

令和元年夏号(季刊)

静岡市立 清水病院広報誌

# Shimizu

患者さんとともに

Vol.08



## 新たな決意

副病院長として、泌尿器科科長として

診療科クローズアップ

泌尿器科 × 副病院長就任のご挨拶

診察室より

小児科 ～おなかのかぜ～

認定看護師の耳寄りなはなし

救急看護のスペシャリストを目指して

地域医療支援室より

つなぐ、つながる  
病院連携をご存知ですか？

医療連携医紹介

清水病院OBの連携医訪問

トピックス 医事課

患者満足度調査結果

連載エッセイ「外科医のキモチ」

外科医のオフ

見逃せないお薬講座

経口補水療法について

管理栄養士おすすめ健康レシピ

「おなかのかぜ（乳幼児の急性胃腸炎）」

～家庭でできる対処法～「豆腐ハンバーグ」

2019年4月1日より、白井幸男 泌尿器科科長が副院長に就任いたしました。これにより副院長は4名体制となります。患者様および関係者のみなさまにおかれましては今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

## 副院長就任のご挨拶

4年前に診療部長へ昇任後、自分が何をすべきかよくわからず、ただ管理職というぼんやりとしたまま時間が過ぎ、今度は副院長への昇任です。さて、どうしましょう…。東海大学勤務の頃、教授が私に話してくれたことを今でもよく覚えています。先生は新任教授として迎えられ、神奈川県といえば横浜くらいしか知らなかったでしょう。右も左もわからない、ましてや知り合いもない状況です。教授室に飾られた荒波のなかを進むヨットの絵を前にして、「これから進む道がどんなに大変であろうとも、医局員が目標に向かっていけるよう先頭に立ち、みんなが迷わないようにするのが僕の役目です。」と話してくれました。今の自分に足りないもの。おかれた立場は理解しているふうでも、自覚ができていない。管理職として致命的なもの。気付くのが遅すぎ…。

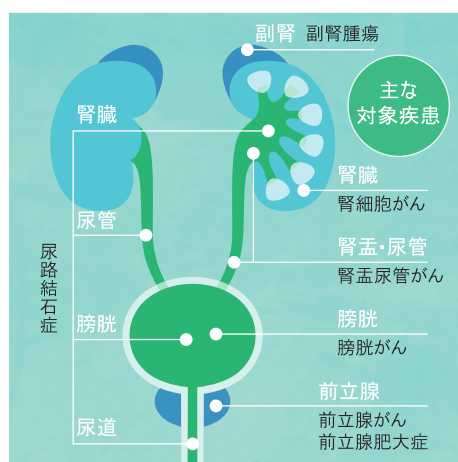
いま清水病院は経営状況をはじめ多くの課題を抱えています。新たに強い自覚を持ち、患者様はもちろん、職員にとってもより良い病院環境となるよう努力してまいります。どうぞよろしく願いいたします。

副院長・泌尿器科科長 白井 幸男



## 診療科クローズアップ

## 泌尿器科



外来では待ち時間が長く、患者様にはいつもご迷惑をおかけしています。この場を借りてお詫び申し上げます。

◆泌尿器科の特色◆  
泌尿器科外来は月、火、金が常勤医師2名、水、木は非常勤医師1名（水、木では常勤医師は手術をしています）で対応しています。1日の受診患者数が100名を超える時もあり、その中で検査（超音波、膀胱鏡検査など）や処置（膀胱留置カテーテルなど）、さらには体外衝撃波による結石破碎治療も行うため、外来の中では医師や看護師が行ったり来たりとせわしなく動いています。先に血液検査がある場合には結果が出るまでに時間がかかり、病状説明に時間を要するかもいらつしゃいます。看護師、事務職員も協力してくれて、スタッフが一丸となり円滑な診療ができるよう頑張っておりますので、ご容赦いただけますようお願い申し上げます。

診療は月並みですが、泌尿器科全般。しかし小児手術、女性の臓器脱手術は得意ではないので他へ紹介しています。当科の診療の特色、手術内容や件数については病院のホームページをご覧ください。件数的には



