

# あおやぎ

No.285  
2021年4月



放射線部 遠藤武志 診療放射線専門員 提供

新年度院長あいさつ ②

乳がん看護認定看護師の役割を紹介します ③

令和2年度 第1回 NBC災害・テロ対策研修に参加して ④

栄養レシピ 旬を味わう おうちごはん ⑤

外来診療案内 ⑥

## 県立中央病院の理念と方向性

〈理念〉

県民の健康と生命を支える安心と信頼の医療

- ・患者の権利と意思を尊重し、高度で良質、適正な患者中心の医療を提供します。
- ・医療従事者としての倫理綱領を守ります。
- ・最適ながん医療と生活習慣病対策を推進します。
- ・信頼される救急医療を提供します。
- ・地域医療、福祉との連携をします。
- ・将来を担う医療人の教育、育成を行います。
- ・公共性に配慮した健全な病院経営を目指します。





# 令和3年度 当院の使命をあらためて思う



院長 武田 弘明

昨年度、新型コロナ感染に日本のみならず全世界が翻弄されました。ワクチン接種がようやく開始されたもののトンネルの出口はまだ見えません。この年度はじめのご挨拶では、昨年度の当院における新型コロナ対応を振り返り、その上で新年度の目標を掲げたいと思います。

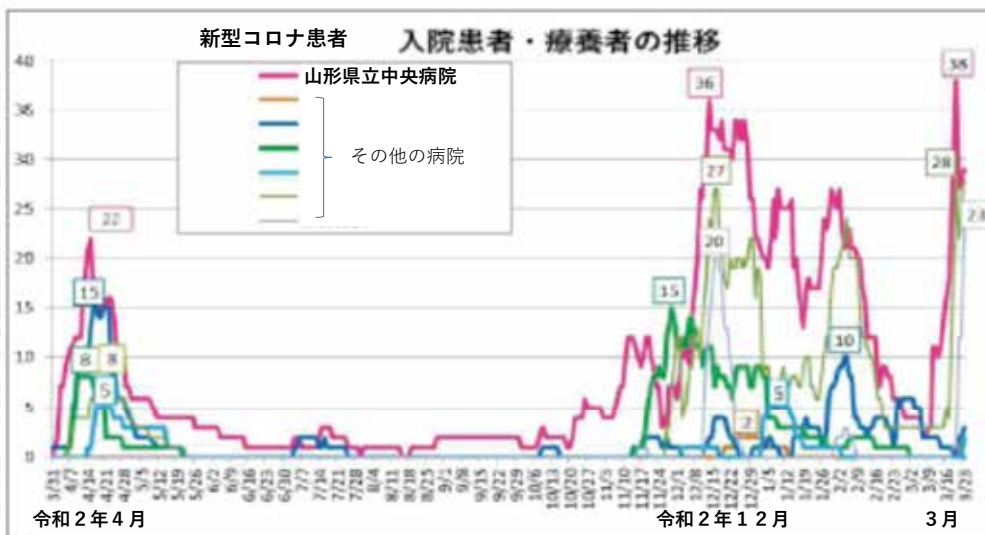
山形県における感染拡大の波は大きく三つありました。はじめは令和2年4月から5月、そして令和2年の12月から翌年の1月と、3月からです。4月はすべてが初めての経験であり、大いに混乱したことに加えて強い緊張を強いられました。一方、二つ目の波は大きく、軽症中等症を引き受ける病床は瞬く間に100%を越え、さらには重症者の急激な増加への対応に苦慮しました。三つ目は予想外の大きさです。この間、県医師会等による山形県医療緊急宣言、山形県・山形市緊急事態宣言が出されました。この一年間、当院は県立病院として、さらには感染症指定医療機関として、強い使命感をもって新型コロナ対応の先頭に立って対応して参りました。また感染対策のスタッフにあっては院内の対応にとどまらず、他施設の感染対策の指導や病院・介護施設クラスターへの対応にも出

