



町の花 コスモス

## 第32号

平成23年12月1日

〒389-1305  
上水内郡信濃町柏原380  
TEL (026) 255-3100  
FAX (026) 255-2427  
<http://www.shin-etsu-hp.jp>

# 信越病院だより

## 病院の 理念

1. 命の大切さと個人の人格を尊重した医療を提供します
2. 予防・救急から専門治療・訪問看護に至るまで、良質で安らぎを提供する医療を行います
3. 地域の皆様との人間味溢れる信頼関係を大切にします



## 内科医 田中敏秀

75歳以上の方の肺炎球菌ワクチン接種に対して町の助成が始まりましたので、本ワクチンについてお話ししたいと思います。

厚生省の統計では、平成20年の日本人の死因は、悪性新生物（悪性腫瘍）30%、心疾患（急性心筋梗塞・心不全等）15%、脳血管疾患（脳出血・脳梗塞等）11%です。さらに第4位には肺炎10%が続いています。

悪性新生物には早期発見の努力がされ、高血圧症・糖尿病などの生活習慣病を治療して心疾患や脳血管疾患の予防がされています。それでは第4位の肺炎についてはどうしたら良いでしょうか。手洗いやマスク着用は手軽な予防法ですが、肺炎

球菌ワクチン接種も一つの方法です。

肺炎の3大原因菌は、肺炎球菌・インフルエンザ桿菌（インフルエンザウイルスとは異なります）・モロキセラです。このうち、肺炎球菌は高齢者の肺炎での原因菌の第1位です。この菌による感染症は重症化し易く、耐性菌もあり、この肺炎球菌による肺炎を予防することは大切です。

肺炎球菌には84種類の型があり、現在の肺炎球菌ワクチン（ニューモバックス®）では、このうち23種類（この菌による肺炎の約7/8割）に対応できるとされています。本ワクチンの効果は約5年間持続し、2009年からは追加接種も認められました。

肺炎球菌ワクチンに予防効果があるかよく質問を頂きます。

・2010年に発表された研究では高齢者の肺炎の発症と死亡者数が減少したとされる

・毎年インフルエンザワクチンの接種も受けると、入院者、死亡者数が減少するとされ、インフルエンザ罹患後の肺炎球菌肺炎の発症や重症化の予防に有効とされる

等の報告から、予防効果はあると思われる（ただし予防効果が明らかでないとする報告もあります）。もちろん、肺炎球菌以外の肺炎や誤嚥性肺炎は予防できません。

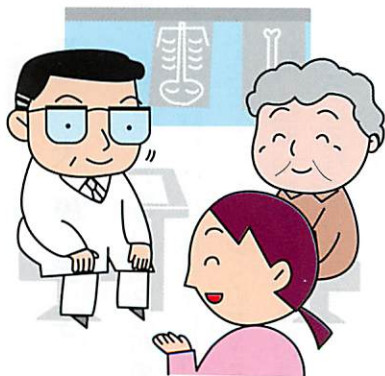
また、接種した方が良いかの質問も頂きます。接種

が望ましいのは、

- ・65歳以上の方
- ・脾臓摘出を受けた方（脾臓がないと肺炎球菌感染が重症化します）
- ・血液疾患・慢性腎不全・慢性心不全・慢性肺疾患等の慢性疾患を持っている方
- ・免疫抑制療法を受けている方

です。

ワクチン接種を希望される方は主治医に御相談下さい。通院中でない方は内科を受診して相談してください。脾臓を摘出された方は保険診療となりますが、その他の方は自費診療となりますのでご了承ください。





# 地域医療の研修報告



当院では長野赤十字病院、長野市民病院と連携して研修医を受け入れて、地域医療の研修を行っています。今年は両院から7名の医師の研修が予定され、既に5名の方が終了しています。今回研修を受けられた2名の医師から感想をいただきましたので紹介します。



長野市民病院 2年目  
研修医 森田 舞子

黒姫山麓の信越病院で研修させて頂いたのは、信濃町にそばの花が咲き誇る9月でした。

こちらを訪れた初日に、想像していたよりもずっと小さな病院に足を踏み入れると、受付も廊下も診察を待つ方であっという間に驚いたことを覚えていきます。そして、まるで近所の皆さんが集まってお茶会でもしているかのよう、診察を待つ患者さんが廊下で賑やかにおしゃべりしている様子がとても和やかで印象的でした。

