

きずな

- 02 婦人科がんの予防と早期発見
- 04 高校生1日ナース体験事業
- 05 経営戦略監のご紹介
- 06 外来診療担当一覧表
- 07 管理栄養士がすすめる健康レシピ
- 08 新任医師紹介

クリスマスコンサートを開催します
健診センターからのお願い

高校生1日ナース体験
→詳しくはP4へ



基本理念

「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念といたします。

基本方針

◎ 患者中心の医療

患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。

◎ 自治体病院としての役割

地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。

◎ 病院機能の充実・強化

医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。

◎ 地域連携

地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。

◎ 職員の資質の向上

職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に励みます。

◎ 働きやすい職場環境

病院職員が誇りを持ち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。

◎ 健全経営

効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

婦人科がんの 予防と早期発見

市立湖西病院 婦人科
三宅 若葉

子宮頸がんは予防することが可能ながんです。

子宮頸がんの一次予防(HPVワクチン)

子宮頸がんは、子宮入口(頸部)の表面に発生し、性交渉によって**ヒトパピローマウイルス(HPV)**に感染し、異形成という状態を経て、がん化するまでに5~10年かかると考えられています。近年、日本で**若年女性に増加**しており、年間1万人以上が罹患し、約2900人が死亡しています。また、生活習慣として**タバコ**を吸う人は、吸わない人に比べて**2.3倍のリスク**があると報告されています。(図1)

HPVワクチンは、わが国では2009年に販売が始まり、一時は接種率が70~80%を維持していましたが、2013年にワクチン接種後の副反応(失神・意識レベルの低下・疼痛など)が繰り返し報道され、厚生労働省は接種の積極的勧奨の一時中止を通知、接種率は著しく低下し、現在に至っています。2015年に世界保健機構(WHO)がHPVワクチンの安全性について次のようなコメントを発表しています。「日本でみられた慢性疼痛などの症状は、ワクチン接種と関係なく発症することもあり、**ワクチン接種は安全に行うことができる**」

オーストラリアでは2007年より12,13歳の女子、2013年からは女子に加えて男子にも学校でHPVワクチンの接種が行われています。ワクチン接種プログラムの導入後、12~24歳女性におけるHPV感染率は優位に減少しています。日本の現状では、若年女性のHPV関連腫瘍を予防できず、実質的な害をもたらす可能性が指摘されています。日本産婦人科学会からも、「HPVワクチン接種の積極的勧奨の早期再開を強く求める」声明が発表されています。**HPVワクチンを接種することで、子宮頸がんの発生を70~90%予防できる**と考えられています。

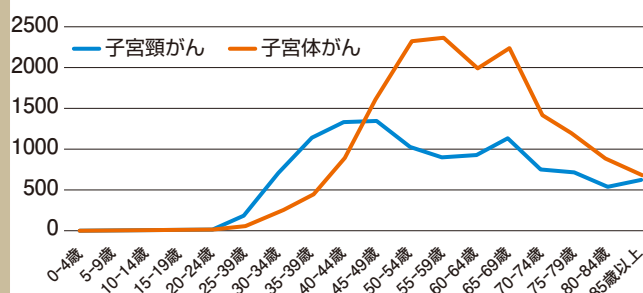
子宮頸がんの二次予防(子宮頸がん検診)

子宮頸がん検診は、20歳以上を対象として2年に1回が提言されています。欧米諸国が70~80%の受診率であるのに対し、わが国では42.3%であり、とりわけ、20~24歳の受診率は15.1%と極めて低いのが現状です。子宮頸がんの罹患率の**ピークは30代前半**であり、一次予防としてのHPVワクチンの重要性は大前提ですが、二次予防としての検診受診率の上昇が課題です。**20~30代の若い女性こそ、子宮頸がん検診を積極的に受けて欲しい**のです。

症状がないうちから定期的に、継続して受けることが重要です。初期の段階で異常が分かれば、治療で完治できて、多くの場合その後の妊娠、出産にも影響がありません。

恥ずかしいという気持ちはあると思いますが、**あなたの勇気(子宮頸がん検診)で、あなたの命と、これから生まれてくるかもしれない新しい命を守ってください。**

(図1) 若い世代に多い子宮頸がん



年代別子宮がん罹患数(2016年)

