



地域と医療を結ぶ広報誌

# 風によせて

Shirakawa Kosei General Hospital

VOL.  
**49**  
2019.1  
KAZENI  
YOSETE



猪苗代湖と磐梯山

CONTENTS

- ごあいさつ ..... 2
- 地域医療連携協議会報告 ..... 3
- 登録医療機関の紹介 ..... 3
- 特集 ..... 4
- 減塩メニューレシピ紹介 ..... 5
- からだの学校 ..... 5
- 新任紹介・院内ニュース ..... 6・7
- インフォメーション ..... 8

特集

## 深部静脈血栓症について



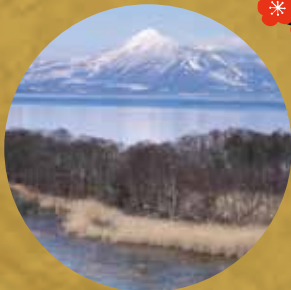
JA福島厚生連  
白河厚生総合病院



ごあいさつ  
salutation



病院長  
白河総合診療センター長  
前原 和平



今月の表紙  
Cover Story

【猪苗代湖と磐梯山】

青空に堂々とした雪冠の磐梯山は、全国百名山「会津富士」の名に相応しい姿です。福島のリゾートの一つです。

## 「謹賀新年」

謹んで初春のお慶びを申し上げます。

三箇日は天候にも恵まれ、皆様には良い新年を迎えられたことと存じます。今年は十干十二支では己亥（つちのとい）年となります。現在の繁栄した状態を維持できるよう努める年だそうです。

平成の御代も今年4月で終わり、新しい時代が始まろうとしております。米国と中国の軋轢や、EUの危機など国際情勢は混沌としておりますが、わが国の平和と安寧、そして福島の実りある復興を祈りたいと思います。また、皆様お一人お一人にとりまして、希望に満ちた明るい年になりますことを祈念申し上げます。

今冬はインフルエンザの流行が遅れ、このまま治まってくれればと願っておりましたが1月に入りまして爆発的に増加して県内で県南二次医療圏だけが警報レベルに達してしまいました。当院ではすでに面会制限を始めておりますが、入院患者さんがインフルエンザに感染することのないようマスクの着用、手洗い励行にご協力ください。

本年も職員一同、弛まず診療と教育の充実を図ってまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

平成31年1月 病院長

### 白河厚生総合病院について

#### 基本理念

地域を守り地域の皆様に  
愛される病院を目指します

#### 基本方針

私たちは

- 一、医療、保健、福祉事業を通して地域住民の健康を守り、豊かな暮らしに貢献します
- 一、県南の中核病院として関係機関との連携を深め、地域医療の向上に努めます
- 一、患者さんを全人的に理解し、優しさと思いやりをもって接します
- 一、十分に説明をし、患者さんの意志を尊重した医療を実践します
- 一、使命を自覚し、たゆまず研鑽を積んで医療の質の向上と人材の育成に努めます



# 第35回 地域医療連携協議会開催

## 地域医療連携室

第35回地域医療連携協議会を平成30年11月7日に開催いたしました。当日は院内外から44名の皆様のご参加をいただきました。今回は2つのテーマで行いました。最初は「当院の麻疹アウトブレイクの経験」を感染看護認定看護師の丸山道子看護師長から報告させていただきました。平成30年6月から7月にかけて経験した当院での麻疹集団感染に対する対応を報告し、対応での問題を明らかにし、感染防止については情報共有の重要性を学びました。次に、アドバンス・ケア・プランニングの普及活動をしているACPしらかわのメンバーより「ACPしらかわの紹介と活動報告」を行っていただきました。

