

きずな

基本理念

「信頼」と「貢献」

患者様の権利を尊重し、理解と納得に基づいた思いやりのある医療を行い、愛され「信頼」される病院を目指します。

地域の方々の健康増進と生命を守るために、また中核病院として地域の医療水準の向上に「貢献」します。

基本方針

- 1 医の倫理に基づき、すべての方々に平等に人格、権利を尊重し、心のこもった医療を提供します。
- 2 常に自己研鑽に努め、高度で質の高い医療を提供します。
- 3 病院内の各部門が相互に協力・連携し、安全な医療を提供します。
- 4 他病院、他診療所等と連携を図り、地域の医療の貢献に努めます。
- 5 医療を通して地域の方々に安心と信頼を得られるよう努めます。

(先) 生紹介

市立湖西病院 呼吸器内科医師
鈴木 千穂

日本内科学会認定医
日本医師会認定産業医
身体障害者福祉法指定医師
人間ドック健診情報管理指導士

「総合内科、糖尿病、禁煙外来で診療を行っています。
外来を通じて、地域の皆様の健康管理に携わって
きたいです。」

CONTENTS September 2010

特集

「お医者さんと禁煙」始めませんか？

02 禁煙外来

[シリーズ01]

04 当院のご案内

これからの看護部の取組み

06 テーマは“見える化”です！

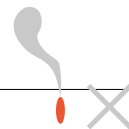
リハビリテーション技術室

07 私たちが理学療法を担当しています

08 お知らせ

Vol.

5



「お医者さんと禁煙」
始めませんか？

禁煙外来

平成18年4月より、医療保険を使った禁煙治療が開始されました。施設基準を満たした施設で、患者基準※注1を満たした「ニコチン依存症」の患者さんに対し、12週間の禁煙治療について保険が適用されます。

当院で平成18年7月から行っている禁煙外来について、簡単に説明します。

治療スケジュール

12週間に5回の診療が行われ、毎回問診、体重測定、〇〇検査※注2などを行います。

初回はビデオ学習、医師・看護師との話し合いの後、禁煙開始日を設定し、処方薬を選択します。

その2週間後、4週間後、8週間後に、離脱症状、副作用の確認やカウンセリングなどを行います。

そして、治療開始から12週間後には、最終診察があり、禁煙経過を振り返り、卒煙に向けて話し合います。

当院では毎回アンケート用紙を用いて、個別指導に役立てています。

さらに、禁煙継続の確認や客観的な禁煙治療の評価のために、6か月後、12か月後に、はがきやメールによるフォローアップを行っています。

禁煙治療に用いる薬

禁煙補助薬には、バレニクリン、ニコチンパッチ、ニコチンガムの3種類があります。バレニクリンは経口薬で、ニコチンを含みません。ニコチンパッチ、ニコチンガムはいずれもニコチン製剤で、前者は1日1回の貼り薬で、安定したニコチンの供給が得られます。後者はガムタイプの製剤で、即効性があるため急な喫煙欲求に対応できます。

費用

12週間5回の診療の総費用（初診料＋再診料＋ニコチン依存症管理料＋院外処方箋料＋薬剤費）についてですが、3割負担の患者さんでは、ニコチンパッチ使用の場合およそ1万2000円（自費ではおよそ4万円）、バレニクリン使用の場合はおおよそ2万円（自費ではおおよそ6万円）です。

当院での治療成績

平成21年12月までに、延べ146名の患者さんが受診し、12週間の禁煙プログラムで85名（58・2％）の患者さんが禁煙に成功しました。特に、平成21年4月からはより充実したカウンセリングの時間

を設け、専門外来として再スタートしており、以降の禁煙成功率は73.6%と向上しています。

「禁煙なんてストレスが溜まっちゃうてダメ」「禁煙しようとするといライラして仕事に支障が出るから無理」「なんとなく口寂しくてやめられない」「癖になっちゃうてから」「タバコをやめると太るんでしょ」など、いろいろな理由で禁煙にチャレンジできない方がいると思います。

禁煙補助薬を用いることで、禁煙によるイライラなどの離脱症状が軽減されるため、おひとり禁煙するより楽な気持ちで取り組むことができます。また、禁煙による体重変化については、通常2～4kg増加するといわれています。原因は、ニコチンの「食欲抑制」作用と「基礎代謝亢進」作用がなくなること、口寂しさを紛らわすために間食が多くなることにより起こります。しかしこの体重増加は一時的であり、ほとんどの場合禁煙2年目以降には落ち着きます。体重増加に伴う健康上のリスクは、喫煙を継続することに伴う健康上のリスクに比べて小さなものですから、それを理由に喫煙を続けることは得策とは言えません。これまでなかなか禁煙がうまくいかなかったのは、意思が弱いからではありません。「ニコチン依存症」のなせる業です。まずは自分が「ニコチン依存症」という

