

# かけはし



2015年  
Vol.78



笑in祭スタッフ一同  
撮影者:丹下博紀(人事課)

- 診療科紹介 眼科
- 看護のチカラ 乳がん看護認定看護師
- 看護のチカラ 緩和ケア認定看護師
- 新任医師紹介
- 第4回 笑in祭
- リレーコラム
- みんなのお薬手帳

## CONTENTS

# 眼科



眼科 部長

**宮城 秀考** (みやぎ ひでたか)

私は平成27年4月より眼科部長として赴任して参りました。現在当科は医師2人体制で診療を行っています。尾道地区において眼科の数が減少している昨今、当科は入院設備を備え、ほぼ全ての眼科疾患を治療することができる唯一の眼科です。

そういった状況であるが故、尾道はもちろん三原、御調、世羅といった周辺地域から入院加療が必要な患者さんをご紹介頂いており、まさに広島県東部の眼科の砦としての役割を担っています。

私自身は網膜剥離や糖尿病網膜症、加齢黄斑変性といった網膜疾患を専門としておりますが、これまでも様々な病気の治療を経験し、白内障、緑内障、眼瞼下垂や内反症といったまぶたの病気、ドライアイ、小児の斜視・弱視、ぶどう膜炎など幅広く診療を行っています。

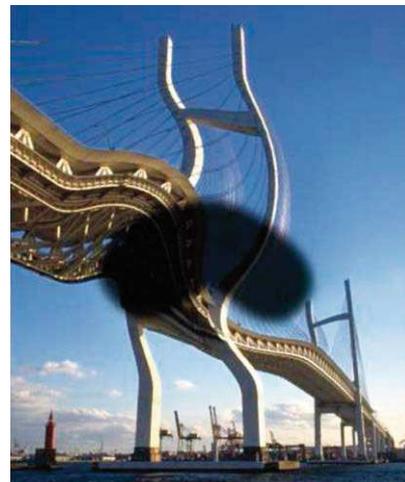
今回は代表的な眼科疾患と治療についてご紹介します。

## 加齢黄斑変性

加齢や酸化ストレス（喫煙など）により、網膜の中心部である黄斑に悪い新生血管が発生し、出血したり、網膜がむくむことで中心が見えにくくなる病気です。日本人の平均寿命が延びたことにより増加傾向にあります。

以前は特殊なレーザー治療（当院では行っていません）が主流でしたが、最近は注射薬が開発され、当院でもたくさんの方が治療を受けています。

ただ、注射薬が高いことと繰り返し治療が必要になることから経済的負担が大きいと、患者さんと相談しながら治療を行っています。



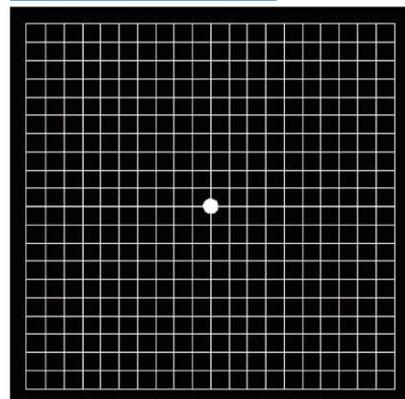
◀ 加齢黄斑変性の見え方

## 緑内障

視神経が痛むことで視野が狭くなる病気で、日本人の失明原因の第1位を占めています。一度狭くなった視野は元には戻らないので、早期発見、進行予防が大切です。初期は自覚症状がありませんので、会社などの健康診断で見つかることが多いのも特徴です。

進行を防ぐためには点眼薬で眼圧（眼の固さ、張り具合）を下げてやります。点眼薬のみで十分な眼圧下降が得られない場合は、眼圧を下げるための手術が必要になります。

👁️ CHECK!!



▶ ゆがんで見えたら要注意!

