

令和 7 年秋号(季刊)

静岡市立 清水病院広報誌

Shimizu

患者さんとともに

Vol. 33

たくさんの人を救いたい
- 救急センター -



クローズアップ 救急センター
救急センターのことをご存じでしょうか

診察室より 口腔外科
顔をぶつけた！
そのとき、どうする？
～唇の出血・歯の損傷・口が開かない…その初期対応～

認定看護師の耳寄りなはなし
地域と病院のつながりを
大切にしています。

管理栄養士おすすめ健康レシピ
鶏肉 ～胃腸にやさしいたんぱく源～
つくね焼き

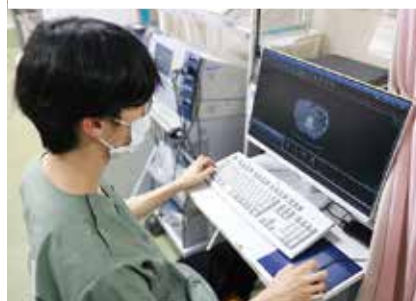
連載エッセイ「外科医のキモチ」
食べて寝てりゃ
見逃せないおくすり講座
症候性てんかんに使われる
おくすり
当院をご利用される方へ
海外渡航ワクチン外来

救急センターのことを ご存じでしょうか

救急センター 科長 藤田総文

当院では救急センターを設置しており、24時間体制で救急車の受け入れや開業医の先生からの紹介患者の診療をしています。内科領域、外科領域のそれぞれの担当医師が初期対応に当たり、必要に応じて専門医に相談するようになっています。専門医が不在であったり、当院で最後まで対応できなかったりする場合には他院へ搬送することもあります。

救急センター専任の医師は内科医が1名です。外科的な病状については兼任医師の当番制となっています。看護師は全員で23名です。救急看護認定看護師の資格を持っている看護師もあり、スタッフの育成指導にも取り組んでおります。また、救急センターでは病院内の活動だけでなく、静岡市消防局・消防隊との協力・連携にも努め、救急救命士実習の受け入れをしており、知識・技術の再構築に取り組んでいます。これにより救急現場に携わる専門職同士が理解を深め安全・迅速な協働に繋がっています。



慢性的な症状は一般外来受診を

救急センターは喘息発作や急性心筋梗塞など緊急性の高い疾患や突発的な事故などに対応できるように特化されています。つまりそのような疾患に関連する検査は迅速に結果が判明するようになっていきますし、治療も行えるよう設備を整えています。逆に言えば慢性的な疾患は苦手です。慢性的な疾患は長い経過を見ていく必要があるため、検査などには時間がかかります。また、複数の専門医との打ち合わせが必要な時もあるため平日日中の一般外来受診をお勧めします。

救急センターは基本的には 24 時間稼働しているのですが、どうしても夜間や休日は病院の機能が限定されてしまいます。そのため余裕があるのであれば救急要請は平日の日中にしていただく方が良い結果につながるが多いです。とはいっても時間帯を理由に体調不良を我慢してしまうことは双方にとってよくありません。救急要請に迷ったら #7119 番を利用することもできます。かかりつけのクリニックがあるのなら相談しても良いでしょう。テレビドラマを見ていると何でもできそうなイメージを持たれるかもしれませんが、慢性期疾患の対応など不得意分野もありますし、他部門との連携や市民のみなさんの協力なしではその機能が十分に発揮できません。

今後も各方面との連携を大切にしながら、市民のみなさんの健康に寄与できればと思います。



[#7119 番] は、急な病気や怪我で救急車を呼ぶべきか、病院を受診するべきか迷った際に、看護師などの専門家が電話で相談に乗ってくれる救急安心電話相談窓口です。相談は 24 時間いつでも可能です。



救急センター受付から帰宅、入院までの流れ



救急センターには大小 5 つの診察室があります。小さな診察室では比較的軽症の患者を受け入れています。大きな診察室では重症患者を受け入れるため、人工呼吸器、除細動器などの設備をそろえています。一通りの診療が終わり、問題がないか、あっても改善が期待できるようなら帰宅となりますが、そうでなければ入院となります。

