

TAKE FREE

ご自由にお持ち帰りください

 公益財団法人 慈愛会 今村総合病院

じあいのとびら

NEWS & TOPICS

特集 ドクター黒ひげの感染症診療記

- 初期臨床研修終了メッセージ
- 第3回「心に届く慈愛の物語」を紡ぐ会 episode 1
- リハの芽 vol.12 『体操で腰痛予防をしましょう』
- 薬剤部Q&A ● 『患者さま図書室』へどうぞ!
- 管理栄養部から調理師おすすめレシピ ● 編集後記

2023
SPRING

32号



グラム染色の様子

ドクター異ひげの 感染症診療記



感染症内科 部長
ありま たけひろ
有馬 丈洋

▶資格

日本内科学会認定内科医
日本抗菌化学療法学会認定医
日本エイズ学会認定医
日本渡航医学学会認定医療職
Infection Control Docto

【感染症専門医になるまで】

2019年4月に古巣である当院に帰って来るまで、感染症科という専門科がある病院を転々とし、感染症科医として約10年働いていました。



当院では2021年4月、感染症専門医である有馬医師を中心に感染症内科を開設しました。有馬医師の感染症専門医になるまでのエピソードと当院の感染症内科についてご紹介させていただきます。

エピソード I

沖縄県立中部病院

はじめに、臨床感染症の総本山である沖縄県立中部病院(1)でみっちり感染症診療の基礎を叩きこんでいただいた。ただ、ここは大変な人気病院であり、通常ならば私の医療レベルでは到底行くことなどできなかった。しかし、当院で後期研修をしていた私は、当時の指導医である西垂水先生(2)の鶴の一声で受け入れてもらえることになったのだった。

ここでの研修は非常に思い出深く、全てをお伝えすると原稿用紙10枚はってしまうのではと思うほどだった。沖縄県立中部病院での印象を一言で述べると「患者さんのお話をしっかり聴く!、身体診察をしっかり取る!、痰や尿のスメアをしっかりする、血培をとる!、抗菌薬を適当に使わない!」といったことを学ぶことができた。

- (1) 沖縄県うるま市にある559床の総合病院。一般555床のほか、感染の専門病床が4床ある。
- (2) 現在、今村総合病院 臨床研修部長。

当院の感染症内科について

【診療時間】 毎週火・木曜の午後(祝日除く)より完全予約制です。

感染症に関する診療を専門的に行います。
具体的には特殊感染症の診断・治療、予防接種、院内感染対策などを行っています。

当科で取り扱う病気は、次の通りです。

- 1 COVID-19および罹患後症状にお悩みの患者さま
- 2 梅毒などの性感染症
- 3 肺外結核
- 4 蚊・ダニ媒介感染症
- 5 輸入感染症 など

感染症内科は
救急・総合内科(ER)内
にあります。
くわしくは
ホームページへどうぞ▶



武蔵野赤十字病院

エピソード II

武蔵野赤十字病院

次に行ったのが武蔵野赤十字病院(3)。ここでは感染症科医としての師匠にあたる本郷偉元先生(4)と出会う。本郷先生はアメリカで感染症科専門医を取得され、臨床感染症について体系的に学ばれた方であった。「神は細部に宿る」という格言のとおり、感染症の専門家とはこういうところまで突き詰めなければならないのかという姿勢を学ばせていただいた。

肺炎や尿路感染症の様な一般感染症だけでなく、免疫不全者の感染症、HIV感染症や旅行者感染症といった特殊感染症、感染管理などまで研鑽を積むことができた。

- (3) 東京都武蔵野市にある611床の総合病院。感染症専門の病床が20床あるのが特徴。
- (4) 東北大学医学部卒業後、ベス・イスラエル・メディカルセンターやヴァンダービルド大学で国際的な経験を積み、専門的なトレーニングを受けた感染症のスペシャリスト。武蔵野赤十字病院感染症科では副部長を務め、インフェクションコントロールドクターとして院内感染の予防・対策にも取り組んでいる。現在は関東労災病院感染症内科部長を務める。



