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

ポラリス

No.28
2013.4

札幌社会保険総合病院 院外広報誌

◆新年度挨拶
◆新事務局長挨拶
◆医療の現場から① ②
◆いきいき健康教室
◆市民公開フォーラム
◆健康診断で安心できる生活をお手伝いします！
◆こんにちは 医療連携・相談室です
◆外来担当医師一覧

新年度挨拶

札幌社会保険総合病院 院長
佐々木　文　章

2013年度が始まるにあたって、本年度の方針について説明します。

病院の目標は、地域の方に満足する医療を提供し、医療の質を保ち、かつ、健全経営を行うことです。地域の方々が満足する医療を提供できているでしょうか。どんな病院でも完全に地域の方々に満足していただけるという医療を提供できないのですが、少しでもそこに近づくよう努力をすることが大切です。

当院の、厚別地区における役割を考えますと、地域の民間病院と役割分担を行い、この地区での医療を行うのが当院の務めであります。第一には日中（勤務時間内）の緊急患者の入院依頼にはできるだけ応じることが必要です。また、血液内科の標榜（６月）、循環器内科の医師の増員は、厚別地区への医療へ貢献してくれると思います。一方、整形外科医の大学からの派遣がなくなり、患者さんが一層少なくなることが予想されます。数年後に整形外科医に来てもらうまでの辛抱が必要です。

2014年４月１日より　独立行政法人“地域医療推進機構JCHO”傘下の病院となります。現在、雇用の形態、給与体系等について本部で検討中です。イメージとしては、国立病院機構や労働者健康福祉機構と同様の病院となることが予想されます。新機構の理念は、”地域医療の要となる”ということです。すなわち、患者さんの入院、退院、在宅治療まで連続した治療を行うことです。総合医が中心になって、在宅治療を視野に入れ、病院運営を行っていきます。そのためにはさらに数人の総合医の先生が必要です。総合医による診療の充実は、新機構JCHOの重要な目標の一つです。救急患者への対応、在宅医療への取り組み、臨床研修医指導等、核になって仕事をしていただけるための総合医を求めております。

病院に勤務する各自がそれぞれの部署で何が望まれているのか、を意識しつつ少しでも変化し、成長してくれることを期待します。病院も変化、変革が望まれています。

病院管理者である松岡、吉田副院長先生、大日向事務局長、的場看護局長を中心に、本年度の病院運営を行って行きます。今年度もご支援のほどよろしくお願いいたします。皆様のご協力をお願いし、2013年度の挨拶とさせていただきます。

追悼
名誉院長兼健診センター長の秦温信先生が平成25年３月25日に病気によりお亡くなりになりましたことをお知らせいたします。謹んでご冥福をお祈りいたします。

新事務局長挨拶

事務局長　大日向　孝　之

この度４月１日付で、札幌社会保険総合病院の事務局長として就任いたしました大日向と申します。

既に、ご存知とは思いますが、平成26年４月から独立行政法人 地域医療機能推進機構 Japan Community Health care Organization：ＪＣＨＯ「ジェイコー」として社会保険病院 47病院、厚生年金病院 ７病院、船員保険病院 ３病院及び病院に併設または附設する介護老人保健施設、看護学校等が地域医療を担う新機構のグループ病院への移行に向け準備を進めております。この大事な時期に諸先輩が築き上げてきた伝統ある病院の事務局長として就くにあたり、責務の重大さを痛感しております。

当病院は、既に地域医療支援病院の承認を受け、地域医療の推進に努めているところです。今後は新機構の使命でもあります急性期医療から介護まで、地域包括ケアの実現など、患者さんを中心に地域医療機関との連携に重点を置き、地域医療連携の構築ならびに幅広い診療能力を持つ「総合診療医」の養成など、地域が求めている医療への役割を果たすべく、病院長を中心に職員一丸となって頑張って参りますので、今後ともより一層のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