病気にかかっていることに気付きましょう。そして、私たち禁煙外来スタッフとともに治療しましょう。

過去に禁煙を失敗した人ほど、禁煙治療はうまくいくと言われていきます。これまでに何度も禁煙にチャレンジしたことがある人ほど、大歓迎です。

興味をもたれた方は、ぜひ一度当院へご相談ください。

※注1：患者基準

以下のすべての要件を満たす者であること

①「ニコチン依存症にかかるスクリーニングテスト（TDS※注2）で「ニコチン依存症と診断された者であること

②「プリンクマン指数（11日の喫煙本数×喫煙年数）が200以上の者であること

③直ちに禁煙することを希望し、「禁煙治療のための標準手順書」（日本循環器学会、日本肺癌学会および日本癌学会により作成に則った禁煙治療プログラムについて説明を受け、当該プログラムへの参加について文書により同意している者であること

※注2：〇〇検査〓呼気CO濃度測定（呼気酸化炭素濃度測定）

一酸化炭素は、タバコの成分の一つです。体中に酸素を運ぶ赤血球の機能を低下させたり、ニコチンとともに動脈硬化を起こします。吐いた息の中の一酸化炭素の濃度を測定することで、禁煙の客観的評価をします。

※注3：TDS（ニコチン依存度テスト）

以下の表にある10の質問で構成され、「はい」を1点、「いいえ」を0点とします。合計して5点以上が「ニコチン依存症」と診断されます。

TDS（ニコチン依存度）テスト

	はい 1点	いいえ 0点
問1. 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありましたか？		
問2. 禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか？		
問3. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコが欲しくて欲しくてたまわなくなることがありましたか？		
問4. 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか？ （イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、憂うつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手の震え、食欲または体重増加）		
問5. 問4でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか？		
問6. 重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか？		
問7. タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか？		
問8. タバコのために自分に精神的問題 ^注 が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか？		
問9. 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか？		
問10. タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか？		

注：禁煙や本数を減らしたときに出現する離脱症状（いわゆる禁断症状）ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

