

NUKUMORI

ぬくもり

No.57
2019.11.15発行



宇佐市消防本部・宇佐高田医師会病院合同訓練の様子
(写真提供 宇佐市消防本部)



基本理念

地域医療への貢献
「肌のぬくもりある医療」の実践

基本方針

- 一、 救急医療充実のため、診療連携の強化に努めます。
- 一、 高度医療の実施、チーム医療の推進に努めます。
- 一、 患者様の立場にたった医療サービスの提供に努めます。
- 一、 職員が働きやすく、誇りを持てる病院を目指します。

肌のぬくもりある医療



宇佐高田医師会病院

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐635
TEL.0978-37-2300(代) FAX.0978-37-2307
<http://www.utihp.jp/>

CONTENTS

宇佐市消防本部・宇佐高田医師会病院合同訓練	2
臨床工学技士について	3
ドクターのおはなし	4
大分大学研修医の地域医療実習	6
供養盆踊り	6
外来待ち時間調査	7
新入職員紹介	7
外来担当医師一覧表	8

宇佐市消防本部・ 宇佐高田医師会病院合同訓練



消防指揮隊と当院DMAT隊の情報共有



翻訳アプリを用いた聞き取り

令和元年9月26日(木)に、昨年度に引き続き宇佐市消防本部との合同訓練を行いました。

今回は、多重衝突事故で多数の傷病者が発生し、さらに傷病者が外国の方と想定し訓練を行いました。通報者や傷病者が外国の方であり、言語が通じずコミュニケーション不足が予想されます。多言語翻訳アプリ(救急ボイストラ)を使用、傷病者の対応を行い、コミュニケーション不足を解消していく訓練をしました。

翻訳アプリに慣れておらず、最初は上手くコミュニケーションをとることができませんでしたが、文章を短く、ゆっくり話すことで次第にコミュニケーションを図ることができました。

国際化が進む中、当院でも外国の方の受診が増えています。体調不良に加え、言葉が通じず不安な外国

の方が安心して医療を受けられるように当院でも翻訳アプリを活用していきたいと思っています。

救急災害対策委員会
(放射線科課長代理)

加藤 瑞絵

救急ボイストラ

国立研究開発法人情報通信研究機構が開発した多言語音声翻訳アプリ「ボイストラ」をベースに、消防庁消防研究センターと国立研究開発法人情報通信研究機構が、救急隊用に開発したアプリです。話した言葉が文字として表記されるため、聴覚障害者とのコミュニケーションにも活用できます。

臨床工学技士について

臨床工学技士 瀬尾 知大

臨床工学技士と言われてもあまりなじみのない方が多いと思います。臨床工学技士は医学と工学の両面を兼ね備えた国家資格で、1987年に誕生しました。

私は、当院の臨床工学技士第1号として、今年1月より勤務しており、現在の主な業務は生命維持管理装置の操作及び保守点検です。医療の進歩に伴い、医療機器も日々高度化、複雑化が進んできている中で、安心して医療機器を使用してもらえるように日々の業務に取り組んでいます。

1 機器管理業務

安全に医療機器を使用してもらうために一元管理を行い、貸借、修理、点検を行っています。また、使用中の医療機器のトラブルにも対応しています。

他にも各機器の定期点検計画や機器導入時の講習なども行っています。

2 心臓カテーテル室業務

心臓カテーテル室では、検査等が円滑に進むように医師の介助業務や医療機器の操作、監視を行っています。

3 内視鏡業務

内視鏡業務では検査で使用するスコープの取り外し、取り付けや処置具等の管理、検査ができるようにスコープの洗浄を行っています。検査中は処置具を操作し、医師の介助業務を行っています。また内視鏡室内の医療機器の点検等も行っています。



■高血圧の治療

高血圧を治療するにあたっては、患者さんそれぞれの脳心血管病リスクの評価を行う必要があります。高血圧以外の脳心血管病の危険因子である、高齢（65歳以上）・男性・喫煙・脂質異常症が3つ以上、または糖尿病・蛋白尿のある慢性腎臓病・非弁膜症性心房細動・脳心血管病の既往のいずれかがある場合、もしくは180/110mmHg以上のⅢ度高血圧がある場合は、ただちに薬物療法が開始されますが、それ以外の場合は、まず生活習慣を改善することが優先されます。薬物療法に関しては、紙面の関係上詳細は割愛しますが、ここでは患者さん自身が行うべき非薬物療法について、具体的な降圧効果も含めて記したいと思います。

