



## 命を落とすダニの感染症

ダニ媒介感染症とは、病原体を保有するダニに咬まれることによって起こる感染症のことです。春から秋にかけてキャンプやハイキング、農作業など、山や草むらで活動する機会が多くなる季節です。山や草むらなどダニの生息場所に立ち入ると、ダニに咬まれることがあります。ダニがウイルスや細菌などを保有している場合、咬まれた人が重症熱性血小板減少症候群（SFTS）やダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、ライム病などを発症することがあります。SFTSの致死率は、中国では6～30%とされています。国立感染症研究所の最新の研究によると、日本のSFTS患者の致死率は約30%です。SFTSは、長門市や萩市でも報告があります。命を落としかねないダニが媒介する感染症から身を守るためには、ダニに咬まれないことが一番の予防策です。

### マダニに咬まれないように注意しましょう

特にマダニの活動が盛んな春から秋にかけては、マダニに咬まれる危険性が高まります。草むらや藪など、マダニが多く生息する場所に入る場合には、長袖・長ズボン（シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長靴の中に入れる、または登山用スパッツを着用する）、足を完全に覆う靴（サンダル等は避ける）、帽子、手袋を着用し、首にタオルを巻く等、肌の露出を少なくすることが大切です。服は、明るい色のもの（マダニを目視で確認しやすい）がおすすめです。

虫除け剤（ディートやイカリジン）の中には服の上から用いるタイプがあり、補助的な効果があると言われています。また、屋外活動後は入浴し、マダニに咬まれているか確認して下さい。特に、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、胸の下、頭部（髪の毛の中）などがポイントです。

マダニ  
（吸血前：3～4mm）



マダニ  
（吸血後：1cm程度）



### マダニに咬まれた場合

マダニ類の多くは、ヒトや動物に取り付くと、皮膚にしっかりと口器を突き刺し、長時間（数日から、長いものは10日間以上）吸血しますが、咬まれたことに気がつかない場合も多いと言われています。吸血中のマダニに気が付いた際、無理に引き抜こうとするとマダニの一部が皮膚内に残って化膿したり、マダニの体液を逆流させてしまったりするおそれがあるので、医療機関で処置（マダニの除去、洗浄など）をしてもらってください。また、マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意をし、発熱等の症状が認められた場合は医療機関で診察を受けて下さい。

参考：厚生労働省・山口県感染症情報センター  
感染管理認定看護師 松田

### 基本理念

#### 「信頼される病院」をめざして

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ます。



### 敷地内禁煙

病院内や駐車場など、  
当院の敷地内は全面  
禁煙となっております。

# 杖の種類と使い方

ホームセンターでも簡単に買える杖ですが、種類が多く、どのように選べば良いか迷われるのではないのでしょうか？

今回はよく相談を受ける二種類の杖の特徴と基本的な使い方について解説します。

## ○ 1 本杖（T 字杖）



対象：杖がなくても自力で歩くことはできるが、バランスに不安のある方

⇒杖の構造上、多くの体重をかけることができません

杖をつくことによって体を支える面積が広くなり、身体のふらつきを抑えることができるのでリズムよく歩けるようになります。肩や手に痛みがある方や握力が弱い方には不向きです。

## ○ 4 点杖（多点杖）



対象：患肢の支持が十分でない方

⇒杖の構造上、1 本杖より多くの体重をかけることができます

足が4点あるため杖自体が自立します。床面に対して垂直方向に体重をかけないと杖がグラグラしてしまうので、ゆっくり歩く必要があります。スタスタ速く歩く方には不向きです。凹凸がある場所や段差などでの使用は難しく屋内向きです。

## ○ 一本杖の高さの合わせ方（3 種類）と持ち手



手首が目安

- ・手首の高さで合わせる。
- ・床面から大転子（足の付け根の骨の出っ張り）までの高さで合わせる。
- ・足先より 15 cm ほど外側に杖先を置いて、肘を 30 度ほど曲げた高さとする。

