

# 神戸協同病院 外来診療担当表

(2015年10月現在)

		月	火	水	木	金	土					
							第1週	第2週	第3週	第4週	第5週	
内科	午前	2診	眞鍋	眞鍋	兼田 10:00~	三村	兼田 10:00~	岩佐	担当医	岩佐	担当医	岩佐
		3診	林	津田	松尾	津田	林	林	津田	林	津田	林
		4診	上田	松尾	上田	安川	上田	道上	道上	道上	道上	道上
		5診	水上	高井	小松	新小田	新小田	西郷	西郷	西郷	西郷	西郷
		6診	中田	田尻(晋)	水上	—	中田	中田	中田	中田	中田	中田
		午後	2診	関	田尻(晋)	兼田	眞鍋	今中	<div style="background-color: #008000; color: white; padding: 5px;"> <b>お知らせ</b>                      ★外科 田尻(楓)Dr産休のため、乳がん検診の女性医師は休止となりました。                      ★木曜午後の外科外来は、休止となりました。                 </div>			
3診	松尾		水上	津田		—						
4診	上田		—	安川 15:00~		上田						
5診	林		小松	馬場 17:00~		西郷 17:00~						
6診	中田		中田	竹内		中田						
健診	午前		—	水上		—	今中	今中				
外科	午前	(乳腺・一般) 石川	—	(乳腺・一般) 石川	(乳腺・一般) 吉田	(乳腺・一般) 吉田	(乳腺・一般) 石川	(乳腺・一般) 吉田	(乳腺・一般) 石川	(乳腺・一般) 吉田	(乳腺・一般) 石川	
	午後	(乳腺・一般) 吉田	—	—	—	(乳腺・一般) 石川	🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉🎉					
整形外科	午前	日高 受付11時まで	日高 受付11時まで	浜武	井上	—	日高 受付11時まで	浜武	日高 受付11時まで	浜武	日高 受付11時まで	
	午後	浜武	—	—	—	①③⑤週浜武 ②④週日高 受付18時まで	🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃🎃					
泌尿器科	午前	—	小山	小山	小山	—	小山	—	小山	—	小山	
	午後	小山	—	—	小山	—						
皮膚科	午前	竹森	—	—	—	—	※都合により休診・変更になる場合がございます。ご了承下さい。急病でお困りの方はご連絡下さい。					
	午後	—	—	—	山本	—						

受付時間 (日・祝休診)	午前	月~土	8:00~12:00(診察は9:00から)	透折科	午前	月~土	8:30~	20床 新規相談 受付中
	午後 (火・土休診)	月・木・金 水	15:30~19:00(診察は16:00から) 14:30~17:00(診察は15:00から)		午後	月・水・金	13:30~	

**交通のご案内** 神戸市営地下鉄・JR「新長田駅」より南へ徒歩7分 「駒ヶ林駅」より東へ徒歩5分  
神戸市営バス「大橋2丁目」バス停より南へ徒歩2分 阪神高速3号神戸線「湊川IC」より西へすぐ



お問い合わせ先

**神戸協同病院**

〒653-0041  
神戸市長田区久保町2丁目4-7  
TEL 078-641-6211 (代)  
FAX 078-641-6217  
地域医療部  
TEL 078-641-6236 (直通)  
<http://kobekyodo-hp.jp/>

KOBE MEDICAL COOP

# ほっと通信



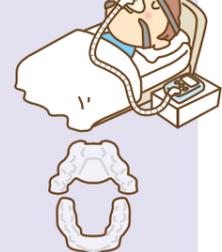
2015.10 No.4  
ISO: 9001認証取得  
編集発行: 地域医療部

## 睡眠時無呼吸症候群(SAS)の診断と治療について



院長 上田 耕蔵

睡眠時無呼吸症候群(以下SAS)は、夜間の睡眠中に無呼吸と低呼吸(いびき)を繰り返す病気です。無呼吸とは、10秒以上呼吸が停止している状態のことです。低呼吸とは、息を吸う深さが浅くなり、吸気振幅が50%以上減少する呼吸等が10秒以上続く場合です。

