

小豆島中央病院だより

新年あけましておめでとうございます。新しい年が始まりました。

令和2年から始まった新型コロナウイルス感染症（以下コロナ）は昨年も猛威を振るいました。小豆島は他に比べ感染者数は多くはなく、当院もなんとか通常の診療とコロナの診療を両立することができ、地域の皆様への責任を果たせたことに安堵しております。

しかし病院経営にはかなりの影響が出ており、当院も効率的な病院運営を模索し、アフターコロナも見据えて体質改善中です。今後とも病院をご利用の方々にご迷惑をおかけすることなく従来通り救急・急性期医療、亜急性や慢性期医療をバランスよく提供していく所存です。

コロナは現在もくすぶり続けており、先が見通せませんが、コロナに打ち勝つためには油断することなく感染予防対策継続と、確実なワクチン接種が重要と考えております。まだまだ、終わりの見えないコロナ対策に職員一同立ち向かっていきます。

常日頃から職員には、Specialty（専門的知識の向上と他職種への理解と尊重）、Community（地域医療と地域の人たちへの貢献）、Hospitality（思いやりや気づきの心と行動）をスローガンとし、行動できるよう求めています。

また一人一人が病院の理念に向かって目標をたて達成できるよう努力してまいります。

どうぞ今年もよろしくお願いたします。



小豆島中央病院 院長 山口 真弘

- ・ 院長 新年のご挨拶
- ・ 当院部署紹介
- ・ 栄養科だより
- ・ 権風ゼミ～プロフェッショナルに学ぶ～
- ・ 職員募集



泌尿器科外来



小豆島中央病院泌尿器科では、標準治療を提供することをモットーに日々診療しております。皆さんは標準治療と聞いて、どのような印象を持たれるのでしょうか。だいたい真ん中のレベル、「松竹梅」で表すと「竹」を想像される方が多いのではないのでしょうか。国立がん研究センターがん対策情報センターが運営する「がん情報サービス」では「がんに対する標準治療」について以下のように記載があります。

『標準治療とは、科学的根拠に基づいた観点で、現在利用できる最良の治療であることが示され、ある状態の一般的な患者さんに行われることが推奨される治療をいいます。』

つまり、「松竹梅」で表すなら間違いなく「松」の治療です。

当科では標準治療を提供するため、最新の機器や薬剤を遅滞なく診療に取り入れております。

例を挙げますと、膀胱がん治療には、がんの部位が分かりやすくなる「光線力学診断補助下経尿道的膀胱腫瘍切除術」を行っております。また、通常の抗がん剤治療だけでなく、オプジーボに代表される免疫チェックポイント阻害剤や分子標的薬による治療も行っております。がんの診断や治療効果判定には、被爆の心配がなく感度が高いとされている全身拡散強調MRIという方法も用いております。これからのがん診療の主流となると考えられている遺伝子検査については、当院で可能な遺伝子検査は当院で行いながら、必要に応じてがんゲノム医療拠点病院を受診していただく体制を整えております。

がん診療だけでなく、排尿困難や尿失禁、膀胱炎、尿路結石など一般的な泌尿器疾患につきましても、ガイドラインに則った質の高い医療を提供することを心がけております。午前中は月曜日から金曜日まで毎日診療しておりますので、お気軽に受診していただければと思います。



眼科外来



皆さんどのような年始をお過ごしでしょうか？そろそろ花粉症の時期ですが今年は東日本で多く、西日本は例年並みとの予報です。ここで改めて花粉症についておさらいしましょう。

花粉症が発症するメカニズムですが、まず花粉（抗原）が体の中に入ってくるとマスト細胞の表面にある抗体とくっつきます。これによってアレルギー症状を引き起こす物質（ヒスタミンなど）がマスト細胞から放出されアレルギー症状が出るというものです。治療薬としては

①化学伝達物質遊離抑制剤

アレルギー症状を引き起こす物質が放出されるのを抑えます。

②抗ヒスタミン薬

アレルギー症状を引き起こす物質の働きを抑えます。

があります。①は症状が出る前に使う

と効果的で、②は即効性があります。

最近では両方の効果をもったお薬もあり、副作用の眠気も少なくなり使いやすくなりました。お困りの方はそれぞれの診療科で相談してみましょう。

最後に目を洗うことに関してですが、花粉を洗い流す効果はありますがドライアイ症状を引き起こしたり、カップ型のものだと目の周りの汚れや菌が逆に目についてしまうこともあるので洗いすぎには注意しましょう。