洛和会音羽病院

エピソード III

洛和会音羽病院

最後に京都にある洛和会音羽病院(5)で指導医として赴任した。この感染症科はスタッフが8名もいる大所帯だった。この病院は一般病院であることや急性期病院であること、病床数やスタッフ数など当院と非常に似通っており、現院長になられた神谷亨先生(6)のもと、広く深く感染症の診療や教育に当たることが出来た。感染症科でありながら総合内科を併任しており、一般内科の患者さんの診療も行うことも、当院での感染症診療に繋がるものがあるのではないかと思った。

そうして、娘の小学校入学を期に、今村総合病院に帰ってきたのであった。

- (5) 京都市山科区にある548床の病院。
- (6) 1991年名古屋大学医学部卒業後、渡米して内科学および感染症学について専門的に学ぶ。帰国後は2007年より洛和会音羽病院に勤務。内科学・感染症学の専門家として京都大学医学部臨床教授を務め、後進の育成にも力を注ぐ。

初期臨床研修を終了します！



上原 祥平

今村総合病院、その他研修病院での2年間の研修で、医療とは患者さんあってのものだということを再認識できました。患者さん本人や家族、関係者に良い医療を提供するために、医療者は最善の努力をする必要があります。それは現場にいる時に限らず、日々自分の知識やスキルを磨く必要があると改めて感じました。これから専門分野に進みますが、日々精進していきたいと思えます。



櫻井 良憲

2年間の研修の中で指導医の先生方をはじめ病院に関わる多くの方々からご指導やサポートをいただきながら、少しずつ成長することができたかと思えます。学んだことは医学知識だけでありません。患者さんやそのご家族との関わり方や心理社会的側面に配慮する大切さを学びました。尊敬する指導医や上級医に出会えたことも良かったです。4月からは循環器内科に進みます。2年間本当にありがとうございました。



野間口 和也

2年間たくさんの方々を支えて頂きながらこうして初期研修を終えることができました。初めのところは何をするにも緊張と不安で一杯だったことを思い出します。初期研修ではコミニカルの方々との関わりや患者様・ご家族との面談を通して、特にコミュニケーションの大切さを実感しました。次年度からは精神科を専攻するため、初期研修で学んだことを活かしながら慢心することなくより一層成長できるように精一杯頑張ります。



原 章太郎

研修医の先輩や同僚を見ていて、おかれた環境でいかに頑張るかが大変ということを感じました。環境に対して不満を言わずに、その環境のなかでいかに工夫し学びを得るかがひいては自分の成長につながると感じます。外科に入局し、これから再度1年目として横並びでスタートすることとなりましたが、その時々々の環境のなかで謙虚な気持ちを忘れず、他の同僚とともに良い学びを得られるよう過ごしていきたいと思えます。2年間ありがとうございました。



萬福 歩夢

研修医生活を終えてみて、振り返ると本当にあっという間の2年間でした。この2年間で基幹病院での研修だけではなく、県内または全国の様々な提携病院で研修を行うことができたことは自分の中で大きな財産となっているように感じます。また辛い時も楽しい時も2年間を共に過ごせた同期たちの存在にはとても感謝しています。これから自分が選んだ目標に向かって歩き出しますが、この2年間で学んだことを生かしながら頑張っていきたいと思えます。



木許 広太郎

今村総合病院で初期臨床研修医の期間を終えられたみなさんです。それぞれの目指す道へ向かって引き続き頑張ってください！

2年前、内科系の道に進みたてこの病院を選びました。実際にこの2年間で多くの症例に触れ、連携病院での研修も含めて様々な経験を積むことができました。充実した研修が行えたのも、多くの医療関係者が支えてくださったからこそと感じています。ありがとうございました。当初は内科系希望でしたが、最終的には救急分野にやりがいを感じ、救急・集中治療科に進むことにしました。これからは次のステージに向けて精進して参りたいと思えます。



永山 美宥

とても充実した環境でたくさんの方々を支えていただき、この度初期研修を修了することができました。至らぬ部分は多々ありましたが、この2年間で様々な経験を通して、自信を持ってできるようになったことも増えました。来年度からは専攻医としてより一層の責任感を持ち、学んだことを糧にして頑張っていきます。これまで指導して下さった各科の先生方、スタッフの方々へ心から感謝いたします。ありがとうございました。