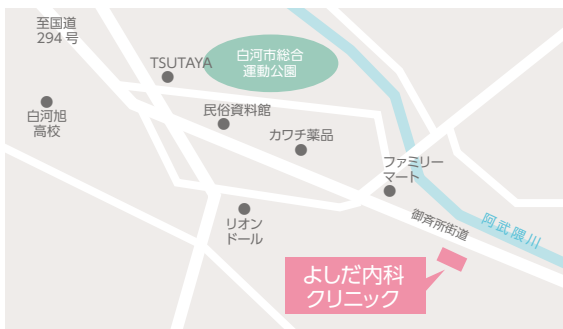


報告の後には出席の先生方から補足の説明等いただき、理解を深めることができ盛会に終了することができました。

## 医療連携 登録医療機関の紹介

## よしだ内科クリニック

平成29年10月に白河市結城で開院し、1年が経過しました。当院では主に呼吸器疾患、循環器疾患などの検査・診断・治療などを行っております。また、がん治療連携病院として連携診療をさせていただいております。地域の皆様が病気や健康増進・治療について気軽に相談できる地域の家庭医を目指し、身近な存在として地域の皆様のお役に立てるよう、日々の診療に励んでおります。

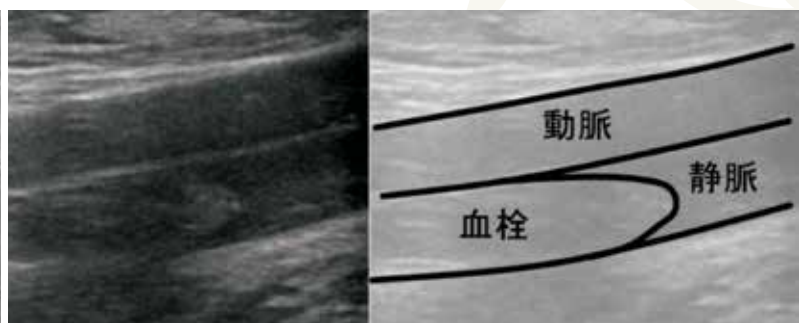
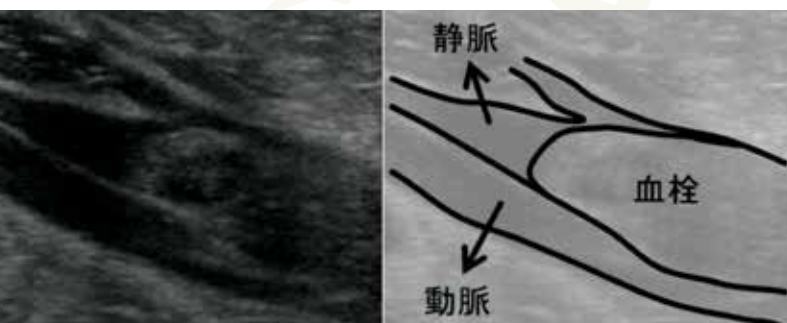


診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	休診	○	○	休診
14:30~18:00	○	○	○	休診	○	○	休診

- 住所 / 〒961-0041 福島県白河市結城 113-1
- TEL / 0248-21-5711 ・ FAX / 0248-21-5736
- URL / <http://www.yoshidanaikaclinic.jp>

# 深部静脈血栓症について

— 検査科 三國 宰子 —



## <エコノミークラス症候群とは?>

エコノミークラス症候群という言葉も、誰でも一度は耳にした事があるのではないのでしょうか。飛行機のエコノミークラスに長時間乗っていた人が、到着後に具合が悪くなり、死亡するという事例が多発したことで、世界に知れ渡るようになった病気です。

長時間、窮屈な姿勢でいると静脈の血が流れにくくなり、血管の中に血栓という血の塊ができることがあります。そして、体を動かし始めると血の流れがよくなり、それによって血栓がはがれ、肺まで流れて肺の血管に詰まってしまうこととなります。これが、エコノミークラス症候群です。

現在は「旅行者血栓症」や「ロングフライト症候群」などとも呼ばれていますが、「エコノミークラス症候群」という名称から、飛行機に乗った人にだけ起こる病気、と思う人もいるかもしれません。しかし、静脈の血が流れにくくなる姿勢で長時間動かない環境だと誰にでも起こる可能性があります。バスや電車など乗り物はもちろん、入院での寝たままの状態も同様です。震災時の車の中での避難生活により発症することもあります。