医療の現場から 1

ヘリコバクター・ピロリ（H・P）菌

副院長　吉　田　純　一

皆さんはヘリコバクター・ピロリ（H・P）菌というのをご存知ですね。昨年の職員健診では“ABC”健診を試行しましたので、参加した方のなかにはピロリ菌感染の可能性が示された方もいらっしゃるでしょう。

1983年オーストラリアのウォレンとマーシャルにより発見されたピロリ菌は、それまでの胃粘膜病変の考え方をがらりと変えました。当時“胃年齢”という言葉もありましたが、調べてみるとピロリ菌非感染胃粘膜では萎縮性変化はほとんど無く、あってもごく軽度でした。

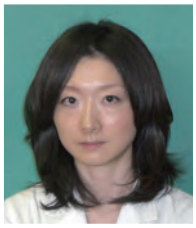
その後、胃粘膜病変との関係の研究は全世界ですばらしい速さで進み、2000年には胃十二指腸潰瘍、胃MALTリンパ腫などの除菌療法が保険適用になっています。しかし胃癌発生との高い関連性が示されているのにも拘わらず、感染者の最も多い“いわゆる”慢性胃炎は保険適用になっていませんでした。

それがこの度、ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎の除菌療法がついに保険収載されるとの報道が出ました。最近の1次除菌の成功率は70%程度まで低下していると報告されていますが、2次除菌と合わせると90%近い成功率も報告されており、3次除菌の検討もされています。わが国の衛生環境では新規感染者は激減しており、除菌成功後の再感染も極めて稀と考えられています。またピロリ菌保有者自体も、我々の20年程前の報告からかなり減少しています。したがって、除菌療法適応者は基本的にドンドン減っていきますので、最初の数年以外は医療費の増加に与える影響は少ないのです。さらに胃癌の発症が減りますので医療費は劇的に減っていくでしょう。

メデタシメデタシ・・・と、まるでH大学A教授の受け売りですが、大学にいた頃僅かですが研究のお手伝いをした身としては真に喜ばしい限りです。

医療の現場から 2

乳腺ＭＲＩについて



放射線診断科　田　中　　七

放射線科と聞くと「レントゲン写真を撮るところ？」と思われている方が多いことと思います。必ずしもハズレとは言えないのですが、放射線診断科は、撮影された様々な画像から患者さんの病態を解明し診断する仕事をしています。取り扱う画像は「レントゲン写真」と呼ばれる単純Ｘ線写真の他に、コンピュータを用いて体の断層像を得るＸ線ＣＴ、Ｘ線を用いず磁石の力で体の内部構造を観察するＭＲＩ、放射性薬剤を用いて体の働きを画像化する核医学検査などがあります。今回はこのうち、乳腺のＭＲＩのお話をします。

生涯に乳癌を患う日本人女性は、16人に1人の割合といわれ、増加しています。乳癌は早期に発見すれば治癒率が高く、90%以上が治るとされていますが、乳がんによる死亡数は年々増加し、30～64歳では癌による死亡原因の1位となっています。乳癌の早期発見には定期検診やマンモグラフィーが有用です。マンモグラフィーや超音波検査で何らかの異常が見つかった場合、乳腺ＭＲＩ検査を行います。乳腺ＭＲＩ検査はマンモグラフィーや超音波検査よりも精密な形態を映し出すことができるほか、病変部分が造影剤に染まってくるパターンを解析することによって、悪性か、良性かがある程度診断できます。また癌と診断された場合、その広がり方を正確にかつ立体的に現すことができるため、手術の時の最適な切除範囲を決定したり、手術前の抗癌剤治療の効果を判定するために非常に重要です。

