

TAKE FREE

ご自由にお持ちください



独立行政法人 地域医療機能推進機構

JCHO 山梨病院 広報誌

患者さんと病院をつなぐ情報誌

山病
Yamanashi
Hospital

Japan Community Health care Organization

だより
1 月号
令和7年1月 発行
vol.161

CONTENTS

- 03…山梨病院院長 佐藤 公 年頭所感
新入職員紹介
新しい仲間を紹介します
- 04…広報・医療サービス委員会だより
朝日通り商店街えびす講祭りに
参加しました
第9回 JCHO地域医療総合
医学会が開催されました
- 05…糖尿病診療管理委員会より
『糖尿病教室』を開催しました
- 06…保健師だより
メタボリックシンドロームの話
- 07…薬局だより
骨は常に新陳代謝を
繰り返しています

02…職員の専門性を聴く

心不全パンデミックと山梨病院

循環器内科医長 菅又 渉



循環器内科医長

菅又 渉

心不全パンデミックと山梨病院

菅又と申します。地域医療機能推進機構 山梨病院で循環器内科医として仕事を続け、気が付けば10年の年月が経っていました。この10年間、いろいろなことがありました。新たな職員が就職して当院で研鑽を積み、今では無くてはならない人材に成長し、またある職員は当院を離職して新天地で頑張っているとのこと。多くの人の流れを横目に見つつ、自分は古参の一人になってしまったなど感慨深くなってしまいます。この10年間で起こった歴史的な大事件の一つと言えば、COVID-19のパンデミックではないでしょうか。長い間、人との交流が妨げられ、社会全体が暗雲の中にいるかのようでした。少なくない人が、人生を狂わされてしまったことでしょう。

そんなCOVID-19の感染拡大とは別のパンデミックが、医療者、特に循環器医の間でささやかれていることを皆さんは御存じでしょうか。病気の名前を皆さんは知っているはずで。聞けば、名前ぐらい知っているよと答えるでしょう。そんな病気が急激に広がっています。その広がり様子から、それはこう呼ばれています。「心不全パンデミック」と。

心不全とは何でしょうか。私は患者さんに次のように心不全の説明をします。「例えば、心臓が100の力で動けると、100の血や水分を体に循環させることができると考えてください。もしも、あなたの心臓が80の力しか出せなくなったら、80の血や水分しか循環することができなくなります。では、回せなくなった20の水分はどうしたらよいでしょう。どこかに捨ててこなくてはなりませんね。足に捨てれば浮腫みとなりますし、肺に捨てれば肺水腫で呼吸困難となって症状が出てきます。」この説明に納得されてもよその医者にこのようなことを言わないでください。こんな説明どこの教科書にも載っていませんから。

生活習慣の欧米化に伴う虚血性心疾患(心筋梗塞や狭心症など)の増加や高齢化による高血圧や弁膜症の増加などにより、心機能が低下するため心不全の患者さんが急増しています。心不全は、さまざまな心疾患がたどる終末像であり、高齢者がもっとも気をつけなくてはいけない心臓のトラブルの一つでもあります。急激に患者数が増加して「心不全パンデミック」という状態を作り出しているのです。

では、これに対し、山梨病院ではどのように対応しているのでしょうか。当院では、心不全患者の受け入れを積極的に行っています。当院で新規に診断された患者だけでなく、他の心臓専門病院で診断や治療されたが、同院での入院が困難な場合も、ご相談いただき、入院受け入れを行っています。また、心臓に栄養を送る血管である冠動脈を観察するための冠動脈CTや、山梨県では他院ではあまり行われていませんが放射線ラベルされた薬の心臓への集積を調べる心臓RI検査も行うことが可能です。当然、心電図や血液検査などの一般的な検査や心エコーや24時間心電図も行うことができます。また、心不全入院後には心臓に無理ないリハビリとして心臓リハビリテーションを行っており、退院後の栄養管理について栄養士から指導を受けることもできます。