厚生労働省「全国がん登録の概要」

子宮体がんの早期発見

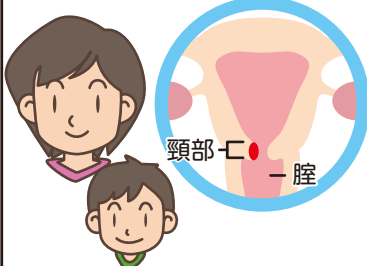
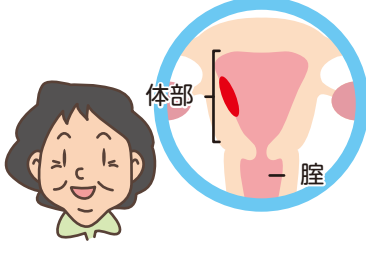
子宮体がんは、ライフスタイルの欧米化とともに**近年増加傾向**にあり、日本全国で年間16000人が診断されています。閉経後に多いとされていますが、閉経前にも発生します。**出産経験がない人、肥満、高血圧、糖尿病、乳癌の既往**がある人に高率に発生します。40歳ごろから増加して、**50歳～60歳代でピーク**を迎えます。

子宮体がんの検診は国の指針では勧められていませんが、子宮体がんは症状が進行していない**早期の段階で不正出血**を起こすことが多く**(90%)、少量でも出血があればすぐに医療機関を受診**することで早期発見が可能です。出血は褐色の帯下(おりもの)だけの場合もあるので注意が必要です。

子宮内膜細胞診による癌検出率は約90%と報告されています。

子宮頸がんとは子宮体がんとはできる場所が違っただけではなく、原因、リスク因子、好発年齢、治療法までまったく異なる性質を持っています。**(図2)**

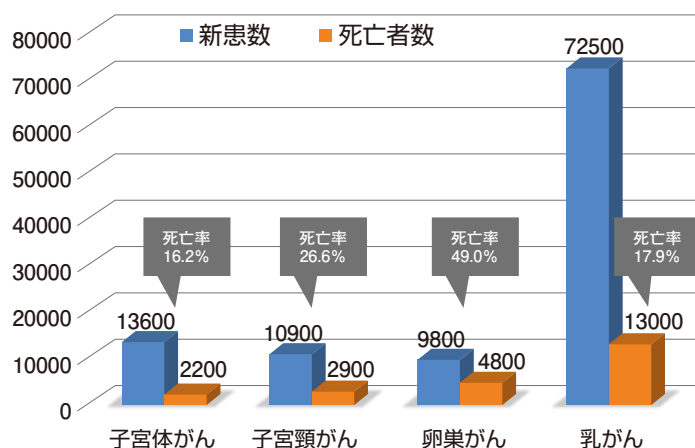
(図2)

	子宮頸がん	子宮体がん
患者の典型例	●30代で子供がいる 	●50代で肥満体型 
リスクファクター	●発がん性 HPV 感染の起こりやすい状況にある人	●肥満、高血圧、糖尿病 ●未経産婦(未婚・既婚にかかわらず) ●エストロゲン製剤の長期使用 など
組織型	85%：扁平上皮がん 10%：腺がん 5%：その他	95%：腺がん 5%：その他
初発症状	接触出血(性交時)	不正性器出血

卵巣がん

卵巣がんは、子宮の両脇にある卵巣に発生するがんで、近年増加しています。婦人科がんの中で予後が不良な(治りにくい)がんとして知られています。40歳代から増加し、**50～60歳代がピーク**です。2018年には10600人が罹患して、4800人が死亡しています。初期には自覚症状が乏しいため、また適切な検診法がないため、早期発見が難しく、多くは進行がんで発見されます。**(図3)**

(図3) 日本における婦人科がんの罹患患者数と死亡者数(2014年)



卵巣がんのリスクが増大する要因には、**加齢、出産経験がない人、子宮体がん・乳癌・大腸がんの既往、多嚢胞性卵巣症候群(PCOS)、子宮内膜症、肥満、排卵誘発剤の使用**、閉経が遅い、初潮が早い、高齢で第1子を出産などがあります。

一般的な卵巣がん検診法は、**経膈超音波検査とCA125採血**です。毎年行うことで、末期患者を減らし、予後の改善を図れる可能性があります。

閉経後には、気軽に婦人科での受診、検査を受けてみてください。

高校生1日ナース体験事業



▲院内デイケアの様子



▲手術室での研修



▲絵手紙作成

7月26日(金)、高校生を対象に「高校生1日ナース体験事業」を行いました。

この事業は、看護実務を体験することによって、看護に対する理解と関心を深め、看護師の仕事を知ってもらうことを目的として実施しています。当日は、10人の高校生の参加があり、院内を見学した後に、手術室や病棟などで看護師が実際に行っている業務を体験しました。