馬場口 紫乃

初期研修では、たくさんの科を周り自分の興味のある分野を探しました。医療の分野は非常に幅が広く、どの分野の先生方、スタッフの方々も輝いて見え、選択することはとても難しかったです。これからはたくさんの分岐点がありますが、その度にたくさん悩みながら選んでいこうと思えます。初期研修の2年間は、とても恵まれた環境で研修をさせていただきました。今後の環境が変化していく中でも、変わらず自分の考えに自信が持てるだけの知識を持つこと、また、それを分かりやすく伝えることが出来るよう努力していきたいと思えます。2年間本当にありがとうございました。



星 極

私はこの病院でたくさんの良い癖をつけてもらったと思っています。何かあったら患者さんのところへすぐ向かう癖、わからないことを調べる癖、それでもわからなかったら上級医の先生へ聞く癖など、小さい子供の癖がなかなか抜けないように生まれたての医師の僕にはなかなか抜けない良い癖が皆さまのおかげでたくさんついたと思っています。今後は精神科、そして児童精神の分野で小児から老人の心の病に寄り添っていきたくと思っています。



渡邊 直人

初期研修で学んだことは、医療を行なっていくという面では、チーム医療が何よりも重要だと感じました。看護師、薬剤師、医療事務など他のプロフェッショナルの方々への尊敬の念を持って接することで、お互いに気持ちよく仕事をすることができ、相談もしやすくなり、結果的に患者さんへの利益にもつながり、良い病院が出来上がってきたのだと経験することができました。今後、医療者として生きていく上で、基盤となるような大切な考え方を今村での研修で教えてもらえたと思えます。

第3回

「心に届く 慈愛の物語」を 紡ぐ会

episode
1



吉森看護師

看取りの看護

看護師 吉森 みゆき

九十一歳の彼女は、ご家族に看取られて静かに息を引き取った。

まるで、ご家族が着くのを待っていたかのように。

新型コロナウイルスの施設クラスターによって感染し入院された。入院当初より、酸素化が悪く酸素投与をしていた。口が乾く、背中が痛い、背中をさすってと言っていた彼女は、上品な方で最後まで意識を保ち、差し入れのメロンやイチゴを数口食べたりしていた。

もう長くはないと説明を受けた息子さんは、「面会したい、そして普通にお通夜や葬儀をあげたい」と話された。医師の許可のもと、息子さんと娘さんの面会を行った。面会したことで感染しないように、防護具の着用と面会時に付き添い、そして脱衣を手伝った。「お母様、僕だよ」というと、彼女は目を開け、手を差し出し握りしめた。十分程度の面会を終えた。その後、亡くなった時はどのように家に帰るのか話を聞きたいと言われ、説明をさせてもらった。隔離解除ができれば、お通夜も葬儀も普通にできることを話

した。それでも隔離解除まであと三日もある。正直もつのだろうかと思った。家族の思いを医師とスタッフたちと共有した。背中が痛いと言う彼女に、スタッフは背中をさすり、一人では寂しいという彼女に寄り添い、励ましていた。

再度、面会の希望があったその日は、隔離解除日だった。私たちは待っていた。約束の時間に息子さんと娘さんが来棟した。病室に入り「お母様」と声をかけるとうすうすと目を開け、そのまま目を閉じられた。家族に手を握られ、背中をさすられながら、そして一人ではなく家族に看取られて、逝かれた。

コロナは人と人との接触を阻み、人生の最後をも最愛の家族からも引き離してしまう。人の死を想うとき、その人が歩まれた人生、そして残された家族が後悔のない別れができるようにと、思う。

「この病院に入院できて良かった」と言われた息子さんの想いに、私たちは寄り添うことができたのだろうか。



体操で腰痛予防をしましょう

これまで、「腰痛予防のための生活習慣と姿勢について(2020年23号)」や「腰痛を正しく知ることと向き合い方について(2022年28号)」でお伝えしてきました。

今回は、腰痛予防のための体操についてです。情報が溢れている現在、たくさんの腰痛予防の運動が紹介されています。中には負荷が高すぎる運動もあり、体操をして、痛みが出たという話も耳にします。そこで理学療法士協会が推奨している運動を紹介します。

