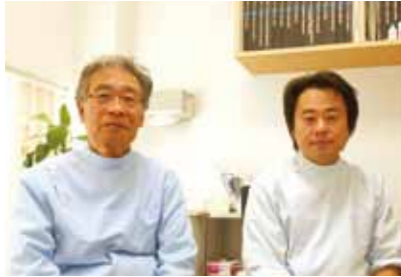


連携医院のご紹介

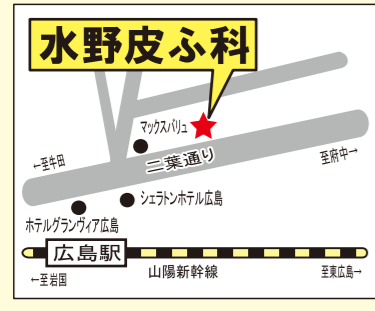
今回は、開業医で「皮膚小手術もできる皮膚科」を親子で取り組んでおられます「水野皮ふ科」水野 勝先生、水野 寛先生です。



水野勝先生、水野寛先生

医療法人社団 水野皮ふ科

〒732-0053
広島市東区若草町11-1-101
JR広島駅新幹線口 ザ・広島タワー1F
電話 / 082-263-6775
院長 / 水野 勝
診療科目 / 皮膚科・アレルギー科



○いつ頃開業されましたか。

昭和50年7月に東区光町にて開業しました。息子と共に診療を行う事になり、医院が狭くなったことで平成22年8月に東区若草町に移転しました。移転先も以前の場所と近いので患者さんは迷わず来られます。

○毎日の診療で大切にしていることは何ですか。

患者さんに役立つ医療を心がけています。幅広く患者さんを診ていますが、症状によって「医院で治療できる患者さんなのか」「皮膚科以外の病気ではないか」など、見分ける力も求められます。そのため積極的に勉強会に参加して、日々勉強する姿勢を持っています。

○開業医のおもしろさは何ですか。

まず、患者さんの顔が間近に見られることですね。付き合いが長い人は、子供の頃から診ていた人が大人になっている。患者さんが信頼していただき、家族も連れて来られ、2世代、3世代とつながって診られるところがいいですね。

○県病院について一言お願いします。

県病院に急いで患者さんを紹介したい時に、皮膚科医師が電話を直接受けてくださいます。

また、先日の地域連携懇談会は、説明がとてもわかりやすく、診療科や先生方の特徴もよくわかりました。



水野皮ふ科外観

【取材後記】

水野寛先生が外来手術をされている間も、水野勝先生が診察を継続されているので、医師が二人おられることで治療の幅が広く、待ち時間にも配慮をされていました。

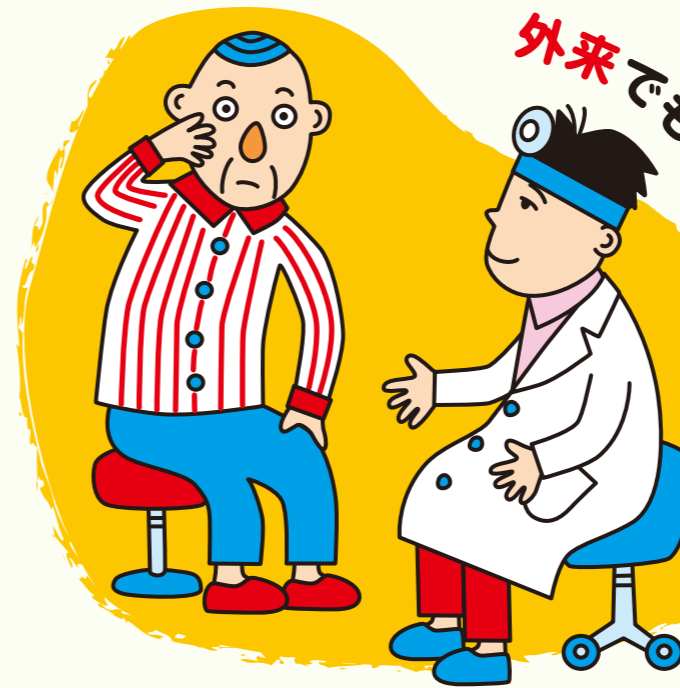
もみじ



県立広島病院 〒734-8530 広島市南区宇品神田1丁目5番54号

※県立広島病院の様々な情報をホームページへ掲載しています。
県立広島病院 で検索 (URL: <http://www.hph.pref.hiroshima.jp/>)