向してあたりました。

新型コロナの対応と一般診療の両立は困難という報道は常にされてきましたが、当院も例外ではありませんでした。感染拡大の時期においては、やはり診療制限をせざるを得ず、皆様にはたいへんなご不便をおかけしました。しかしながら、その制限の中にあっても高度な医療、緊急性の高い治療、周産期母子診療などは決して停滞させる訳にはいかないということが当院の重要な役割であり、それを合い言葉に病院一丸となってこの一年を乗り切ってきました。新型コロナ感染患者へも十分に対応しながら、そして高度な診療への対応を見事に両立してやってきたという点は非常に高く評価されてしかるべきだと思いますし、院長として全職員に感謝するところです。

さて、この一年を経て、当院の果たすべき使命は“高度な急性期医療”の提供であることをあらためて強く意識したところであります。そして、まだまだ続く新型コロナ対応においても引き続き率先して取りくんでいくことも同時に決意しました。新年度にあたり研修医をはじめ当院へ入職する新スタッフも多くおりますが、

おそらくは当院の使命をすばやく理解し、心をひとつにして令和3年度に向かってもらえるものと思っています。皆様にはこうした事情をご理解をいただきながら、今年度の当院への御支援をどうぞよろしくお願い致します。



(山形県健康福祉部・一部改変)



# 乳がん看護認定看護師の役割を紹介します

乳がん看護認定看護師 森 敦子

みなさん、「認定看護師」という資格をもった看護師がいることをご存じでしょうか？

日本の医療現場は、高度化し専門分化が進んでいます。この現状から、水準の高い看護を実践できると認められた、看護師制度があります。5年以上の実践経験があり、600時間以上の教育を受けたあと、審査に合格し取得します。その後も5年ごとの資格更新制度があり、最新の情報を取得し、自分の知識や技術を振り返り更新しながら、患者さんやそのご家族の支援を行っています。

現在21分野の認定があり、山形県には182名の認定看護師が活動しています。その中で、乳がん専門の看護認定があり、村山2名（うち当院1名）、庄内1名、置賜1名の計4名が各地域で活動をしています。

乳がんは、他のがんに比べ発症年齢が若いことが特徴です。30歳代から増え始め、罹患のピークは40歳代と60歳代にあります。

最新の報告では、女性の「9人に1人が乳がんになる」と発表され、年々乳がんになる割合が増えている現状です。ここで、男性のみなさん、自分はならないと思っていませんか？ 割合は1%未満と少ないですが、男性も乳がんになることを知っておいてください。

とはいえ、多くは女性がかかる病気です。女性のライフサイクルの中でも、恋愛・結婚・出産・子育て・仕事・介護など、最も変化があり

役割も多い年齢で診断されます。治療期間も、手術をしたら終わりではなく、全身治療をしながら長く経過をみていきます。

さまざまな環境や背景によって、それぞれの患者さんがもつ悩みも違います。医師は、患者さんの生活にも目を向け、考慮した上で治療を提示しますが、すべてを把握し対応することは困難です。そこで、生活を支える役割を持つ、乳がん看護認定看護師が、医師と協力し、患者さんの生活背景をお聞きして、状況にあった具体的対応を個別に行っています。内容としては、診断時の不安な思いをお聞きし、治療の見通しを確認しながら、家庭生活や仕事への影響を予測し、どう対応していくことがいいのか、子供に病気をどう伝えるのか、家族の協力はどうもらえばいいのかなど、患者さんと一緒に対応を考えています。そして、遺伝の問題や医療費の見込みなど、ひとりで解決できない問題も多くあります。患者さんには、診断後もできるだけ、診断前と変化の少ない生活をしながら、治療ができるような支援を心がけています。

また、乳がん看護認定看護師には、他の認定看護師にはない、病気ではない方への予防教育の役割もあります。乳がんは自分で見つけられる癌で、セルフチェックがとても大切です。自分の乳房の変化に早く気づいて、乳腺外科（外科）を受診していきましょう。

## 自己検診のタイミング



### 閉経前は

月経終了後、1週間以内の乳房のもっとも柔らかい張りのない時期に行いましょう



### 閉経後は

毎月一定の日を決めておこないきましょう

## みてチェック

- 皮膚の状態  
くぼみ、もり上がり、赤み
- 左右差・形・大きさの変化
- 乳頭の状態  
湿疹・ただれ・かゆみがあるか  
乳首の向き
- 乳頭から分泌液がでていないか