山梨病院では、「心不全パンデミック」に対し積極的な対応により、山梨県にお住いの皆様がお一人でも心不全状態から改善し、再入院をできるだけ少なくするよう、日々の診療に従事しています。もし、心不全でお困りのことがありましたら、ご相談いただければ幸いです。



年頭所感

JCHO山梨病院院長 佐藤 公

あけましておめでとうございます。新年が皆様にとって健康で、明るい一年となりますことを心からお祈り申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症の発症は持続して認められるものの、社会全体では様々な規制が徐々に解除されてゆきました。この中で当院としても感染対策を行いつつ、地域社会のニーズに応えた質の高い医療を提供することができるかが問われた1年でした。

具体的には、二次救急病院として救急医療に参加するとともに、地域の病院、診療所や高齢者施設とも連携し、入院病床を効率的に運用してきました。山梨大学医学部附属病院や山梨県立中央病院との連携による超急性期を過ぎた患者さんがご自宅へ戻るまでの次のステップとして当院をご利用いただいた事例も増加しました。

「早く病気を見つけ、早く治す」を目標とする健診業務も当院の担う役割の一つです。診療を受けやすい環境を提供するために女性外来や乳腺セン

ターが設置されていますが、2023年4月からは消化器病センターの整備の一環として最新の超音波内視鏡を導入し、膵臓や消化管の腫瘍のより正確な診断ができるようになりました。こうした試みもあって昨年も100名以上の癌患者さんを診断し、治療につなげることができました。

地域の課題の一つである高齢化に伴い、肺炎や心不全、骨折などの患者さんが増加しており、入院治療だけでなく、悪化の防止に向けては、医師や、薬剤師、栄養士、理学療法士も含めた多職種が連携して、指導やリハビリに取り組む必要があります。当院では昨年からの骨折の2次予防に向けた指導に力を入れています。骨折を繰り返さないために、背景にある骨粗鬆症を適切な治療につなげるために多職種が連携して対応しています。

今後とも、患者さんに親身な医療を提供する機関として職員一同努めてまいります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

新しい仲間を紹介します。 新入職員紹介

question 質問

- ①趣味 ②特技・こだわり ③性格は
- ④当院に就職するにあたって
(自己PRを含めて)

看護師 由井 宏美

①家族や友人との旅行、刀の鑑賞、推し活…等、多趣味です。②字が綺麗だと言われます。③「明るい人見知り」です。④内視鏡室へ配属されました。不安を少しでも軽減し、少しでも楽に内視鏡を受けられるようサポートしてまいります。是非よろしくお願いいたします。

3人の職員が仲間になりました。よろしくおねがいします。

Introduction of new employees

看護師 小倉 未夕

①音楽鑑賞、絵画、好きなアーティストのライブに行くことです。②水彩画を描くことです。③平和主義なので穏やかな方だと思います。④この度看護師としてお世話になることになりました。まだまだ未熟なところも多々あると思いますが、一生懸命頑張りますので、ご指導のほどよろしくお願い致します。

看護助手 藤巻 めぐみ

①推し活。②手相を見ること。③明るい。④早く仕事を覚えて慣れていきたいと思っています。よろしくお願いいたします。



朝日通り商店街えびす講祭りに参加しました

11月23日(土)に行われた朝日通り商店街えびす講祭りに、広報・医療サービス委員会及び健康管理センターから14名で参加して参りました。当日は風が強かったものの晴天には恵まれ、午前中から多くの地域住民の方や家族連れで賑わいました。また、昨年比で10代の利用が増えたことも賑わいにつながったと思われます。

人形を使用したAEDと心臓マッサージの体験へ子供から幅広い年齢層で多くの皆様にご参加頂き、希望者は15時近くまで増減の波はあったもののほぼ途切れることはありませんでした。子供達には本物の聴診器やパルスオキシメーターが好評で、家族や友達同士で音を聞き実際に試して数値を確認しあう姿がみられました。