・杖は悪い方の足（患側）とは逆の手で持ちます！



痛みがある側と**反対**の手に杖を持つと有効です。

## ○ 杖を突く順番

杖を使って歩く場合は「①杖→②反対の足③杖側の足」の順で歩くと安定します。（3 動作歩行）

3 動作歩行が楽に行える場合は「①杖と反対の足→②杖側の足」の順で歩いても良いでしょう。（2 動作歩行）

## ○ その他

杖先のゴムはすり減ってしまうと杖先が滑りやすくなり危険ですので交換しましょう。

お使いの杖で不安な事やわからないことがあればリハビリスタッフに相談してみてください。

# 抗がん剤治療と貧血について



薬剤科 玉一 久美

抗がん剤には、血液に対する副作用が知られています。

白血球に対する影響は代表的なもので、白血球数低下により、感染症のリスクが高くなることが知られています。白血球の体内での寿命は数時間から数日といわれており、白血球減少は抗がん剤投与より、数週間以内におこることが多くみられます。

それに対し、赤血球の寿命は約 120 日といわれており、抗がん剤投与を繰り返すことで、徐々に貧血が進行していくケースがあります。また、少量の出血が持続することでさらに貧血を進行させることもあります。

貧血の治療には、原因となる物質の投与を行います。

出血による貧血については、赤血球に多く含まれる鉄分を投与することが主な治療になります。他には、ビタミン（ビタミン B12、葉酸）、エリスロポエチン（腎機能が悪い場合などに使用する）などが使用されます。また、大量の出血などの緊急時には、輸血を行うこともあります。

鉄剤には、飲み薬と注射薬があります。飲み薬が使用されることが多いのですが、がん患者さんでは、鉄の吸収が低下している可能性も報告されており、注射剤が必要となるケースもあるようです。海外のガイドラインでは注射薬が推奨されているものもあります。

過剰投与された鉄剤は、組織に沈着することが知られており、注意が必要です。また、肝臓がんにおいては過剰鉄による悪影響があるといわれています。

貧血が進行すると、息切れや倦怠感などの自覚症状を伴うこともあります。つらい症状については、主治医にご相談下さい。

がんに関する相談等がございましたら、以下の相談窓口までご相談ください。

場 所	地域医療福祉連携室（がん相談支援センター）
相談時間	月曜日～金曜日（祝日を除く） 8：30～17：00
相談方法	窓口にお越しください。電話でも受け付けております。 電話（直通）：0837-22-2518



当院には、山口大学医学部医学科 6 年生の学生さんが勉強に来られています。

病院長 村松慶一

医学生の医療実地研修（患者さんに実際会う研修）は5年生から始まり、ポリクリとクリクラがあります。学生と言っても、すでに医師の仮免許は持っておられます。ポリクリは大病院の全診療科を2週ずつ回っていきます。その後、自分が行きたい科や専門に学びたい科を選択して、6週間回ります。これが、**クリニカルクラークシップ、通称クリクラ**です。クリクラは、従来の見学型臨床実習とは異なり、学生が医療チームの一員として実際の診療に参加し、より実践的な臨床能力を身に付ける臨床参加型実習のことです。学生は **student doctor** として診療に参加し、指導医の指導・監視の下で一定の範囲内での医行為を実践することが許容されます。学生は、自らの主体性と責任感をもって学ぶことが求められています。

最近は大卒のみならず、大卒以外の病院を選択することができます。今年、長門総合病院には **5名のクリクラ学生** が順番に勉強に来ておられ、私の専門科である整形外科を学んでいます。外来での問診聴取や手術の手伝いを積極的にいただいています。