1. 食塩制限：6g／日未満
2. 野菜・果物の積極的摂取（野菜や果物に含まれるカリウムがナトリウムの血圧上昇作用に拮抗的に作用し、カリウム補給で血圧は平均4.25/2.53mmHg低下）
飽和脂肪酸・コレステロールの摂取を控える
多価不飽和脂肪酸・低脂肪乳製品の積極的摂取
3. 適正体重の維持：BMI25未満（体重4kgの減量で平均4.5/3.2mmHg低下）
4. 運動療法：少きついとを感じる有酸素運動を毎日30分、または180分／週以上行う（運動直後から血圧は約4～5mmHg低下しその後22時間ほど降圧効果が持続する）
5. 節酒：エタノールとして男性は20～30ml（日本酒1合、ビール500ml、焼酎0.5合、ワイン2杯）/日以下、女性は10～20ml/日以下に制限する（節酒による降圧は3/2mmHg程度）
6. 禁煙（タバコ1本の喫煙で15分以上持続する血圧上昇を引き起こし、喫煙自体が脳心血管病のリスクを増加させる）

降圧目標は患者さんそれぞれで異なり、具体的な値は表2に示す通りです。75歳未満の成人、75歳以上の高齢者、冠動脈疾患患者、脳血管障害患者（両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞なし）においては、以前よりも降圧目標が10mmHg引き下げられ、より厳格な管理が求められるようになりました。また、診察室血圧よりも家庭血圧を指標とした降圧治療が推奨されています。

表2. 降圧目標

	診察室血圧 (mmHg)	家庭血圧 (mmHg)
75歳未満の成人*1 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞なし) 冠動脈疾患患者 CKD患者(蛋白尿陽性)*2 糖尿病患者 抗血栓薬服用中	<130/80	<125/75
75歳以上の高齢者*3 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞あり、または未評価) CKD患者(蛋白尿陽性)*2	<140/90	<135/85

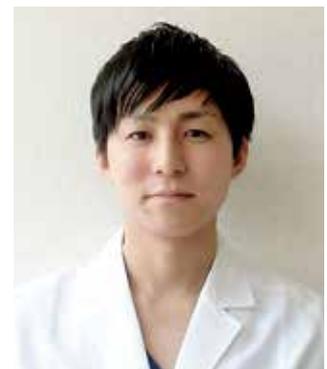
■二次性高血圧症

二次性高血圧症とは、内分泌性高血圧、腎実質・腎血管性高血圧、睡眠時無呼吸症候群などの特定の原因による高血圧で、全高血圧患者の10%以上に認められると言われています。原因を同定して治療することで効果的に血圧を降下させることができるため、二次性高血圧症を疑い、適切な診断に至ることが重要です。当科でも積極的に二次性高血圧症のスクリーニングを行っておりますので、若年発症の高血圧、短期間で著明な血圧上昇、治療抵抗性の高血圧などがある方は、ぜひご相談ください。

■最後に

今回は新しくなったガイドラインをもとに高血圧について述べました。高血圧と診断されている方はたくさんいると思いますが、血圧を下げることで確実に寿命を延ばすことができます。この記事が自分の血圧を見直す良い機会になって頂けたら幸いです。

参考文献／高血圧治療ガイドライン2019 日本高血圧学会



循環器内科医師 財前 拓人

たかが高血圧、されど高血圧

■はじめに

今年、高血圧治療ガイドラインが5年ぶりに改訂されたことをご存じでしょうか？今回は、高血圧治療ガイドライン2019に沿って、最もありふれた病気のひとつである高血圧について述べたいと思います。

わが国の高血圧患者数は約4,300万人と推定され、そのうち3,100万人が管理不良と言われています。つまり日本国民の3人に1人は高血圧であり、4人に1人は管理不良の高血圧であるという計算になります。高血圧だけでは自覚症状がないため、あまり気にしない人もいるかもしれませんが（実際に、自分が高血圧と認識していて未治療の人が450万人います）、血圧が120/80mmHgを超えて高くなるほど、脳心血管病、慢性腎臓病などの罹患リスクおよび死亡リスクが高くなり、脳心血管病死亡の約50%が、120/80mmHgを超える高血圧に起因するものと推定されています。したがって、高血圧と診断された方は必ず治療をする必要があります。収縮期血圧が10mmHgまたは拡張期血圧が5mmHg低下するだけで、発症リスクは、脳卒中で約30~40%、冠動脈疾患で約20%、心不全で約40%、全死亡で10~15%もそれぞれ減少することが明らかにされています。