今回の体験を通じて、看護師が将来就きたい職業の選択肢の一つになってくればと期待しています。

経営戦略監のご紹介

病院の効率的な改革への取り組み、医療体制の充実を図るため、今年度より経営戦略監として山崎高志さんを迎え入れました。

聖隷福祉事業団からの出向で、今年4月に経営戦略監として赴任した山崎高志です。

これまで32年間、主に医療費の計算をする医事や経営企画の仕事をしてきました。

その中で、15年ほど前になりますが、国立病院の統廃合の関係で千葉県国立佐倉病院の経営移譲を受け、佐倉市の協力を得つつ、継承した元国立病院職員の方々と共に新病院の起ち上げに携わった経験は、今回の仕事に大いに役立つと考えています。



現在、市立湖西病院は、経営的に大変厳しい状況にあります。しかし、私が病院の中から見て感じるのは、**診療機能、設備、職員、いずれもとても優秀**であるということです。それにも関わらず、経営成績が振るわない一番の要因として、入院患者さんが少ないことがあげられます。少し足を延ばせば、浜松や豊橋に高度急性期病院が居並ぶ環境で、同じレベルの医療を当院が提供しようというのは無理があります。

そこで、急性期の治療だけでなく、さらにリハビリなどで入院が必要ないいわゆる**回復期の患者さんにも対象を広げます**。6月から開始した地域包括ケア病室もその一環です。回復期の入院は、期間が長くなることもありますので、ご家族にとっても病院が近い方が良いでしょう。**十分なリハビリが提供でき、循環器系の疾患に強く、透析機能も有する当院は、回復期の病院としても非常に優れて**います。そうして利用していただくことで、当院の良さをわかってもらえると思いますし、実際、そうなるように職員も最大限努力しなければなりません。その積み重ねが、急性期の患者さんが、さらに利用していただくことにもつながると考えています。



▲ 7月11日 院内勉強会の様子

湖西病院の基本理念である「信頼と貢献」と、基本方針の1番目の「患者中心の医療」を合わせて『**利用者第一主義を貫き、大切な人に薦められる病院として在り続ける。**』ことが、湖西病院の目指すべき姿だと、私なりに理解しています。そして、まず私自身が「**湖西病院は必ず生まれ変わる**」と信じて経営改善のために全力を尽くします。

外来診療担当一覧表

令和元年11月1日現在

内科

		月	火	水	木	金
総合内科	午前	鈴木千	寺田肇	浄宇	林 ☆○高羽 (血液内科)	鈴木千
	午後			☆乾		☆鈴木千
免疫内科	午後		☆小川法 (第1,2,3,5)			
消化器内科	午前	鈴木崇	堀尾	太田	堀尾	
呼吸器内科	午前	柄山	榎本			直井
循環器内科	午前	林	宣原	寺田肇	宣原	浄宇
		加藤秀	浅井	林	浅井	加藤秀
糖尿病外来	午後	☆寺田肇				
内分泌科	午前 午後		☆酒井			
腎臓内科	午前	☆加藤明				
神経内科	午前			◎若月		
禁煙外来	午後			☆乾		

○ 印の医師の受付は11時までです。
 ◎ 印の医師の診察は予約のある患者様または紹介患者様のみとなります。
 ※ 免疫内科の午後の診察は13時30分からです。
 ※ 糖尿病外来の受付は13時から15時までです。
 ※ 都合により診察医師が変更になる場合があります。

外科

		月	火	水	木	金
午 前		大貫	太田	中島	大貫	太田
		中島	中島	鈴木章	片橋(血管 (10時から) (乳腺)	鈴木章
血管外科	午後				☆片橋 (第2,4)	
緩和ケア外来						☆太田 (第2,4)

泌尿器科

		月	火	水	木	金
午 前		中西		中西		中西
		松下		大塚		田村
午 後		松下		赤羽		

※ 血液透析を実施しています。
 ※ 午後の受付は15時までです。

小児科

		月	火	水	木	金
午 前		夏目	夏目	夏目	夏目	夏目
専門外来	午前		☆内山 (循環器) (第2)			
	午後	☆夏目 (内分泌)	☆夏目 (乳幼児健診)	☆夏目 (予約外来 (15時から))	☆宮本 (神経) (第1,3)	☆安岡(第2,4) ☆田口(第1,3) (アレルギー)

※金曜の小児神経外来の診察は整形外科の診察室にて行います。

婦人科

		月	火	水	木	金
午 前		三宅	三宅	三宅	三宅	三宅

※水曜の受付は10時30分までです。

耳鼻いんこう科

		月	火	水	木	金
午 前		船井	船井	船井	船井	船井
		中西啓				
午 後		☆船井 (特殊検査)		☆船井 (学童診察)		