栄養科だより



冬は温かい汁物やお鍋が美味しい季節ですね。
これらの料理は塩分が多いためとりすぎには注意が必要です！

1日あたりの食塩摂取量（18歳以上）

	生活習慣病予防のための目標量※1	高血圧及び慢性腎臓病の重症化予防のための量※1	日本人の食塩摂取量※2
男性	7.5g未満	6g未満	10.9g
女性	6.5g未満		9.3g

※1 日本人の食事摂取基準（2020年版） ※2 令和元年国民健康・栄養調査（概要）

塩分量が多い食品（塩分量）

みそ汁1杯 食パン6枚切り1枚 カップ麺1個 塩鮭1切れ 梅干し1個 ウィンナー1本



1.2g



0.8g



5.5g



1.4g



2.2g



0.5g

※おおよその塩分量で記載しています

減塩のポイント

- 汁物は1日1杯までとし、具たくさんにすることで汁の量を減らし減塩できます。
- 加工食品、練り製品、漬物等は塩分量が多いため食べる量には注意が必要です。
- 薄味を美味しくするために酢・柑橘類、香辛料、だし等を使い酸味や旨みをつけ満足感を高める。
- カリウムが多い野菜、海藻には体内のナトリウムを排出する働きがあるため積極的にとりましょう。

「權風ゼミ～プロフェッショナルに学ぶ～」 於 小豆島中央高校

10月4日に小豆島中央高校の大会議室にて

当日は、自身の受験勉強の苦労を交えつつ思いを持ち続ける事の大切さを話し、チーム医療に参加する病院職員の職種についての説明をしました。本城副院長からの「一緒に働けることを楽しみにしています。」の呼びかけに応えてもらいたいです。

最後に「患者さんと、患者さんのご家族のありがとうのために働いています。」と思いを述べました。



小豆島中央病院企業団職員募集

令和4年4月1日から小豆島中央病院企業団に勤務する職員の募集を行います。

募集人員および応募資格

看護師6名程度、准看護師3名程度

免許取得者または採用日までに資格を取得する見込みの方

募集・応募用紙の提出期限

令和4年1月28日（金）

試験日

令和4年2月6日（日）

（郵送の場合は期限内必着）

詳しくは、ホームページ（<https://scha.jp/>）をご覧ください。

応募用紙の請求・提出場所

小豆島中央病院 人事・秘書課

☎75-1214

世界糖尿病デー ブルーライトアップ

11月14日の世界糖尿病デーに合わせて、小豆島中央病院では正面玄関横でLEDでライトアップイベントを開催しました。県内では、ほかに銭形砂絵、丸亀城、玉藻公園、さぬき市民病院でも実施しました。世界糖尿病デーのキャンペーンには、青い丸をモチーフにした「ブルーサークル」が用いられ当院においても、ブルーをメインとしています。



第59回香川県国保地域医療学会で優秀賞を受賞しました

当院の公認心理師 津山紀彦が第59回香川県国保地域医療学会の研究発表で「アドバンス・ケア・プランニングの実践における心理士の関与について」を発表し優秀賞を戴きました。

奈良県で開催された第59回全国自治体病院学会にも参加し、研究発表をしました。

たくさんの方に聞いていただき、ご意見もいただいた事、これからの業務に活かしていきます。



職場体験学習（土庄中学校）



10月5・6日に土庄中学校2年生8名の職場体験学習の受入れを行いました。

今回の体験により、働くことの意義、それぞれの職業の社会的役割を学び、今後の進路を考える上での一助となればと思います。生徒の元気な挨拶から始まり、病院の概要説明と院内案内の後、個々人の興味のある部署に分かれて実習を行いました。

実習の最後には、実際に防護衣の着脱を体験してもらいました。着衣の難しさ、装着の順番の大切さを学んでいただきました。まだまだ予断を許さない新型コロナウイルス感染症についての講義も行い、感染症対策の大切さ、大変さを理解していただけたと思います。

