

かけはし

vol. 111

2024.6 SUMMER



写真提供:一般社団法人 広島県観光連盟

CONTENTS

2 ▶ 3 新任医師のご紹介

5 マダニに注意!

4 看護のチカラ

6 ふれあいサロン

よろしくお願いします！



新任医師のご紹介



呼吸器内科

かつら りょう
勝良 遼



県立広島病院より参りました勝良遼と申します。尾三地区の医療に貢献できるように精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

呼吸器内科

こづき なな
古月 七海



尾三地区の医療に貢献できるよう日々精進いたします。よろしくお願いいたします。

消化器内科

やました ゆみこ
山下 由美子



4月より消化器内科で勤務します。エコーや内視鏡検査などに携わることが多いと思います。よろしくお願いいたします。

小児科

おおさき かおる
大崎 薫



4月から小児科に赴任いたしました大崎薫です。尾三地域の小児医療に貢献できるように精進いたしますのでよろしくお願いいたします。

小児科

いしかわ はな か
石川 華佳



4月より小児科に赴任いたしました石川華佳と申します。尾三地区の小児医療に貢献できるよう日々精進してまいります。よろしくお願いいたします。

外科

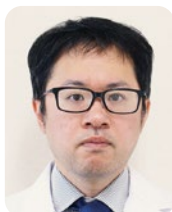
おおつか ひろ ゆき
大塚 裕之



消化器外科全般、なかでも肝胆膵外科を専門として研鑽を積んでまいりました。尾三地域の医療に貢献できるように精進いたします。よろしくお願いいたします。

外科

おの こうすけ
小野 紘輔



4月から外科に赴任いたしました小野紘輔と申します。尾三地区の医療に貢献できるように精進いたします。よろしくお願いいたします。

外科

やまぐち みずき
山口 瑞生



4月より赴任いたしました山口瑞生と申します。尾道の医療に少しでも貢献できるように日々精進いたしますのでよろしくお願いいたします。

脳神経外科

つち え りょう へい
土江 遼平



4月から脳神経外科に赴任いたしました土江遼平と申します。尾三地区の医療に貢献できるように精一杯頑張りますので、よろしくお願いいたします。

産婦人科

かげ やま ゆう か
影山 優花



4月から産婦人科に赴任致しました影山優花と申します。尾道の医療に貢献できるように精進いたしますので、よろしくお願いいたします。

産婦人科



みや の おと さ や
宮野音 沙也

4月より赴任しました、宮野音沙也です。初期研修をしていた尾道総合病院に戻ってくることができて嬉しく思います。よろしくお願いします。

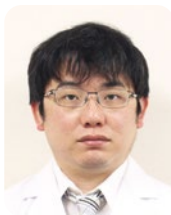
眼科



な ら い せい か
奈良井 清夏

広島大学病院より参りました奈良井清夏と申します。尾三地区の眼科診療等に貢献できるように精進いたしますので、よろしくお願い申し上げます。

耳鼻咽喉科



うす き なお と
臼杵 直人

4月から赴任いたしました、臼杵直人と申します。尾道の医療に貢献できるよう、頑張ります。よろしくお願いします。

麻酔科



かみ や さと し
神谷 諭史

4月から麻酔科に赴任いたしました神谷諭史と申します。尾三地区の医療に貢献できるよう精進いたしますので、よろしくお願いいたします。

歯科口腔外科



いし だ やす たか
石田 康隆

4月より広島大学病院 顎・口腔外科より赴任いたしました。尾三地区の歯科医療に貢献できるよう精一杯頑張ります。よろしくお願い申し上げます。

臨床研修医



おお いし とも や
大石 知弥

広島県府中町出身、島根大学を卒業しました大石知弥と申します。尾三地域の医療に少しでも貢献できるよう一生懸命頑張ります。

臨床研修医



お の かおる
小野 薫

広島大学を卒業いたしました、小野薫と申します。尾三地区の医療に貢献できるよう、精一杯努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

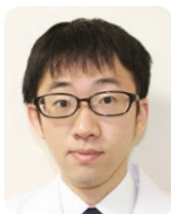
臨床研修医



さぬ き
讃岐 れもん

広島県出身、香川大学を卒業しました讃岐れもんと申します。尾道の医療に少しでも貢献できるよう頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

