



かけはし

Vol.130

2021年度

No.2

【ホームページアドレス】 <http://www.akunehp.com/>

当院は、地域医療の中核施設として人を大切にし、信頼される医療を目指します。



笠山観光農園

◆基本方針

1. 満足度の高い急性期高度医療の提供を目指します。
2. 十分な「説明と同意」による納得ある医療を心掛けます。
3. 「かかりつけ医」との密接な連携による医療を行います。
4. たゆまぬ学習と向上心による、より良い医療を目指します。
5. 公正で健全な運営を行います。

CONTENTS

*整形外科紹介……………1	*7月の出水郡医師会 日曜祭日当番医……………7
*元気に食べて「フレイル・サルコペニア」予防……2	*患者さんの権利と責務……………7
*入院満足度調査結果……………3～4	*意見箱について……………7
*リハビリの窓……………5	*編集後記……………7
*外来診察表……………6	
*医療機能情報提供について……………6	

整形外科紹介

（整形外科とは）

整形外科は、運動器の疾患を扱う診療科です。身体の芯になる骨・関節などの骨格系とそれを取り囲む筋肉やそれらを支配する神経系からなる「運動器」の機能的改善を重要視して治療する外科で、背骨と骨盤というからだの土台骨と、四肢を主な治療対象にしています。

具体的には骨・関節・筋肉・靭帯・腱・脊髄・神経の病気、外傷による機能障害・損傷、手足などの生まれつきの病気（奇形など）を治療しております。単に病気やケガを治すだけでなく、運動機能を元に回復させることを目的とし、運動機能の回復が不十分な場合は、残った機能を出るだけ活用し上手に生活できるようにすることも整形外科の大きな役割です。機能回復を目的としますので、リハビリテーション科と連携して治療をすすめることもよくあります。また骨が脆くなつていく骨粗鬆症や痛みを主とする疾患（いわゆる神経痛・リウマチなど）、および運動器に発生した腫瘍

性疾患の治療もおこなっています。

（外来診療）

当院の整形外科は総勢4名の常勤スタッフで診療に従事しています。毎週月、水、金曜の午前中に外来診療枠を設けており、診療については完全紹介・予約制となっています。毎週金曜日は吉井先生に関節外来を担当していただいております。

専門外来として肩・肘関節外来を第2,4金曜日に設けております。（鹿児島大学・前迫先生）
また第4火曜日に鹿児島大学整形外科・谷口教授にお越しいただきます。肩関節外来を行っております。
2021年4月より常勤医3人の変更がありました。現在のメンバーは左記のようになります。

- 山下 芳隆（2021年4月）
- 堀之内 駿（2021年4月）
- 脇丸 祐（2021年4月）
- 上園 忍（2020年10月）

（手術）

毎年500〜600例の手術症例数で推移しております。なるべく阿久根で極力治療を完結できるように努力しております。

手術内容としては主に骨折全般、脊椎疾患（頸椎、胸椎、腰椎）、関節疾患（人工股関節置換術、人工膝関節置換術など）、末梢神経手術、靭帯や腱の縫合あるいは再建を行っております。当院では低侵襲手術に積極的に取り組んでおり内視鏡下手術（脊椎、関節疾患）、顕微鏡下手術（脊椎、末梢神経疾患など）などにも取り組んでおります。ご不明な点がございましたら、担当医にご相談ください。

（文責：山下）



元気に食べて【フレイル・サルコペニア】予防!!