理念：県民の皆様に愛され信頼される病院をめざします



外来でも安全に手術ができます。

県病院の 日帰り手術

眼科
耳鼻咽喉科
内視鏡内科

近年、医療技術の進歩に伴い眼科の水晶体再建術（白内障）、耳鼻咽喉科の鼓膜チューブ挿入術（中耳炎）、内視鏡内科のポリベクトミー（大腸ポリープ）など、身体への負担や痛みが少ない手術を対象に「日帰り手術」が行われています。患者さんやご家族の生活のリズムを変えることなく、安心して手術を受けることができるよう、当院でも「日帰り手術」に積極的に取り組んでいます。「その日の内に退院して大丈夫？」と不安に思う方もいらっしゃるでしょうが、帰宅後の対応や注意事項、病院への連絡方法など、きめ細やかな指導やサポートを行っていますので、ご理解、ご協力をお願いします。

日帰り手術のメリット

日常生活のリズムを変えずに手術ができます。

入院より環境の変化が少なく、高齢者の方も負担が軽く早期に通常の日常生活に戻れます。

安全性が確保できます。

手術後は自宅で過ごせるので、慣れない空間に宿泊する不安がなく安全です。

治療費が安く済みます。

入院より3割～5割程度安く治療を受けることができます。

きめ細かな入院同様のサポートで対応しています。

担当の看護師が、来院から医師の帰宅許可があるまで対応させて頂き、異常の早期発見・苦痛の緩和・不安の軽減に努めます。

詳しくは

各担当医（眼科・耳鼻咽喉科・内視鏡内科）にご相談下さい

県立広島病院からのお知らせ

3月のがんサロン

開催日 平成27年 3月12日(木)
時間 14:00～15:00
場所 新東棟2階 ラウンジ
内容 交流会
対象 悪性腫瘍(がん)で通院 または 入院されている患者さん 及び そのご家族
問合せ先 地域連携センター
総合相談・がん相談室
TEL:082-256-3562
(担当:佐々木)

がん医療従事者研修会

開催日 平成27年 3月24日(火)
時間 18:30～19:30
場所 中央棟2階 講堂
テーマ 『Oncologic Emergency』
講師 臨床腫瘍科 部長/土井 美帆子
臨床腫瘍科外来 副看護師長/木下 真由美
問合せ先 医療従事者 及び その関係者
総務課管理係
TEL:082-254-1818 (内線4273)
(担当:永岡)

紹介状持参のお願い

初診時、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合、保険診療費の他2,690円のお支払いが必要となります。初診の際には、紹介状をお持ち下さい。

※当院では、予約診療を優先して診察しています。予約診療以外で受診されると待ち時間が長くなる場合がありますので、ご了承下さい。

KBネット

現在の参加医療機関 (2月18日現在)

200 機関

問合せ先 地域連携センター
電話(082)252-6228(直通)

私のこだわり 其の九

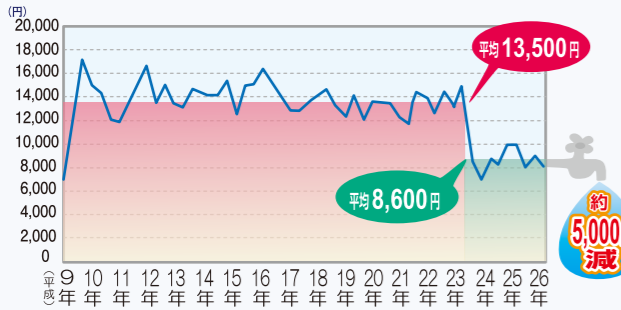
事務局次長 竹林 孝宣



もったいない 節水 ～無理せず節約～

下のグラフは今の家に引っ越してからの水道代です。よ～く見てください。大きな変化が表れる時があります。平均 13,500 円で推移してきた水道代が、平成 24 年からは「なんとしたことでしょう」平均 8,600 円で推移しています。