またお好みの白衣を選んで着用しての記念写真コーナーでは、本物の聴診器を首に掛け病院の旗などを背

景に嬉しそうに様々なポーズをとる子供達をみて、ご家族も大喜びされておりました。今回は大人の利用も増加しており昨年からの取り組みに一定の効果が出たと思われまます。フィルムの調達が難しい中で写真をその場で現像しプレゼントすることが出来て利用者から喜びの声を多数いただきました。

午前中に、健康管理センター看護師による血圧測定や健康相談は利用者から身近な質問があり、具体的なアドバイスを熱心に聴き入っておられました。

今回の出展は、来場された155名様をはじめ地域住民の皆様からご好評をいただき大変有意義なものとなりました。今後もこのような機会があれば積極的に参加させていただき、地域の皆様のための病院として親しんで頂けるよう活動していきたいと思ひます。



第9回 JCHO地域医療総合医学会が開催されました



今年度は宮城県仙台国際センターにて開催され、当院からは演者を含めて合計18名が参加いたしました。

メインテーマ ともに築こう JCHOの強み

口演発表：チーム医療

演者：大畑 徹也（整形外科診療部長・骨粗鬆症リエゾンチーム）

『当院における大腿骨近位部骨折における二次性骨折予防管理料1取得の現状と課題』

ポスター発表：検診

演者：ロジャーズ 尚美（保健師・糖尿病看護認定看護師）

『特定保健指導初回面接を、健康診断当日に実施するための取り組み』

メタボリックシンドロームの話

こんにちは、健康管理センターの保健師です。お正月につい食べ過ぎて、体重が増えた方はいらっしゃいますか？今回紹介する、メタボリックシンドロームは、ただの肥満から動脈硬化を引き起こし様々な病気に発展してしまう病気のおはなしです。



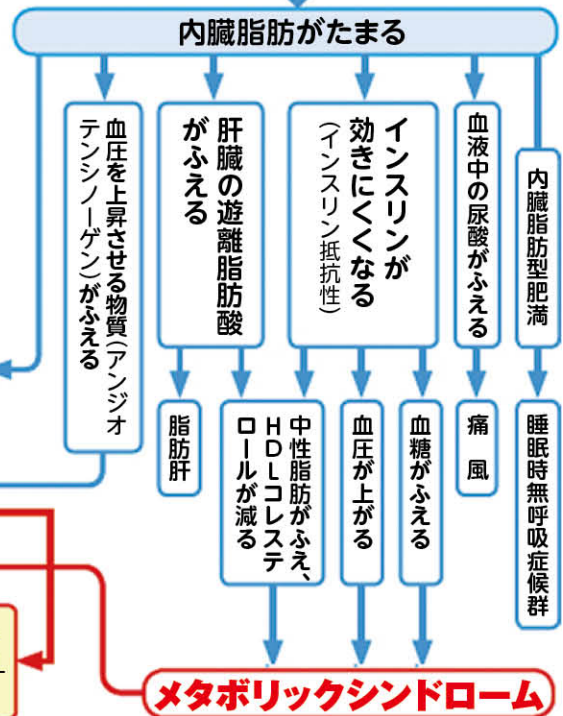
メタボリックシンドロームとは

内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさることにより、心臓病（心筋梗塞・狭心症など）や脳卒中などになりやすい病態です。日本人の死因の第2位は心臓病、第4位は脳卒中です。この2つの病気は、いずれも動脈硬化が原因となって起こります。動脈硬化を起こしやすい要因（危険因子）として、**高血圧・喫煙・糖尿病・脂質異常症（高脂血症）・肥満**があります。これらの危険因子はそれぞれ単独でも動脈硬化を進行させますが、危険因子が重なれば、それぞれの程度が低くても動脈硬化が進行し、心臓病や脳卒中の危険が高まることになっています。

(e-ヘルスネット厚生労働省より)