## 白内障

眼の中にあるレンズ「水晶体」が濁ってくる病気です。主な原因は加齢による変化ですので、全ての人が発症し、徐々に進行します。

白内障が進行すると、眼鏡をかけても物が霞んで見えにくかったり、まぶしさを強く感じたりします。そういった場合は手術で濁った水晶体を摘出し、代わりにアクリル製の人工眼内レンズを眼の中に固定します。

当院では片眼ずつ1泊2日の入院で手術を行っています。昨年度は625件の白内障手術を行いました。



## 糖尿病網膜症

糖尿病になると全身の血管が痛んでしまいます。眼の奥にあるフィルム「網膜」の血管が痛むと、網膜に血液が行き渡らなくなります。これが糖尿病網膜症です。

進行すると網膜の血管から水分が漏れ出して網

膜がむくんでしまい、視力が低下します。また、網膜の血液不足を補おうとして様々な悪さをする不良血管が生じ、破れて出血を起こしたり、網膜が剥がれて失明してしまう網膜剥離や悪性の緑内障を起こします。

糖尿病網膜症は日本人の失明原因の第2位の病気ですが、初期であれば治る病気ですので、糖尿病を治療されている方は必ず眼科での定期検査が必要です。

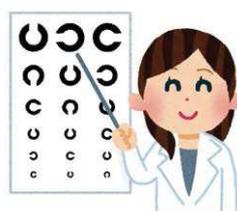


▲初期、中期の見え方



▲末期の見え方

## おわりに



前述したように、近隣の先生方からたくさんご紹介頂くおかげで、患者さんの数も徐々に増えてまいりました。

特に手術が必要な患者さんには（緊急手術が必要な場合を除き）手術までに2～3か月程度お待ち頂いている状況です。

なんとかその状況を解消するべく、限られた人手と時間の中でより安全で効率的な手術を行えるように、最新の手術システムの導入を進めています。

今後もみなさんにより早く、よりレベルの高い医療を提供できるよう努めて参りたいと思います。

連載企画

# 乳がん看護認定看護師



乳がん看護認定看護師  
中上 小百合



## 乳がん検診の啓蒙活動

今年5月には、しまなみ球場へ検診の必要性を伝えにいき、早期発見のお手伝いも行いました。

乳がんは1960年代から増加傾向にあり、年間、約6万人が罹患し、女性の<sup>りかん</sup>がん部位別罹患率の1位です。他のがんと違い30歳代から増加しはじめ、子育てや介護など、多くの役割を持つ40歳代後半～50代に罹患のピークがあります。そのため、乳がん治療を受ける事で、子育てや介護、晩婚化による結婚・出産などのライフスタイルに影響を与えます。

乳がん治療は手術や化学療法・放射線療法・ホルモン療法を組み合わせで行われ、手術による乳房喪失・化学療法による脱毛・内分泌療法による肥満など、ボディイメージに変化を与える可能性があります。

乳がん看護認定看護師として、患者さんが治療に対する不安を一人で抱え込まないように、治療に対する情報提供や価値観やライフスタイルに合わせた治療選択ができるように支援していきます。乳がん治療を行いながら、その人らしく過ごして頂けるように、共に歩んでいきたいと考えています。

## 乳がん患者さんに対するチーム医療

手術・放射線療法・化学療法・ホルモン療法を組み合わせた治療に対する有害事象や心理・社会的問題について、多職種（医師、看護師、薬剤師、放射線技師、理学療法士、社会福祉士、臨床心理士）で検討しています。



## ピンクリボンサロン

乳がん患者さんと、ご家族を対象に、乳がん治療に対する不安を自らが解決できるように、情報提供や治療に対する思いを語り合う会（Onomichi ピンクリボンサロン）を年1回開催しています。



乳がんは早期発見することで、9割は治癒できる病気です。  
ご自身そしてご家族のためにも検診を受けましょう。

# 緩和ケア認定看護師



緩和ケア認定看護師  
島居 孝恵



緩和ケア認定看護師  
藤原 ちえみ

『緩和ケア』という言葉を知るとどのようなイメージをお持ちになりますか？

終末期で、手のほどこしようがない状態の人が行く所というイメージがありませんか？

## 緩和ケアとは

緩和ケアは、治療のどの段階からでも受けられる医療です。緩和ケアを早期から一緒に受けている方が、ストレスが改善されて、寿命が延長した研究もあります。

『緩和ケア』とは、重い病を抱える患者さんやその家族一人一人の身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることが出来るように支えていくケアのことです。