乳房に対しては、乳腺専用受信コイルというものを使用することが推奨されていますが、日本では他のコイルで代用している施設が多いのが現状です。当院では2010年１月に最新の乳房専用受信コイルを導入しました。乳房専用コイルと汎用コイルとの違いは、例えていうとテレビのハイビジョン映像と普通の映像の違いのようなものです。汎用のコイルでは１㎜程度の腫瘍や内部構造を映し出すことが限界だとすると、乳房専用コイルでは0.5㎜以下の内部構造を鮮明に映し出すことも可能です。何か異常があるようだけど小さく詳細が分からなかったものが、乳房専用コイルによって鮮明に映し出されます。一般にＭＲＩ検査は上を向いてベットに寝ていただくのですが、乳腺のＭＲＩはうつ伏せに寝ていただき、受信コイルを装着します。検査時間は30分程度です。また、放射線を使いませんので被爆の心配はありません。

第２回　いきいき健康教室
「あなたの肩、上がりますか？」
～肩こりの仕組み、その予防について～

リハビリテーション部　理学療法士　田　附　　満

今年は例年に比べ、雪が多く、雪かきする回数も多かったのではないでしょうか。雪かきの動作は肩や腰に負担が多く、肩こりや腰痛になる原因となります。

肩こりは、雪かきのような肩関節に負担をかける動作やパソコンの操作の様にモニターを見ながらキーボードを操作する様な一点を見て首を動かさず、肩を動かさない様にして腕に負担をかける動作などでおこります。それでは、肩こりとは一体、何なのでしょうか？

肩が凝るとは、黙っていても肩の周辺が痛かったり、こわばって動かしにくい状態や首の辺りが硬くなったり、動かしにくい状態をさし、頭痛や吐き気を伴う事もあります。これらの総称を肩こりと言っています。

その条件とは、不良な姿勢、筋肉の弱化、寒冷、持続的な緊張、体型、ストレスなどが複雑に組み合い起こります。

頭の重さは体重の10分の１くらいと言われています。体重が50kgの人は肩に約5kgが乗っている事になります。筋肉はこの頭を支えるため収縮をしますが収縮が持続すると緩める事が困難になり、張り・こりとなってしまいます。筋肉の硬さは筋肉の血管を圧迫して血行を悪くします。また、筋肉の硬さは周囲の末梢神経も傷つけます。血行の悪さや末梢神経の傷は痛みを引き起こし、その痛みが更に筋肉を緊張させることになり悪循環を続けることになっているのです。肩の乱暴な運動もまた、痛みを引き起こし、そこから悪循環を引き起こすことになります。

この悪循環、肩こりを断ち切るには、緊張している筋肉をほぐし、肩の動きに耐えられる筋肉を作り直さなければいけません。作り直すには、自分の肩の形状を理解しましょう。肩は鎖骨の端の高さによって「なで肩」「いかり肩」という分け方ができます。「なで肩」の場合、肩甲挙筋・菱形筋をほぐし柔軟性を高めるストレッチをし、僧帽筋上部は緩んでいるので筋力をつけます。「いかり肩」の場合は、僧帽筋上部・肩甲挙筋・菱形筋が緊張しているので筋肉を緩めるストレッチを行い、僧帽筋下部が緩んでいるので筋力をつける動作をします。このストレッチ、筋肉トレーニングの両方を行って悪循環を断ち切ることが大切です。

また、悪循環を断ち切るとともに肩こりの予防も大切です。立っている時も座っている時も首や肩に負担のかからない姿勢を心掛けましょう。椅子や机も自分の身体にあった高さにする必要があります。寝る時も頭部や首に負担のかからない枕の高さや沈みこまない布団の固さが必要です。この様にして日々の生活習慣の中で方に負担のかからない姿勢を意識することが予防につながります。

♪市民公開フォーラム♪

平成25年２月１日（金）、午後５時15分から当院エントランスホールにおいて第66回札幌社会保険総合病院開院記念行事「第14回市民公開フォーラム」が開催されました。