臨床研修医



なか おか あき のり
中岡 朗典

4月より初期研修医としてお世話になります、中岡朗典と申します。尾三地域の皆様のお役に立てるよう、日々努力してまいります。よろしくお願いします。

臨床研修医



にし まる はる な
西丸 遥菜

広島大学出身の西丸遥菜と申します。生まれ育った尾道で研修できることを嬉しく思います。精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。

臨床研修医



うめ たに こう へい
梅谷 康平

川崎医科大学出身の梅谷康平と申します。少しでも皆様のお役に立てるよう、日々精進してまいります。これからどうぞよろしくお願いいたします。



看護のチカラ

心臓病と運動について

心不全看護認定看護師
西内 結香



「心臓が悪い人は心臓に負担がかかるから動かない方がいい」

このように考えている方は少なくないかもしれません。昔は心臓病の方は運動を控えた方がよいと考えられていたことがありましたが、現在では心臓病の方が運動を行うことで様々な恩恵が得られることが分かっています。

心臓病の方の運動によるメリット

- ・運動能力・体力向上により、日常生活で心不全症状(息切れなど)が軽くなる
- ・筋肉量が増えて楽に動けるようになり、心臓への負担が減る
- ・心臓の機能がよくなる
- ・血管が広がりやすくなることで、高血圧の改善や身体の血液循環がよくなる
- ・動脈硬化が進みにくくなり、心筋梗塞や狭心症の再発を予防する
- ・インスリンの効きがよくなって血糖値が改善する
- ・自律神経が安定して不整脈を予防する



しかし、どのような運動をどのくらいの時間行ったらいいのか判断に迷うことがあるかと思います。特に心不全の方は間違った運動を行うことで、心臓の状態が悪くなることがあります。心臓病の方が運動を安全に行う方法として心臓リハビリテーション(以下「心臓リハビリ」と称する)があります。心臓リハビリとは運動療法、生活指導、相談(カウンセリング)などを含む総合的なプログラムのことです。当院も心臓リハビリの実施施設であり、入院中はもちろん、退院後も外来で心臓リハビリを継続して行うことができます。入院中から起算して5カ月間が保険適応となっており、その後は患者さんが生活の中で運動を継続していくことになります。外来の患者さんの場合は週に1回来院していただき、心臓リハビリを実施しています。

虚血性心疾患(心筋梗塞や狭心症)、心不全の患者さんが心臓リハビリを行うことにより、心血管病による死亡率が26%低下することや、心不全による入院が39%減少することが証明されています。入院していなくても、心臓リハビリの対象条件を満たしていれば保険適応になることがあります。心臓病の方、またはそのご家族の方で心臓リハビリに関心のある方は是非ご相談ください。



▲心臓リハビリの様子

(引用)

心臓病の基礎知識 - 心臓リハビリって何? Q.3 - JACR日本心臓リハビリテーション学会



マダニに注意!



季節もだんだん夏に近づいています。暖くなると服も薄着になってきますが、そのままの格好で畑仕事やレジャーなどで草むらに入るときには注意が必要です。だんだん暖かくなって来るとマダニも活発に動くようになり、人への被害も増えてきます。マダニによる健康被害として日本紅斑熱（にほんこうはんねつ）や重症熱性血小板減少症候（SFTS）などがあります。

日本紅斑熱は、Rickettsia japonica（リケッチア ジャポニカ）と呼ばれる細菌に感染することから発症します。リケッチアは、人などの細胞に感染することで初めて増えることができるという特徴を持っています。また、リケッチアはダニやノミなどの昆虫に寄生しており、そうした昆虫に人が刺されることで感染します。また、近年はイノシシなどの野生動物が住宅地近くに出没するようになってきました。そのことにより、野生動物の毛に付いているマダニが、知らないうちに住宅地の草むらや畑などに潜み、そこでさされるケースもあります。

症状としては病原体を有するダニに刺された後、2～8日の潜伏期間を経て症状が出現します。典型的な症状は、**発熱、発疹、ダニの刺し口**です。播種性血管内凝固症候群（DIC: disseminated intravascular coagulation）と呼ばれる病態を生じやすいともいわれています。DICを発症すると全身の臓器に血の塊（血栓）が生じやすくなり、臓器障害を引き起こし、最悪の場合死に至ることもあります。

日本紅斑熱については、マダニに刺されないように予防策を講じることも重要です。行楽シーズンや野外での活動中にマダニに刺される機会が増えます。そのため、手足の皮膚を覆う服を着用し、マダニに触れる機会を減らすことが大切です。また、野外活動の後には、しっかりと体を洗うことや服に付着したマダニを排除することも重要となってきます。マダニには要注意ですよ。体調の不調を感じたら病院にかかりましょう。

野外では、腕・足・首など、肌の露出を少なくしましょう!