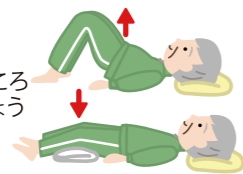


寝ながらできる腰痛体操

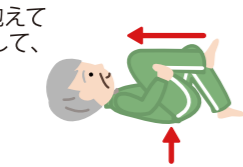
運動を行う際の注意 この運動で痛みが増す時は速やかに中止し、理学療法士、医師などにご相談ください

1 2 3 各1セット、10~15回で、2~3セット行いましょう

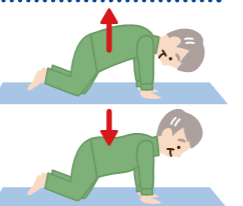
- 息を吐きながらお尻を5秒間持ち上げましょう
- 身体と足が平行になるところまでお尻を持ち上げましょう
- 足や太ももではなく、お尻に力を入れましょう



- 息を吐きながら、片足を抱えて膝を肩に近づけるようにして、20秒間とめてください。次に、もう片方の足を同じようにしてください
- お腹の力を抜いて、お尻や腰が伸びるようにしましょう



- 大きく息を吸いながら背中を丸めましょう
- 息を吐きながら背中を反るようにしましょう
- 腰はあまり動かさずに胸の部分をしっかり動かしましょう

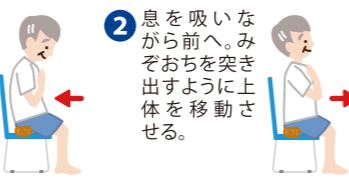


座ってできる腰痛体操

▶前後運動

ポイント 前へ行くときは腰を反らない! 胸を開くイメージで。

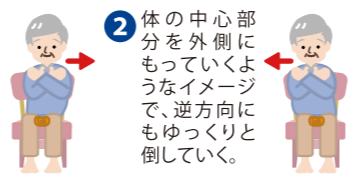
- 丸めたタオルをお尻のでっぱり当たるように敷き、腰掛ける。手を前で組み、息を吐きながら上体を後ろへ、みぞおちを中心に上体を移動させる。
- 息を吸いながら前へ、みぞおちを突き出すように上体を移動させる。



▶並行運動

ポイント 移動した側の肩が下がらないように! あくまで左右の肩の高さは並行に保ちましょう。

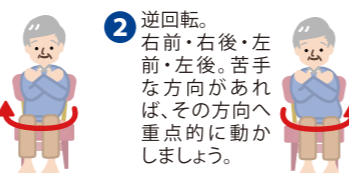
- 丸めたタオルを真ん中に置く。肩の高さが変わらないようにしながら、左右どちらかに体重をかけていく。バランスが崩れるギリギリのところで停止。
- 体の中心部分を外側にもっていくようなイメージで、逆方向にもゆっくりと倒していく。



▶円を描く運動

ポイント 息を止めずに、自然に呼吸しながら運動しましょう。

- 手を前で組み、お尻で円を描いていく。できるだけ大きく、頭の位置はできるだけ変わらないようにして、体幹部分をしっかりと回す。
- 逆回転。右前・右後・左前・左後。苦手な方向があれば、その方向へ重点的に動かしましょう。



引用:公益財団法人 日本理学療法士協会 理学療法ハンドブック第2版 シリーズ3 腰痛(P9-10)より スポーツ整形外科リハビリテーションセンター 理学療法士 吉田 研吾

薬剤部

Q&A コーナー



質問 ▶ 食事を食べないときは、食後の薬は飲まなくていいですか?

答え ▶ 薬の種類によって違います。

必ず食後に飲まなければいけない薬もありますが、食事を摂らなくても飲める薬もあります。仕事の都合で食事を摂りにくいなど、生活の中で飲みにくい時間がある場合は、必ず医師・薬剤師に相談してください。

『患者さま図書室』へどうぞ!