これからの日本の医療を担っていく貴重な人材です。良い医師になるように教育させていただきます。



## お薬の包装シート誤飲にご注意下さい

医療安全管理室

処方されたお薬には、プラスチックとアルミの薄いシートで1錠ずつに分けて包装されるものがあります。この包装シートを1錠ずつ切り離してしまうと、切った角が鋭くなります。それを誤って飲んでしまうと、のどや食道、腸を傷つけてしまい緊急で処置をしなければならない危険性があります。

そのため、**薬を飲むときは包装シートから必ず取り出して服用してください。**

薬の包装シート誤飲予防として

- 包装シートは1錠ずつに切り離さないようにしましょう  
1錠ずつになっていると、うっかり飲み込んでしまうことがあります
- 必要に応じて薬局で薬を一袋にまとめる相談をご検討下さい
- 内服時は家族や介護者の方に見守りをいただく等  
以上の誤飲予防を参考にされて、必要時薬局に相談して下さい



もし包装シートを誤飲してしまったら!!

すぐに医療機関を受診してください  
飲み込んだ自覚がなくても誤飲が疑われる場合は早期に受診しましょう



「消費者庁イラスト集より」

# むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

## 「日本の整形外科医よ、世界にはばたけ」

順天堂大学整形外科名誉教授  
日本整形外科学会4代理事長  
山内裕雄先生(1931-2021)



画像引用  
東北大学整形外科教室HPより  
[https://www.ortho.med.tohoku.ac.jp/member\\_backnumber.php](https://www.ortho.med.tohoku.ac.jp/member_backnumber.php)

山内先生は偉大な整形外科の先輩でした。先生は横須賀米軍基地、米国ミシガン大学で初期研修を受けられ、その後も米国で医師としてご活躍し、順天堂大学整形外科教授になられました。

2013年、私は日本整形外科学会で「国際的な整形外科医として世界で活躍しよう」と題して講演しましたところ、すぐに山内先生から檄文のお手紙を頂戴しました。この手紙は、私にとって大切な宝物になりました。先生は、日本の整形外科医が内向き思考になり、海外留学を目指さなくなっており、日本がガラパゴス化してしまうのではないかと心から心配されていました。

私も海外で多くの仕事をしてきました。最近はSNSの革新で、海外はすぐに手が届く近い場所になりました。日本の医療は最先端で、わざわざ海外まで行って学ぶことは無いのでは？と思う若い先生の気持ちもわかります。しかし、山内先生も私も断言できます。「それは、違う。」と。今、グローバル社会だからこそ留学の意味があるのです。これからも、山内先生の教えを私の指導する若い先生に伝えていきます。

## 給食調理員募集のお知らせ

未経験者歓迎

・ 募集人員 若干名

・ 応募資格

不問（調理師免許があれば尚可）

年齢18歳～59歳（年齢制限該当事由：定年を上限）

\*土・日・祝日勤務可能な方、希望

\*早出、遅出勤務ができない方は、応相談（条件変更あり）

\*午前・午後のみ勤務も相談いただければ対応可能です



働きながら調理師免許が取得できます

・ 選考方法

(1) 選考試験

(2) 健康診断

・ 採用条件

(1) 身分 正職員

(ただし、原則として3ヶ月間は試用期間とする。)

(2) 採用予定日 随時

・ 勤務時間

① 8時30分～17時（休憩時間50分）

② 5時30分～14時（休憩時間50分）

③ 10時45分～19時15分（休憩時間50分）

（\*ローテーションによる）

・ その他

詳細についてのお問い合わせは、「0837-22-2220」まで。

## 今が旬 おすすめ料理



# 『ししとう』

栄養科長 中嶋乃理子

ししとうはナス科トウガラシ属に分類され、甘唐辛子（甘味種）の一種です。日本におけるししとうの正式名称は「獅子唐辛子（ししとうがらし）」。凹凸のある見た目が獅子の顔を想像させることから名づけられたと言われています。基本的には辛味がなくほろ苦い風味が特徴ですが、時々唐辛子のように辛味の強いししとうもあります。これは、乾燥などの強いストレスのある環境で育ったことによるものです。ピーマンと同じく、成熟させる前に収穫されるため緑色の見た目が一般的ですが、熟すと赤いししとうになります。