症状	この病気は、次の2つの症状をひきおこします。 ①熟睡できないため、日中に眠気が強くなり、集中力が低下。眠気のため交通事故や労働中の事故につながる可能性が高くなります。 ②無呼吸による低酸素の繰り返しは循環器に負担となります。高血圧・糖尿病が増加、心筋梗塞や脳卒中などの合併症が起こりやすくなります。最悪突然死につながります。	
原因	無呼吸・低呼吸は、就寝中にのど(上気道)が狭くなるために起こります。原因は2つです。 ①肥満 肥満により、のどの周りに皮下脂肪がつきすぎると、上気道が狭くなります。舌根が肥大すると、いっそう狭くなります。 ②顎が小さい 顎が小さいと、のどの断面積も小さくなるため、上気道が狭くなります。SAS患者の約3割はこのタイプです。	
診断	睡眠ポリグラフィー検査(PSG)を行います。 これは1泊入院で行う検査で、睡眠中の脳波、呼吸状態、経皮的酸素飽和度、いびきなどを連続的に観察・測定します。	
治療	肥満の場合、根本的治療は減量です。器具を使った治療を選択する場合があります。 <b>CPAP治療</b> CPAPというマスク式の装置を、睡眠時に使用する方法です。呼吸に合わせてマスクから空気圧をあたえることにより、上気道が開き、いびきや無呼吸をほぼ100%解消します。 <b>マウスピース</b> 正確には口腔内装置と言い、上下の歯に装着して下顎を前方にずらすことにより、のどを上げます。ただし、肥満の方の場合には効果が得にくいという欠点があります。 このほか、横向きの姿勢で寝ることや、禁酒もしくは節酒、可能なら睡眠薬をやめるなど、生活習慣の見直しで症状が改善される場合もあります。	

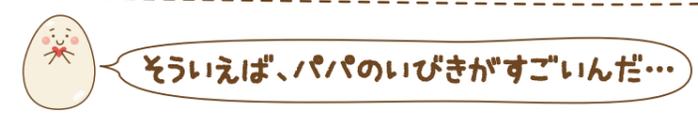
「日中の眠気」「熟睡感がない」「いびきがひどい」など、気になる症状がある方は、お気軽にご相談ください。

**私たちの理念**

～地域のみなさまとともに、より良い医療を～

①インフォームドコンセントを重視し、安全・安心の医療をすすめます  
②教育・研修活動に励み、医療・看護・接遇の向上につとめます  
③医療・介護・福祉のネットワークで住みよい街づくりをすすめます

私たちは、「無差別平等の医療」を理念とする医療機関です。個室料などの差額ベッド代は一切いただきません。



# 褥瘡対策チーム&栄養サポートチーム

## 栄養サポートチーム(NST)

栄養サポートチーム(NST)は職種の壁を越え、栄養サポートを実施する多職種のチームです。患者様一人ひとりの疾患などに応じた適切な栄養管理を提案したり話し合ったりしています。

神戸協同病院では、医師・看護師・リハスタッフ・管理栄養士などがNST回診をおこなっています。また、系列歯科の歯科衛生士による口腔内ラウンドも毎週1回おこなっています。NST専門療法士研修会も毎年開催し、スタッフのスキルアップをおこなっています。



NST専門療法士講習

## 褥瘡対策チーム

神戸協同病院では、週に1度褥瘡対策チームがスキンラウンドをおこなっています。創部の評価をおこない、それに合わせた軟膏や被服剤の提案をしています。外科的処置が必要な場合はベッドサイドで出来る処置を中心に、患者様へ負担の少ない処置を心掛けています。