第１部はソプラノ・鈴木敦子さんの歌と、ピアノ・神原希未さんの演奏で「ユー・レイズ・ミー・アップ」などの数曲を楽しんでいただき、第２部は眼科部長の廣瀬茂樹先生による「白内障について」の記念講演を行い、盛会裡のうちに終了しました。

まだまだ寒い中、多くの方に足を運んでいただきありがとうございました。

市民公開フォーラム「白内障について」

眼科部長　廣　瀬　茂　樹

白内障というと高齢者の病気というイメージがあると思います。実際、80歳になれば100％白内障が確認されるといわれております。しかし、白内障は比較的若い方々に見られる場合もあります。

原因としては加齢のほか、糖尿病等全身疾患に伴う白内障、目の炎症性疾患、緑内障等目の手術後にみられる併発白内障、ステロイドの長期使用によるステロイド白内障、外傷性白内障、遺伝によるものや妊娠中の風疹罹患による先天白内障、放射線、紫外線、赤外線による白内障などがあります。その他、喫煙や糖分、脂肪の過剰な摂取は白内障の発症を促進するという報告もみられます。

白内障の手術時期については

1）車の運転免許の更新に必要な視力が確保できなくなった時

2）矯正視力1.0あるが白内障で見えにくい

3）日常生活に困ったとき

が主な目安です。もし悩んでおられるようでしたら気軽に眼科外来を受診していただきたいと考えます。

なお、成人の中途失明の原因疾患としては緑内障、糖尿病網膜症、網膜色素変性症、加齢黄斑変性症などがあり、40歳以上の成人に見つかることが多い疾患です。これらの疾患の早期発見、早期治療といった意味でも眼底写真判定による検診を受けることをお勧めいたします。

健康診断で安心できる生活をお手伝いします！

4月は、新たなスタートの季節です。その活力を支えるには健康が大切です。日々の暮らしの中で、加齢とともに生じる体調の変化があります。症状が出てから病院を受診するのではなく、定期健診により早期発見し最小限の治療で治せるように、心がけましょう。

当センターでは皆さまの健康を支援するため各種健診を行っています。2012年の当健診センターで健康診断を受けた方は、厚別区人口の約11％の15000人がご利用されています。また、日帰りドックや1泊宿泊ドックもご希望に合わせて予約をしております。

さらに、健診後は判定の結果により保健師・栄養士が生活相談を行い、精密検査の予約や紹介をいたします。また、ご契約により特定保健指導も対応いたしております。受診いただいた方の検査データはコンピュータに記憶され次回の健康診断や人間ドック受診時に比較検討の資料となります。

3大生活習慣病と言われる「がん」「心臓病」「脳卒中」を予防するためには早期発見が一番だと言われております。

乳がんにおいては、毎年「ピンクリボン活動」に協賛しております。今年は10月20日（日）の午前に女性だけの乳がん・子宮がん検診を実施します。午後からは、シェラトンホテル札幌で市民公開フォーラムを開催する予定です。

ぜひ、当センターで、市町村から発行される検診クーポン券の活用と職場の健康診断にご利用ください。

こんにちは
医療連携・相談室です

日頃、連携をさせて頂いている先生方を紹介します。

新札幌乳腺クリニック

〒004-0053 札幌市厚別区厚別中央３条４丁目22-2
電話 011-893-8080　FAX 011-892-2311
ホームページ：www.nyusen-clinic.com/

