ポラリス

札幌社会保険総合病院　院外広報誌

第16号
2010年4月

●新年度を迎えて
●医療の現場から① ② ③
●車椅子贈呈式
～新さっぽろロータリークラブより車椅子寄贈～
●第11回　市民公開フォーラムに参加して
●第12回　日本医療マネジメント学会プログラム
●第22回　世界禁煙デー市民公開フォーラムのお知らせ
●こんにちは、医療連携室です　No.13
●栄養部からのお知らせ
「新さっぽろ栄養士連絡会」を開催しています

ポラリスの由来

ポラリスは北極星を意味します。当院の前身である北辰病院の北辰もまた、ポラリスと同じ北極星を意味する言葉なのです。北極星のように、北国の中心で悠久に燦然と輝き続けたいという願いが込められているのです。
題字は秦院長の直筆です。

全社連
URL　http://www. sapporo-shaho. jp/

新年度を迎えて

看護局　的　場　由紀子

早くも１年が経とうとしている。１年前に投稿した原稿は「明るく元気に楽しく勤務を、そしてそれが周りにも伝われば…」という内容であった。１年前の４月に暖かく迎えて下さった周囲の皆様には本当に感謝している。

21年度は状況の把握に努めた年であった。課題を明らかにする為に使ったような気がする。その中で、役割が果たされているかというと心許ない感がある。

今年の大きな課題は「人材育成、特に新人教育」である。定着率をあげる為、いきいきと働ける職場づくり・環境整備が大きな課題である。個人の成長を感じられる、支えられる看護局でありたい。それが良い看護の提供に繋がることを信じている。今年も看護局のために病院の為に出来る事をしていきたい。

医療の現場から①

婦人科外来で最近気がついたこと

産婦人科　山　本　哲　三

婦人科外来を訪れる患者様のほとんどは、月経に関する異常を訴える御婦人であります。その中でも最近特に多いのは、月経前症候群（PMS）と月経困難症であります。

月経前症候群は性成熟期女性の２～６％と言われ排卵直後の黄体期から月経終了まで、種々の強さと日数で気分の変化（イライラ、怒りっぽい、やる気がない）や頭痛など体調不良があります。

通常は月経発来とともに軽減又は消失しますが、月経中も続き月経終了してやっと消失するという重症の方もおられます。原因としましてはまだ明確に解っていないのですが、黄体ホルモンと精神的ストレスなどの心因的反応がホルモン作用に影響し、水分代謝異常から血管運動神経に影響を及ぼしているらしいということです。

治療は①排卵を抑える…ピルの内服。②水分代謝を調整する漢方薬。③精神的ストレス解消のための精神的安定剤などです。

次に月経困難症ですが、月経に随伴して起こる病的症状と定義されています。症状としては下腹部痛、腰痛、頭痛、脱力感など色々ですが、疼痛のためにショックを起こす女性もおられます。

子宮、卵巣、卵管などに異常が認められない機能性月経困難症と生殖器官に異常を認める器質的月経困難症があり、機能性の場合は妊娠、分娩により治癒することが多いです。器質的な場合には子宮内膜症のあることが多く、子宮内膜症の原因は不明ですが、本来内膜組織以外に内膜組織が移植されており、月経の毎に移植部位で出血を起こし、最後には無菌炎症性癒着や硬結の為に、月経に関係なく毎日腹痛や腰痛に悩まされることになります。

治療法は①薬物療法、ピル、GN-RHアゴニスト、ダナゾール、特殊な黄体ホルモンなど②手術療法（内視鏡下、開腹手術など）、年齢挙児の希望などにより選択します。③最近子宮内膜症嚢胞の悪性化（明細胞癌、類内膜癌など）がいわれております。内膜症嚢胞が悪性化するまでの遺伝子の変化も解明されつつありますので、近い将来内膜症の癌移行も臨床的に利用できるでしょう。