## <深部静脈血栓症と肺塞栓症>

医学的には、静脈に血栓ができることを深部静脈血栓症と言い、血栓ができた場所には腫れや痛みを伴います。そして、はがれた血栓が肺の血管に詰まってしまうことを肺塞栓症といい、胸が痛くなったり、息苦しくなったりします。肺塞栓症は程度が重いと生死にかかわる重大な病気であるため、血栓がはがれる前の深部静脈血栓症をいち早く診断して治療することが大事です。この診断に有用なのが超音波検査です。

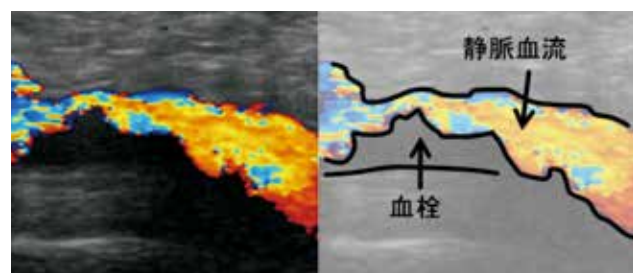
## <超音波検査でわかること>

血液は動脈を通過して全身に運ばれます。心臓から押し出される血圧によって血液は全身に行きわたります。血液は静脈

を通過して心臓に戻りますが、この時は筋肉の収縮などにより押し戻されます。静脈の中には逆流を防ぐ弁が付いており、血液は心臓まで戻ってきます。このため、心臓から遠い足の静脈は特に血液が戻りにくく、血栓も出来やすい血管です。超音波検査ではこの足の血管を検査していきます。

超音波検査で血管を見ると、血管の壁は白く、中の血液は黒く映ります。また、カラードプラという方法を使うと血流に色をつけることが出来ます。

血栓は出来たばかりだと黒く、時間がたつて硬くなってくると白く映るようになります。静脈を隈なく見ることで血栓が出来ているかどうかわかります。



## <予防するには>

深部静脈血栓症にならないためには予防も大事になります。旅行など長時間体を動かさないときは、以下の予防方法が有効と言われています。

- 水分をしっかりとるようにしましょう。
- お酒は逆に脱水を起こしてしまいます。飲む場合もほどほどにしましょう。
- 時々足と体を動かしましょう。時々通路を歩く、足を動かす、などをして体の血流を良くするようにしましょう。
- 締め付けの強い服は血液の流れも悪くなります。ゆったりとした服を着るようにしましょう。
- 弾性ストッキングが効果的です。危険性が高い人は、かかりつけ医に相談してみましょう。



# 白河厚生総合病院 8Fレストラン「そら」

塩分は  
1日  
7~8g



健康減塩メニューより Healthy sodium restriction menu

## 飛竜頭 (ひろうず)

レシピ  
ご紹介



- 豆腐は布巾等で包み重しを乗せ、しっかりと水切りをする。
- 野菜は千切りにし、歯ごたえが残る程度に軽く茹で、ざるに上げる。
- ②が冷めて水が切れたら小麦粉をまぶす。
- ①はすり鉢で粗目にくずし、やまといも、卵、野菜をませる。
- かたさを調整しながら小麦粉を加え合わせる。
- 手頃な大きさ(60g位)に丸め、中心にぎんなんを入れる。手に油を塗るとくっつきにくいですが、豆腐の水切りがしっかりできていないとくっつきます。
- 170℃の油できつね色に揚げればできあがり。

### 作り方

飛竜頭 (ひろうず・ひりゅうず) とは、がんもどきのことです。簡単にできますので、ご家庭で手作りしてみませんか？



### 材料約4人分

- 木綿豆腐……………1.5丁
- やまといも……………50g
- 卵……………1個
- 人参……………30g
- いんげん……………30g
- 干しいたけ… 1~2個  
(お好みで他の野菜も追加してください)
- ぎんなん(水煮)……………4~8個
- 小麦粉・油 適量

\*お好みで、あんかけや生姜醤油、おでん等の煮物入れてお召し上がりください\*

「からだの学校」とレストラン「そら」が共同で減塩に取り組み始めてから今年で3年目を迎えました。おかげさまで白河市のへる塩健康応援店の第1号認定店にも選ばれております。健康減塩メニューをぜひ一度体験してください！