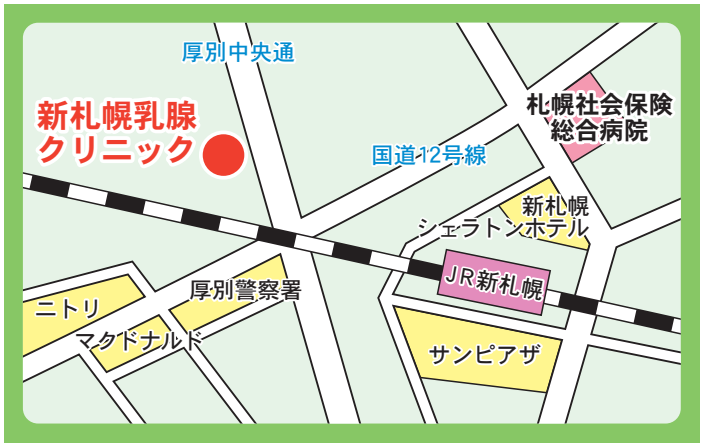
今回は、新札幌に開院して20年を迎えた新札幌乳腺クリニックの院長　岡崎 裕先生にお話を伺いました。クリニックは乳腺に関連する疾患に特化して専門的な検査と治療を提供しておられます。ＪＲ・地下鉄新札幌駅にも近く、地域に密着した医療機関として診療しておられます。

●病院の特徴について教えてください

平成５年７月に乳腺疾患の診療を専門とする医療機関として開院し、20年が経過しました。医師３名をはじめ総勢30名の職員で診療にあたっています。毎年220～240例の乳癌Primary Caseについての手術を含めた診断・治療を行っています。手術術式や薬物療法は多様性を極め、患者さんへの対応が非常に難しくなっており、それぞれの役割分担を工夫して効率的な診療を目指しています。

検査機器のデジタル化により、超早期とも言うべき乳癌を治療する機会が増加している一方で、高度進行乳癌で受診される例も多いのが実情です。乳癌は治療法の進歩により、際限なく経過を診ていかなければならない疾患になっていることを痛感しています。

▲院長　岡崎 裕先生とスタッフの皆様



●医療連携に対するお考えをお聞かせください

乳癌診療に直接関連したことでは骨シンチによる所見を確認する必要があることが多く、札幌社会保険総合病院には大変お世話になっています。また、患者さんには併存疾患や合併症が認められることもあり、医療連携室を介してご助力戴いています。当院のような乳腺疾患のみを診療の対象とした医療機関では病診連携なくしては診療継続は困難と考えています。今後もよろしくお願い致します。