■高血圧の診断

診察室で測定した血圧が140/90mmHg以上、家庭血圧では135/85mmHg以上であれば高血圧と診断されます。以前は血圧が140/90mmHg未満であれば正常域血圧と定義されていましたが、120/80mmHgを超えると脳心血管病のリスクが高くなることから、2019年のガイドラインでは120/80mmHg未満を正常血圧、120~129/80mmHgを正常高値血圧、130~139/80~89mmHgを高値血圧と定義されました。また、診察室血圧と家庭血圧で乖離がある方がいるため、家庭血圧を測ることは非常に重要です。診察室血圧が140/90mmHg以上なのに家庭血圧が135/85mmHg未満の方を白衣高血圧、診察室血圧が140/90mmHg未満であっても家庭血圧が135/85mmHg以上の方を仮面高血圧といいます。白衣高血圧の方はすぐに治療する必要はありませんが、非高血圧と比較して将来的な脳心血管病リスクが高いため注意深いフォローが必要であり、仮面高血圧は通常の高血圧と同等と考えられ治療対象となります。

血圧は測る条件が異なると値も変わってくるため、家庭血圧の測り方やその評価法にも気を付けなければいけません。起床後1時間以内、排尿後、朝の服薬前、朝食前、および就寝前に、座位1~2分の安静後に測定することが推奨されています。また、高血圧の評価として用いるのは朝・晩それぞれの測定値7日間（少なくとも5日間）の平均値であり、血圧が高い日が数回あっても、全体の平均値が降圧目標を達成していればそれで良いのです。

表1. 血圧値の分類

分類	診察室血圧(mmHg)			家庭血圧(mmHg)		
	収縮期血圧	かつ	拡張期血圧	収縮期血圧	かつ	拡張期血圧
正常血圧	<120	かつ	<80	<115	かつ	<75
正常高値血圧	120-129	かつ	<80	115-124	かつ	<75
高値血圧	130-139	かつ/または	80-89	125-134	かつ/または	75-84
I度高血圧	140-159	かつ/または	90-99	135-144	かつ/または	85-89
II度高血圧	160-179	かつ/または	100-109	145-159	かつ/または	90-99
III度高血圧	≥180	かつ/または	≥110	≥160	かつ/または	≥100
(孤立性)収縮期高血圧	≥140	かつ	<90	≥135	かつ	<85



大分大学研修医の地域医療実習

大分大学医学部附属病院研修医2年目の岳藤良真と申します。2018年に大分大学医学部医学科を卒業しました。現在大分大学病院で勤務しており、今後は消化器外科医として大分の医療に貢献していきたいと考えています。今回、地域医療実習として2019年7月の1ヶ月間、地元である宇佐高田医師会病院で研修させて頂きましたのでご報告致します。

研修中は、「地域の外科医とは」を主眼に外来診療、病棟業務、救急外来診療、手術と様々な経験をさせて頂きました。特に大学では比較的に見られない疾患や手術手技・知識について、大変勉強になりました。

一方で、宇佐高田地域のプライマリケアや地域保健・医療の位置づけについても勉強でき、また疾患だけでなく地域の特性や社会的側面を重視した診療の大切さを改めて実感致しました。

ご指導頂いた先生方、ご配慮頂きましたスタッフの方々のおかげで充実した1ヶ月の研修となりました。この場をお借りしてお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