とにかく月経困難症と子宮、卵巣、卵管の病変との関連は無視できないようです。

医療の現場から②

緑内障について

眼科　水内一臣

最近はテレビや新聞でもよく紹介され、ご存知の方も多いと思われますが、「緑内障」とは、眼の固さ（眼圧）が原因で視神経が少しずつ減ってゆき、やがて視野（見える範囲）が狭くなったり、視力が下がったりする病気のことです。

眼球はちょうどゴムボールの中に水が入っているような状態です。あなたの眼もまぶたの上から指で押すと、ブヨブヨしていると思います。この水が少なければゴムボールは柔らかく、逆に水がぱんぱんに入っているとゴムボールは固くなります。この眼圧は血圧と同じように数字で表されて、10～21mmHg（ミリメートルすいぎんちゅう、と読みます）が平均値と言われています。この21mmHgを越えた眼圧の人は高眼圧症（眼圧が高い状態）ということになります。

ただし、眼圧が正常値でも、もともと視神経が弱くダメージを受けやすい場合には、やはり視神経の障害が起こり、視野が狭くなったりします（正常眼圧緑内障）。日本人にはこのタイプの緑内障が多いとされています。眼圧はよほどの高値（40mmHgを越えるくらい）になれば、眼の周りが痛かったり、頭痛がしたり、充血・かすみ眼・流涙などが出てきて自分でも解ります。しかし、それ以外は眼圧の上下に気付くことはまずありません。また、緑内障の場合、視野は周りから欠けることが多く、普段両眼で物を見ているため、片眼の視野が狭くなってきていても気付かず「何か見づらいな」と眼科を受診したときには視野の半分以上が欠けてしまっている場合もあります。この自覚症状の少なさと、一度欠けた視野が元には戻らないというのがこの病気の恐ろしいところです。最近では健康診断などで眼底写真を撮りますので、そこで緑内障の疑いで引っかかることも多いようです。

緑内障と診断された場合、眼圧を下げる治療が行われます。これには、めぐすり、のみぐすり、点滴、レーザー治療、手術治療といくつかの方法があり、その方の眼圧や視力・視野、ライフスタイル等も考慮し、その方にとって最良の方法を選択して行われます。

以前大規模な調査が行われ、中高年の20人に１人が何らかの緑内障をもっていることが予測されています。40歳を過ぎたら一度眼科で診察をうけてみてはいかがでしょうか？

医療の現場から③

腹腔鏡手術について

外科 医長　折茂達也

腹部の手術には大きく分けて、「従来のおなかを切る手術」である開腹手術と「腹腔鏡というカメラでおなかの中を見ながら行う手術」である腹腔鏡手術があります。腹腔鏡手術は従来の開腹手術に比べ小さな創で手術を行うことができるという利点があり、当初は胆石に対する腹腔鏡手術から行われ始め、現在では胃や大腸など他の臓器に対する手術にも応用されています。現在では胆石に対する腹腔鏡手術は標準治療となっており、胃や大腸に対する腹腔鏡手術も市民権を得つつあります。

腹腔鏡手術には創が小さいというという利点以外にも優れた点があります。カメラで術野を拡大視することができるため、鮮明な画像を見ながら開腹手術よりも繊細な手術操作が可能なことがあります。また手術中に腸管に与える影響が少ないため、術後の腸管運動の回復が速く、早くから食事を開始できるということもあります。結果的に入院期間は短くなります。

もちろん腹腔鏡手術には欠点もあります。腹腔鏡手術は小さな創から細い器具を挿入して手術操作を行うため、開腹手術に比べるとどうしても動きに制限が加わります。そのため可能な手術に制限がある、手術時間が長くなるなどの欠点もあります。

腹腔鏡手術は新しい手術ですが、決して特殊な手術ではありません。今後は手術器具の改良、手技の向上によってますます広まることが予想されます。当院も胆石以外に、胃や大腸の手術にも腹腔鏡を導入しており、今後の発展が期待されます。