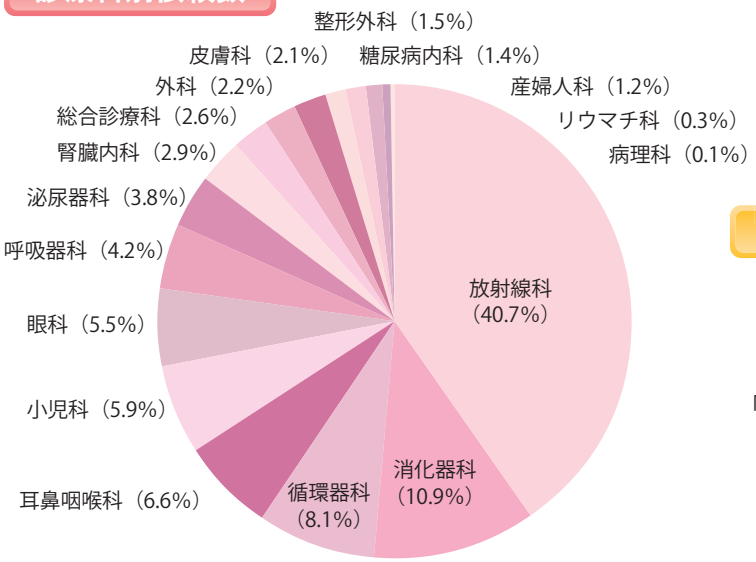
▲新札幌駅より徒歩５分程度です

▲待合室は柔らかな優しい色合いで統一されています

こんにちは　医療連携･相談室です

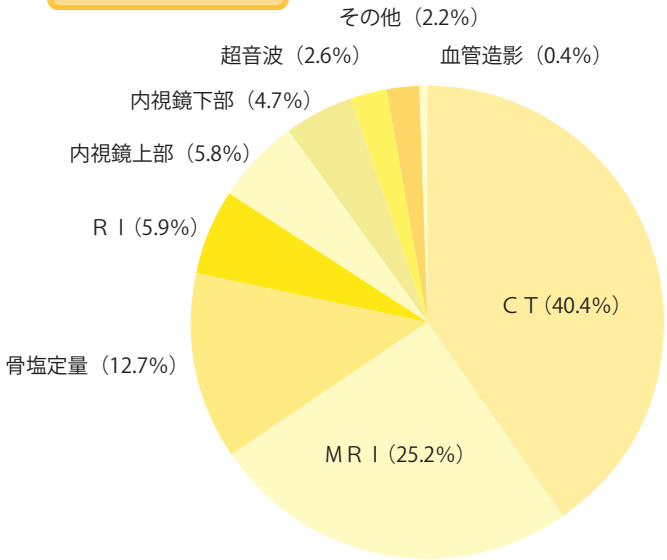
平成24年度医療連携・相談室の利用状況を報告します。
平成８年に開設以来16年が経過しておりますが、今までご利用いただいた件数は約53,000件を数えております。
平成24年度は4,240件のご利用をいただきました。内訳につきましては下記のグラフをご参照ください。

診療科別依頼数



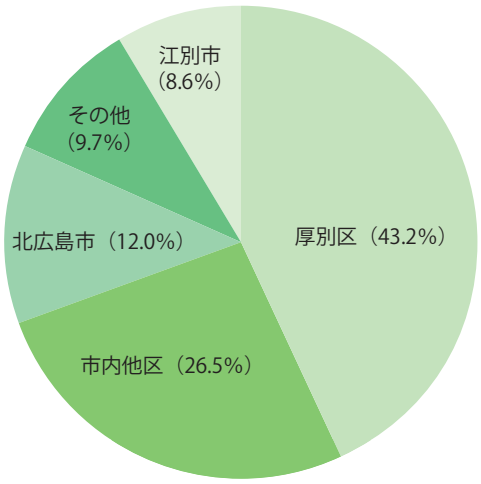
診療科別依頼数では放射線科への検査依頼が最も多く、続いて消化器科、循環器科、耳鼻咽喉科の順となっております。

検査別依頼数



検査別依頼数ではＣＴ、ＭＲＩ検査の依頼で約65%と全体の2/3を占めています。

地区別依頼数



地区別依頼数では厚別区が最も多く、近隣では北広島市、江別市等からご依頼いただいています。

医療連携・相談室へのご意見、ご要望等ございましたらお気軽にご連絡ください。

編集後記

今年の道内は記録的な大雪に見舞われ、雪による悲しい事故もありました。そんな大雪のため、いつになったら雪解けを迎えられるものかと思っていましたが、ちゃんと雪は溶けるようになっているんですね。アスファルトが出ている道を見ると春がきている気分になります。

さて、今年度は「札幌社会保険総合病院」として最後の１年になります。新機構へ移行するにあたり、地域医療機関との連携を強め、より一層地域の医療に貢献できるよう職員一丸となって頑張っていきたいと思います。

このポラリスを通じ、患者様、地域の医療機関の皆様へ情報をお届けできれば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。（早川記）

編集委員　長瀬・篠原・嶋宮・中野渡・佐々木・伴・奥田
矢野・北村・小竹・早川・根上・武藤

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12：30～15：00　　【面会時間】午後13：00～19：30
※土曜、日曜、祝日は休診