決して多くはありませんが、週2日の手術ではめいっばいの状況です。しかし手術までの期間は長くないような配慮しております。

「開業医の皆様へ」  
当院には病診連携室がございます。泌尿器科では受診日以前にいただいた事前情報を有効に活用し、初診時でも円滑に診療ができるよう取り組んでいます。いただいた事前情報をもとに初診時に必要と思われる検査を予約しておくことが可能になります（アレルギーの確認、検査前の注意事項などは直接患者様と連絡を取ります。また検査日程により受診希望日を変更する場合がございます）。また検査によっては紹介元へ血液検査データをいただけるようご連絡いたします。事前情報はいただいた日にカルテへ情報を入力できますので、受診当日の作業が少し省略できるなど私たちにとってもメリットがあります。今後も病診連携室を大いにご活用ください。もちろん緊急の場合は、すぐに対応いたします。



認定看護師の耳寄りなはなし ②

救急看護認定看護師

## 救急看護の スペシャリストを目指して

救急看護認定看護師 山梨 綾子



私はもともと救急医療や災害医療に興味があり、2013年に日本DMAT（災害派遣医療チーム）の資格を取得し、日本DMATの隊員として活動していました。この度、2018年に救急看護認定看護師の資格を取得し、現在は主に救急外来で働いています。救急看護認定看護師は認定看護師制度の設立と共に生まれ、数ある認定看護師の中でも歴史のある分野です。



救急外来

救急外来では昼夜を問わず、救急車で来院される患者様や、急な症状のためご自身で受診される患者様の看護にあたっています。

患者様が受診されると、“トリアージ”といって、病状の緊急性などを即座に判断し、優先度が高い順に診察が始められるよう医師に報告します。医師の診察の介助や、処置を行うだけでなく、突然の病気やけがで心配している患者様やご家族の不安を取り除くようケアすることも重要な役割です。また、病院内で突然具合が悪くなった患者様の救命処置などの対応をすることもあります。



多職種連携  
・チーム医療

救急外来では様々な職種の医療スタッフが関わっています。病院外では救急隊員など、病院内では医師、薬剤師、放射線技師、臨床検査技師、医療事務員など、多くの職種の医療スタッフが協力し合わなくてはなりません。患者様、ご家族様の一番近くに寄り添う救急看護師として、多職種の間に入り連携をとり、患者様の診察がスムーズに行えるようチーム医療に努めています。



災害対策

日本DMATの資格も取得しており、県内外を問わず、実災害に備えての様々な訓練に参加しています。病院内の防災対策委員会にも所属しており、DMAT・救急看護認定看護師として、病院内外の災害訓練での調整役を担っています。



救急車専用入口

救急外来を受診する患者様、ご家族様、関係者の方々の不安を少しでも和らげることができるよう、自分の持っている知識や技術を活かした救急看護を提供できるよう心がけていきたいと思っております。



つなぐ♥  
つながる

## 病診連携をご存じですか？

- 病診連携とは、  
"病"院（清水病院）と"診"療所（地域のかかりつけ医）との架け橋となることです。

普段は気心の知れたかかりつけ医の先生に診てもらい、特別な検査や入院が必要となったときに病院で受け入れるという連携が患者さんの安心につながっていると思います。また、患者さんの状況をそれぞれの医療機関が共有することとなり、症状に応じた適切な診療を継続的に受けられます。

当院では各種協議会や委員会、研修会、また地域で行われる交流会や情報交換会などを通じて、医師会や歯科医師会の先生方と顔の見える連携を築き、病診連携を推進しています。患者さんや診療所の先生方に信頼して選んでいただけるような病院であるために、今後も努力して参りますので、よろしくお祈いします。



清水病院地域医療支援室

## 清水病院 OB の連携医訪問



### 私と清水病院

私は最初の泌尿器科医長として旧清水市立病院に9年間勤務し、古い病院を皆で新病院に立ち上げてから、平成2年に泌尿器科村上クリニックを開業しました。最近高齢者が多くなったこともあり泌尿器の患者さんが増えてきました。特に泌尿器科系の癌である前立腺癌、膀胱癌は増加の一途です。私自身も8年前前立腺癌で前立腺の摘出をしています。御陰様で現在は問題ありません。私自身の経験からしても病気は早期発見、早期治療が必要です。

