

JCHO札幌北辰病院広報誌 ポラリス

Polaris

hokushin.jcho.go.jp

No.73

2025.8

〈特集〉

初期臨床研修医の1日



独立行政法人 地域医療機能推進機構

JCHO 札幌北辰病院

みみ・はな・のどの「困った」に 寄り添い、地域と歩む専門医療



部署紹介 No.7 耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科は、私たちが日々を健やかに過ごすために欠かせない、「みみ・はな・のど」の機能を専門とする診療科です。

具体的には、聴覚(聞こえ)・嗅覚(匂い)・味覚(味)・平衡感覚(めまい・ふらつき)といった感覚器の疾患から、摂食嚥下(食べる・飲む)・音声言語(喋る)・呼吸器(息をする)といった重要な機能まで、幅広く診療しています。

また、これらの機能に関わる、口腔(くち)・咽頭・喉頭(のど)・鼻腔(はな)の専門的な治療はもちろん、耳下腺や甲状腺、リンパ節などの首の症状や、睡眠時無呼吸症候群にも対応します。

このように、耳鼻咽喉科が扱う病気は多岐にわたり、乳幼児からご高齢の方まで、あらゆる年齢層の患者様に対し、診断から治療まで一貫してサポートしています。

手術や入院治療が必要な場合は、まずは当科にご相談ください。

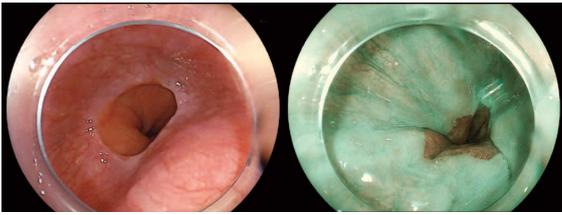
経験豊富な
看護スタッフと連携し、
適切でスムーズな診療を
心がけています!

耳鼻咽喉科スタッフ紹介

診療部長	栗原 秀雄	日本耳鼻咽喉科学会 専門医
医師	小林 諒	日本耳鼻咽喉科学会 専門医
医師	伊東 正文	
派遣医	目須田 康	日本耳鼻咽喉科学会 専門医



■総合病院の耳鼻咽喉科で、より精密な検査を



当院では、聴力検査やX線検査に加え、血液検査、CT検査、MRI検査、超音波検査、内視鏡検査など、さまざまな検査を組み合わせで診断を行っています。特に内視鏡検査では、NBI(Narrow Band Imaging:狭帯域光観察)という新しい技術を導入しており、通常光では見えにくい早期がんの発見にも役立っています。

■より安全で確実な手術を目指して

▶手術ナビゲーションシステム

慢性副鼻腔炎や鼻ポリープなどの鼻副鼻腔疾患に対しては、患者様の身体的負担を考慮し、可能な限り、低侵襲な内視鏡下手術を行っています。その際、ナビゲーションシステムを併用することで、手術部位を立体的に確認しながら、より安全で確実な手術に努めています。



▶術中神経モニタリングシステム(NIM)

耳下腺腫瘍や甲状腺腫瘍の摘出手術では、NIMレスポンスモニターという術中神経モニタリング装置を導入しています。

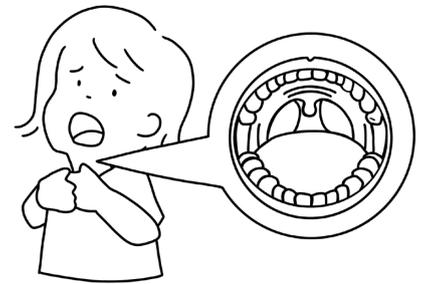
この装置を用いることで、声帯を動かす反回神経や、顔面の動きをつかさどる顔面神経をより正確に保護しながら腫瘍を摘出することができ、神経の確実な温存に努めております。