聞きなれない言葉ですが、近年高齢化社会での新しい言葉です。

【フレイル】⇒加齢によって身体と心の活力が低下した状態

【サルコペニア】⇒加齢によって筋肉が急激に減ってしまう状態

自粛生活が長期化し家に引きこもりがちになっていませんか？

しっかり食べて【フレイル・サルコペニア】を予防しましょう。



栄養が足りない状態で運動を行うと筋肉まで消費することになります。
運動して筋肉をつけるためには、食事がとても大切になってきます。



★主食+主菜+副菜をバランスよく食べましょう★

- 主食⇒ご飯・パン・麺
- 主菜⇒肉・魚・卵・大豆製品
- 副菜⇒野菜・キノコ・海藻

※筋肉をつけるためにはタンパク質(主菜)のイメージが強いですが、糖質(主食)が足りないとせっかくのタンパク質がエネルギーとして消費されてしまいます。

★質の良いタンパク質をとって筋肉UP★



タンパク質
納豆1P 7g
卵1個 6g

UP

ご飯と味噌汁だけになっていませんか⇒納豆や卵を追加してみましょう。



豆腐1/4丁 7g
ツナ缶20g 4g
ゆで卵1/2個 3g

UP

普通の野菜サラダにツナや豆腐・サラダチキンを足してみましょう。



牛乳100ml 4g
豆乳100ml 4g
スキムミルク10g 3g

UP

コーヒーに牛乳や豆乳を追加。

最近はタンパク質を付加したおやつも市販されています。



乳製品や大豆製品にはタンパク質だけでなくカルシウムも多く含んでおり、骨粗しょう症の予防にもなります。
あわせて、家の中で過ごす時間が多い方は食品からもビタミンDをとりましょう。

今年は梅雨の始まりも早く、蒸し暑い日が続きますが、しっかり食事・食中毒予防を心掛けて元気に乗り越えましょう。

※タンパク質の摂取量は疾患により制限のある場合があります。

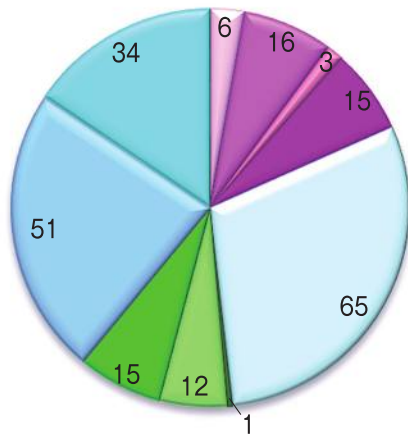
入院満足度調査

当院では、皆様からの率直なご意見を頂き、患者さんにとってよりよい病院になるために毎年「満足度調査」を実施し、サービス改善に取り組んでおります。2020年度の調査結果を下記にまとめましたのでご報告します。

実施期間:2020年11月16日(月)~12月23日(水) 回答数:207枚

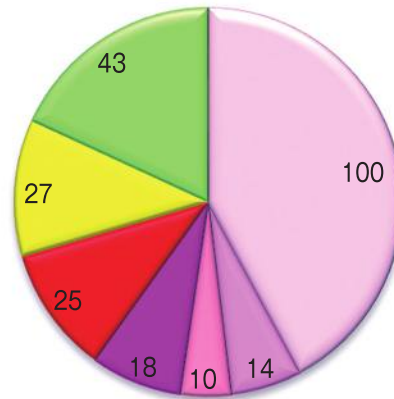
診療科別回収状況

- 一般内科
- 循環器内科
- 脳神経内科
- 脳神経外科
- 整形外科
- 眼科
- リハビリ
- 泌尿器科
- 麻酔科
- 放射線科
- 耳鼻咽喉科
- 消化器病センター
- 血液内科
- 未記入