メタボリックシンドロームの起こるしくみと招く病気

食べ過ぎ・栄養のとり過ぎ・運動不足



ウェルネス健康管理より

動脈硬化ドック & 脳ドックのご案内

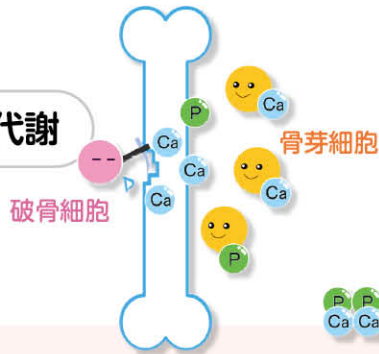
当院の健康管理センターでは生活習慣病予防健診と動脈硬化のスクリーニングとして、動脈硬化ドックや脳ドック（脳動脈瘤や血管狭窄・閉鎖などを調べる）を準備しております。ぜひ御活用ください。また、特定保健指導では、この危険因子が改善し病が進行しないよう食事・運動・喫煙・休養の見直しをする生活改善の支援を行なっています。気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先：JCHO山梨病院 健康管理センター看護部 ☎055-252-8831（病院代表）

薬局 だより

骨は常に新陳代謝を繰り返しています

正常な骨代謝



骨粗しょう症



古くなった骨は破骨細胞によって破壊され、破壊された部位を骨芽細胞が修復し、骨を新しく作りかえていきます。(骨代謝)

骨粗鬆症はこの骨代謝のバランスが崩れて骨の質や密度が低下する病気です。



ビスホスホネート (BP) 系製剤 は骨粗鬆症治療薬の一つで、破骨細胞の働きを抑えて骨密度を増やす薬です。

服用間隔が毎日服用、週1服用、月1服用のものといくつか種類があります。

院内採用品のBP系に

- アレンドロン酸錠35mg ● リセドロン酸17.5mg 週1回
- ミノドロン酸50mg 月1回

があります。



服用方法

起床時に約180mlの水(コップ1杯程度)で服用します。

- ⚠ 食道への刺激が強いため、内服後30分は横にならないように注意が必要です。
- ⚠ 水以外の飲料や食物、薬剤と同時に服用するとBP系製剤の吸収を妨げることがあるので、起床後、最初の飲食前に服用し、かつ服用後少なくとも30分は水以外の飲食を避ける必要があります。
- ⚠ ミネラルウォーターもCaやMgが多く含まれているものは避けて下さい。



WHO の飲料水ガイドラインでは

| | 軟水 | 中程度の硬水 | 硬水 | 非常な硬水 |
|----|-----------|-------------|--------------|------------|
| 硬度 | 0~60 mg/L | 60~120 mg/L | 120~180 mg/L | 180 mg/L以上 |

水道水の硬度は地域によって異なっているが50~60mg/Lであるため服用に影響ないと思われるが、カルシウム濃度の高いものは避けた方が良いでしょう。



world diabetes day

14 November

世界糖尿病Day in 山梨病院

『糖尿病教室』を開催しました

毎年11月14日は「世界糖尿病デー」です。当院でもこの時期に、糖尿病の予防・治療・療養等に関するイベントを開催しました。今回のテーマは「糖尿病の基礎を学び直そう」です。

- 1 外来では令和6年11月6日～11月15日まで、糖尿病に関するポスター掲示を行いました。



- 2 11月14日には「健康で長生き、みんなで知っとこ、糖尿病教室」を開催しました。

★管又医師による『糖尿病の基本のキ』…「糖尿病の語源」「糖尿病とは」「糖尿病は何が問題」「糖尿病の治療は」について、「糖尿病はインスリンの作用が低下し血糖が上がる病気」「血糖が上がることで様々な合併症が現れる」「予防のために運動と食事に注意」「薬は様々ある」等、キャラクターがわかりやすく説明してくれました。