車椅子贈呈式
～新さっぽろロータリークラブより車椅子寄贈～

平成22年３月３日(木)、当院エントランスホールにて「平成21年度 新札幌ロータリークラブ　車椅子贈呈式」が執り行われました。贈呈式には、新札幌ロータリークラブの清水会長をはじめ、当院の秦院長を含む13名の会員の方たちにもお越しいただきました。

この車椅子の寄贈は、新札幌ロータリークラブの「ロータリー地区　補助金プログラム」により行われたものであります。

このたび寄贈していただいきました7台の車椅子は、当初5台の予定でしたが、車椅子納入代理店「北日本メディカル　松浦様」のご尽力により、予定より2台多く納入していただくことができました。

今回、寄贈していただきました車椅子は、患者の皆様に喜んでいただけるよう大切に使わせていただきます。

本当にありがとうございました。

第11回　市民公開フォーラムに参加して

健診センター　看護師　杉　野　仁　美

2月1日、1階エントランスホールで「第11回市民公開フォーラム」が開催されました。

第１部の記念演奏では、数曲の演奏があり、患者さまをはじめ、市民の方々、職員が美しい音色に心癒される場となりました。最後の演奏は、札幌冬季オリピックのテーマソングの「虹と雪のバラード」という曲でした。私は一応知らない世代の方に属していたのですが…某N科長さん、「この曲聴きたかったの～♪」と楽しそうに目を輝かせていらっしゃいました。そんな科長さんの微笑ましい姿を見ることができたので、私はますます癒されていました。

また、第2部の記念講演は安田先生による“禁煙について”のお話でした。その中で「喫煙は、高血圧や高脂血症を放置しておくよりも死亡率が高い」というお話がありました。

健診センターでも健診終了後に、喫煙している受診者に対して個別に禁煙指導を行っています。該当の方には禁煙外来をお勧めし、受診につながった方々もいます。迷惑顔をされることも多々ありますが、繰り返し指導をしていくことで喫煙の害を多くの人に知ってもらい、禁煙に取組む人を一人でも増やすことが保健師の役割と考え、今後もめげずに指導を続けていこうと思いました。

素敵な演奏と講演のお陰で、癒しと明日から働く元気をもらうことができ、私にとっては大変有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました。

第12回 日本医療マネジメント学会プログラム

●理事長講演
「日本医療マネジメント学会からの情報発信」
宮崎久義（日本医療マネジメント学会 理事長）
●会長講演
「ベンチマーク分析によるDPCの評価
－クリティカルパスへの応用－」
秦　温信（札幌社会保険総合病院 院長）
●招待講演
「EBMに基づく患者中心の医療チームマネジメント」
上野直人（MDアンダーソン癌センター 教授）
●特別講演（順不同）
1.「空白の27時間
－歩兵第5連隊山口少佐の死と立見第8師団長－」
松木明知（弘前大学大学院医学研究科 名誉教授）
2.「医療提供体制の変遷とこれから」
伊藤雅治（全国社会保険協会連合会 理事長）
3.「医療提供体制の今後の方向」
新村和哉（厚生労働省医政局指導課 課長）
●教育講演（順不同）
1.「関節リウマチ：治療変革時代の到来」
小池隆夫（北海道大学大学院医学研究科内科学講座
免疫・代謝内科学分野 教授）
2.「良い医者を社会に送りだすために－北大病院第一外科の試み－」
藤堂　省（北海道大学大学院
医学研究科消化器外科・一般外科 教授）
3.「医療における受け手と担い手との“共同行為”が成り立つために（仮）」
石垣靖子（北海道医療大学大学院看護福祉学研究科
教授）
4.「北海道大学病院の新たな挑戦」（仮）
浅香正博（北海道大学病院 院長）
●市民公開講座（順不同）
1.「鳥、ブタ、そしてパンデミックインフルエンザ」
喜田　宏（北海道大学大学院獣医学研究科 教授）
2.「2.5人称の視点」（仮）
柳田邦男（ノンフィクション作家）
●シンポジウム
●パネルディスカッション
●教育セミナー（順不同）
●特別シンポジウム
●特別企画
●特別セミナー（順不同）
●一般演題（口演・ポスター）※公募
●クリティカルパス展示 ※公募
●ランチョンセミナー