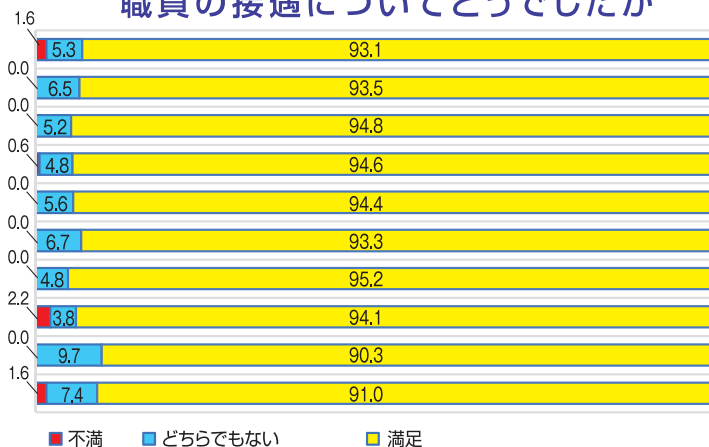
当院を選んだ理由

- 医師による紹介
- 交通の便が良い
- 家族・友人のすすめ
- 専門性が高い
- 設備が整っている
- その他
- 未回答



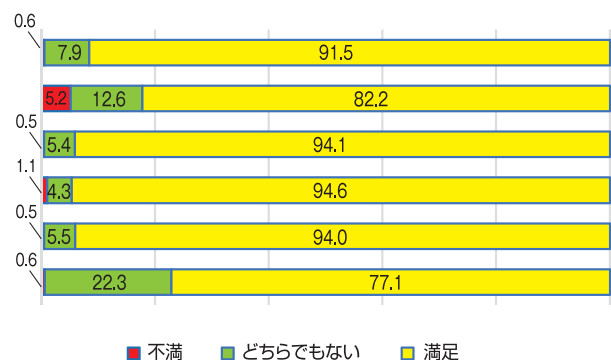
職員の接遇についてどうでしたか

- ①事務職員
- ②放射線技師
- ③臨床検査技師
- ④薬剤師
- ⑤リハビリスタッフ
- ⑥看護師
- ⑦医師
- ⑧要望や話をよく聞く
- ⑨プライバシーへの配慮
- ⑩身だしなみ

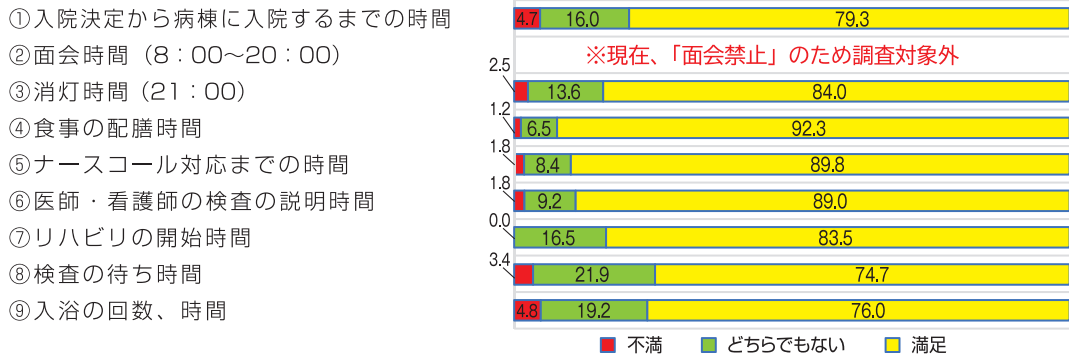


- ①トイレ、浴室について
- ②給食について
- ③病室の清掃、整理整頓、清潔さ
- ④病棟・病室の照明
- ⑤病室の広さ、冷暖房
- ⑥植木、絵画などのインテリア