我が家の水道代（2か月分）の推移



さて、なにをしたかという、そうです。トイレのリフォームをしたのです。

節水便器 2 台とウォシュレットで約 30 万円かかりましたが、10 年で元が取れる計算です。1 台だけなら、もちろん 5 年です。

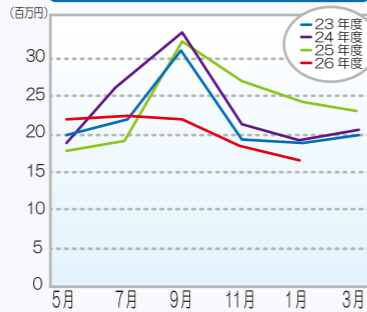
試算は当然事前に行いました。新聞の業者の折り込みで節水トイレを知り、さっそくインターネットで検索しました。どうも我が家の便器（昭和 51 年型）は 1 回で 13ℓ使っているようです。節水トイレに変えると（平成 21 年型）半分以下の 4.8ℓで済みます。1 日の使用回数や水道の利用料金制も調べました。ちなみに

広島市の水道料金は逓増制をとっており、0～20 mℓは 5 円 / mℓと超割安、21～30 mℓは 106 円 / mℓ、31～40 mℓはお高くなって 168 円 / mℓです。使用量を減らすと 168 円 / mℓの高い料金部分が少なくできるので、節水はお得と判断しました。業者と価格交渉してさっさと着工してもらいました。結果は、ウォシュレットも新しくなって快適なうえに、楽しんで節水もでき、大正解でした。

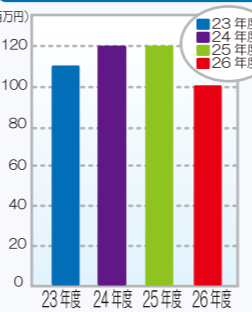
下のグラフは、ここ 4 年間の当院の水道代の推移です。本年度（26 年度）は、管財課で節水に取り組み、夏場から大きく成果がでています。

日々観察をすると植栽の水やりの時間が長すぎるのではないかと考え、庭木の管理業者と打ち合わせの上で、水やり時間を短縮したほか、給食や清掃の委託業者にも節水をお願いしました。

県立広島病院の水道代



1月までの水道代の比較



この結果、患者さんや医療従事者の方に不便をかけることなく、1 月までの水道代は、昨年度に比べて約 2 千万円 21% の大幅減を達成することができています。

私のこだわりは、「もったいない」です。観察して、調べ、知恵を出す。無理せず節約して、そのお金をもっともっと生かしていきます。皆さんも「もったいない」をはじめませんか。

じょくそう 褥瘡対策チーム

じょくそう 褥瘡とは

「床ずれ」とも呼ばれ、寝返りがうてない状態や車いすなどで長時間過ごすことにより接触する部分の皮膚の血流が悪くなり、皮膚にキズができてしまうことをいいます。

褥瘡対策チームでは、皮膚科医師、皮膚・排泄ケア認定看護師、看護師長、各部署（病棟および手術室、腎臓総合医療センター、外来部門）のリンクナース、理学療法士、管理栄養士などの多職種が連携して、ベッド上での生活を余儀なくされた方や皮膚にダメージを受けやすくなっている方に対し、キズを作らないよう褥瘡対策に取り組んでおります。また、持続する※発赤に関しても早期対応に取り組んでいます。その結果9割は浅い褥瘡で発見され、悪化に至るケースが減少しました。当院の褥瘡発生率は1.0%以下に止めており全国平均(1.31%)を下回っています。

褥瘡は悪化すると治りにくい為、予防・早期発見が大切です



認定看護師による回診



褥瘡チーム回診



ポジショニング体験

主な活動内容

- 褥瘡回診
- 褥瘡予防・治療に関する会議
- 褥瘡院内研修会
- 体圧分散 マットレス管理

予防・治療等の研修です

※発赤（ほっせき）皮膚や粘膜の一部が充血して赤くなること。炎症などによって起こる。

外科医の独り言 no.42

－ 尽きないうんこの話 －

年明け早々うんこの話（腸内細菌）で始まり、また今回もうんこの話ということでウンざりしている方もおられるかと思います。しかし、人間に限らず、動物、植物、細菌でさえも排泄活動なしでは生きていけません。また便秘でお悩みの方も大勢いらっしゃいます。これからのお話が便秘でお悩みの方の参考になるとは思いませんが独り言ですので許してください。