案内表示板



各科外来受付に設置してあります。
受付後、受診する科の画面に受付番号が表示されます。

① 総合受付



② 再診受付機



再診受付機の使い方

診察券を入れると、この画面に予約した診療科・時刻等が表示されます。

確認 ②

- ① 診察券挿入口に診察券を、裏の黒い線を右側にして入れる
- ② 確認ボタンを押す

診察券挿入口

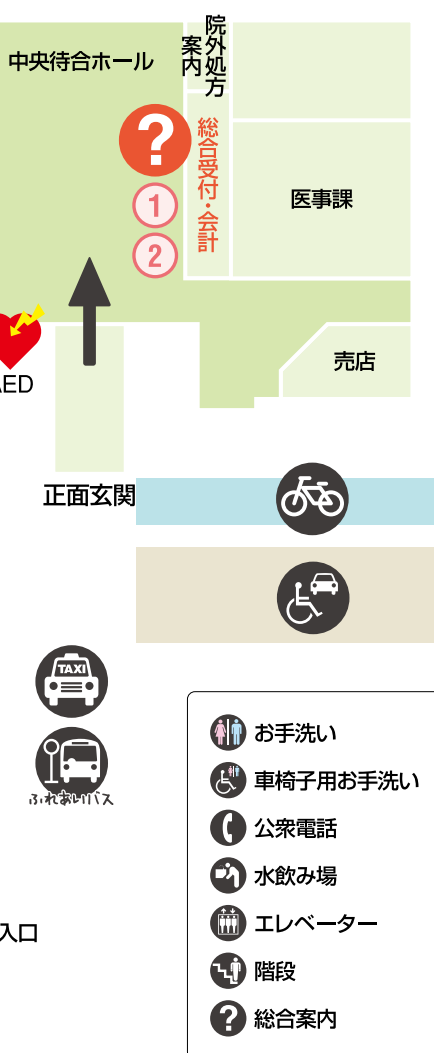
①

- ③ 診察券挿入口から診察券と受付票が出てきたら取り出し、診療科受付へ行く

③

診察券挿入口

駐車場台数 286台



③ 健診センター入口



④ 救急夜間受付入口



当院のご案内

病院概要

- 名 称 ● 市立湖西病院
 所 在 地 ● 〒431-0431 静岡県湖西市鷺津2259番地の1
 代 表 番 号 ● TEL (053) 576-1231 / FAX (053) 576-1119
 Web: <http://www.hospital.kosai.shizuoka.jp/>
 e-mail: info@hospital.kosai.shizuoka.jp
 診 療 科 目 ● 内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、神経内科、
 外科、こう門外科、脳神経外科、整形外科、形成外科、
 精神科、小児科、皮膚科、泌尿器科、産婦人科、眼科、
 耳鼻いんこう科、リハビリテーション科
 付 属 施 設 ● 健診センター・血液透析センター・内視鏡センター
 休 診 日 ● 土、日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)
 受 付 時 間 ● 午前8時～午前11時30分
 (科により一部午後の診療も行っています)
 面 会 時 間 ● 月～金曜日 午後2時～午後8時
 土、日、祝日、年末年始 午前10時～午後8時
 病 床 数 ● 200床(一般)

施設概要

- 土 地 ● 敷地面積 19,727.01平方メートル
 建築面積 5,721.23平方メートル
 延床面積 12,962.40平方メートル
 建 物 ● 鉄筋鉄骨コンクリート造、一部鉄筋コンクリート造
 地上4階、地下1階、エレベーター3台(うち業務用1台)
 駐車場286台(うち身体障害者用7台)、駐輪場あり
 指定医療機関 ● 保険医療機関
 労災保険指定医療機関
 生活保護法指定医療機関
 結核指定医療機関
 指定養育医療機関(母子保健法)
 被爆者一般疾病医療機関
 救急医療指定病院
 指定自立支援医療機関(育成医療・更生医療)
 指定自立支援医療機関(精神通院医療)
 エイズ診療拠点病院

アクセスMAP



JR鷺津駅より徒歩約5分



新居町駅から約10分 運賃180円
湖西病院入口バス停より徒歩約3分



JR鷺津駅から約3分 670円
JR新居町駅から約10分 約1,300円



高齢者・障害者専用 運賃無料

テーマは “見える化”です!

「これからの看護部の取組み」

伊藤 靖子 看護部長

平成22年3月23日から市立湖西病院に名称が変更になりました。地域唯一の公立病院として、また中核病院としての役割を果たすべく、外来・入院の診療や救急医療に携わっております。

病院の理念は、「信頼・貢献」(表紙に内容を掲載)でありまして、看護部は、病院の理念に基づき「安全・安心・思いやりの看護を提供する」をモットーに、生きる権利、平等な看護を受ける権利、敬意のこもった看護を受けられる権利など、人権を尊重した看護に努めております。

これらのことを念頭におき、めまぐるしく変化する社会情勢、医療の進歩や社会的価値観の変化に対応し、地域の皆様方に応えなければなりません。そのためには専門職としての能力を発揮し、質の高い看護を提供すること。そして「何が最も良いことなのか」を常に考え、皆様に寄り添い、思いを受け止められ、満足が得られるような取り組みを行いたいと思います。今年度、看護部は、看護活動を地域の皆様に知っていただくこと、また院内全体でもわかってもらえるよう「見える化」をテーマに目標を掲げました。患者・家族の方が参画し、満足の得られる看護実践、専門職としての能力、質の向上を目指した教育、そのための評価基準の整備、地域・多職種との連携、ワークライフバランス、働きやすい職場環境づくりの活動・病院経営

参画での実績の「見える化」です。そして元氣であること、挨拶ができること、何によりこの病院で良かった」と思われるように努めていきます。

就職1年未満の離職率「0」
新人は、病院全体で育てています

新人教育担当 **太田 幹**

4月から、職業人としての第二步を踏み出した新人看護師が4名採用になりました。

当院の育成したい看護師像は、
1、人間性を重んじた温かい関わりができる看護師

2、専門職としての自覚を持ち、成果を表すことができる看護師

3、看護を提供していく上で常に考え、判断を持ち自己責任が取れ主体性のある看護師

です。今年度、教育プログラムを見直し、さらにパワーアップするため、配属部署だけでなく薬剤部や外来受付など、院内のいろいろな部門へ研修に行く機会を設けました。看護部を中心に、病院の全職員で新人職員を大切に育てています。