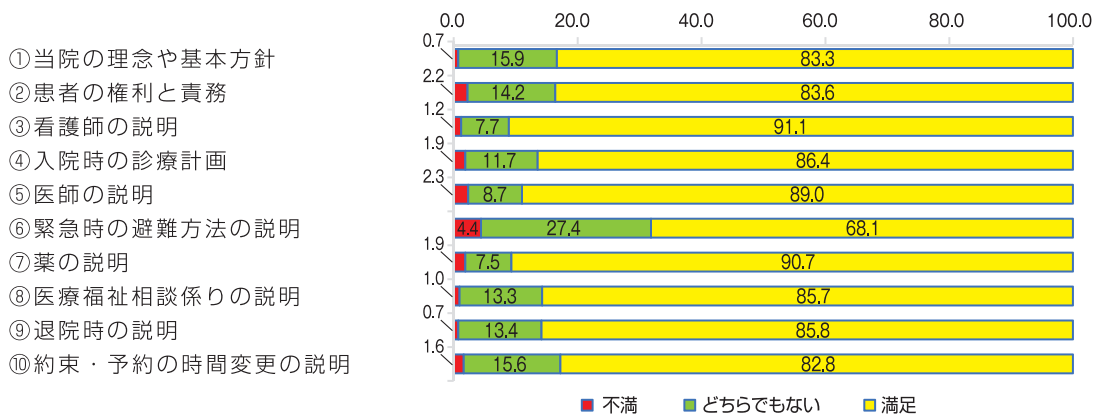
施設・設備・機能



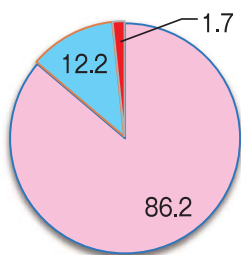
時間管理についてどうでしたか



情報提供や職員の説明はどうでしたか

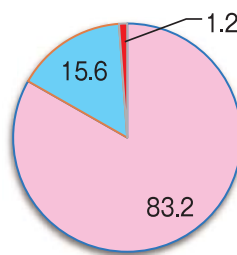


治療の満足度



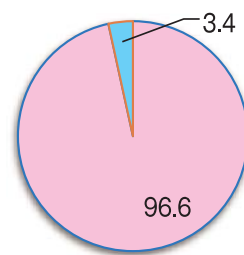
■満足 ■どちらでもない ■不満

地域における評判



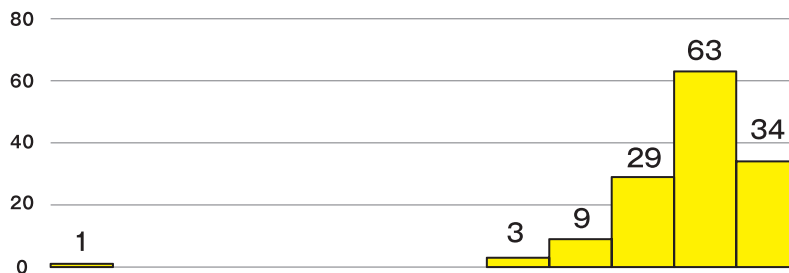
■満足 ■どちらでもない ■不満

当院を知人などに奨めたいか



■奨めたい ■奨めたくない

入院満足度評価における当院の総合評価



入院満足度調査は、全体的に満足度が若干の低下傾向を示しました。コロナ禍における長期の面会制限の影響が伺えます。今後も更なる努力をし、改善を目指します。

リハビリの窓 (認知症とは?)

I, 認知症とは?

認知症とは、いろいろな原因で脳の細胞が正常に働かなくなってしまう、記憶や思考など認知機能の低下が起こります。このような障害が起こり、生活に支障が6ヶ月以上継続している状態を認知症と言います。年齢を重ねるごとに認知症になりやすくなりますが、若年層も気を付けないといけません。65歳未満の認知症を「若年性認知症」といいます。

日本における65歳以上の認知症の人の数は約600万人(2020年)と推計され、2025年には約700万人(高齢者の約5人に1人)が認知症になると予測されています。若年性認知症の数は約37800人(2009年)です。高齢者の認知症は女性が多いのに比べ、若年性認知症は男性が多いのが特徴です。

高齢社会の日本では認知症に向けた取り組みが、今後ますます重要になります。

II, 認知症を引き起こす主な病気

○アルツハイマー型認知症
早い段階から記憶障害、見当識

障害のほか、不安やうつ、妄想などが出やすくなります。

○レビー小体型認知症

パーキンソン症状(震えや体の動きにくさ)や幻視を伴い、症状の変動が大きいのが特徴です。

○前頭側頭型認知症

前頭前野を中心に傷害されるため、我慢や思いやりなどの社会性を失い、「わが道を行く」行動をとる特徴があります。

○脳血管型認知症

脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなります。そのため、その部分の神経細胞や神経ネットワークが壊れてしまします。意欲の低下や複雑な作業が困難となります。

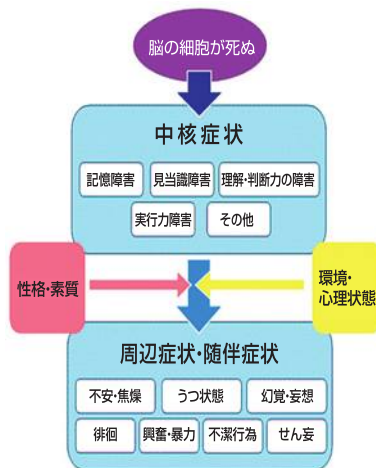
○その他

クロイツフェルト・ヤコブ病、AIDSなどの感染症やアルコール中毒なども認知症の原因となる病です。

※アルツハイマー型認知症が最も多く、次いで脳血管性認知症が多いです。

III, 中核症状・周辺症状

記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、遂行機能の低下などが中核症状と呼ばれます。興奮や暴力、抑うつなどの感情障害、徘徊などを周辺症状と呼ばれます。