■お子様の耳鼻咽喉科疾患もお任せください

小児の領域では、中耳炎や扁桃肥大に対する手術に多く対応しています。

当院は小児外科病棟を完備しており、小児看護の経験豊富な看護師が多数在籍しているため、お子さまにも保護者の方にも安心して手術を受けていただけます。

中耳炎に対する鼓膜チューブ留置術は、お子様、ご家族の負担を考慮し、日帰り入院で対応しております。



■睡眠時無呼吸症候群に対するCPAP療法の遠隔モニタリング

いびきがひどい、寝ても疲れが取れない、日中強い眠気に襲われる...。これらの症状は、もしかしたら睡眠時無呼吸症候群(SAS)のサインかもしれません。SASは、睡眠中に何度も呼吸が止まったり、浅くなったりする病気です。放置すると、高血圧や糖尿病、心筋梗塞など、さまざまな生活習慣病のリスクを高めることが分かっています。

当院では、SASの検査・治療に力を入れており、正確な診断のために、一泊入院していただき、睡眠中の呼吸状態を詳しく調べる精密検査を実施しています。

検査の結果、SASと診断された場合、CPAP(シーパップ:持続陽圧呼吸療法)が有効な治療法の一つです。CPAPは、専用の装置から空気を送り込み、睡眠中の気道の閉塞を防ぐことで、いびきや無呼吸を解消し、質の良い睡眠をサポートします。

当院では、CPAP治療を導入された患者さんに対し、遠隔モニタリングシステムを導入しています。ご自宅でのCPAP使用状況を医療スタッフが継続的に確認できるため、適切に治療が続けられているか、効果が出ているかを常に把握し、必要に応じてきめ細やかなアドバイスや調整を行うことが可能です。



密着! ~未来の医療を担う 初期臨床研修医



07:50 出勤



出勤後はスクラブに着替えて勤務がスタートします。
出勤後は担当患者さんや検査について知識を習得し、業務に備えます。



12:00 昼食

院内レストランでお昼ご飯を食べます。レストランはメニュー豊富でボリューム満点!なのに良心的な価格なので、物価高の今、とても助かっています。



08:00 モーニングレクチャー

毎週金曜日の早朝にはモーニングレクチャーがあります。ここでは、研修医が知っておくべき基礎知識や技能について、年間を通して全診療科から学ぶことができます。



10:30 外来診療



08:30 カンファレンス



担当患者さんの状態や方針についてチームで検討します。
指導医の先生の考えはとても学びになります!



09:30 病棟回診

担当患者さんの状態を把握しながら、処置などを行います。
分からないことはすぐに指導医に相談でき、丁寧に教えていただける優しい先生ばかりです。

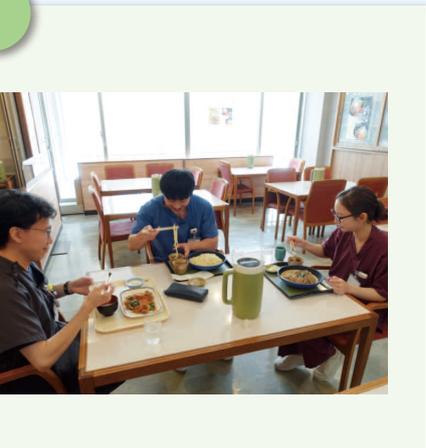
若手医師～ の1日



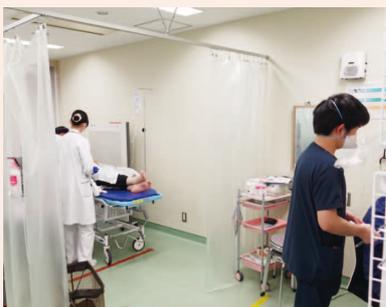
当院は、「臨床研修指定病院」として、次世代を担う若手医師の育成に力を入れています。

今年度は、総勢9名(1年目4名、2年目5名)の初期研修医が、指導医や上級医から丁寧な指導を受け、患者さんと接する中で、医師としての基礎をしっかりと身につけています。