## 緩和ケア認定看護師の役割

緩和ケア認定看護師は①疼痛・呼吸困難・全身倦怠感・浮腫などの苦痛症状の緩和②患者・家族への精神的サポート③希望にそった医療、ケアへのサポートという役割を担っています。

痛みや症状をコントロールして、患者さんの気持ちのつらさに向きあっています。そして、患者さんとご家族一人一人の治療して行く上での困難さに耳を傾け、寄り添い、ご希望や大切に思っている事を聴き、QOL（生活の質）の向上が図れるよう支援しています。

## 当院での対応について

当院では『がん診療支援外来』を火・水・金曜日午前中に診療しています。

入院中は『がん診療支援チーム』が病棟に伺い、ケアを行います。

チームは多職種で構成され、主治医、病棟看護師と共に、安定した心身の状態でがん治療を受けられるよう患者さんやご家族のお手伝いをさせていただきます。

通院して受診することが困難な方や、日常生活動作の低下した患者さんには、医療福祉支援センターと連携して在宅主治医や訪問看護師等の在宅支援チームの体制を整えて、在宅主治医と一緒に関わっています。

緩和ケアのご希望、看護師へのご相談がございましたら、いつでもお声掛け下さい。

(窓口)

医療福祉支援センター Tel.0848-22-8111(代)

## 新任医師紹介



麻酔科 黒田 皓二郎  
(くろだ こうじろう)

コメント

尾道北高校出身の黒田皓二郎と申します。未熟者ですが少しでも故郷 尾道の医療に貢献できるよう邁進したいと思いますので、よろしくお願い致します。



小児科 吉光 哲大  
(よしみつ てつひろ)

コメント

10月より小児科に赴任しました吉光哲大と申します。尾道の小児医療に貢献できるよう頑張りますので、何卒よろしくお願ひします。



# 第4回 笑in祭

メインテーマ **Link** -リンク-  
わ!に出会える尾道総合病院



開会式

10月17日(土)に当院のお祭り「笑in祭」を開催することができました。4年連続4回目となる今回は、Linkというテーマを掲げて、地域住民の皆様へ感謝の気持ちを伝えるとともに、病院をより身近に感じて頂き当院との繋がりを実感できるようなイベントを実施しました。

杉田孝病院長の開催宣言から始まり、当院職員の医師・薬剤師・看護師によるリレー講演や日比崎小学校による合唱を1階ロビー中心に行いました。

屋外では、目玉企画のマグロの解体ショー、自然素材・無添加食品を提供している地元では有名な「おのみち家族の台所」をお招きして体に良い食材を利用したこだわりランチの販売、JA尾道市による野菜やお弁当の販売、午後からは太鼓塾鳴島をお招きして迫力ある太鼓を披露して頂きました。

その他に館内の催しものは、プロジェクションマッピング(映像による病院の紹介)、フィンガープリントペインティング(指を使って塗り絵)、車椅子体験、マッスルスーツ体験、白衣体験、医師による腹腔鏡・縫合体験、看護学生によるハンドマッサージ、県内JAの特産品販売、広島カープグッズが当たる大抽選会等を行い、大人から子どもまで楽しんで頂いたと感じています。

今年も600人を超える方に来場して頂きました。今後も今回の「笑in祭」で掲げたテーマのとおり、地域の皆様との繋がりを大切にしていきたいと思っております。引き続き、尾道総合病院をよろしくお願い申し上げます。(人事課 中洲 洋輔)