(図：厚生労働省認知症施策)

IV, 認知症予防

認知症予防とは、認知症発症のリスクを少なくすることです。食事・運動などの生活習慣病対策や脳の老化を防ぐことが大切となります。

① 快刺激で笑顔に

心地よい刺激や笑うことにより、意欲をもたらし脳内物質(ドパミン)がたくさん放出されます。

② コミュニケーションで安心を

社会との接触が失われると、認知機能の低下を促進させます。友人や家族などと楽しく過ごすことが大切です。

③ 役割、日課をもとう

人の役に立つことを日課に取り入れる事が大切です。生活を充実させることは認知機能を高めます。

④ ほめる、ほめられる

ほめても、ほめられてもドパミンがたくさん放出されます。脳を活性化させる学習や活動をする時は、ほめて、やる気が起きるようにしましょう。

※認知症予防の為に「なにをしたらいいか」ではなく、どう刺激ある日常を送るかが重要です。

①④を心掛け、楽しい日常生活を送りましょう。本人が嫌がるのに無理強いすることは、ストレスや自信喪失に繋がります。効果になります。

(引用：認知症サポーター養成講座標準教材 厚生労働省認知症施策)

(文責：壽山)

外来診察表

令和3年6月1日 現在

診療科目		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
循環器内科	午前	小瀬戸 一平 東 祐大	東 祐大 末永 智大	有村 俊博 末永 智大	検査日	小瀬戸 一平 有村 俊博 立石 繁宜	予約検査	
	午後	大石 充 (鹿児島大学心臓血管・高血圧内科学教授) 第3水曜日診察 <small>※都合により第4水曜日になる月もあります。</small>						
(一般内科)	午前	(小瀬戸・東)		(有村・末永)		(小瀬戸・有村)		
心臓血管外科	午前		[第2] (熊本中央病院・心臓血管外科医)					
呼吸器外科	午前午後	上田 和弘 (鹿児島大学呼吸器外科准教授) 第2・4木曜日 要予約/要紹介						
脳神経内科	午前	児玉 大介 (鹿児島大学)						
血液内科	午前午後				島 晃大 (鹿児島大学)			
眼 科	午前午後		鹿児島大学・眼科医				鹿児島大学・眼科医	
脳神経外科	午前	手術日	有田 和徳	有田 和徳	有田 和徳	検査日	予約検査	
	午後	有田 和徳	有田 和徳	有田 和徳	有田 和徳	岡田 朋久	予約検査	
整形外科	午前	山下 芳隆 堀之内 駿	手術日	堀之内 駿 上園 忍 脇丸 祐	手術日	山下 芳隆 吉井 理一郎 前迫 真吾 <small>(鹿児島大学整形外科 副選)</small>	予約検査	
	午後	谷口 昇 (鹿児島大学整形外科教授) 第4火曜日 要予約/要紹介						
泌尿器科	午前	古郷 修一郎 上野 貴大	手術日	古郷 修一郎 上野 貴大	古郷 修一郎	古郷 修一郎 上野 貴大	予約検査	
放射線科	午前	堀之内 信	堀之内 信	堀之内 信		堀之内 信		
耳鼻咽喉科 (15:30まで受付)	午前午後		鹿児島大学・耳鼻咽喉科医			鹿児島大学・耳鼻咽喉科医		
消化器病センター	消化器内科	午前	灰床 裕介	上野 雄一 灰床 裕介		上野 雄一	予約検査	
	消化器外科 (外科)	午前	手術日	今村 博 田辺 元	手術日	今村 博 久保 昌亮 手術日	予約検査	
	化学療法外来	午前	(今村 博)	久保 昌亮	(今村 博)	田中 貴子	瀬戸山 徹郎	
	緩和ケア外来	午後				消化器外科医 (15:00~17:00)		
	セカンドオピニオン外来	午後		今村/久保 (16:00~16:30)				
	胃カメラ	午前	上野 雄一	上野/灰床	熊本大学・消化器内科医	上野/灰床	灰床 裕介	予約検査 <small>(熊本大学・消化器内科医)</small>
	大腸カメラ	午後	上野 雄一	上野/灰床	熊本大学・消化器内科医	上野/灰床	灰床 裕介	
	肝臓内科	午後	馬場 芳郎 (鹿児島厚生連病院/肝臓内科) 第1・3金曜日診察(受付 13:30~16:30) 要予約/要紹介					
乳腺外来	午前午後	新田 吉陽 (鹿児島大学/乳腺外科) 第1木曜日診察(受付 9:00~16:00) 要予約/要紹介						