2年目研修医 岳藤 良真

研修期間 ■ 2019年7月1日～7月31日

供養盆踊り



8月31日(土) 検診センター前駐車
場にて、例年通り宇佐高田医師会病院
の供養盆踊りを開催致しました。

伏田・日足・宇佐中央地区の皆様には、
会場の準備・片付け等のご協力、また、
当日の踊りに参加して頂き、有難うご
ざいました。

当日は、秋雨前線等の影響で開催が
危ぶまれましたが、参加者皆様の熱意
によって雨も降ることなく、子どもを
含めた参加者総数500名と盛大に開
催されました。

19時より受付を行い、19時15分より、



西村理事長、陣林副院長から物故者・ご
遺族の方々への追悼の意が表され、供
養盆踊りが始まりました。

本年も地区の皆様には、より素晴らし
い竹灯籠を設置して頂き、大変幻想的
な雰囲気の中、大きな踊りの輪が出来
ました。

来年も多数のご参加、ご協力をお願
い申し上げますと共に、今回多くのご参
加をいただき、大変
良い供養を行う事が
出来ましたことを感
謝申し上げます。

事務部長

熊谷 嘉典

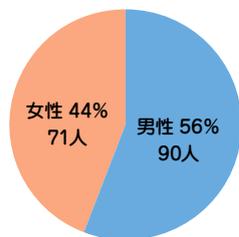


外来待ち時間の実態を把握し、患者サービスの向上を図るため、令和元年7月29日(月)～8月2日(金)の5日間に受診された外来患者様を対象に、アンケート形式で待ち時間調査を行いました。その結果をご報告いたします。

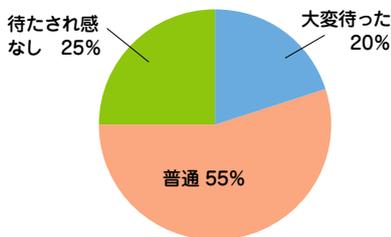
外来待ち時間調査

Questionnaire survey

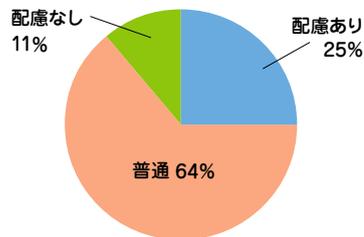
〈調査対象者 性別割合〉



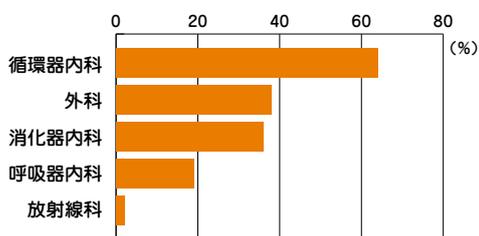
〈診察までの待ち時間〉



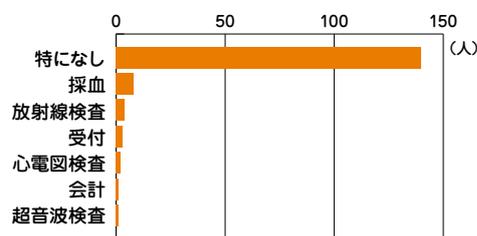
〈待ち時間に対する職員の配慮〉



〈調査対象者 診療科別割合〉



〈診察以外で待ったと感じた場所〉



アンケート結果から今後の課題

- 診療科によって待ち時間の差があるため、予約時間のとりかたや来院時間の案内を工夫する
- 待ち時間を苦痛なく過ごすための工夫(ベッド臥床や図書室への案内、一時外出など)をする
- おおよその待ち時間や診察の順番を伝えるよう配慮する

以上のことに配慮し、外来診療での苦痛を最小限にすることで地域の皆様に愛される病院を目指して努力していきたいと思っております。アンケートにご協力いただき誠にありがとうございました。