- 首にはタオルを巻くか、ハイネックのシャツを着用しましょう。
- 半ズボンやサンダル履きは不適当です!
- ハイキングなどで山林に入る場合は、ズボンの裾に靴下を被せましょう。
- シャツの袖口は軍手や手袋の中に入れてください。
- シャツの裾はズボンの中に入れてください。
- 農作業や準例などではズボンの裾は長靴の中に入れてください。
- 上着や作業着は、家の中に持ち込まないようにしましょう。
- 野外活動後は、シャワーや入浴で、ダニが付いていないかチェックしましょう。
- マダニに咬まれたら、数週間程度は体調の変化に注意し、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。
- ガムテープを使って服に付いたダニを取り除く方法も効果的です。

ダニ類の多くは、長時間（10日間以上のこともある）吸血します。吸血中のマダニを無理に取り除こうとすると、マダニの口器が皮膚の中に残り化膿することがあるので、皮膚科等の医療機関で、適切な処置（マダニの除去や消毒など）を受けて下さい。

あなたのこころが少しでも軽くなりますように



ふれあいサロン

当院では、患者さん及びご家族の方が、がんについての悩みや不安、辛さを一人で悩むことなく、患者同士の語り合いや、がんに関する正しい情報を得る場として、がんサロンを開催しています。

- 会場** 1階会議室（医療福祉支援センター奥）
- 日時** 毎月第2火曜日 14：00～15：00
- 内容** ● 前半：役に立つお話し ● 後半：フリータイム
- 対象者** がん患者本人とご家族

申込不要
参加無料

2024年度 年間計画

2024 6/11 TUE	担当 橋詰 淳司（乳癌外科医師） テーマ 乳がん	2024 7/9 TUE	担当 比良 大輔（がん薬物療法認定薬剤師） テーマ がんのお薬
2024 8/13 TUE	担当 吉岡 佳奈子（管理栄養士） テーマ お食事	2024 9/10 TUE	担当 中村 達也（理学療法士） テーマ フレイル予防
2024 10/8 TUE	担当 奥河 知恵（歯科衛生士） テーマ がんと口腔ケア	2024 11/12 TUE	担当 齊藤 敦子（認定遺伝カウンセラー） テーマ 遺伝カウンセリング
2024 12/10 TUE	担当 ★ 資生堂 テーマ アピアランスケア（外見ケア）	2025 1/14 TUE	担当 高澤 信好（放射線治療科医師） 渡邊 祐子（がん放射線療法看護認定看護師） テーマ 緩和的照射
2025 2/11 TUE	祝日のためお休み	2025 3/11 TUE	担当 ★ 瀬尾 玲子（臨床美術士） テーマ 臨床美術

★印は院外講師です

【問合せ先】JA尾道総合病院 医療福祉支援センター TEL0848-22-8111（代）／担当 岡本・豊田

病院理念

- 私たちは生命の尊さと人間愛を基調に、力を合わせて病める人々を守ります。
- 私たちは、地域の基幹病院としての自覚を持ち、常に新しくより高い知識の習得と技術の研鑽に励みます。

基本方針

農業協同組合員によって創設されたJA尾道総合病院は、公的病院として保健・医療・福祉・介護活動を通じて、地域に貢献します。

ACCESS

車 尾道バイパス・平原インターから約3分

- バス**
- 尾道駅（山陽本線）尾道駅前－JA尾道総合病院前下車（おのみちバス：JA尾道総合病院線・尾道市立大学線・瀬戸田線の3路線）
 - 新尾道駅（新幹線）新尾道駅－尾道駅前下車（乗り換え）（中国バス・おのみちバス）尾道駅前－JA尾道総合病院前

利用者専用シャトルバスのご案内

- 三原方面 JR三原駅西口発（所要時間約30分・途中の停留所7か所）
発車時間 7:40 ▶ 9:05 ▶ 10:25 ▶ 11:35 ▶ 13:25 ▶ 14:28
- ※詳しくは総合案内にてお訪ねいただくか、病院ホームページをご覧ください。

駐車場のご案内

駐車料金 ▶ 30分無料、その後1時間ごとに100円
診察を受けられた方は無料となります。



病院敷地内は全面禁煙となっています。