第22回 世界禁煙デー 市民公開フォーラムのお知らせ

●日時：平成22年5月31日（月）
午後5時30分～6時30分

●場所：札幌社会保険総合病院　2階講義室
札幌市厚別区厚別中央2条6丁目
TEL 011－893－6313

●入場：無料　軽食あり（先着60名）

毎年5月31日は、『世界禁煙デー』です。WHO（世界保健機関）は、1988年に5月31日を『世界禁煙デー』と定め、22回目を迎える今年のテーマは「女性へのタバコの売込みをやめさせよう」です。

当院では、全国に先駆けて2000年から敷地内を全面禁煙とし、禁煙指導に力を注いでおります。また、毎年5月31日を含む1週間を「禁煙推進週間」とし、喫煙や受動喫煙の害を広く皆様に知っていただく活動を行っています。

今年は、厚生労働省からの飲食店禁煙化についての通達などもあり、なにかと禁煙に注目が集まっています。これから禁煙を始める方も、すでに実践中の方も、健康を勝ち取るためにぜひご参加ください！

テーマ
「禁煙で健康をかちとるために」

司会：松岡　伸一
（札幌社会保険総合病院・副院長）
講演1：「今からでも遅くない！― 禁煙のすすめ」
三橋　公美
（札幌社会保険総合病院　泌尿器科部長）
講演2：「生活習慣病と禁煙」
岩田　佳代
（札幌社会保険総合病院　健診センター科長）
主催：札幌社会保険総合病院
問合せ先：札幌社会保険総合病院　図書・秘書室
TEL 011－893－6313

こんにちは、医療連携室です　No.13

今回は、平成18年10月に開業されました竹林整形外科の院長竹林武宏先生にお話を伺いました。竹林整形外科はＪＲ新札幌駅、地下鉄東西線新札幌駅６・７番出口から徒歩１、２分の所にあり、院内はバリアフリーとなっています。診療科目は整形外科、リハビリテーション科、リウマチ科で患者様の診療には、竹林先生と看護師５名、理学療法士６名（非常勤２名含む）、リハビリ助手２名、診療放射線技師１名、事務員２名で対応しておられます。

●病院の特徴について教えてください

長寿社会をむかえ生命の延長・救命とは別に、どのように生きるかも新たな課題となり、個々に合った生活の質（ＱＯＬ）の向上が重要視されつつあります。手足・胴体を自由に動かす「運動器」は、主に整形外科の分野であります。その運動器の特徴は、人が自分の意思で制御できることであり、生活の質、人生の意義・充実感に大きく関与していることであります。運動器の疾患は手術が必要となる場合もありますが、当院では手術以外の治療法としてリハビリを含め、あらゆる手段を用いて個々の患者様の生活状況に合わせて最もふさわしい医療を提供し、元気で有意義な人生を過ごしていただくことを目指しています。その一端として、当院では理学療法士常勤4名・非常勤2名を擁し、個々の患者様の状態やレントゲンについて毎夜検討会を行い治療を進めています。

●医療連携に対するお考えをお聞かせください

札幌社会保険総合病院には平成7年から11年間勤務させていただき有難うございました。整形外科をはじめ各科には、名の通った優秀な働き盛りの先生達がおり、地域の核として私達を支えてくれていることを感謝しています。また、放射線科をはじめ諸検査には、道内でも有数の最新鋭の機器を有し分かり易い画像等を提供していただき、患者様ともども有難く思っています。これらをFAXひとつで迅速に下準備し、丁寧に対応していただき患者様の手間を省いてくれている医療連携室のご苦労は大変なものであり深く感謝しています。これからもよろしくお願いします。