救急センターの業務内容

救急センターは救急初療室（診察室）、輸液室、採血室と 3 チームに分かれてそれぞれの業務を行っています。

救急初療室では専任の内科医師のほか内科系、外科系当番医師とともに看護師、看護補助員、医療事務員が協働し救急患者の受け入れを行っています。

輸液室では外来患者の点滴、ワクチン接種、安静時採血などを行っています。2024 年から認知症治療薬を使用する患者数も増加している状況です。

採血室では検査技師と協働し、日々 150 ～ 200 名ほどの外来患者の採血業務を行っています。



看護科
救急センター師長 俵山裕子



顔をぶつけた！

そのとき、どうする？

～唇の出血・歯の損傷・口が開かない…その初期対応～

はじめに

日常生活やスポーツの場面で、顔をぶつけてしまうことは誰にでも起こります。歯や顎のけがは見た目や食事、発音などにも影響することがあります。そこで今回は、口周りのけがについてお話します。

※意識消失・障害、悪心・嘔吐、広範囲の頭痛がある場合には頭を打っている可能性があるため、すぐに救急に相談しましょう！

出血が止まらない！ どんな時？

転倒や誤って強く噛んでしまう（咬傷）などにより、唇や舌が切れることがあります。幼児では、箸や歯ブラシをくわえたまま転倒し、上顎のうら（口蓋）を傷つけてしまうケースも見られます。

口の中は血流が豊富なため、出血が多く見えて驚くこともありますが、初期対応として清潔なガーゼや布で 5 ～ 10 分程度しっかりと圧迫し止血を試みてください。血が止まらないとき、裂けたような傷口のときには診察を受けましょう。創の洗浄や縫合処置以外にも、感染予防や土で汚染された傷では、破傷風（はしょうふう）を予防するための処置を必要とすることもあります。



歯をぶつけた！？ どんな時？

転倒、階段からの転落、けんかや交通事故などで歯をぶつけることがあります。幼児や学童では、遊戯中の転倒や子ども同士の衝突が多く、成人では、硬いものを噛んだことが原因になることもあります。

上顎前歯は受傷しやすい部位なので確認してみてください。歯が抜けた、抜けかかった、折れた、めりこんだ、揺れている、歯肉から出血しているなどのときは受診についてご相談ください。

歯が完全に抜け落ちたときは、歯の根のまわりの「歯根膜」という組織が生きていれば再植が可能な場合があります。そのため、歯牙保存液や牛乳にいて歯を乾燥させない（水では洗わない）ようにして早めに受診してください。口の中を含むという方法もありますが、お子さんの場合には誤嚥の可能性があるため口の中には入れないでください。



口が開かない？ どんな時？

最も多い交通事故をはじめ、作業事故やスポーツ外傷、さらに転倒やけんかなどが主な原因となります。ご高齢の方の場合には顎骨（がっこつ：あごの骨）が薄くなって軽微な外力でも骨折することがあります。

顔を打ったあとに、「口が開かない」「噛み合わせがおかしい」「頬が痛い・腫れている」などの症状がある場合は骨折の可能性があります、レントゲンやCTによる画像診断が必要です。



まとめ

けがをしたら、どう動く？

口や顔のけがは、早めに正しい対処をすることで、その後の経過が大きく変わります。もし迷ったときは、「口腔外科」にご相談ください！



口腔外科
歯科医師
二宮真希

認定看護管理者

地域と病院のつながりを大切にしています。

***笑顔で働き、地域に貢献できる看護師でありたい**

認定看護管理者は施設において、看護の質の向上や看護業務の管理、看護師教育やスキルの向上など多くの役割があります。また、多様なヘルスケアニーズを持つ地域の方々が安心して暮らせるように、医療・看護サービスを提供していくことも大切な役割です。