開会式



JA尾道市ブース



ボール  
フール



JA特産加工品特売コーナー



おのみち家族の台所



大抽選会



受付



マグロ解体ショー

ハンドマッサージ

腹腔鏡体験

プロジェクションマッピング

最新医療機器の体験

車椅子体験

縫合体験

白衣体験

フィンガープリントペインティング

縫合体験

リレー講演

太鼓塾鳴島

日比崎小学校合唱

放射線科 田頭 吉峰(たがしら よしたか)

リレーコラム

私の趣味はトレイルランニングという、整地されていない山道などを走ることです。

ランニング自体はダイエットのため、5年前から始めたものですが、大会などいろいろ出ていくうちにラン仲間も増え、完全にはまりました。最初は山を走るなんてきついでしょと思っていましたが、いざ走ってみると、くだりの疾走感はずいし、普段見ることのない景色にも出会えるし、これは楽しいなと。今では、日本各地で行われている大会に1年に3、4回出場しています。

特に私が好んで走るのはウルトラトレイルとよばれる100km以上の大会です。短い距離だとスピードが要求されますが、長くなると、持久力が求められます。今までで17時間ほど走り続ける大会も経験しました。当然ながら足も痛くなることもありますし、しんどいと思うこともあります。ゴールを迎えた瞬間の達成感は何物にもかえられません。そのための普段の練習も苦ではなく、走ることが楽しいです。



練習では、日頃何かストレスを抱えてたり、考え事をしているときに走るとすっきりするし、気持ちのリセットができます。大会前には走りきるための身体(脚力)の準備とモチベーション、シュミレーションなどで心の準備をすることを重要にしています。それは仕事でも同じで、知識と経験での土台と、心に余裕がなければ満足な接遇は行えないので気持ちの準備、これらが揃ってしっかりした検査が行えるものだと思っています。

まだまだ仕事も趣味もこれからですが、さらに精進したいと思います。

# みんなのお薬手帳



薬剤部  
丸谷 佳代  
Kayo Marutani

捻挫した、腰が痛い、そんなときに使うものに貼リ薬（いわゆる湿布）がありますが、みなさんも1度は使ったことがあると思います。今回はその貼リ薬についてお話します！



痛みや炎症を和らげる目的で使用される貼リ薬には大きく分けて、パップ剤とテープ剤の2種類があります。パップ剤はフェルトの布に薬剤を厚めに塗ったもので、わかりやすく言えば、白くて厚みがあるものです。水分を多く含み、剥がしやすいです。打ち身や捻挫のような炎症性の腫れを伴う痛みに適しています。

テープ剤はポリエチレンフィルムなどに薬剤を粘着剤と一緒に薄く塗ったもので、わかりやすく言えば、薄くて肌色のものです。粘着性に優れていて、よく動かす関節部分に貼るのに適しています。また、肩こりや腰痛などの慢性的な痛みにも適しています。

また貼リ薬によっては、日光が当たった部分がかぶれてしまう光線過敏症というものを起こすことがあります。使用中だけでなく使用後も、貼った部分を衣服やサポーターなどでおおい、日光を当てないように注意してください。

自分の使用目的にあった貼リ薬を選び、正しく使いましょう！

## パップ剤を剥がれにくくする「ひと工夫」！

(久光製薬ホームページより)



- ①パップ剤をずらして2つに折り、中央に2~3cmの切れ目を入れます。
- ②フィルムをはがし、切れ目を中心に短い方を下にして肩峰を穴から出し、左右に少し伸ばします。
- ③次に、短い方を押さえて首の方に十分に伸ばしながら、肩の全面に貼ります。

- ①中央に2~3cmの切れ目を入れます。
- ②フィルムをはがし、切れ目を中心に短い方を下にして膝を穴から出し、左右に少し伸ばします。
- ③次に、長い方を上に十分に伸ばして全面に貼ります。



- ①パップ剤を2つに折り、中央からずらして約3cmの切れ目を入れます。
- ②フィルムをはがし、まず幅の広い方を十分に伸ばしながら首筋にそって貼ります。
- ③次に、幅の短い方を左右に十分に伸ばしながら張ります。