竹林武宏先生、ご協力頂きありがとうございました。今後もより充実した医療連携に努めて参りたいと思います。何卒よろしくお願いします。

医療法人社団　竹林整形外科

院長　竹林武宏先生とスタッフの皆様

リハビリ室

開院３周年記念講演会

〒004-0051
札幌市厚別区厚別中央1条6丁目3番1号
ホクノー新札幌ビル１階
ＴＥＬ　０１１－８９０－１０００
ＦＡＸ　０１１－８９０－１００１

栄養部からのお知らせ
「新さっぽろ栄養士連絡会」を開催しています

当院は、地域医療支援病院に承認された急性期の総合病院です。栄養部においても他施設との栄養士間の医療連携を担う役割が求められています。

そこで、当院栄養部では、2005年より栄養士による地域連携構築を目指した栄養士連絡会を定期的に開催しており、本年で6年目を迎えます。

【今までの活動内容】

2005年度「地域栄養士との交流を図る」　～チーム医療に重点を置いた内容（11回）
2006年度「情報共有のマニュアルの作成」～講義とその疾患症例のグループワーク（10回）
2007年度「栄養士の知識共有と統一化」　～栄養補助食品についての講義（6回）
2008年度「栄養管理の充実と情報の共有」～医薬品と栄養管理についての講義（6回）
2009年度「栄養指導の実践に活かそう」　～食品の栄養価を重点にした講義（5回）

2010年も継続して開催していきます。今年度は、前半に栄養管理に関わる講義を行い、後半は栄養士間の情報交換の場を設けようと考えています。研修後にお茶を飲みながら、みなさんで意見交換をしましょう!!

第1回目は、5月19日（水）に開催します。内容は「電解質と輸液」についてです。

たくさんのご参加をお待ちしています。

場　所：札幌市厚別区厚別中央2条6丁目2-1　札幌社会保険総合病院　2階講義室
時　間：18：45～受付
　　19：00～講義
参加対象者：病院や施設にお勤めの管理栄養士・栄養士のみなさん
問い合わせ先：札幌社会保険総合病院　富永　TEL＆FAX 011－893－5882（栄養部直通）

2009年度の内容
テーマ「食品の成分～栄養指導に活かそう」

● 栄養素について ●

第1回　脂質その1
第2回　脂質その2
第3回　たんぱく質その1
第4回　たんぱく質その2
第5回　糖質

編集後記

ようやく春の訪れです。本州では桜の便りも聞かれます。先日18回目の結婚記念日に家族で日光・鬼怒川温泉に行ってきました。桜も咲き始めており、歴史を感じることができました。また温泉旅館での気配りの行き届いた接遇に感心したと共に、看護でも見習うべきところだと思って帰ってきました。