ししとうの旬は、6月から9月ごろの夏の時期です。鮮やかな緑色が料理に彩りを添えて、食欲をそそりますね。目を楽しませてくれるししとうですが、実は栄養価も高く体にもとても嬉しい食材なのです。

ししとうには辛味成分のカプサイシンが含まれています。脂肪燃焼作用や新陳代謝を促進する作用があり、アドレナリンが分泌され、血流アップにつながることで身体を温め、冷え性改善を助けてくれます。またβカロテン、ビタミンEも多く含まれており、βカロテンは体内でビタミンAに変換され、髪健康維持や、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持、そして、喉や肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれています。βカロテンと並び強い抗酸化作用をもつビタミンEは動脈硬化や心筋梗塞などの生活習慣病の予防に良いだけでなく、美肌を保つためにも大切な栄養素です。

今回は豚ロース肉でししとうと大葉、とろけるスライスチーズを巻き、フライパンで焼いて仕上げるレシピです。サラダ油で焼くことで、βカロテンとビタミンEの吸収率がアップします。ひと口食べると、甘辛いたれの風味とししとうの香りがふわっと口に広がりますよ。

## 『ししとうのチーズ肉巻き』

### 【材料】(2人分)

・ししとうがらし	10本
・豚ロース肉(薄切り)	200g(10枚)
・大葉	10枚
・とろけるスライスチーズ	5枚
・塩	少々
・こしょう	少々
・小麦粉	大さじ1杯
・みりん	大さじ1杯
・焼肉のたれ	大さじ1杯
・にんにく(すりおろし)	小さじ1/2杯
・サラダ油	大さじ1/2杯



### 【作り方】

- ① ししとうのヘタを取りフォークで穴を開け、スライスチーズは半分に切る。
- ② 豚肉を広げて大葉、スライスチーズを重ね、ししとうを巻いたら塩、こしょうを振る。
- ③ フライパンにサラダ油を引いて熱し、②を巻き終わりを下にして並べ入れ、焼き色がつくまで焼く。
- ④ みりん、焼肉のたれ、にんにくを混ぜたものを加えて全体に絡める。



## 全科休診日のご案内

1日(土) 17日(月) 海の日  
2日(日) 二次救急 22日(土)  
8日(土) 23日(日)  
9日(日) 29日(土)  
15日(土) 30日(日)  
16日(日)

## 臨時休診・代診のご案内

### 【脳神経内科】

6日(木) 佐藤医師 休診

### 【小児科】

14日(金) 青木医師 休診

### 【整形外科】

13日(金) 村松医師 休診

19日(水)、20日(木) 山下医師 休診

### 【皮膚科】

5日(水) 安野医師 休診

25日(火) 浅野医師 受付は13:30まで

### 【泌尿器科】

3日(月)、5日(水)、6日(木)、10日(月) 松山医師 休診

31日(月) 和田医師 休診

### 【眼科】

5日(水) 休診

## 病院内の出入り、面会について

### 【病院内への出入り】

感染防止策として、引き続きマスクの着用にご協力いただきますようお願いいたします。

発熱などの症状がある方はまず、「かかりつけ医」か「受診・相談センター：#7700 もしくは083-902-2510」へご相談ください。

発熱などの症状がある方へ  
まずは電話でご相談！



### 【面会について】

平日 14:00 ~ 16:00 面会時間は15分以内。  
ご家族 2名まで (小学生以下はご遠慮ください。)

## 耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

○補聴器外来

[アリス補聴器センター]

第1・3・5 水曜日(14:00~)

[九州リオン、めがねセンター]

第1・3・5 金曜日(14:00~)

第2・4 金曜日(10:30~)

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…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、ヒブ、日本脳炎、四種混合、麻疹・風疹、肺炎球菌、ロタウイルス