からだの学校

ご予約お電話番号：0248-22-2211  
内線：2850 レストランそら

## からだの学校



GOOD DESIGN AWARD 2016

### 概要

「からだの学校」は、日々の習慣を「からだの連絡帳」に記録。その記録されたデータと病院や健診データを連動させて、もっと健康に暮らすためのアドバイスを行う仕組みです。

### 主な内容

#### ◆からだの連絡帳

日々の習慣を記録。手帳版とスマートフォンアプリ版があります。



#### ◆つうしんぼ

3人の先生が習慣についてアドバイス。



#### ◆からだポイント

「からだの連絡帳」への記録や調理実習等の課外授業に参加するとたまります。たまったポイントはJA夢みなみの農産物直売所「り菜あん」で豪華商品等と交換できます。



### 参加の流れ



◎お申し込みは無料です。ご興味のある方はぜひお問い合わせください。

からだの学校プロジェクト 白河事務局

白河厚生総合病院 福島県立医科大学 白河総合診療アカデミー  
0248(22)2211 内線 3143 ホームページ <http://karagaku.org/>



こんにちは！  
**新任**です

白河厚生総合病院では、新しくとても優秀な先生が、新任されました。

脳神経外科

**三野 正樹**  
(みの まさき)

【出身地】宮城県  
【趣味・娯楽】音楽鑑賞等

地域の脳外科診療に尽力し、なおかつ若い医師の方々に脳外科の良さを理解してもらえようがんばります。

略歴 ● 東北大学医学部卒業  
資格 ● 日本脳神経外科学会専門医、日本脳卒中学会専門医、日本脳卒中の外科学会技術指導医  
専門 ● 脳卒中、頭部外傷他

NEWS  
01

第11回厚生連研修医全国大会

秋田県で開催されました、「第11回厚生連研修医全国大会(平成30年10月26日(金)~27日(土))」に研修医1年目3名で参加させていただきました。全国の厚生連で研鑽を積む研修医と、意見交換や症例検討等を行って参りましたのでご報告いたします。

1日目は、医学会の抱えるジレンマや社会的問題について真剣に考え、意見交換をするというお題から始まりました。いろんな研修医の先生が、様々な思いを持ち、熱い意見をぶつけ合う白熱した議論になりました。自分の考えとは相反する意見なども飛び交い、目の覚めるような体験となりました。夜の親睦会では秋田の無形文化遺産であるナマハゲと和太鼓の調和が見るものの心を奪う『五風ナマハゲ太鼓ライブ』が開催されました。参加した研修医一同、ナマハゲと和太鼓の織り成す、恐怖と大迫力にただただ圧倒されておりました。秋田の銘酒も勢ぞろいし、意見交換がますます盛んに行われたのは言うまでもありません。大変有意義な親睦会となりました。2日目は秋田県内の名だたる先生によるドクターG形式の症例検討会が行われました。他院の研修医がどう思考しているのか、どの程度の知識を持っているのかなどを考えながら、心のうちはヒヤヒヤで参加していました。症例はどれも非常に勉強になるものばかりでした。

2日間という短い日程ではありましたが、学んだことや感じたことは筆舌に尽くしがたいものでした。2日間で得た刺激を忘れることなく、今後の研修に邁進したいと思います。



解剖慰霊祭

NEWS  
02

平成30年11月10日(土)あおき白河斎苑にて、第12回白河厚生総合病院解剖慰霊祭がしめやかに執り行われました。

ご遺族、医師、看護師等の職員が多数参列し、医学の発展のため、ご遺体を本院における解剖に献体された故人の御霊に対し、ご冥福をお祈りいたしました。参列者全員で御霊に黙祷を捧げ、前原和平院長の追悼の辞に引き続き、研修医代表の木村聡医師が感謝の言葉を捧げました。その後、参列者全員により献花が行われました。