※各診療科・担当医の診察日を確認の上、「地域医療連携室」を通して御紹介下さい。(要予約・要紹介) ※ただし急患はこの限りではありません。
 ※一般内科は循環器内科と併用の診察となる為、待ち時間が長くなる場合がございます。
 ※消化器病センターのみセカンドオピニオン外来を設置、他科については通常外来の時間帯に随時対応。

医療機能情報提供について

当院の病院機能やサービスについて県に報告したデータをもとに鹿児島県ホームページにて公開されております。閲覧も可能となっております。また、同内容を1階医療情報センター内で自由に閲覧できるよう冊子を配置しております。 [鹿児島県ホームページ](http://www.pref.kagoshima.jp/) <http://www.pref.kagoshima.jp/>

7月の 出水郡医師会 日曜祭日当番医

変更になる場合がございますので、受診される前に医療機関にお問い合わせ下さい。



日 曜	市町	医療機関	TEL	医療機関	TEL
7月 4日(日)	出水	わかすぎ皮膚科クリニック	64-1313	荘記念病院	82-3113
	阿久根	山田クリニック	72-0420		
	長島	鷹巣診療所	86-0054		
11日(日)	出水	整形外科ばばぐちクリニック	64-8260	しもぞのクリニック	63-8300
	阿久根	北国医院	72-0016		
	長島	平尾診療所	88-2595		
18日(日)	出水	出水病院	62-0419	こどもクリニック永松	64-1500
	阿久根	阿久根眼科	72-0040		
	長島	鷹巣診療所	86-0054		
22日(木)	出水	出水眼科	62-8350	境田医院	67-2600
	阿久根	脇本病院	75-2121		
	長島	長島クリニック	88-6405		
23日(金)	出水	よしだ泌尿器科クリニック	63-7800	福永内科循環器科	62-8200
	阿久根	林胃腸科外科	73-3639		
	長島	鷹巣診療所	86-0054		
25日(日)	出水	キッズクリニック	63-7707	よう皮ふ科医院	63-1112
	阿久根	植村整形外科	72-1041		
	長島	平尾診療所	88-2595		

患者さんの権利と責務

～出水郡医師会広域医療センターは患者さんの権利を尊重します～

- 1.だれでもが良質で安全な医療を受ける権利があります。
- 2.人としての尊厳は、全ての医療において尊重されます。
- 3.医療上の全ての個人情報保護されます。
- 4.検査や治療、薬の内容等については、十分な情報提供と説明を受けて、理解と同意に基づいた医療を受ける権利があります。
- 5.診療録等の内容については、本院の規則に基づき、情報開示を受ける権利があります。
- 6.自らの健康に関する情報は、医療提供者に早く、正確に伝える責務があります。
- 7.病院の諸規則を守り、他の方の療養や職員の業務に支障を来たさないように配慮する責務があります。
- 8.他の医師や第三者の意見を聞き、納得した医療を受ける権利(セカンドオピニオン)があります。

お
知
ら
せ

意見箱について

当院では、総合受付、各病棟の患者食堂など院内8カ所に意見箱を設置しております。当院へのご意見・ご要望などをお寄せ下さい。なお、回答・検討・改善事項を各フロアの掲示板に掲載しておりますのでよろしくお願い致します。



編
集
後
記

今年も、例年に無く早い梅雨入りでした。梅雨時期は、洗濯物や外出時などストレスがあります。私が入職した頃の頃、梅雨時期に「また雨が降っています。」と嫌そうに言うと、部署の先輩が「降った雨は、やんとよ。」と、渋い表情で言っていました。出水郡内もコロナ陽性者が出て、不安や緊張が続いており、ストレスを感じているかと思えます。

罹らない・うつさない努力を続け、梅雨もコロナも早く終わってほしいものです。

(尻無濱)