- ◇ 職員の正当な指示に従わないで暴れる場合
- ◇ 他の入院患者や職員に危害が及ぶおそれが認められる場合
- ◇ 無断退去（無断離院）した場合
- ◇ 薬物や精神障害等により錯乱状態であると疑われるものがある場合

病院内におられる患者さんや職員の生  
命及び身体を保護するため、職員一人一人  
が安全を確保するためにはどうすればよ  
いかという視点を持つこと、そして、組織  
対応の重要性について学びました。これか  
ら、安全・安心な医療の提供のため、研  
修会を開催していきます。

患者さんには、『鍵掛』にご協力をお願い  
します。



# アレルギーの治療薬



## － アナフィラキシーショックとエピペン －

薬剤科 中原 優

アレルゲン（アレルギー症状を引き起こす原因となるもの）の摂取が原因で、全身の血管の拡張と透過性亢進、臓器の浮腫を生じて循環不全や意識消失、呼吸不全に至ると「アナフィラキシーショック」となり、命にかかわることもあるため、緊急の対応が必要になります。

アナフィラキシーの原因物質としては、抗菌薬（ペニシリン、セフェム系など）、食物、ハチ毒、ラテックス（ゴムの原料）などが知られています。また、特殊なものとしては、特定の食物を摂取後に運動を行うと誘発される食物依存性運動誘発アナフィラキシーなどがあります。国内のアナフィラキシーショックによる死亡者数は、年間約 50～60 人で、ハチ刺傷では 20～30 人前後、薬物では 10～20 人、食物によるものは数人程度と報告されています。

アナフィラキシーショックによる死亡のおもな原因は、呼吸困難と低血圧ショックであり、血圧を上げる働きのあるアドレナリンをできるだけ早く注射することが重要です。実際に、アナフィラキシー症状がみられてから 30 分以内に注射した場合、ほとんど死亡は認められないのに対して、30 分を超えると死亡率が高くなると言われています。しかし、医療機関まで遠い場合など、30 分以内の注射が困難なケースもあるため、2003 年 8 月にハチ毒によるアナフィラキシーに対して自己注射用アドレナリン製剤（エピペン）が使えるようになりました（自己負担）。2005 年 3 月からは食物アレルギー、薬物アレルギーによるアナフィラキシーに対しても使用できるようになり、さらに 2011 年 9 月には保険の適用になりました。



エピペンは、ペン型シリンジのなかに 1 回分のアドレナリンが充填されている注射用キット（写真）で、投与のタイミングとしては、アナフィラキシーショック症状が進行する前の初期症状のうちに注射するのが効果的であるとされています。過去にアナフィラキシーを起こしたことがある場合には、原因となったアレルゲンを誤って摂取し、明らかな異常症状を感じた時点で注射します。これだけでアナフィラキシーの治療が完結するわけではありませんので、必ず医療機関を受診する必要

があります。

エピペンは、患者本人あるいは患者家族による自己注射が原則ですが、ショック状態に陥って自分で注射できない場合や、低年齢の子どもなど自分で注射できない場合には、救急救命士や学校の教職員および保育園の職員による注射も可能となっています。

※エピペンは医師の診察後、使用方法の指導を受けた上で処方されます。登録した医師でなければ処方できないので、事前に確認して受診しましょう。

# 6月

## 全科休診日のご案内

1日(日)	21日(土)
7日(土)	22日(日)
8日(日)	28日(土)
14日(土)	29日(日)
15日(日) 休日当番	

## 臨時休診・代診のご案内

### 【内科】

6日(金) 浦田医師 学会のため休診

### 【産科】

20日(金) 田邊医師 休診

### 【整形外科】

25日(水) 今城医師 休診

### 【耳鼻咽喉科】

毎週月曜日の午後の診察はしばらく休診となります。

医師の休診については病院HPにも掲載しています。ご利用下さい。

## 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。



## 耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

### ○補聴器外来

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。

## 看護外来のご案内

### ○ストーマケア外来(要予約)

### ○がん看護外来(要予約)

### ○リンパ浮腫ケア外来(要予約)

各科外来窓口または地域連携室でお申し込み下さい。

外来診療担当医表

平成26年6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		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	秋山 優	香月 憲作	三谷 伸之
	⑤	浦田 洋平		田邊 規和	山口 裕樹	浦田 洋平
神経内科			秋富 信人			
小児科	①	青木 宜治	青木 宜治	鳴海 宏子	青木 宜治	青木 宜治
	②	鳴海 宏子	鳴海 宏子	山田 紘子	奥田 裕美 (10:00~15:00)	鳴海 宏子
外科	①	久我 貴之	平田 健	藤井 康宏	久我 貴之	藤井 康宏
	②	くにすゑ ゆか 国居 由香	尼崎 陽太郎	平田 健	尼崎 陽太郎	くにすゑ ゆか 国居 由香
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		五島 久陽 予約制 10:30~				池山 幸英
皮膚科		中村 好貴				根本 圭
泌尿器科		松山 豪泰	平儀野 剛	平儀野 剛	平儀野 剛	山本 義明
産科		服部 守志	田邊 学	服部 守志	田邊 学	田邊 学
婦人科		田邊 学	西本 裕喜	田邊 学	岡田 真紀	服部 守志
眼科	午前	柳井 亮二				①新井 栄華 ②新井 恵子
	午後				新井 恵子 (14:00~16:00)	
耳鼻咽喉科	午前	平田 加寿子		平田 加寿子		平田 加寿子 池田 卓生 (第2,4)
	午後			廣瀬 敬信 ※第2・3 13:00~15:00		岡崎 吉紘
胃内視鏡		三谷 伸之	浦田 洋平	山口 裕樹	三谷 伸之	白澤 友宏
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	浦田 洋平	中島 崇雄	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 14:30~16:00)

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。