当院では検査、手術など開業医の規模では診療できない患者さんは即病院にご紹介することになっています。病診連携が益々大事になってきていますね。



診療科目 泌尿器科

むらかみやすひで  
村上泰秀 院長



診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後 15:00~18:00	○	○	○	×	○	×	×

[休診日] 木曜午後、土曜午後、日曜、祝祭日  
※予防接種（要予約）

むらかみ

### 村上クリニック

〒424-0929 静岡市清水区入江岡町 4-1

☎054-352-8134



清水病院の各診療科外来表とこの広報誌のバックナンバーはホームページでご覧になれます360°パノラマビューもどうぞ！

静岡清水病院 検索

<https://www.shimizuhospital.com>



ホームページ



バックナンバー





# 平成30年度 患者満足度調査結果 <5段階評価>

当院では毎年患者満足度調査を実施しています。  
皆様から多くのご意見をいただき、医療の質とサービス向上のために  
役立たせていきたいと考えています。

H28 H29 H30

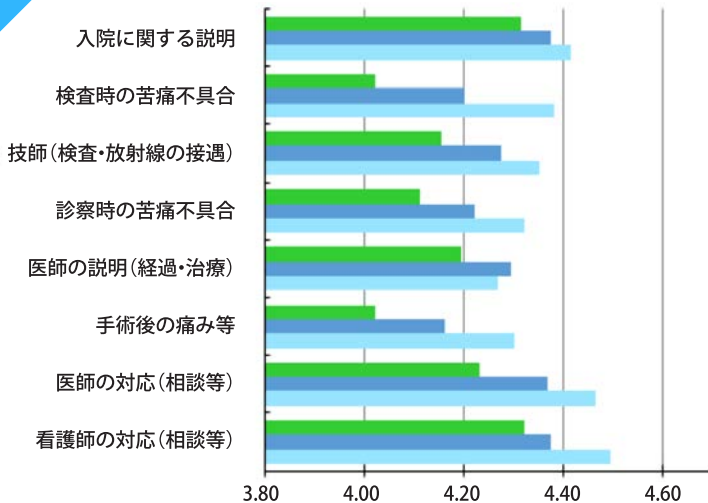
## 入院

満足度 ★★★★★

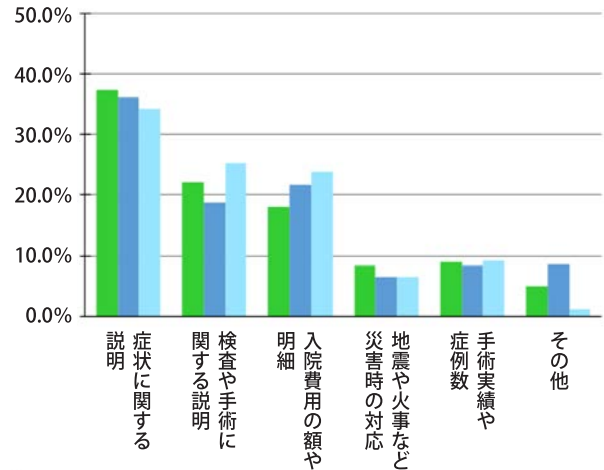
4.34

全体としての平均満足度は、昨年の4.25より**やや上回り**4.34に、  
さらに**十分満足**と答えた人の割合も、昨年の41.5%から**1.8ポイント上昇**し43.3%となりました。