★管理栄養士による『食事のバランス』…実物大の模型を使い食事内容を選びました。

★理学療法士による『運動』…運動の効果と下半身の大きな筋肉を鍛える運動「スクワット運動」「かかと上げ運動」「足あげ」「足開き」を皆で一緒に実践しました。

★看護師からDVD上映『ブライとミライ』…2人の漫画家を通して糖尿病を考える内容でした。

糖尿病教室の内容は皆で楽しく学べるよう心がけました。参加者の感想として「楽しかった」と感想をいただきました。



次年度もイベント開催していきますので、開催して欲しい内容等ありましたら、委員会スタッフまでお声かけください。また、日頃「糖尿病や糖尿病予備軍で困っていたり、薬や運動・食事など聞きたい」等ありましたら、一人で悩まずご相談ください。

糖尿病診療管理委員会より

外来診療担当表

●学会等により、予定が変更になる場合もありますのであらかじめお問い合わせください。

2025年1月現在

| | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | |
|----------|---------------------|----------------------------|---------------------------------|-------------------------|---------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------|--------------------|--------------------|
| | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | |
| 消化器病センター | 内 科 | しろせ だいもん 白勢 大門 | おざわ しゅんいちろう 小澤 俊一郎 | しんどう くにあき 進藤 邦明 | しんどう くにあき 進藤 邦明 | おざわ しゅんいちろう 小澤 俊一郎 | ふかざわ みつはる 深澤 光晴 | はせがわ ひろゆき 長谷川 浩之 | はせがわ ひろゆき 長谷川 浩之 | ふかざわ みつはる 深澤 光晴 | |
| | 外 科 | わかお さとし 若尾 聡士 | | ふるや けいいち 古屋 圭一 | さとう ただし 佐藤 公 | さとう ただし 佐藤 公 | | さとう ただし 佐藤 公 | さとう ただし 佐藤 公 | しろせ だいもん 白勢 大門 | |
| | 肛門外科 | | | そだ ひとし 曾田 均 | そだ ひとし 曾田 均 | そだ ひとし 曾田 均 | やがわ あきはる 矢川 彰治 | おざわ としふさ 小澤 俊総 | 第2・4・5週 ほそだ かずひこ 細田 和彦 | そだ ひとし 曾田 均 | ほそわら なおひろ 細村 直弘 |
| 内 科 | 循環器 | すがまた わたる 菅又 渉 | いしはら つかさ 石原 司 | 第3週 つちや こうじ 土屋 幸治 | はなわ ひろあき 花輪 宏明 | いしはら つかさ 石原 司 | いしはら つかさ 石原 司 | いしはら つかさ 石原 司 | いしはら つかさ 石原 司 | いしはら つかさ 石原 司 | |
| | 呼吸器 | もりさわ ともこ 森澤 朋子 | | さとう あきら 佐藤 明 | わたなべ ようすけ 渡辺 陽介 | いけむら しんのすけ 池村 辰之介 | もりさわ ともこ 森澤 朋子 | | いしはら ひろし 石原 裕 | | |
| | 血液 | | なかざわ まさき 中澤 正樹 | なかざわ まさき 中澤 正樹 | | | | | | | |
| | 内分泌・代謝 | | | | はやしだ りょうすけ 林田 亮佑 | はやしだ りょうすけ 林田 亮佑 | | | | | |
| | 脳神経 | かりべ わかこ 苅部 和佳子 | しもかわ ちかし 下川 周 | | つづみ たかひろ 堤 貴大 | つづみ たかひろ 堤 貴大 | もの忘れ外来 しもかわ ちかし 下川 周 | | | しもかわ ちかし 下川 周 | |
| | 膠原病 | | | | おぐら たけひさ 小倉 剛久 | おぐら たけひさ 小倉 剛久 | | | | | |
| | 初診外来 | ひろせ まさこ 廣瀬 万紀子 | やがさき もえ 矢ヶ崎 萌 | | すがまた わたる 菅又 渉 | いの ゆり 猪野 友里 | いの ゆり 猪野 友里 | あかいかい ゆうこ 赤池 裕子 | | | |
| | 乳腺センター | いのうえ しんご 井上 慎吾 | のがた ひさし 野方 尚 | のがた ひさし 野方 尚 | いのうえ しんご 井上 慎吾 | いのうえ しんご 井上 慎吾 | おおもり まさと 大森 征人 | いのうえ しんご 井上 慎吾 | いのうえ しんご 井上 慎吾 | いのうえ しんご 井上 慎吾 | いのうえ しんご 井上 慎吾 |
| ※婦人科 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | はし けいこ 端 圭子 | |
| | いけがみ あつし 池上 淳 | いけがみ あつし 池上 淳 | | いけがみ あつし 池上 淳 | | | | | | | |
| 整形外科 | あらい けんたろう 新井 謙太郎 | おおはた てつや 大畑 徹也 | あらい けんたろう 新井 謙太郎 | あらい けんたろう 新井 謙太郎 | あらい けんたろう 新井 謙太郎 | おおはた てつや 大畑 徹也 | おおはた てつや 大畑 徹也 | 第2・4週 おおはた てつや 大畑 徹也 | こんだ ともあき 根田 知明 | こんだ ともあき 根田 知明 | |
| | こんだ ともあき 根田 知明 | 第2・4週 こんだ ともあき 根田 知明 | 第3週 あいはら やまと 相原 大和 | こんだ ともあき 根田 知明 | こんだ ともあき 根田 知明 | 第3・5週 こんだ ともあき 根田 知明 | 第2・4週 ふじい はじめ 藤井 肇 | 第4週 ささき しげる 佐々木 茂 | | | |
| 耳鼻咽喉科 | よしの やすひろ 吉野 泰弘 | | 14:00~16:00 いしい ひろき 石井 裕貴 | | | よしの やすひろ 吉野 泰弘 | | | | | |
| 皮膚科 | | | | むとう よしのり 武藤 容典 | | | | | | | |
| 放射線科 | | | | | | | | | | | |