今回は、熱意をもって研修に取り組み、日々、患者さんの命と真摯に向き合いながら成長を遂げている研修医の「とある1日」に密着し、その様子をご紹介します。

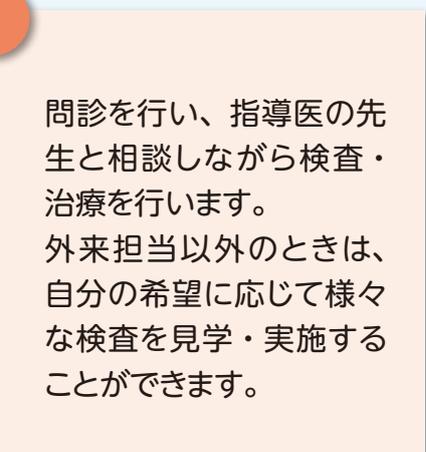


14:00 救急外来



上級医の指導のもと、研修医が主体となって救急搬送患者の初期対応を行います。

また、業務の合間に上級医とディスカッションも行います。



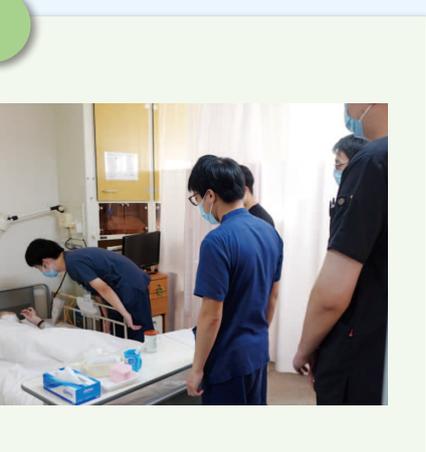
問診を行い、指導医の先生と相談しながら検査・治療を行います。

外来担当以外のときは、自分の希望に応じて様々な検査を見学・実施することができます。



16:00 振り返りカンファレンス

チームの指導医の先生と回診を行い、患者さんの状態を確認し、明日からの治療方針などを話し合います。



17:15 業務終了!



明日の勤務に備え、早めに帰宅してしっかり身体を休めます。このようにメリハリのある働き方ができるおかげで、家に帰ってから自己学習の時間に充てることができます。ONとOFFの切り替えがしっかりできる体制です。

「チーム医療」の尊さ ～南極での経験を通じて～

外科 診療部長 寺崎 康展

私は第65次・第66次南極地域観測隊の一員として、2023年11月から2025年4月まで、南極にある昭和基地で医療活動に従事していました。

わずか2名の医療隊員ですべての医療対応にあたらなければならない環境だったため、「助け合い」の精神がいかに大切かを痛感しました。

この南極での経験を経て、今、当院の看護師やメディカルスタッフなど、様々なスタッフの存在を心からありがたく感じています。限られた状況での活動を通して、チームで医療を行うことの尊さを改めて実感しています。



専門は消化器外科ですが、
長らく地域医療に携わってきたため、
乳腺外科や小児外科も診療可能です！

Q1 南極観測隊に応募したきっかけは？

以前勤務していた地方の病院で観測隊員の方の手術を担当したのが、南極観測隊に興味を持った最初のきっかけです。

その後、別の病院に勤務した際、上司が観測隊の経験者だったことで、南極へ行きたいという気持ちがより一層強くなり、思い切って応募しました。

Q2 南極ではどのような活動を？

南極では、主に隊員の健康管理と一般的な診療を担当していました。1年間で200件ほど病気や怪我の診療にあたり、特に多かったのは内科、整形外科、皮膚科、歯科などです。私たち第65次観測隊では、腰椎麻酔での手術も1件実施しました。

また、隊員の定期健康診断や、基地で使用する水質の検査も、医療隊員としての大切な業務でした。しかし、医療的な仕事ばかりではありません。実際には、基地周辺の除雪作業など、他の隊員の手伝いをすることも多かったです。

限られた環境の中で、医療だけでなく、隊全体を支える様々な活動に携わっていました。

Q3 日々の診療で大切にしていることは？

日々の診療では、病気の治療において患者さんご自身の気力も大切な要素だと考えています。そのため、手術や薬剤などで治療を進めるだけでなく、患者さんの気持ちが前向きになるように努めています。