外来看護課課長 水江 明美



新入職員紹介

よろしくお願いいたします。

- ①入職日 ②所属 ③モットー(一言) ④趣味



えぐち あかね
江口 茜

- ①R1.5.1
②臨床検査課 臨床検査技師
③毎日笑顔で頑張ります!
④スポーツ・旅行



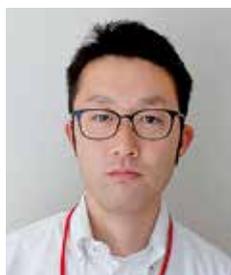
なか がわ きょうこ
中川 恭子

- ①R1.5.20
②宇佐市在宅医療・介護連携支援センター 社会福祉士
③当たり前前の日常に感謝!!
④旅行・新しい場所やお店の開拓



すえ もり み き
末森 美紀

- ①R1.6.1
②看護部 看護助手
③人に優しく温かく
④美味しいものを食べる



よし まつ せい じ
吉松 誠治

- ①R1.8.19
②検診センター総務課 事務
③笑顔を忘れず、頑張ります。
④音楽鑑賞



たか き み よ
高木 美代

- ①R1.9.24
②看護部 看護助手
③誰にでも優しく。頑張ります。
④カラオケ

外来担当医師一覧表

時間帯	科 別	月	火	水	木	金	土
午 前	循 環 器	齋 藤	篠 原	齋 藤	財 前	陣 林	—
		陣 林		陣林(パ-スマ-カ-)			
	外 科	村 上	柏 木	蔵 田	江 上	柏 木	—
	消 化 器	石 田	中 島	岡 嶋	中 島	石 田	—
	呼 吸 器	—	望 月	松本(第2・第4)	望 月	—	—
午 後	循 環 器	—	—	—	近 藤 (心カテ検査)	—	—
	外 科	—	—	—	(乳腺検査)	—	—
	腎 臓 内 科	—	—	—	—	有馬(第1・第3)	—
	血 液 内 科	—	—	—	幸野(第3)	中山(第2・第4)	—

氏 名	専 門 領 域
陣林 伯男	循環器 内科一般
財前 拓人	循環器 内科一般
近藤 克洋(非常勤)	循環器科一般
篠原 徹二(非常勤)	循環器 内科一般
齋藤聖多郎(非常勤)	循環器 内科一般
石田 健朗	消化器科一般
岡嶋 智也	消化器科一般
中島 仁典(非常勤)	消化器 肝臓病 内科一般
有馬 誠(非常勤)	腎臓内科一般
中山 俊之(非常勤)	血液内科 内科一般
幸野 和洋(非常勤)	血液内科 内科一般

氏 名	専 門 領 域
柏木 孝仁	消化器外科 下肢静脈瘤 外科一般
村上 光彦	消化器外科 外科一般
江上 拓哉	消化器外科 外科一般
蔵田 伸明	消化器外科 外科一般
望月 淳	呼吸器内科 老年科
松本 紘幸(非常勤)	呼吸器内科



●外来受付時間

午前8:30~11:00 (午後の特殊外来は、午後3:00まで受付)
 予約の患者様が優先になります。ただし、急患はこの限りではありません。
 ※当病院は、原則として紹介状が必要です。

●診療時間

午前9:00~12:00/午後1:00~4:00

●休診日

土曜日午後、日曜日、祝日、年末年始(12/30~1/3)

●予約受付時間

平日 午後2:00~5:00

編集後記

台風19号などの自然災害で被災された皆様に心からお見舞いを申し上げます。
 災害の専門家によると、ハザードマップ(防災マップ)を日ごろから確認しておくことが大切だそうです。各市役所ホームページでは、防災のページにハザードマップが掲載されています。
 ・ご自宅が被害想定区域に入っているかどうかの確認(被害想定区域内に入っていない区域でも災害が起きないとは限りません。万が一に備え、日ごろから準備をしておきましょう。)
 ・避難所の確認(一番近い避難所が使えない事態も考えられるため、近い避難所を2ヶ所以上確認しましょう。)
 ・自宅から避難所までを実際に歩いてみて、水路や段差など避難時に危険な箇所がないか確認しておくことも大切だそうです。
 大切な皆さまの命を守るために、少しでも危険を感じたら、隣近所でも声を掛け合い、早めに避難してください。

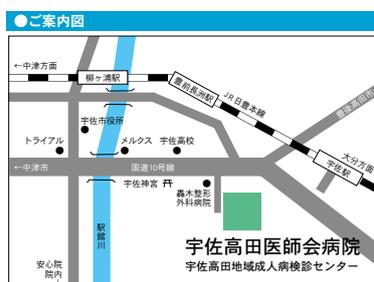
ぬくもり No.57 2019年11月15日発行

宇佐高田医師会病院

〒872-0102 大分県宇佐市大字南宇佐635
 TEL 0978-37-2300(代) FAX 0978-37-2307

ホームページ <http://www.utihp.jp/>

これまでの広報誌「ぬくもり」もホームページで閲覧できます。



- 地域医療支援病院
- (財)日本医療機能評価機構認定
(機能種別版評価項目3rdG:Ver.1.0)
- 第2次救急指定医療機関・災害拠点病院(大分DMAT指定病院)
- 僻地医療拠点病院・大分県HIV診療協力病院
- 第2種感染症指定医療機関(SARS初療機関)
- 大分県重症難病患者医療ネットワーク基幹協力病院
- 協力型臨床研修病院・循環器専門医研修関連施設
- NST稼働施設認定病院
- 日本消化管学会胃腸科指導施設
- 肝疾患診療協力医療機関