通常、便秘は3日以上排便のないことと定義されていますが、日本人女性の約半数が便秘に悩んでいると言われています。便秘の多くは食習慣と排便習慣を見直すことで改善されます。お昼のワイドショーや健康番組でよくやっていますよね。食物繊維をしっかり摂ってヨーグルトなどの発酵食品を摂りましょう。確かに食物繊維は善玉菌の餌になって善玉菌を増やし、悪玉菌の発育を抑える他、水分を吸収してうんこの量を増やすことにより、うんこはちょうど良い硬さになり腸の動きを刺激します。またヨーグルトは善玉菌を増やします。うんこの量が増えて、肛門近くの直腸に運ばれていけば自然と便意というおしるしが来ます。そのタイミングを逃さずトイレに駆け込めば良いのです。おしるしが来たのに我慢をしようとするタイミングを逃してしまいます。なぜならこのおしるしは1日に1～2回しかきません。排便されなかったうんこは腸の中に長く居座り、水分がどんどん抜けて硬くなり、次におしるしが来た時に押し出す力が余分必要です。この悪循環が習慣となり習慣性便秘となってしまいます。歳を取ると押し出す力も弱くなりさらに悪循環に陥ります。

私の外来でも便秘で困っているから下剤を処方して欲しいという患者さんが沢山おられます。その都

度、食習慣と排便習慣のお話をしますが、やはり便秘で苦しいと言われれば下剤を処方してしまいます。なぜなら私の外来は消化器の手術をした患者さんがほとんどだからです。手術して摘出した臓器及びその量によっては消化吸収機能が低下し、また手術後に起こる癒着などにより胃腸などの消化管の動きが制限されます。したがって食習慣や排便習慣に気を付けても便秘や下痢が起こってきます。その微妙な調節法は私より患者さん本人が一番わかっているのです。下剤だけ処方してその加減をすべて患者さんにお任せしています。

突然ですが、最近バキュームカーを見なくなりました。汲み取り式トイレがほとんどなくなり水洗トイレが普及したのでしょう。ウォシュレットも普及してお尻を拭く時に、うんこが手につくこともなくなりました。見たくない？うんこのお姿を見ざるをえない状況にあります。見たくないと言わずにうんこのお姿をジッと見つめてあげてください。うんこは健康のパロメーターです。うんこがあなたに何かを語っています。大腸がんの早期発見に繋がるかもしれません。

うんこの語源はいきむ時の声「うーん」に接尾語の「こ」がついたものとされていますが、もしいきむ時の声が「あーん」だったら「あんこ?」、こんなことを考えるのは私だけでしょうか?まだまだ話は尽きないのですが、これ以上うんこの話を続けるとこのコラムの存続にかかわるのでこれでおしまします。



院長補佐(消化器・乳腺・移植外科主任部長) 板本敏行(いたもととしゆき)

県病の星

集中ケア 認定看護師

ある日突然自分の大切な家族が重症だと聞いたとき、皆さんはどのように感じますか? とてもショックを受けたり悲しい気持ちになったり、希望を失いそうになってしまうのではないのでしょうか。もちろん、私達も同じ気持ちになります。

集中ケア認定看護師は、そのような患者さんやご家族に対し、安心で心のこもった看護ケアを提供させていただくことをモットーとして活動しています。具体的には早期リハビリテーションや呼吸が楽に行えるような援助、ご家族へのケアなどを多くの医療スタッフと連携しながら行っています。すべてのスタッフが重症化する兆候をいち早く見つけ対処できるよう、院内研修も積極的に行っています。「呼吸ケアチーム」を作り、院内で呼吸管理に関する相談も受けています。現在、集中ケア認定看護師は院内に3名在籍しており、患者さんにとってベストなことは何かを考え協力しながら働いています。



山口看護師



北尾看護師



西村看護師