研修内容も、先輩看護師が患者役となり入院受け入れなど、シミュレーション

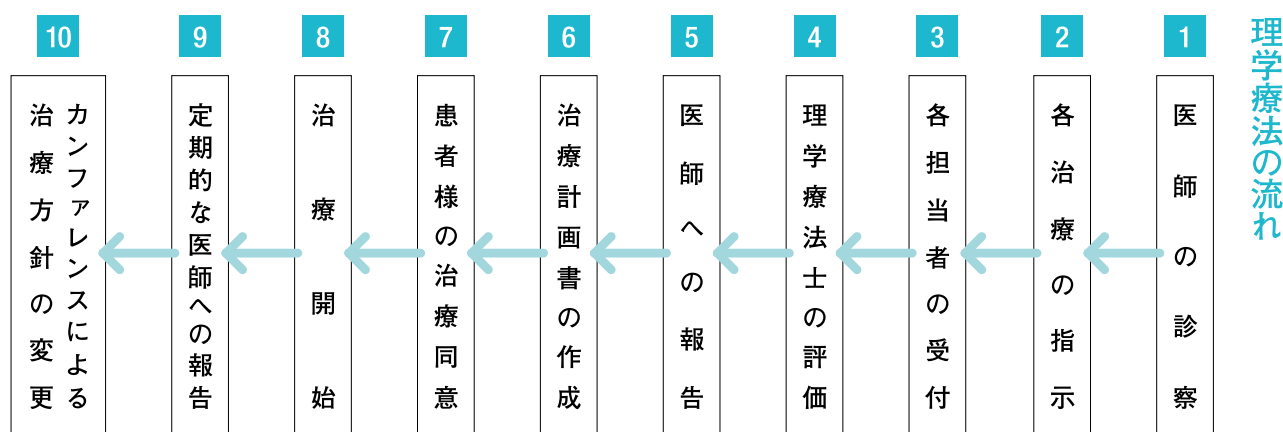
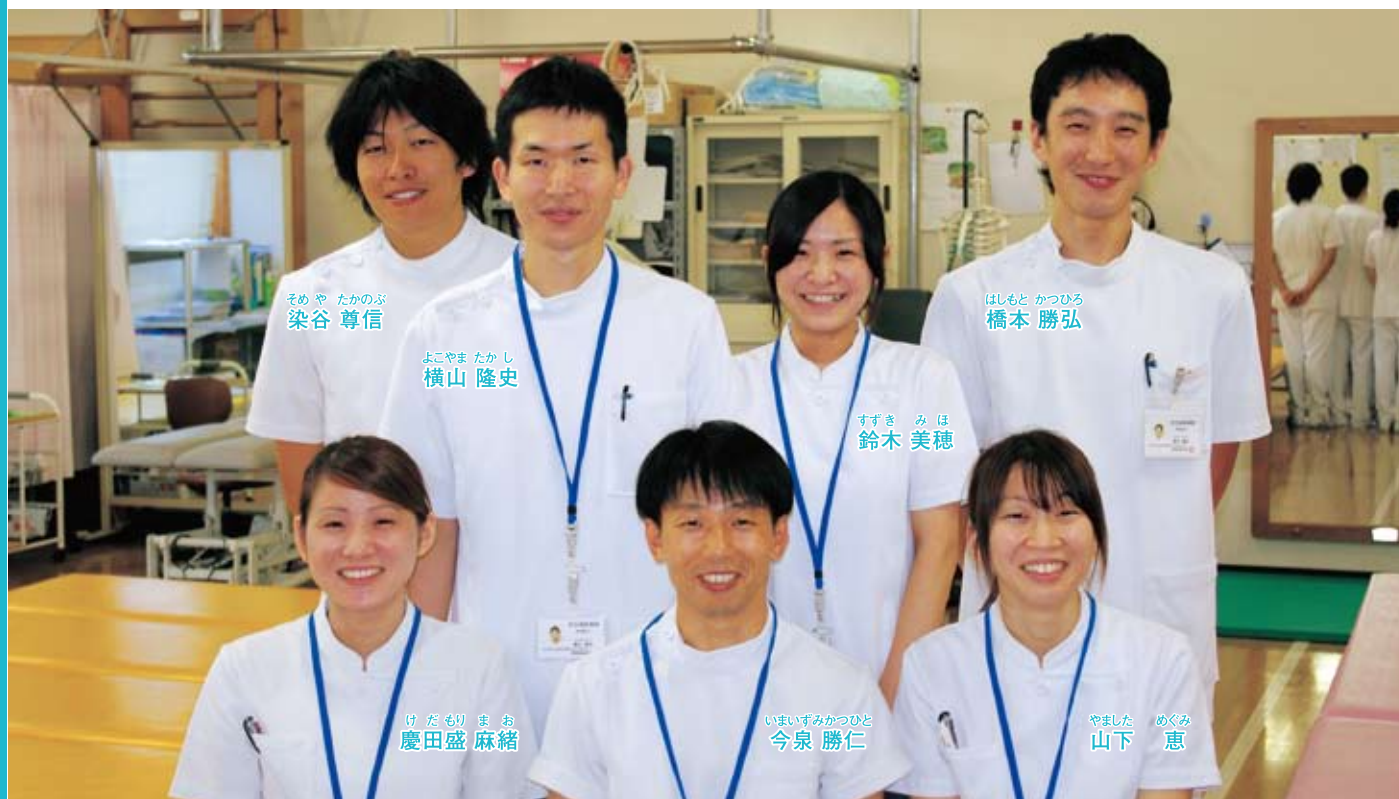
を多く取り入れた内容にしています。これは、実際の場面が想定しやすくなり、不安が軽減できるようにという目的があります。新人看護師から「いきなり病棟でわからないというのは辛い。研修でやったことがあるだけでも違う」「中まで見ることができ、いい経験になった」という意見も聞かれ好評です。また、4人で悩みや喜びを分かち合い、できることが増え、着実に成長している自分たちを認め合う時間も研修で持つようにしています。