看護する側がやりがいを持ち、笑顔で看護を提供していくことが、患者様の回復する力を支えることに繋がっていくと思います。少子高齢化により働き手の減少が見込まれると言われている昨今、看護部では長く当院で働いていただけるよう業務改善や環境改善、院内教育計画の見直しを行い、働きやすい環境づくりに取り組んでいます。業務改善や環境改善には看護部だけではなく多職種で連携し活動をしています。

院外の活動として、先日『市政出前講座』として生涯学習交流館で市民の皆さまを対象にお話をさせていただきました。機会がありました。その中で、静岡県の健康寿命は、男女ともに都道府県別で第1位であると話しました。県を挙げてこの健康寿命第1位を維持していこうという動きもあります。参加された市民の皆さまは、健康に関する意識が高く、私の話にも関心を寄せてくださいました。このような経験は私にとっても、市民の皆さまの声を直接聞け、良い刺激になりました。今後も健康維持の話や人生をよりよく生きていくための意思決定支援の話など伝える機会を作っていき、健康寿命第1位維持に少しでも貢献していきたいと思っています。

また、院外で活動し自身が学んだことを院内の活動や指導に活かしていきたいです。



看護科長 浦山明子
認定看護管理者

***住み慣れた地域で安心して生活が送れるよう活動していきます**

看護婦の時代から働きはじめ三十年以上が経過し、入職時に比べ社会状況は大きく変化してきました。また、新型コロナウイルスの感染拡大を体験し、時々刻々と変化する事態に対応しきれず戸惑うこともありました。看護師としてもっとスキルアップしていく必要があると痛感し認定看護管理者の研修を受講し、令和五年十二月に資格を取得しました。少子高齢化が進み、今までの病院中心の医療から、病気や障害などを抱えながら住み慣れた地域で暮らしていく地域完結型の保健・医療・介護・福祉へと転換がはかられています。今後、看護師は「医療」と「生活」の両方の視点から支援していくことが求められています。認定看護管理者の役割は人材育成など幅広く、自施設だけでなく、地域の医療機関や施設などとの連携を図り、地域全体の医療・看護の質の向上に努めていくことです。

清水病院での訪問看護・ケアマネジャーなど多職種との交流会や、毎月清水区の在宅医療や地域ケアに関わる多職種の連携の会に参加させていただき、情報交換をしています。現在回復期リハビリテーション病棟に勤務しているため、担当者会議や患者様の生活の場であるご自宅に何う同行外出を行っています。退院後の生活について多職種で、その患者様に合った支援を検討しています。日頃から顔の見える関係づくりやお互いを理解し、市民の方々が安心できる医療・看護を提供していきたいと思っています。



回復期リハビリ病棟/師長 川口保乃
認定看護管理者





症候性てんかんに 使われるおくすり

見逃せない  おくすり講座 ③

症候性てんかんは、脳出血や脳梗塞など、脳に何らかの病気やけがなど、はっきりとした原因があるタイプのてんかんのことを指します。てんかんは、脳の細胞に異常な電氣的興奮が起こり様々な発作を起こす病気です。脳のどこに異常が発生するかによって症状も様々です。突然反応がなくなったり、全身が痙攣したり意識が混濁・消失したりします。発作が起ってしまうと、自分に被害が及ぶだけでなく、周りを巻き込む大事故につながりかねません。薬を指示されたとおりに飲んで、発作を予防しましょう。

【てんかんの原因による分類】

- ・特発性てんかん
明らかな脳の異常は見られず、
遺伝的素因が関与すると考えられる
- ・症候性てんかん
脳の構造的・機能的異常が原因



【症候性てんかんの原因】

- ・頭部外傷（交通事故や転倒などによる頭のけが）
- ・脳卒中（脳梗塞・脳出血など）
- ・脳腫瘍
- ・脳炎・髄膜炎などの感染症
- ・先天性な脳の異常や発達の問題 など



【症候性てんかん予防目的で使用される主な薬剤】

①イーケプラ®（成分名：レベチラセタム）

もっとも代表的な症候性てんかん予防目的で使用される薬です。その他のてんかんに対しても使用されます。基本的に1日2回の内服となります。値段が他剤よりも安く、経済面でも選択しやすいです。人によっては易怒性（怒りっぽくなること）があるので、内服後1ヶ月前後は患者様の様子を気にしてあげるとよいと思います。