## さわってチェック

- 石鹸がついた手で触れるとよくわかる
- 乳房全体を「の」の字を書くように
- 指先のはらで軽く押しぎみに
- ゆっくりさわる
- わきの下も忘れずに
- 乳首をつまみ分泌物がでてこないか



ピンクリボンライトアップ（文翔館）



# 令和2年度 第1回 NBC 災害・テロ対策研修に参加して

薬剤部 大熊 良和

令和2年11月6日から8日にかけて、徹底した感染拡大防止対策のもとNBC災害・テロ対策研修が茨城県つくば市で開催され、当院からは医師2名、看護師1名、理学療法士1名、薬剤師1名の計5名のチームで参加しました。

## 【NBC災害・テロとは】

核などの放射性物質 (Nuclear)、炭疽菌などの生物剤 (Biological)、サリンなどの化学物質 (Chemical) による特殊災害やテロのことをそれぞれの頭文字をとって「NBC災害・テロ」と呼びます。日本においては地下鉄サリン事件や東日本大震災での原子力発電所の水素爆発による放射性物質の放出・拡散などがこれに該当します。このような災害やテロが起きた場合、対応する医療従事者には通常の医療では使わない特殊かつ専門的な知識が必要になります。例えば、病院内が有害物質で汚染されないよう速やかにゲートコントロールとゾーニングを行い、自らの身を守るため状況に応じた防護服を選択し着用する必要があります。また、少しでも早く汚染された患者の除染（脱衣とタオルでの拭き取り）を行い、身体所見から原因物質を推定し、特異的な解毒薬があれば使用を考慮します。そして、得られた情報を共有するため様々な組織と連携を図ります。今回の研修は、緊急事態においてこれらの対応をスムーズに行える医療支援チームの養成を目的としていました。

## 【NBC災害・テロが発生した時のために】

NBC災害・テロでは多数傷病者の急激な発生が予想され、当院は災害対応が可能な救命救急センター及び災害拠点病院として迅速な対応

が求められます。地下鉄サリン事件の際に多数傷病者対応を経験した病院では、発生から20分後には最初の汚染患者が自力で来院したそうです。このように発生場所によっては分単位で受け入れ体制を整える必要があります。そのためには、①初動対応に関するマニュアルの整備 ②必要な資源の配備③マニュアルに基づいた訓練の実施などの事前準備が必須事項になると思います。知識や資源に特殊性のある災害ですが、やはり地震や水害などの自然災害と同様に日頃からの準備が何より大切です。

研修で学んだことをしっかりと当院の災害対策マニュアルに反映させ、訓練を通して標準化できるように災害対策小委員会で検討を重ねていきたいと思っています。

なお、今回の研修では実技試験と筆記試験がありました。当院のチームは、参加した10施設中、第1位の成績で研修を修了することができました。



# 旬を味わう おうちごはん

～ 春の食材を手軽においしくアレンジ ～

## 菜の花とアサリのスパゲティ

〈栄養価〉 エネルギー:549kcal たんぱく質:19.7g 脂質:14.8g 食塩相当量:2.9g



材料(一人分)	
菜の花	60g
アサリ(むき身)	20g
スパゲティ	100g
オリーブ油	大さじ 1
にんにく	1かけ
鷹の爪	1本
塩	0.3g

※アサリは殻付きのものを使用しても OK!  
その場合は殻が開くまで炒める。

### (作り方)

- ① 菜の花の根元を落とし4cm幅に切る。茎の太い部分は縦に半分に切る。にんにくは薄切りに、鷹の爪は輪切りにして種をとる。
- ② スパゲティは塩(分量外)を加えたたっぷりの熱湯でゆでる(ゆで時間は袋の表示時間に準じる)。
- ③ 菜の花を熱湯で1分間ゆでてザルに上げる。
- ④ フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくを入れ香りが立つまで炒める。
- ⑤ にんにくの香りが立ったら鷹の爪、アサリ、塩を入れて炒める。
- ⑥ ⑤にスパゲティを加えて混ぜ、器に盛りつける。スパゲティに菜の花を添える。