NEWS  
03

平成30年度福島県診療放射線技師学術大会 学術奨励賞を受賞

放射線科 小室 敦司

この度、平成30年11月11日(日)に行われた、平成30年度福島県診療放射線技師学術大会において平成29年度に研究発表した「当院における骨SPECT-CT定量解析ソフトウェアを用いた正常骨SUVの検討」が学術奨励賞をいただくことができました。学術奨励賞は各セッションにおいて優秀な発表に与えられる賞であり大変光栄に思っております。

発表内容についてご説明します。核医学検査における骨シンチは放射性医薬品を用いて骨の代謝を画像化し、がんの骨転移や外傷等によるごく小さな骨折など、X線検査ではわかりにくい様々な骨の状態を視覚的に調べます。骨SPECT-CT定量解析ソフトウェアはAZE社より発売されたGI-BONEであり、薬の集積の程度をSUV(standardized uptake value)に変換し定量的評価を行うソフトになります。近年、臨床において骨転移の治療法の多様化が進んでおり、特に前立腺がんにおける骨修飾薬(ゾレドロン酸やデノスマブなど)や<sup>223</sup>Raを用いたα線内用療法においてその治療効果を判断するために骨シンチが依頼されます。視覚的評価では集積の変化を捉えにくい場合でもSUVで評価することにより容易に治療効果が判断できます。しかし、欠点もありSUVは施設毎の収集条件や再構成条件によって値が変化します。そこで後ろ向き調査を行い当院での正常骨SUVを求め、さらに骨転移SUVと正常骨に退行性疾患を含めたSUVから骨転移カットオフ値を求めました。正常骨SUVを求めたことで性差、部位毎による違いが把握でき、また骨転移カットオフ値を求めたことで骨腫瘍量(SUV x 腫瘍体積)が算出でき治療効果判定に役立つことが期待できます。今後も臨床に生かせる放射線技術を研鑽していきたいと思っております。





NEWS  
04

## 看護部 文化祭開催

～各種作品展示・バザー～  
2018年11月13日(火)～16日(金)



平成30年11月13日(火)から11月16日(金)の4日間『看護部文化祭』を開催しました。忙しい中、余暇を利用して作製した趣味の手芸や陶芸・看護部教養講座で作製した今流行の「ハーバリウム」・福島県看護協会災害支援ナース交流会で作製した「段ボールベッド」を展示し、患者さんやご家族など、病院に来院された多くの方に見て頂くことができました。



また、11月16日(金)は、11時30分から14時30分の間、バザーを開催しました。生活用品を中心とした品物が集まり、大勢の方々に購入して頂きました。バザー収益金は、白河市社会福祉協議会へ全額寄付させて頂きました。

ご協力頂きました皆様、ありがとうございました。

【福島県看護協会 災害支援ナース交流会で  
作製した「段ボールベッド」】

段ボールベッドは、高齢者や車いす生活の方が利用しやすい様に作られており、避難所で実際に活用されています。



NEWS  
05

## 白河厚生総合病院附属高等看護学院 平成30年度 継灯式



平成30年10月27日(土)、第58回生の継灯式が行われました。1年生28名は、JA福島厚生連森合理事長をはじめ、看護部長、看護師長、臨地実習指導者などの病院関係者、保護者、2・3年生の先輩に囲まれ、ナイチンゲールにともされた火を、一人ひとり蠟燭に移しとり、厳かに灯火の継承が行われました。学生を代表して自治会長の北澤晴奈さんが「皆さんのかわいらしい顔を笑顔で飾り、学院生活を共に有意義なものにしていきましょう。心から応援しています」と励ましの言葉を述べました。1年生を代表して松本瑠花さんが「皆様からの励ましの言葉を胸に、互いに支え合いながら日々精進していきます」と御礼のことばを述べました。間もなく始まる基礎看護学実習を前に、目標達成に向けた決意を新たにしました。