②ビムパット®（成分名：ラコサミド）

こちらも基本的に1日2回の内服です。値段はレベチラセタムよりも高いですが、易怒性や眠気といった副作用が少ないと言われています。

③フィコンパ®（成分名：ペランパネル水和物）

他の紹介した抗てんかん薬と違い、1日1回の内服で良いのがこの薬剤のいいところです。眠気が起こりやすいため就寝前に内服します。

☆抗てんかん薬は近年も研究が進み、2024年に新しい薬剤が薬事認証を受け、処方が可能となっております。そちらについてもご紹介します。

④ブリービアクト®（成分名：ブリーバラセタム）

効き方は①のイーケプラ®（成分名：レベチラセタム）に類似していますが、より傾眠や頭痛といった副作用が少なく、腎機能が低下した方にも調製不要で使用しやすいといった違いがあります。用法は基本的に1日2回となっています。

てんかん発作の予防のために、これらの薬剤はととても大切です。自己判断で中止することや飲み忘れが無いように気をつけましょう（※飲み忘れた場合は、不足分として1度に2回量を内服しないでください）

薬剤部 薬剤師 高坂 信吾



管理栄養士おすすめ  健康レシピ

ふっくら軟らか ～つくね焼～



焼き上がりはふっくら軟らかく、冷めても硬くなりにくいのでお弁当のおかずにもオススメです。😊

1人分
170kcal
蛋白質 14.0g
脂質 5.5g
塩分 1.2g

鶏肉 ～胃腸にやさしいたんぱく源～

鶏肉は良質なたんぱく質を多く含み、皮を除けば低脂質で胃腸への負担が少ないため、風邪をひいた時、胃腸が弱って食欲がない時等の食事に適しています。もも肉は比較的脂質が多く旨味とコクがあり、煮る・焼く・揚げる等幅広い料理に向きます。ささ身やムネ肉は脂質が少なくあっさりとした淡泊な味わいで、蒸し物や油と合わせた料理に向きます。ムネ肉は加熱すると硬くパサつきやすくなりますが、マヨネーズや塩麹、ヨーグルトを揉み込んだり、ひき肉にして豆腐や白はんぺん等のつなぎを入れたりすることで軟らかく仕上げるができます。

栄養科 管理栄養士 内藤 歩



【材料】（2人分）

- | | |
|---------------------|---------------------|
| ・鶏ひき肉(ムネ)..... 100g | <あん> |
| ・白はんぺん..... 50g | ・しょうゆ..... 小さじ1 |
| ・玉ねぎ..... 60g | ・砂糖..... 小さじ1 |
| ・油..... 小さじ1 | ・オ伊斯ターソース..... 小さじ1 |
| | ・酒..... 小さじ1/2 |
| | ・水..... 50cc |
| | ・水溶き片栗粉 |
| | （片栗粉…小さじ1/2・水…小さじ1） |
| | ・炒りゴマ(白)..... 少々 |

【作り方】

- ① 鶏ひき肉・白はんぺんをボウルに入れ、均一な状態になるまでよく練り混ぜる。
- ② みじん切りにした玉ねぎを①に加えて混ぜ、2等分にして形を整える。
- ③ フライパンに油をひき、②の両面を焼く。
- ④ 小鍋に★の材料を入れ、よく混ぜて火にかける。沸騰したら、水溶き片栗粉を加えとろみをつける。
- ⑤ 焼きあがったつくねを皿に盛付け、④のあんをかけて炒りゴマを振りかける。



食べて寝てりや

病院参与 ■ 丸尾 啓敏

最近見て面白かったテレビドラマと言えば「しあわせは食べて寝て待て」。主人公の独身女性に急に難病を患ったことから生活が一変し、家賃の安い団地に引っ越します。そこで旬の食材を取り入れた食事で体調を整える薬膳と出会います。そして、心優しい団地の人々との交流を通して弱った心身を回復させ、自分なりの幸せを見つけていくという物語でした。