私が研修させて頂いた夏の信濃町は、山は美しく、野尻湖は釣りやボートを楽しむ人でにぎわい、野菜やおそばも美味しく、そして何よりお会いした患者さんや町の方々もとても優しくしてくださいました。なんて素晴らしいところなんだろう、いつかこんな素敵なところで働けたらいいな、と思いました。ところが話を聞いていると、冬は大雪が降り、毎日とても寒く、雪に関係した事故やケガも多く、なか

なか大変そうだとということが分かってきました。また、高齢化が進み、特に冬は大雪が積もったりすると医療機関に足を運ぶことが難しい方も増えているということでした。

患者さんが病院に来れないなら、自分たちが町に出て行く、ということ、信越病院では先生方や看護師さん、薬剤師さんから理学療法士さん、事務の方まで、スタッフが一丸となって地域医療に取り組まれていました。患者さんのお宅を1軒1軒訪ねて、「元気にしてるかい?」「ああ、足が痛いけどまあ元気だよ、先生も元気かい?」といった会話をしながら診察している様子は、医療という関係だけでなく人と人とのつながりがとても大切にされているんだなあと感じました。

1ヶ月という短い間でしたが、熱心に指導して下さった先生方、優しく面倒を見て下さった看護師さんをはじめスタッフの方々、そして慣れない私の診察に文句も言わず温かい目で見て下さった患者さんやご家族の皆様、本当にありがとうございました。いつかまた皆さんのお役に立てるように、これからも頑張っていきたいと思えます。

長野市民病院 2年目

研修医 大 學 愛 子

3週間地域医療研修でお世話になり、様々な科の外来や訪問診療など多くの経験をさせて頂きました。小児科外来では長谷川先生について、多くのお子さんを診させて頂きました。風邪っぴきさん、予防注射などなど：外来にはいろいろなこともたちがやっています。訴えを大人のように詳しくは言ってくれないので、保護者の方のお話や診察から、どんな病気が疑われるのか、軽症か重症かなど考えることはなかなか難しい：けれどやりがいのある仕事なんだなあと感じました。

もひとつ印象に残っていることは、多町のお茶会に参加させて頂いたことです。行ってみたら、参加者は女性のみで完全に女子会という感じでした！何歳になっても女子のお茶とおしゃべり好きは変わらないです！みなさんが持ち寄った自慢のお料理を頂きながらとても楽しい時間を過ごしました。

みなさん活気があつて元気でいられる秘密は、こういう会があるからなのかなあと思えました。

短い間でしたが、充実した研修でした。ありがとうございました。



# 眼の事を知ろう②

## 糖尿病網膜症のお話

### 『糖尿病は怖い病気』

眼科医 南 雅之

日本国内で糖尿病の可能性がある人は八二〇万人といわれています。

『網膜症』『神経障害』『腎症』の大合併症のうち眼科では『網膜症』を診ています

この『網膜症』とは光を感じ取る神経の膜である網膜が障害される病気で、進行すると最悪失明に至る非常に怖い病気です。

現在『糖尿病網膜症』を有する人は三三〇万人といわれており、失明の最も大きな原因の一つとなっています。

何故、糖尿病になると眼が悪くなるのでしょうか？

糖尿病になると、血管が壊れやすくな

り網膜にある細い血管は容易にめづまりや出血をおこしてしまうようになります。

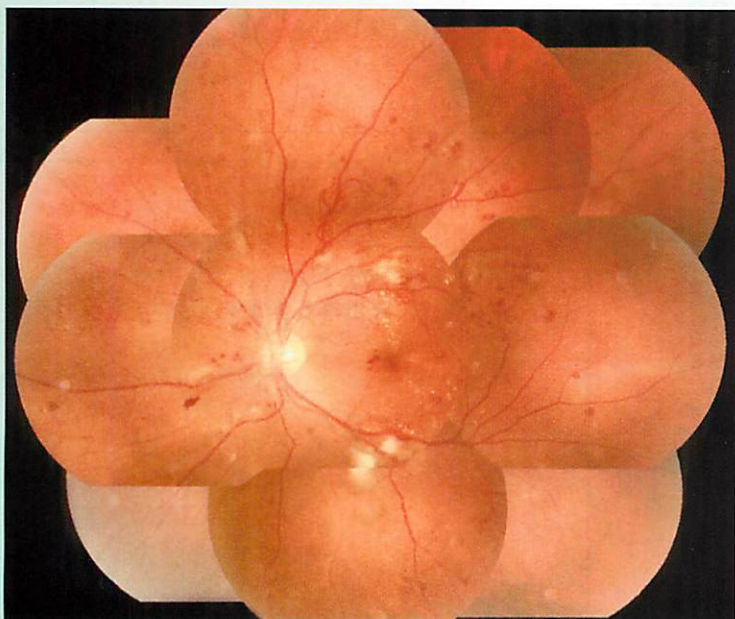
神経はたくさんエネルギーを必要とするため、そのエネルギーを送り込む血管がめづまりや出血をおこすと栄養障害や酸素不足をおこして網膜は次第に死んでしまいます。