【サービスに関する満足度】 ※1



【もっと聞いておきたいこと】



【サービスに関する満足度】

相談しやすい環境を維持し、皆様に納得していただける説明を心がけていきます。

※1

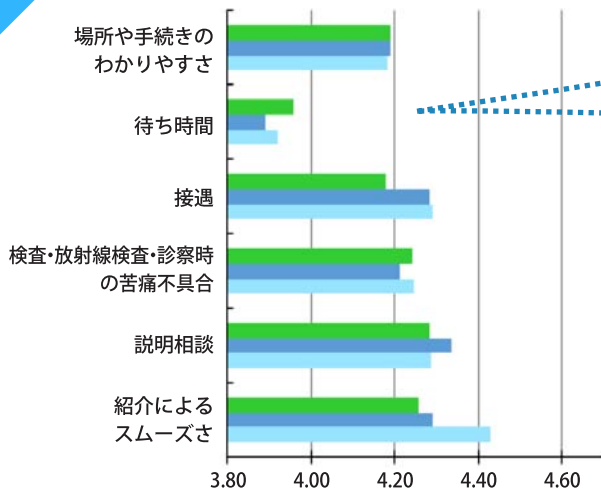
## 外来

満足度 ★★★★★

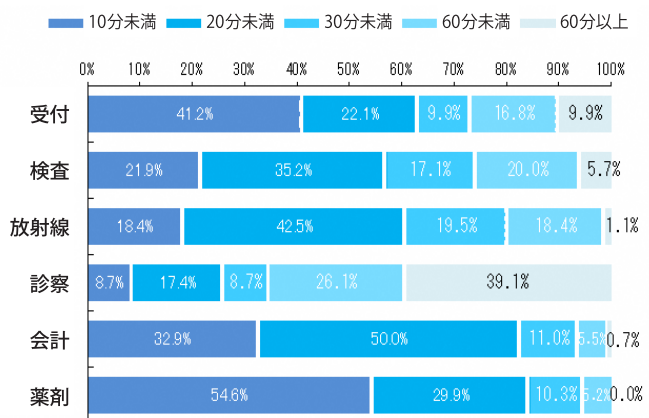
4.25

全体としての平均満足度は、昨年の4.17より**やや上回り**4.25に、  
さらに**十分満足**と答えた人の割合は昨年の28.6%から**5.9ポイント上昇**し34.5%となりました。  
**「待ち時間」の満足度も上昇**しています。

【サービスに関する満足度】



【待ち時間の状況】 ※2



会計センターのリニューアル(平成29年10月)以降、受付など一部で待ち時間は短くなりましたが全体的にさらに改善するよう努めてまいります。

※2



# おなかのかぜ



いわゆる「おなかのかぜ」（我々の言葉でいえば「急性胃腸炎」）は、急に気持ち悪くなり、さらに腹痛・嘔吐・下痢…できればかきたくないものですが、ありふれた病気です。今回は、お子さんが「おなかのかぜ」にかかってしまった場合の対処法をご説明いたします。

## おなかのかぜって？

一般的に「おなかのかぜ」で表現される状態の大部分はウイルス感染が原因です。よく聞くノロウイルスの他にも、ロタウイルス、アデノウイルス（この三者は迅速検査も可能です（検査対象には制限があります））、アストロウイルス、サポウイルス、コロナウイルス…などなど、多くのウイルスが「おなかのかぜ」を引き起こします。頻度はぐっと下がりますが細菌によるもの（病原性大腸菌やサルモネラなど）も忘れてはいけません。さらに頻度は下がりますがアレルギーや中毒（薬剤など）でも同じような状態になります。急性虫垂炎（「盲腸」）やIgA血管炎、尿路感染症など同じような症状になる他の病気も多々あります。

## こんな症状は要注意！

振り返ってみればよくある「おなかのかぜ」だったとしても、特に発症まもなくの何度も吐いてしまう時間帯はなんとも心配になるものです。そのような場合、どのような注意点があるのでしょうか？

少量ずつでも水分が摂れていたり機嫌はまずまずの時などは慌てて受診をする必要はないかもしれません。右記のような様子が見られたら必ず診察を受けて下さい。

日本小児科学会監修の「こどもの救急」  
<http://kodomo-qq.jp/>は  
とても参考になります



- ★ 6-12 時間たっても嘔吐が治まらない
- ★ 泣いても涙がでない、口の中や唇が乾いている  
おしっこがでなくなった
- ★ 意識がおかしい、ぐったりしている
- ★ 緑色のものを吐く
- ★ 血便や黒色便がみられる
- ★ 断続的に激しい腹痛や啼泣が続く
- ★ 生後 3 か月未満

要注意



## 脱水の脱水程度で対応が変わる

もし「おなかのかぜ」であればどういった対応となるのでしょうか。それは脱水の程度によって変わります。

重度の脱水であればすぐに点滴をします。中等度以下であれば、まずは経口補水療法（oral rehydration therapy：ORT）が優先されます。それでもだめならやはり点滴です。