NEWS  
06

## クリスマスコンサート・小児科病棟クリスマス会開催



平成30年12月21日(金)、白河厚生総合病院2階大会議室にて、毎年恒例のクリスマスコンサートが開催されました。当日は、職員が扮するサンタクロースの出迎えを受けた入院患者さんと一緒に、職員で結成された聖歌隊によるクリスマスソングや看護学院の生徒によるハンドベル演奏や当院総合診療科の片山皓太医師のピアノ演奏、さらにK.YOKOさん、矢吹ヶ原グリーンクラブのみなさん、クール・ド・ソワのみなさんによる心温まる演奏や歌声に耳を傾けながら、和やかなクリスマスのひとときを過ごしました。また、同日小児科病棟においてもクリスマス会が開催され、サンタクロースに扮した前原院長から入院している子どもたちへクリスマスプレゼントを贈りました。

放射線科

## 内視鏡室のX線透視診断装置が更新されました

内視鏡室のX線透視診断装置が更新され、2018年12月3日より稼働開始となりました。本装置は、FPD（平面センサー）と組み合わせて消化管の精密検査、治療をはじめ、多目的に使用できる透視診断装置です。

### 《主な特徴として》

- 日立製作所の最新型X線透視診断装置（CUREVISTA）で、ラインナップの中ではフラッグシップモデルとなります。
- 低線量と高感度FPDの採用により低被ばく&高画質を実現しました。
- 従来は画像を左右に動かすと天井が動いてしまいましたが、固定式天井となり映像系のみが移動するため、患者さんを動かすことなく安心安全に検査や治療を行うことができます。
- ERCP用管球プロテクターの導入により、ERCPの際は術者の被ばくを1/10に減らすことができます。
- 装置が低くまで下がるため（床上56cm）、患者さんの乗り降りが楽になりました。
- 撮影室内に設置した天井吊り下げ式大型モニター（55インチ）によりX線画像や内視鏡画像を一画面で表示可能となりました。そのため、医師は視線を動かすことなく画像をリアルタイムに確認でき、効率よく検査を進めることができます。



## 「咳エチケット」にご協力ください。

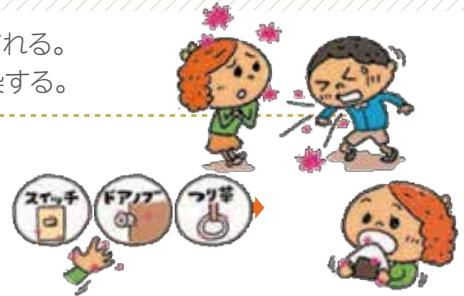
インフルエンザは、咳やくしゃみにより飛ばされた飛沫（しぶき）<sup>ひまつ</sup>によって感染します。

### ひまつかんせん 飛沫感染

- ①感染者の咳やくしゃみと一緒にウイルスが放出される。
- ②別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染する。

### せっしょくかんせん 接触感染

- ①感染者が咳やくしゃみを手で押さえる。
- ②その手で周りの物に触れてウイルスが付く。
- ③別の人がそのものに触れてウイルスが手に付く。
- ④その手で口や鼻を触って粘膜から感染する。



感染を広げないために、一人ひとりが「うつさない」「かからない」対策を実践しましょう。

※手洗い場が近くにない時（外出時など）はウェットティッシュでも代用できます。

### 院内感染対策委員会

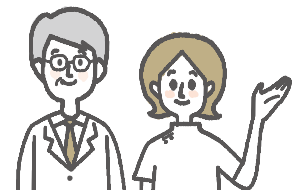


## 面会制限の お願い

インフルエンザの流行期を迎え、院内の面会制限を12月より実施しております。原則としてご家族のみの面会となります。なお、15歳以下のお子様の面会のご遠慮して頂いております。入院患者への感染を防ぐため必ずマスクを着用し、手洗いを行ってくださいますようお願いいたします。

なお、当院の面会時間は14時～20時となっております。時間を厳守していただきますようお願いいたします。

皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。



風によせて | 2019.1 VOL. 49

編集発行 福島県厚生農業協同組合連合会  
白河厚生総合病院

■住所/〒961-0005 福島県白河市豊地上弥次郎 2-1  
■HP/ <http://www.shirakawa-kosei.jp>

お問い合わせ ●TEL (0248) 22-2211 ●FAX (0248) 22-2218  
●E-mail [info1@shirakawa-kosei.jp](mailto:info1@shirakawa-kosei.jp)