### レシピのポイント

菜の花とアサリはどちらも春に旬を迎える食材で、鉄分を豊富に含んでいます。また、菜の花には葉酸やビタミン C が、アサリにはビタミン B<sub>12</sub> が豊富に含まれています。

「貧血予防＝鉄分」のイメージがあるかもしれませんが、貧血予防には鉄分だけでなく造血作用を持つビタミン B<sub>12</sub> や葉酸、鉄分の吸収を高めるビタミン C を摂取することも大切です。

### 春の食材でアレンジ

菜の花の代わりにアスパラガスを使ってもおいしく頂けます。



アスパラガスとアサリのスパゲティ



ブロック	診療科	診療曜日					ブロック	診療科	診療曜日				
		月	火	水	木	金			月	火	水	木	金
A	内科	●	●	●	●	●	D	産婦人科(産科)	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状
	呼吸器内科	△	FAX 予約のみ	△	△	FAX 予約のみ		産婦人科(婦人科)	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ
	血液内科	△	△	△	●	△		頭頸部・耳鼻咽喉科	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状
	糖尿病・内分泌内科	△	△	●	△	△	E	小児科 新生児内科	●	●	●	●	●
	循環器内科	●	●	●	●	●		小児外科	△	● 午後のみ	△	△	● 午後のみ
	消化器内科	●	●	●	●	●		皮膚科	●	●	●	●	●
B	整形外科	●	●	●	●	●	形成外科	●	△	●	△	●	
	眼科	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状 10:30まで	● 要紹介状	F	外科	●	●	●	●	●
	歯科口腔外科	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ	FAX 予約のみ		呼吸器外科	△	●	●	△	●
脳神経外科	●	●	●	●	●	乳腺外科		●	●	●	△	●	
泌尿器科	● 要紹介状	△	● 要紹介状	● 要紹介状	● 要紹介状	心臓血管外科		△	●	△	△	●	
C	心療内科	△	△	△	△	△	麻酔科・ ペインクリニック	●	△	△	△	△	
	脳神経内科	●	△	●	●	●	緩和医療科	●	●	△	●	△	
	放射線科						放射線科	●	●	●	●	●	

## 当院を受診する時は

### ◎初めて受診される方

- 総合受付(初来院受付)に診察申込書と問診票及び紹介状(紹介状をお持ちの方)を提出のうえ、受付してください。
- 総合窓口受付開始時間までは番号札をとってお待ちください。

### ◎再来の方

- 予約の有無に関わらず、再来受付機で受付してください。
- 再来受付機は、午前7時30分からご利用になれます。

**保険証のご提示がないと全額自己負担になります。  
「お薬手帳」をお持ちの方はご持参ください。**

## 紹介型外来について

現在、当院においては、一部診療科の外来診療の初診について、【紹介型外来】による医療提供を実施しており、緊急の場合を除いて、紹介状をお持ちの方のみの受付に限らせていただいております。

- 初めての方・予約の方は受診できます
- △ 予約のある方のみ受診できます

**歯科口腔外科・婦人科は「かかりつけの先生」からのFAX予約が必要です**

- 内科の火曜・金曜日は症状によっては受付をお断りする場合があります。

## 非紹介患者初診加算料及び再診加算料について

他の保険医療機関からの紹介がなく、直接当院へ来院された患者さんは、初診に係る費用「非紹介患者初診加算料」として5,090円(税含む)を頂いております。また、当院から他医療機関(大病院を除く)への紹介の申し出後に、当院を受診した患者さんからは「再診加算料」として、2,550円(税含む)を頂いております。  
※緊急入院等の場合は除きます。

再来患者さんからの電話予約及び予約変更については、患者サポートセンターで受付けております。

**TEL 023-685-2620 (13時～16時)**

「かかりつけの先生」からのFAX予約も受付けております。

**FAX 023-685-2606  
(平日/8時30分～18時 土曜/8時30分～14時30分)**