当院では、新人看護師はプリセプターという先輩看護師とマンツーマンで行動しています。個人に合わせた指導をしながら、みんなで見守り、ともに成長する教育方針をとっています。

就職して二年未満の離職がないことが私たち看護部の自慢です。



私たちが理学療法を担当しています！



私たちは、医師の指示のもと
理学療法を行っています

リハビリテーション医療のうち、理学療法士が行う治療を理学療法といいます。理学療法は、医師の指示により行われます。

まだ若い職場ですが、全員が知識・技術の向上に日々取り組んでいます。

「経験は違っても、二人二人が自分らしく、いい治療をしよう！」をスローガンに日々努力しています。

よろしくお願いいたします。

小児用肺炎球菌ワクチン、子宮頸がん予防ワクチンの接種を 始めました。

小児用肺炎球菌ワクチン

●どんなもの？

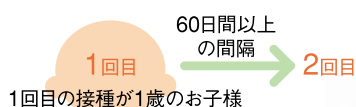
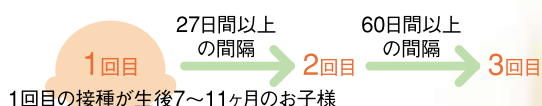
肺炎球菌による髄膜炎や菌血症、菌血症を伴う肺炎などによる重い感染症を予防する小児用のワクチンです。

●接種する時期は？

生後2ヶ月から9歳までのお子様に接種できます。

肺炎球菌による髄膜炎の約半数が乳児期にかかり、それ以降は年齢とともに少なくなりますが、5歳くらいまでは危険年齢です。生後12ヶ月になったらなるべく早く接種することをお勧めします。

●標準的な接種スケジュール



●費用は？ 1回:11,300円です。

子宮頸がん予防ワクチン

●どんなもの？

発がん性HPV（ヒトパペローマウイルス）の感染を防ぐワクチンです。

発がん性HPVは人の皮膚や粘膜に存在し、性行為により感染しますが、特別な人だけが感染するものではありません。多くの女性が一生のうちに一度は感染するごくありふれたウイルスです。近年、子宮頸がんは比較的若い女性（20～30歳代）に急増しており、特に子宮頸がんから多くみつかるといわれるHPV16型と18型の感染をほぼ100%防ぐことができます。ただし、ワクチンでは予防できない発がん性HPVもあります。定期的に検診を受けましょう。

●接種対象者と接種回数は？

対象は10歳以上の女性です。十分な効果を得るためには3回の接種が必要です。

●接種スケジュール



●費用は？

1回目:17,850円 2・3回目:15,750円。
合計で49,350円です。

どちらも**完全予約制**です。

お申し込み、ご不明な点は健診センター（電話**576-1232**）へお問い合わせ下さい。

ボランティア活動へのお礼

去る7月11日、湖西市シルバー人材センターのご厚意により、病院の除草作業が行われました。当日は、小雨の降るあいにくの天候でしたが、65名の会員の皆様にご奉仕いただきました。皆様の手際のよい作業により、すばらしい施設環境を保つことができました。厚く御礼申し上げます。



未来の看護師さん来たる！（高校生1日ナース体験）

7月29日に、5名の高校生が参加されました。当日は白衣に着替え、血圧測定や髪を洗うなどの体験を通して、「患者さんのお手伝いができて嬉しかった」「よりいっそう看護師になろうという気持ちが強くなった」などの感想がありました。将来、素敵な看護師になってくれるといいなと感じた一日でした。