## 経口補水療法 ORT

ORT は当初、開発途上国で下痢による死亡を減らす目的で開発されました。さまざまな工夫の結果、中等度の脱水までなら ORT は点滴と同等の効果が期待でき、さらに病院滞在時間も短くなるのがわかっています。

まだ脱水に陥っていないならば、脱水予防のために行います。詳細は本号の「見逃せないお薬講座」をご覧ください。

ORT を開始して数時間が経過する頃には、もしかしたら吐き気の峠は越えているかもしれません。そうであれば、あとは欲しい時に欲しい量を飲ませてみましょう。逆に、ORT を試したけれどうまくいかず、上記のような状態が認められた場合は無理せず速やかに受診しましょう。

[小児における臨床症状による脱水の重症度評価]

症状	最小限の脱水または脱水なし (体重の 3%未満の喪失)	軽度から中等度の脱水 (体重の 3%以上 9%以下の喪失)	重度の脱水 (体重の 9%を超える喪失)
精神状態	良好、覚醒	正常、寝ている または落ち着きがない、刺激に敏感	感情鈍麻、嗜眠、意識不明
口渇	脱水正常、 水を拒否することもある	口渇あり、水を欲しがる	ほとんど水を飲まない、 飲むことができない
心拍数	正常	正常より増加	頻脈、ほとんどの重症例では徐脈
脈の状態	正常	正常より減少	弱い、または脈がふれない
呼吸	正常	正常または早い	深い
眼	正常	わずかに落ちくぼむ	深く落ちくぼむ
涙	あり	減少	なし
口・舌	濡っている	乾燥している	乾ききっている
皮膚のしわ	すぐに戻る	2秒未満 DE もとに戻る	戻るのに 2秒以上かかる
毛細血管再充満	正常	延長	延長、またはもとに戻らない
四肢	暖かい	冷たい	冷たい、斑状、チアノーゼあり
尿量	正常から減少	減少	ほとんどなし

※参考文献：エビデンスに基づいた子どもの腹部救急診療ガイドライン 2017

もし食べられるようになってきたら、年齢に応じた通常の食事を再開してかまいません。最初のうちは消化の良いものを与えておきましょう（脂っこいものや糖分が多いものは避けて下さい）。

急性胃腸炎の大部分はウイルス性であり、一律に抗菌薬（抗生物質）を使用することは推奨されません（小児急性胃腸炎診療ガイドラインでは「投与しないことを強く推奨する」と表記されています。なお、下痢止めに関しても同様に「使用しないことを強く推奨する」とされています。整腸剤や吐き気止めの有効性はまだ評価が定まっています）。

ロタウイルスにはワクチンがあります。任意接種のため接種の際にお金を払う必要があるのが玉にキズですが、効果は大きく、私たちは積極的にお勧めしています（接種できる時期には制限があります）。



小児科  
科長  
西田光宏





# 外科医のオフ

副病院長・外科 ■ 丸尾 啓敏

多くの学校や企業が週休二日制になつてから随分経ちました。私たちの外科は24時間365日対応できるチームですが、スタッフがメリハリのある生活を送れるよう、個人についてはできるだけオンとオフをはっきり分けた勤務体制になっています。週末のオフをいかに有効に過ごすがいい働き方のためのカギです。

「一日休養、一日教養」、これは週休二日制が導入された当初、その過ごし方を説いた松下幸之助さんの言葉です。つまり、連休を体のメンテナンスとしての休養だけでなく、心の栄養として教養の取得にあてなさいという意味でしょう。私は新聞かなにかでこの言葉を読んで気に入る、以来ことあるごとに思い出しています。体と心を分けて考えるのは不可能ですが、二日休みがあれば、そのうちなるべく一日は本を読んだり、絵を描いたり、映画を観たり、研究会に参加したりして、頭をほぐしています。

さて、体に関しては慢性的運動不足で恥ずかしい限りですが、なんとか週に一回スポーツジムには通っています。マシン相手に約一時間トレーニングするだけなので、鍛えている人からすればウォーミングアップ程度だと思いますが、それでも筋力の現状維持くらいにはなります。運動を終えた後の楽しみは「サウナ」です。90度以上の蒸し風呂に入ると、汗が面白いように噴き出てきます。どちらかというとドライな体質（性格ではない）