一度死んでしまった網膜は二度と回復しません。また網膜は光を感じる神経で痛みを感じる神経ではないので出血して死んでしまっても痛みを感じることはありません。そのため糖尿病網膜症は自覚しにくく、初期の段階で眼の異常に気付くのは困難で気付いた時には手遅れになってしまっていることもしばしばです。

糖尿病網膜症を有する人はそうでない糖尿病患者と比べて腎不全や脳卒中、心筋梗塞等の危険が二〜三倍になるといわれており、網膜症の存在は眼だけの問題ではなく生命に関わる疾病の発症予防策を考えるうえでもとても重要です。

眼科では網膜の状態を確認する眼底検査とともに視力検査、眼圧検査を行い眼の状態を評価します。

これらのことから糖尿病があれば、自覚的に眼の具合が悪くなくても眼科で検査を受けることがとても大切です。



▶糖尿病で出血をおこした眼底

# 平成23年11月1日から 信越病院 外来診療担当表

科	担当医師	月	火	水	木	金	土
内科	大脇（循環器、一般内科）	○	○		○ 午後：ペースメーカー外来（第1）		
	菊池（呼吸器、一般内科）	○ 午後：禁煙外来（第2・4）	○（10時まで） 人間ドック	○	○	○	
	島田（一般内科）	人間ドック	○	○	○	○	
	田中（一般内科）	○	検査	○ 午後：禁煙外来（第1・3）	○	○	
脳神経外科	池田（脳神経外科）	○	午前：脳ドック 午後：○	○ 午後：もの忘れ外来	○ （午前・午後）	○	休
外科	椎葉（消化器、乳腺、内分泌）	○	○	○	○	○	
	細江（血管、一般外科）	○				○	
整形外科	高橋康彦（運動器、リウマチ）	○ （初診）	○ （再診）		○ （初診）	○ （再診）	診
	高橋祐司（運動器、リウマチ）	○ （再診）	○ （初診）	○	○ （再診）	○ （初診）	
小児科	長谷川	午前	○	○	○	○	○
		午後 一般外来 （受付時間 15:00～15:30）	○	○	○	○	
		予約外来	予防接種	発達相談	予防接種等（学生）	予防接種	
眼科	藤澤・南・佐々木（交代制） （診療開始は9:00です）		月1回 （予約のみ）	○	○	月1回	
耳鼻咽喉科	河原田		○ （午後のみ）				

- \* 受付時間は、8:15～11:30です。急患の方は、この限りではありません。
- \* 火曜日の耳鼻咽喉科の受付時間は、13:00～14:30です。
- \* 診療時間は平日8:30～17:00です。
- \* 禁煙外来、物忘れ外来は事前に予約が必要です。
- \* **予約時間変更の電話での受付時間は15:00～17:00です。**

## ありがとうございました

日本キリスト教団  
信濃村教会様より、  
バザー売り上げ金の  
一部、10,000円をご  
寄付いただきました。



★信越病院へのご意見・ご要望がありましたら、  
TEL (026) 255-3100  
またはEメール  
sin-etu.hp@town.shinanomachi.nagano.jp まで、  
遠慮なくご連絡ください。お待ちしております。

信越病院では患者さんに手の届くやさしい  
看護を目指し、看護師さんを探しています。

看護師募集を続けていますが、患者さんに心のこもった  
十分なケアを提供するために必要な人員がまだまだ不  
足しております。

地域の病院を守るためにも、  
皆様のご家族やお知り合いの  
看護師さんを是非ご紹介ください。  
地域の皆様のご協力をよろしく  
お願いいたします。



～皆様のお力を  
お貸しください～

●問い合わせ先：看護科総師長室  
電話：026-255-3100（代）