平成25年４月１日現在

診療科		曜日	月	火	水	木	金	備考
総合診療科		午前	吉田 渡邉	安達/渡邉/派遣医	安達 渡邉	安達 渡邉	安達 木脇	※連名は交代制
		午後(再来予約)	安達/渡邉	渡邉	安達/渡邉	渡邉	安達/渡邉	
内科	糖尿病	午前	増田	平井 鴨嶋	平井 (増田)	増田	増田	
		午後				平井		
	腎臓病	午前	豊山		江端		山田	
		午後	豊山		江端		山田	
	呼吸器科	午前	相坂	横尾	佐賀	相坂	佐賀	
		午後						
	消化器科	午前	髙木(智)	藤澤	今井/吉田	髙木(智)	藤澤	
		午後	今井		吉田			
	循環器科	午前	藤井 内藤	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	内藤	中野	
	リウマチ科	午前	渡邉			野口		
		午後						
	血液科	午後		安達		安達		
小児科		午前	東舘	日下	柳内	伊藤	東舘	※午後の一般外来は予約・紹介優先 ※専門外来は完全予約制
		午後	交代制 (第１週：伊藤、第2•4週：柳内、第3•5週：日下)		東舘	日下	柳内	
			日下 (川崎病外来、第1・2・4週)	予約注射 (予約制) 予防接種 (予約制)	乳児健診(1歳まで) 手代木(精神衛生相談、第1・3週) 伊藤(神経外来、第２・４週)	東舘 (心臓外来)	伊藤 (神経外来)	
外科		午前 (一般)	高橋(学)	中川	松岡	高橋(秀)	谷	※ストーマ外来、リンパ浮腫外来は予約制
		午前 (乳腺)	高橋(学)	高橋(学)		高橋(秀)	谷	
		午前 (甲状腺)	高橋(学)	高橋(学)		高橋(秀)	佐々木	
		午前 (小児外科)					佐々木	
		午前 (ストーマ)				予約制		
		午後 (一般)	高橋(学)		松岡	高橋(秀)	谷	
		午後 (乳腺)	高橋(学)			高橋(秀)	谷	
		午後 (甲状腺)	高橋(学)	佐々木		高橋(秀)	谷	
		午後 (ストーマ)	予約制					
		午後 (リンパ)	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制	
整形外科		午前	黒部	黒部	黒部	黒部	黒部	
		午後			(手術)		(手術)	
皮膚科		午前	松村 安藤	松村 安藤	松村 安藤	松村 安藤	松村 安藤	
		午後	松村	松村	安藤	(手術)	安藤	
泌尿器科		午前	三橋 松田	三橋 松田	三橋 松田	三橋 松田	三橋 松田	※混雑時３診体制
		午後	三橋 松田	(手術)	三橋 松田	(手術)	三橋 松田	
産婦人科		午前 (婦人科)	足立	山本	山本	幅田	新患のみ	※専門外来は予約制 ※金曜日婦人科交代制 第1・3・5足立、第2・4幅田 ※水曜受付14時～15時 産後健診12:30～13:30
		午前 (産科•婦人科)	幅田	足立	幅田	足立	山本	
		午後 (婦人科)	(手術)	山本	足立	(手術)	新患のみ	
		午後 (産科•婦人科)		足立	幅田		山本	
		午後 (専門外来)	母乳外来	助産師外来	産後健診	母乳外来	助産師外来	
眼科		午前	廣瀬 横山	廣瀬 横山	廣瀬 横山	廣瀬 横山	廣瀬(予約制)	※３才児健診は予約制 ※水曜日の受付時間は午前10時まで
		午後(予約制)	予約検査 (手術第2・4週)	予約検査	(手術)	予約検査	(手術)	
耳鼻咽喉科		午前	栗原 川原 寺田	(手術) 新患のみ	栗原 川原 寺田	栗原 川原	栗原 川原 寺田	
		午後	(手術)	(手術)	栗原 寺田	川原 寺田	予約検査・処置	
放射線診断科		午前	吉川	吉川	吉川	吉川	(検査)	
		午後	吉川	吉川	吉川	吉川	吉川	

【予約及び予約変更受付】　土・日・祝日を除く　　午後14：00～17：00（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。
※泌尿器科は混雑した場合、３診にて診察を行います。

全社連
発行責任者：佐々木 文章
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