※現在、新規患者様の受け入れを停止しています

初診外来 内科を初めて、またはしばらく受診されていない患者様で、紹介状をお持ちでない患者様は初診外来を受診していただいております。また、患者様の症状により、当日の診察は行わず、専門診療科の予約を取り、後日改めてご来院いただく場合があります。
※内科以外の患者様で紹介状をお持ちでない方は各科窓口へお問い合わせ下さい。

事前予約 紹介状をお持ちの患者様は地域医療連携室(内線1080 8:30~17:00)にて事前予約が可能です。予約が無い場合には予約がある患者様を優先して診察させていただきますので、待ち時間が長くなることや患者様の症状や当日の混雑状況等により、後日改めてご来院していただく場合があります。

再診のみ 再診患者様のみとなっています。

放射線科 必ず医療機関様から直接放射線科までご連絡をお願いいたします。

※婦人科外来…診療時間 10:30~12:00
15:00~16:30

受付時間
午前 8:00~11:30
午後 診療科によって異なりますので受付窓口にてお問い合わせ下さい。

休診日…土曜日・日曜日・祝日・年末年始(12月29日~1月3日)
※予約患者様は予約時間の30分前に来院して下さい。



看護師募集
しています

地域に信頼される看護を提供するため、
患者さんにとってかけがえのない存在になるため…
そんな、輝き続けられる環境がココにはあります。



笑顔あふれる私たちと
一緒に働きませんか?



独立行政法人 地域医療機能推進機構
JCHO 山梨病院
〒400-0025 山梨県甲府市朝日3-11-16
TEL:055-252-8831(代) FAX:055-253-4735
URL: https://yamanashi.jcho.go.jp/



編集・発行: 独立行政法人 地域医療機能推進機構 山梨病院
編集責任者: 広報・医療サービス委員会