生涯付き合わなければならない病気を抱える主人公にとって、薬と同様に大事なものはバランスの良い食事をし、体力をつけ、生活リズムを整えることです。ドラマではその「食」の大切さが上手に描かれていて感心しました。脂肪分、糖分の多い食品や加工食品を控え、季節の新鮮な食材で調理した食事を摂ることによって主人公は癒されていきます。主役の俳優は実においしそうに食べ、活力を取り戻す姿を好演していました。見ているこちらまでほっこりした気持ちになりました。

「医食同源」という言葉があるように、病気を治療するのも予防するのも、日常の食事をするのも、健康を維持するために欠くことのできないものです。食材によっては薬として、または薬以上の効能を持つこともあります。体に良いごはんをおいしく食べられていることが健康のバロメーター（指標）なのです。私は患者さんを診るとき、とくにがんの治療中または手術後では、ちゃんと食べているかどうかを重要視しています。



画・丸尾

「食」と並んで健康に大切なものをも一つ挙げるとすれば、「休むこと（睡眠）」だと思っています。大谷選手の睡眠時間は基本的に10時間だそうです。私はそんなハードワークをしているわけではありませんが、年とともに睡眠不足が身にこたえるようになり、逆によく寝られた日には生き返ったような気分になります。働きづめはよくないです。用はなくても、これといった目的はなくても、（時には思い切って）休息を取ることがとても大事だと思います。医師としては少し乱暴な物言いになりますが、人間「食べて寝てりや」たいがいのことは大丈夫のような気がします。

連携医訪問

medical
collaboration
27

一般内科から専門外来まで、呼吸器、消化器、糖尿病専門医が幅広く対応します。

柴田内科医院は、清水駅から徒歩で約15分、西久保にある内科クリニックです。高血圧、高脂血症などの生活習慣病から呼吸器内科、消化器内科、糖尿病内科の専門医による外来診療を行っています。また発熱外来、訪問診療など地域のニーズが高い医療を積極的に行っています。

2025年8月からは平日の休診日をなくし、より受診しやすいクリニックとなりました。

多岐にわたる疾患に対し、患者様に寄り添った医療を提供できるようにスタッフ一丸となって努力しています。



しばた さとし
柴田 敏 院長

診療科目 内科、呼吸器内科、アレルギー科、消化器内科、糖尿病内科、腎臓内科

シバタナイカイン

柴田内科医院
SHIBATA Internal Medical Clinic

〒424-0038 静岡市清水区西久保318

☎054-363-0345

<駐車場あり>

しずつつジャストライン
「秋葉前」「清水郵便局」「南光」各停留所より徒歩5分

ホームページ Web予約



診 療 時 間		月	火	水	木	金	土
内科	8:30～12:15	○	○	○	○	○	○
	14:00～18:00	○	○	○	○	○	×
呼吸器内科	8:30～12:15	○	○	×	○	○	○
	14:00～18:00	○	○	×	○	○	×
消化器内科	8:30～12:15	木曜日		金曜日			
糖尿病内科	8:30～18:00	水曜日					

- ・17時30分まで受付しますが、混雑時は翌日の受診をご案内することがあります。
- ・発熱外来の受診を希望される方は電話での予約をお願い致します。

当院をご利用される方へ

海外での感染症予防のサポート

海外渡航 ワクチン外来

海外出張、留学や旅行など
様々な目的で海外に渡航される方々の
感染症予防のための海外渡航ワクチン外来です。
ご自身だけでなく、
帯同されるご家族の相談や予防接種
英文接種証明書の発行も行っています。

海外渡航者向けの
ワクチン接種が受けられる
医療施設は限られています。

ワクチンの種類により
複数回接種が必要なもの、
接種間隔が
6か月以上必要なものもあるため
海外渡航が決まりましたら、
お早めにご相談ください。



詳細は
ホームページを
ご覧ください。



海外渡航
ワクチン外来



Web 予約



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



360°
パノラマ
ビュー