また、ご家庭の状況など生活背景も含めて最善の結果が得られるよう、常に配慮しています。病気だけでなく、患者さんを取り巻く環境全体を視野に入れ、より良い治療を目指しています。

📷 Off shot

休日は、自宅近くを散歩したり、
子どもと遊んだり、ランニングを
したりしています。
南極にいた頃は、
時々釣りも楽しんで
していました。



看護補助者

看護師と協力して入院患者さんの日常生活をサポートします。主な業務は、食事や入浴、排せつ介助、ベッドシーツ交換、環境整備などです。

特別な資格や経験は必要なく、幅広い年齢層の方が活躍しています。

看護事務クラーク

看護師の事務的な負担を軽減し、看護業務を円滑に進めるためのサポート役です。患者さんの治療に関する書類の作成・整理、電話対応、患者さんの誘導などが主な業務内容です。

制服でつながるチーム医療

～当院スタッフの制服図鑑～

当院では、多くの専門職が力を合わせ、患者さんのためのチーム医療を実践しています。当院を利用される皆様が、どの職種のスタッフかひと目でわかるよう、制服は職種ごとに色やデザインを変えています！今回は、3職種のユニフォームと仕事内容をご紹介します。

看護師

看護師は、入院から退院まで、患者さんの最も身近な存在として心身のケアを担う専門職です。

当院では、入院病棟、外来、手術室など様々な部署で活躍しており、患者さんの安心と安全を支えています。

制服はどの部署でも共通ですが、4つのデザインから自由に選ぶことができますため、個性を活かして働くことができます。





お薬のギモン、薬剤師がお答えします!

お薬のことで、「これってどうすればいいの?」と疑問に思ったことはありませんか?
当院の薬剤師が、お薬の正しい使い方について分かりやすくお伝えします。



Q 食前・食間・食後のお薬は、
具体的にいつ飲めばいいの?

A お薬を飲むタイミングは、それぞれ
次のように決められています。

食前:食事の30分ほど前
食後:食事が終わってから30分以内
食間:食後、2時間ほど経ってから

また、食直前、食直後は以下のとおりです。
食直前:食事の5~10分前、まさに食事の直前
食直後:食事の直後

Q 残ってしまった薬は
どうすればいいですか?

A 受診時に医師に相談いただくか、
調剤薬局にご相談ください。

定期的に飲んでおられるお薬が余ってしまった場合は、次回の受診時に医師へご相談ください。お薬の名前や残りの数をお伝えいただければ、処方日数を調整し、ちょうど飲みきれぬように対応できることがあります。
服用しないお薬が余ってしまった場合は、お近くの調剤薬局にご相談ください。薬局で回収してもらえる場合があります。

Q お薬の保管方法で
注意することはありますか?

A お薬の種類によって
保管温度が異なります。

坐薬は、多くの場合、冷蔵庫で保管します。
錠剤やカプセルは、室温での保管が一般的ですが、例外もあるためご注意ください。
いずれの場合も、指定された薬以外は、高温多湿や光の当たらない場所で、箱や缶に入れて保管しましょう。

Q うっかり飲み忘れてしまうのですが、
何か良い対策はありますか?

A 飲み忘れを防ぐには、
以下のような方法があります。

飲み忘れを防ぐには、お薬カレンダーやピルケースの利用、服用タイミングごとにまとめる一包化など、様々な方法があります。
食事を準備する際にお薬も一緒に出しておく習慣もおおすすめです。



イベントのお知らせ

申込方法



011-893-3000

(受付時間: 平日 9:00~16:00)



いきいき健康教室

予約制

2025年 9月26日 **金** 14:00~ 当院2F 講義室

「聞こえを守り、健康寿命を延ばすために」 伊東 正文 (耳鼻咽喉科 医師)

2025年 11月 7日 **金** 14:00~ 当院1F 視聴覚室

「ヘルニアについて」 松澤 文彦 (外科 医長)



がんサロンイベント

予約制

2025年 10月15日 **水** 14:00~ 当院1F 視聴覚室

「抗がん剤治療中の頭皮ケアと医療用ウィッグについて」