褥瘡回診の風景

回診時に適切なマットの選び方など、病棟と連携して褥瘡の早期改善につとめています。

また、近隣開業医様や施設の方向けに学習会なども開催しております。

## ごあいさつ

副院長 石川 靖二

神戸協同病院NST・褥瘡対策チームでは、フランクかつ真剣に患者様の栄養状態改善に努力しています。また、NST専門療法士教育施設としての活動に力を入れており、今年も院内外から数十名の受講生の受け入れをおこないました。褥瘡と低栄養、この2つは密接な関連があり、鶏と卵の関係のようにも思えます。どちらが先なのでしょう？私は子どもの頃からの「人間好き」が高じて医者になり、大学卒業後はずっと愛すべき下町・長田で働いています。医師としての後半は、医師・看護師・管理栄養士・リハスタッフ・歯科衛生士等々…多くの職種の人たちと、互いに刺激し合いながらひたすらチーム医療に取り組んでいます。

チーム活動のベースになっているのが、フィッシュ哲学の「仕事を楽しむ」(Play)、「人を喜ばせる」(Make Their Day)、「注意を向ける」(Be There)、「態度を選ぶ」(Choose Your Attitude)という四つの行動原理です。フィッシュ哲学に乗っ取って、いろいろなアイデアを駆使し、自分たちも楽しみながら働いています。褥瘡では、カテキンゼリーなどの自家製剤の開発、褥瘡ポケットに対するシートン法の応用などもおこなっています。両分野の活動が楽しく始められるように、手作りのポケットサイズ「スターター・キット」も作っています。自慢のアイテムです。患者さんの笑顔を宝物に日々奮闘しています。急速に進む高齢化社会に貢献できるよう、スタッフ一同さらに努力していきたいと考えております。今後ともよろしくお願ひ申し上げます。



# BLS講習会はじめました!!



BLS (Basic Life Support・一次救命)とは、心肺停止状態の方に対して行う救命処置のことを言います。医師や医療機器が揃うまでの即時対応として行われています。

当院では医療安全委員会を設け、日々リスク管理について話し合っています。

すぐそばに医者や看護師がいない場所で急に状態が悪くなり助けが必要な人が目の前にいた時に職員は対応できるのだろうか?!という議題から準備を始め、この度BLS講習会を開催する運びとなりました。

当院は非常勤スタッフも含めると300名を超えます。全員が講習を受け、いざという時に適切な対応ができるようになることが目標です。



第1回BLS講習会の様子



ポケットサイズのBLSマニュアル

## ほっとの耳より!栄養通信

### 【時短で!どんぶり】ほたて豆腐丼 (材料:2人分)

- ・ほたて貝柱(缶詰):100g ・焼きもちのり:ひとつかみ
- ・酒:小さじ1 ・ごはん:300g
- ・絹ごし豆腐:60g ・三つ葉:適量
- ・にんにくみじん切り:小さじ1 ・炒りゴマ:小さじ1と1/2
- ・サラダ油:小さじ1/2 ・ミニトマト:1個

[調味料]バター:小さじ2、しょうゆ:小さじ2、みりん:小さじ1

◎ミニトマト:ハタヒとって4等分 ◎三つ葉:1cm幅に切る

### 〈作り方〉

- ①豆腐はクッキングペーパーで包み、レンジで1分加熱、1.5cmに切る
- ②フライパンにサラダ油を熱しにんにくを弱火で香りが立つまで炒め、①とほたての缶詰、酒を入れて更に炒める。
- ③②と調味料を煮からめ、火を止める。器にごはんを盛り、貝を煮汁ごとのせて、三つ葉と焼きのりをのせる。

エネルギー:405kcal、塩分:1.7g(1人分)

## ほっとちゃんの日記

職員の「まっ」としてエピソードを紹介します!

♡「1日、1日を楽しんで元気に!」をモットーに生活を送られている患者様。ある日、病気のことを考え不安になり、1人であることを寂しく感じた時、彼女と一緒に泊ってもらったことがありました。その日はぐっすり休まれ、次の日は元気を取り戻していました。いくつになっても愛の力は素晴らしい〜!!  
緩和ケア病棟 看護師

♡リハビリ後、水分補給のために「お茶飲んでおきましょう」とお茶をあてると、「あんたも疲れたやろ、あんた先飲み」と逆にあてしてくれた。ありがとう!!  
リハビリスタッフ