4月は新入職員の方々も入職されます。気持ちも新たに、今年度も頑張りたいと思います。（新谷記）

編集委員　相川・小林・有賀・嶋宮・中野渡・新谷・佐藤・細谷・土田・北村

札幌社会保険総合病院　外来担当医師一覧

【受付時間】午前８：00～11：00　午後１：00～３：00
※土曜、日曜、祝日は休診

平成22年４月７日現在

診療科		曜日	月	火	水	木	金	備考
総合診療科		午前	吉田	吉田/相坂	増田	髙木(覚)	高木(智)/小野	
			安達	安達	安達	安達	安達	
		午後						
内科予約専用電話 011-893-3046	糖尿病科	午前	増田	濱谷	濱谷	増田	増田	
				鴨嶋	鴨嶋			
		午後				濱谷		
	腎臓病科	午前	中澤		石川			
		午後	中澤		石川			
	呼吸器科	午前	相坂	(派遣医)	夏井坂	相坂	夏井坂	
		午後						
	消化器科	午前	高木(智)	加藤	小野/吉田	高木(智)	加藤	
		午後	小野					
	循環器科	午前	藤井	髙木(覚)		藤井	藤井(ペースメーカー)	
							中原	
		午後		中野	髙木(覚)/中原		中野	
	リウマチ科	午前	加藤			栗田		
		午後						
小児科 予約専用電話 011-893-3048		午前	東舘	日下	伊藤	柳内	東舘	※専門外来は完全予約制
			(柳内)	(伊藤)	(柳内)	(伊藤)	(柳内)	
		午後	伊藤	予防接種	東舘	日下	柳内	
				乳児検診(1歳まで)	精神衛生相談	東舘(心臓外来)	伊藤(神経外来)	
				松田(こども心療内科第2・4週のみ)	手代木(第1・3週)			
					日下(川崎病外来)			
外科 予約専用電話 011-893-3091		午前	秦	秦	敦賀	中川	大沢	※月曜日９時から11時は予約制の乳腺外来(秦)
			富岡	松岡		ストーマ外来	佐々木(小児・甲状腺)	
		午後	富岡		松岡	中川	大沢	
			ストーマ外来	佐々木	敦賀			
整形外科 予約専用電話 011-893-3098		午前(新患)	黒部/亀田	永井	永井	黒部	亀田	※月曜日受付は14時30分迄 ※専門外来は完全予約制
		(再来予約)	永井	黒部/亀田		永井/亀田	黒部	
		午後	永井	亀田	永井	亀田	黒部	
							徳永(脊椎外来)	
皮膚科 予約専用電話 011-893-3124		午前	松村	松村	松村	松村	松村	
			派遣医	派遣医	派遣医	派遣医	派遣医	
		午後	松村	松村	派遣医	(手術)	派遣医	
泌尿器科 予約専用電話 011-893-3154		午前	三橋	三橋	三橋	三橋	三橋	
			松田	松田	松田	松田	松田	
		午後	三橋	(手術)	三橋	(手術)	三橋	
			松田		松田		松田	
産婦人科 予約専用電話 011-893-3159		午前(婦人科)	金上	山本	金上	山本	金上	※火曜日受付は14時～15時迄 予約は14～17時 ※専門外来は完全予約制
		午前(産科)	派遣医	金上	山本	金上	金上	
		午後(婦人科)	(手術)	山本	(手術)	金上	山本	
		午後(産科)	(手術)	山本(産後健診)	助産師外来	金上	山本	
眼科 予約専用電話 011-893-3172		午前	有賀	有賀	有賀	有賀	有賀	
			七戸	七戸	七戸	七戸	七戸	
		午後	有賀	有賀	(手術)	有賀	(手術)	
		(予約制)	七戸	七戸		七戸		
耳鼻咽喉科 予約専用電話 011-893-3174		午前	栗原	(手術)	栗原	栗原	栗原	
			川原		川原	川原	川原	
			北尾	新患のみ	北尾		北尾	
		午後	(手術)	(手術)	栗原	川原	予約検査・処置	
					北尾	北尾		
放射線診断科		午前	吉川	吉川	吉川	吉川	吉川	
		午後	吉川	吉川	(検査)	吉川	(検査)	

【予約及び予約変更受付】　土・日・祝日を除く　　午後２：00～５：00（小児科のみは時間内で予約も変更も可能）
※都合により代診・休診となる場合がございますので、事前にご確認願います。
※各科の午後の（手術）（検査）（乳児検診・予防接種）は、診療時間の調整が必要ですので電話で確認してください。
※小児科の（　）内は混雑した場合、２診にて診察を行います。
【腎臓病科病棟担当】　山田（腎・透析センター）

発行責任者：秦 温信
発行：〒004-8618 札幌市厚別区厚別中央2条6丁目2番1号　札幌社会保険総合病院