専門外来

		月	火	水	木	金
脳神経外科	午前	稲永 (隔週)			山本 (隔週)	
心のケア				☆水野(第2) ☆二宮(第4)		
皮膚科	午後		中澤 (第1,3,5) 糟谷 (第2,4)		伊藤 (第1,3,5) 影山 (第2,4)	

※皮膚科の予約のない患者様の受付は8時から15時までです。
 なお、診察は13時30分からです。

眼科

		月	火	水	木	金
午 前				野村		飯田
午 後			☆小島			

※ 火曜の診察は電話予約可能です。
 ※ 水曜と金曜の受付は11時までです。

整形外科

		月	火	水	木	金
午 前		杉谷	杉谷	杉谷	杉谷	堀田

※木曜の受付は10時30分までです。

形成外科

		月	火	水	木	金
午 前					☆藤原	

麻酔科(ペインクリニック)

		月	火	水	木	金
午 前					☆岩本	

※各科診察は、医師の都合等により変更または
 休診となる場合があります。
 ☆印の医師の診察は予約制です。

管理栄養士がすすめる

健康 レシピ

腸活で免疫力アップ!!



1人分の栄養価(2品合計)

エネルギー 345Kcal / 塩分 1.8g

鯖のトマト煮

エネルギー 269Kcal / 塩分 1.4g

材料(4人分)

鯖水煮缶(塩なし) 2缶
玉ねぎ 1/2個
にんにく 1片
カットトマト缶 1缶
オリーブ油 大さじ2
塩 小さじ1/2
こしょう 少々
ドライパセリ 適量

作り方

1. にんにくをみじん切りにする。玉ねぎは薄く切る。
2. フライパンにオリーブ油を入れて熱し、にんにくのみじん切りを入れる。香りが出たら、玉ねぎを入れ炒める。
3. トマト缶・鯖缶(汁ごと)・塩・こしょうを加えて弱火で2～3分煮る。
パセリをかけて完成。

※鯖水煮缶が塩ありの場合は、塩を加減してください。

ヨーグルトサラダ

エネルギー 76Kcal / 塩分 0.4g

材料(4人分)

キャベツ 1/4個(300g)
りんご 1/4個
★ヨーグルト(プレーン) 大さじ4
★マヨネーズ 大さじ2
塩 小さじ1/4
こしょう 少々

作り方

1. キャベツは千切りにし、塩(分量外)を振る。しんなりしたら、さっと水で洗い水分をきる。りんごはいちょう切りにする。
2. ★を混ぜ合わせる。
3. 1と2を和えて、塩こしょうで味付けして完成。

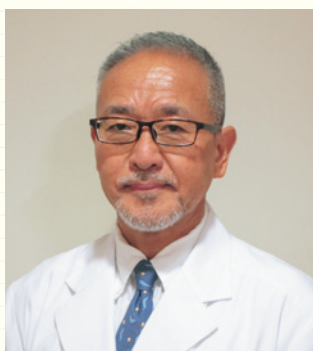
ポイント

免疫力の60～70%は腸にあるといわれています。
青魚に含まれる油(DHA・EPA)やヨーグルトに含まれる善玉菌で
腸内環境を整え、感染症を予防しましょう!!

新任医師紹介

令和元年10月1日から外科に
大貫義則先生が赴任しました。

13年ぶりに
湖西病院へ
戻ってきました！



おおぬき よしのり
大貫 義則 先生

①診療科(専門分野または得意分野)
外科

②出身地
埼玉県川越市です。小江戸と言われています。

③当院の印象
戻って来た。という感じです。
過去の古い病院の時を含めて3度目です。

④趣味
美味しい物・酒(飲み物)を食べる、飲む。
なぞなぞ、クラシック鑑賞、バレエ鑑賞

⑤ひとこと(抱負、最近思うこと等)
3度目の正直、湖西病院・湖西市に貢献したいと
思います。
「湖西病院(湖西)で良かった!!」となるように。

クリスマスコンサート

を開催します

令和元年12月12日木

14:00 ~ 15:00

場所★病院1階ロビー

内容★「湖西市民合唱団」による合唱

★当日は、病院職員が作ったバルーンアートをご来院の方にプレゼントします！

★クリスマス週間中(12月1日～25日)は、院内にクリスマスツリーの展示などを行います。



健診センターからのお願い
TEL:053-576-1232

健診センターへのお電話が、大変混み合っております。
予約のお電話は、平日13:00～16:30の間におかけください。