○心臓外来(要予約)

外来日時は小児科へお問い合わせください。

対象…心疾患全般

○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)

○フットケア外来(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

令和5年7月分

診療科		月	火	水	木	金
内科	消化器	永富 裕二	三谷 伸之	永富 裕二	山口 裕樹	三谷 伸之
		藤本 祐子	山口 裕樹	川本 大樹		藤本 祐子
		瀬川 誠				
	循環器	吉富 亮介	高橋 規文	高橋 規文	吉富 亮介	高橋 規文
	血液 糖尿病	香月 憲作	中山 綾菜	秋山 優	香月 憲作	香月 憲作
呼吸器			村田 順之 <small>紹介のみ、完全予約制</small>			
脳神経内科			秋富 信人 <small>(第1,3,5週、予約のみ)</small>		佐藤 亮太	
小児科	①	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治	青木 宜治
	②	縄田 慈子	縄田 慈子	縄田 慈子	縄田 慈子	中島 浩輝
外科	①	久我 貴之	重田 匡利	重田 匡利	久我 貴之	矢野 由香
	②	池下 貴広	矢野 由香	池下 貴広	池下 貴広	
整形外科	①	村松 慶一	村松 慶一	藤本 和弘	村松 慶一	
	②	谷 泰宏	谷 泰宏		杉本 英彰	谷 泰宏
	③	山下 陽輔	杉本 英彰	山下 陽輔	山下 陽輔	杉本 英彰
<p>診察は事前予約を推奨します。<u>※予約はメール、電話（14時以降）でお受けしております。</u>                  整形外科の<u>毎週水曜日</u>の外来診療開始時刻は9時30分からとなっております。</p>						
リウマチ科				谷 泰宏 <small>(要予約)</small>		
脳神経外科				貞廣 浩和 <small>診察 10:30~</small>		河野 亜希子 <small>診察: 11:00~</small>
皮膚科	午前	松田 杏奈		安野 秀一郎	下村 尚子	鬼束 真美
	午後		浅野 伸幸 <small>受付:12:00~14:00 (第4は 13:30まで) 診察 13:00~</small>			
泌尿器科	①	松山 豪泰	北原 誠司	松山 豪泰	松山 豪泰	中村 公彦
	②	和田 隼輔	和田 隼輔	松下 広憲	北原 誠司	松下 広憲
産科		今川 天美	中島 健吾	今川 天美	中島 博予	中島 健吾
婦人科		中島 博予	高崎 ひとみ	中島 博予	中島 健吾	今川 天美
眼科		手術日/ 非常勤医師	新井栄華/ 非常勤医師	新井栄華/ 非常勤医師 <small>(受付 10:00まで)</small>	大学医師	新井栄華/ 非常勤医師
	<p>眼科は初診の方は紹介の方のみとさせていただきます。再来は完全予約制となります。                  眼科の新患の受付時間は10時30分（水曜は10時00分）までとさせていただきます。</p>					
耳鼻咽喉科	午前	岡崎 吉紘	眞崎 達也	眞崎 達也 <small>※新患については、 受付終了時間が早く なる場合があります</small>	岡崎 吉紘	眞崎 達也 <small>(第1, 3, 5週)</small> 池田 卓生 <small>(第2, 4週) ※完全予約制</small>
	午後	岡崎 吉紘 <small>受付 13:00~15:00 診察 13:30~</small>				竹本 洋介 <small>受付:14:00~14:30 診察 14:30~</small>
放射線科			須田 博喜 <small>(紹介のみ)</small>			
放射線治療外来		田中 秀和 <small>(予約制)</small>			日山 篤人 <small>(予約制)</small>	
緩和ケア内科				小野 信周 <small>(院内紹介制) 14:00~16:00</small>		
胃内視鏡		三谷 伸之	藤本 祐子	山口 裕樹	三谷 伸之	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。  
 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。