なので、汗が出ることで体が快感です。8分間じっくり汗をかけた後、水風呂に入ります。昔は冷たすぎて入れなかったのですが、一度思い切つてやってみたらその不思議な心地よさの虜になりました。体が冷却されると同時に、嫌なこともストレスもどこかに飛んでいきます。それでいて体の芯にはエネルギーが内包される感じですね。心まで整理整頓される感覚。これをサウナー（サウナ愛好家の呼称）たちは、「とこのう」と言うそうです。つくづく当を得た表現だと思えます。

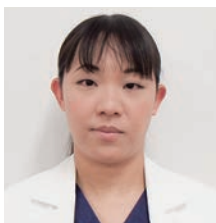
ところで最近全国のサウナーが「聖地」と呼ぶサウナが静岡市にあることを知りました。それも私の生活圏内。まさに、灯台もと暗しです。楽しみが一つ増えました。



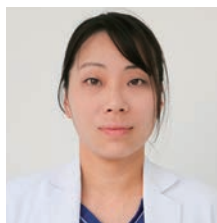
New Face

今春採用  
医師紹介

今年度14名の医師が新しく着任しました。よろしくお祈りします。



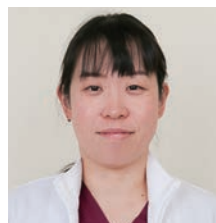
循環器内科  
医長 藤石 珠美



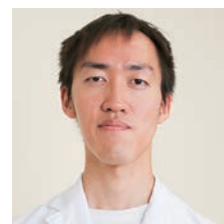
小児科  
医師 西 恵美里



外科  
医師 林 良郎



外科  
医師 大林 未来



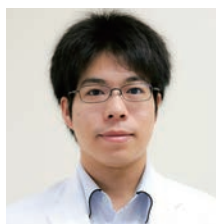
外科  
医師 小堺 徹



整形外科  
医師 佐々木 遼



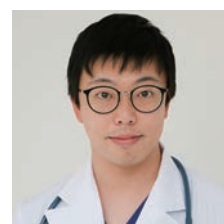
整形外科  
医師 佐藤 圭悟



産婦人科  
医師 菅原 陽



麻酔科  
医師 柳原 希栄



臨床研修医  
井上 大輔



臨床研修医  
手島 直人



臨床研修医  
韓 琇淵



臨床研修医  
荻野 麟太郎



臨床研修医  
堀田 歩希

見逃せない  おくすり講座⑦

## 経口補水療法について

### ●脱水とは

健康時には、発汗や排便で失われる水分を飲食で経口的に補っています。しかし、経口からの水分摂取が不足したり、病気によって腸管粘膜からの水分や電解質の吸収が悪くなったりすると、脱水になります。重篤な場合には循環不全に陥り、死に至ることもあります。

### ●経口補水療法 (oral rehydration therapy : O R T)

重度の脱水では医療機関で点滴を行います。全く飲料を受けつけない状態ではない軽症～中等症の脱水には経口補水療法が有効です。経口補水療法は点滴と異なり、家庭でも十分行うことができ、脱水の治療だけでなく予防にも使用できるという利点があります。

### ●経口補水液 (oral rehydration solution : O R S)

経口補水療法には、経口補水液を用います。脱水状態時には体から失われた水分と電解質をできるだけ速く補う必要があります。経口補水液は水分と塩分を素早く吸収できるように糖や塩分の濃度が調整されています。ポカリスエットなどの一般的なスポーツ飲料は経口補水液に比べて糖含有量が多く、ナトリウム含有量が少なく、効率よく吸収されるのに適正な組成ではないため、経口補水療法として使用するには不十分です。経口補水液の製品にはOS-1、アクアライトORSなどが市販されています。

### ●経口補水液の製品による違いは？

どちらも水分が素早く吸収されるのに適切な組成でできていますが、OS-1の方がナトリウム濃度は高く、脱水補給効果は高いといえます。しかし、OS-1を「塩辛い」と感



OS-1



アクアライトORS

じて飲めないようならしよっぱさを感じにくいアクアライトORSが飲みやすいこともあるでしょう。重度の脱水時はOS-1のしよっぱさを感じにくいこともありますが、まずは飲めることが重要なので、脱水の程度に応じて使い分けするとよいでしょう。

	Na (mEq/L)	K (mEq/L)	Cl (mEq/L)	ブドウ糖濃度 (mmol/L)	浸透圧 (mOsm/L)
アクアライトORS	35	20	30	100	200
OS-1	50	20	50	100	270
ポカリスエット	21.3	5	16	372	286

### ●飲み方は？

小児への経口補水療法としては、「最初の4時間で体重1kgあたり50mL(体重10kgなら500mL)飲ませる」ことを目標に頑張ってみましょう。はじめは5mL(ティースプーン1杯)の経口補水液を5分ごとに飲ませ、嘔吐がなければ少しずつペースアップしていきます。スポイトも便利です。途中で吐いてしまった場合は、10分お休みしてからまた再開してください。嘔吐がおさまってくれば投与間隔を徐々に短くしていきましょう。母乳は併用してもかまいません。粉ミルクの場合はまずは経口補水液を優先してください。経口補水液を嫌がってしまう場合は、半分に薄めた味噌汁、お粥、塩分が入った重湯、野菜スープ、チキンスープなども試してみましょう。

### ●他の飲料と混ぜてもいいの？

経口補水液は腸からすばやく吸収されるのに適切なナトリウム、糖分の組成で作られています。他の飲料と混ぜてしまうと組成が変わり、水分や糖分が効率的に補給できなくなる場合があるので、他の飲料と混ぜることはおすすめできません。どうしても飲みにくい場合は、ノンカロリーシロップ等を用いると良いでしょう。

経口補水液にはナトリウムやカリウムが比較的多く含まれています。高血圧、腎臓病などの疾患がある場合はかかりつけの医師に相談しましょう！



薬剤科 薬剤師 松浦 功貴

## おなかのかぜ (乳幼児の急性胃腸炎) ～家庭でできる対処法～

お子さんの下痢や嘔吐が続くと、看病する家族は心配ですね。まずは脱水を防ぐため、経口補水液を使い失われた水分や塩分を補います。経口補水液はスポーツ飲料と異なり、ナトリウムなど電解質が多く脱水時に適しています。水分がとれ、症状が落ち着いたらすみやかに食事を始めましょう。一度に食べられないときは、少量を頻回に。むやみに絶食が長引くと体重が減少してしまうこともあります。

食事の内容は、年齢に合わせた通常の食事でよいでしょう。ただし、糖分の多い飲み物(ジュース類)や炭酸飲料、脂肪の多い食品は下痢が悪化するため注意が必要です。肉類は脂身の少ない赤身肉がおすすめです。でも咀嚼が未熟な乳幼児はかたくて食べられない…。そんな時はひき肉にして豆腐と混ぜてハンバーグに。やわらかく仕上がります。水分と栄養をしっかりとって、早く元気になるといいですね。



栄養科 管理栄養士 大石 祐子

### 【材料】

- 豚ひき肉(鶏ひき肉でも可) … 50g
- 塩 … 少々
- 豆腐(絹) … 30g
- パン粉 … 10g
- 卵 … 7g
- 玉ねぎ(みじん切り) … 30g
- 油 … 少々
- 〈あんかけ〉
- だし汁 … 50ml
- 醤油 … 小さじ1強
- 砂糖 … 小さじ1/2
- 片栗粉 … 小さじ1/2(水で溶いておく)
- グリンピース(あれば彩に) … 少々

### 【作り方】

- ① 玉ねぎは少量の油で炒め、冷ましておく(電子レンジで加熱してもよい)
- ② ひき肉に塩を入れこねる。そこに豆腐、パン粉、溶き卵、①の玉ねぎを混ぜ合わせ、食べやすい大きさに形を整える
- ③ フライパンに薄く油をぬりハンバーグを両面焼く(オーブンでも可180°C10分位)
- ④ 別の鍋に、Aを入れて加熱し水溶性片栗粉でとろみをつける
- ⑤ ハンバーグにソースをかける



1個20gの小ハンバーグが5個位できます  
お子様の月齢に合わせて食材や調味料を調整してください

管理栄養士おすすめ 健康レシピ

## 豆腐ハンバーグ



230 kcal  
蛋白質 13.6g  
脂質 12.9g  
塩分 1.8g