ご利用案内

開室/9:00~17:00 場所/B棟 2階

貸出/お1人5冊まで、2週間。どなたでもご利用いただけます。

巡回図書サービス ▶ A棟 8階病棟(ご希望に応じて) 毎週火曜日 14:00~14:50 貸出もいたします。

令和5年がスタートしました! 昨年は多くの方々にご利用いただき、また温かいお言葉もたくさん掛けていただき感謝申し上げます。患者さま図書室も季節ごとに設営をおこない、明るく開かれた図書室を目指して頑張っております。皆さまどうぞお気軽にお越しください。



おすすめBOOK



五木寛之の百寺巡礼ガイド版 第一巻 奈良

五木寛之/著



古寺、名刹のある場所には、不思議なエネルギーがある。それを体で感じ、新しい命を悠久の歴史に思う。第一巻は古の都、奈良。小雪の舞う室生寺、聖徳太子の相棒の中年デカ・滝沢と捜査にあたる。やがて、同じ獣による咬殺事件が続発。この異常な事件を引き起こしている怨念は何なのか? 女性刑事の孤独な闘いが読者の圧倒的共感を集める。

凍える牙

乃南アサ/著



深夜のファミリーレストランで突如、男の身体が炎上した。遺体には獣の咬傷が残されており、警視庁機動捜査隊の首道貴子は相棒の中年デカ・滝沢と捜査にあたる。やがて、同じ獣による咬殺事件が続発。この異常な事件を引き起こしている怨念は何なのか? 女性刑事の孤独な闘いが読者の圧倒的共感を集めた直木賞受賞の超ベストセラー。

すべてイラストとマンガでわかる! 宇宙論入門

白石 拓/著



アインシュタインから、いままた再び注目を集めるホーキング、そして「超ひも理論」からさらに進化した最先端の「究極理論」まで、誰にでもわかるように噛み砕いてマンガで解説する初めての試み。難解を極める宇宙の理論が、科学オンチにも楽しく理解できる超入門の決定版です。

ペスト

カミュ /著 宮崎嶺雄 /訳



アルジェリアのオラン市で、ある朝、医師のリウーは鼠の死体をいくつか発見する。ついで原因不明の熱病者が続出、ペストの発生である。外部と遮断された孤立状態のなかで、必死に「悪」と闘う市民たちの姿を年代記風に淡々と描くことで、人間性を蝕む「不条理」と直面した時に示される人間の諸相など、圧倒的共感を呼んだ長編です。

管理栄養部から 調理師おすすめレシピ♪

茄子とトマトの チーズ焼き



じゃが芋など 茄子以外の野菜でもおいしく作れます♪

【作り方】

- 茄子は乱切りにして水にさらし、水気を切ったら油で炒めコーンと一緒に軽く炒めておく。
- にんにく、生姜を炒め、香りがたってきたら玉ねぎを加えて炒め、鶏ミンチと料理酒を入れて炒める。
- ②に※を全て入れ混ぜながら3分程煮る。
- ③に炒めた茄子とコーンを入れて茄子が柔らかくなるまで加熱する。
- 茄子が柔らかくなったならバターを薄く塗ったグラタン皿に④を入れ、ピザ用チーズを載せてトースターでチーズが溶けるまで5分程焼き、お好みでパセリをちらしたら完成。

材料(2人分)

- 鶏ミンチ.....200g
- 玉ねぎ(みじん切り) ... 1/2個
- カットトマト400g
- にんにく(みじん切り) 10g
- しょうが (みじん切り) 10g
- 茄子 中2本
- 冷凍コーン 50g
- 料理酒(炒める用) 少々
- ※バター 10g
- ※料理酒 小さじ1
- ※コンソメ 大さじ1
- ※砂糖 大さじ2
- ※ケチャップ 大さじ2
- ※ウスターソース 大さじ1.5
- ※塩コショウ 少々
- バター 少量(器に塗る用)
- ピザ用チーズ 適量



編集後記

32号を発行するにあたり、原稿を寄せてくださった皆様に心より御礼申し上げます。季節性インフルエンザやCOVID-19が流行する中ですが、スタッフ全員で医療の質を高めるとともに、ワークライフバランスの取り組みにより働きやすい環境を作っていきましょう。

画像診断部 吉見 敦

今村総合病院 診療プログラム

この診療プログラムは発行日時時点の情報をもとに作成しております。診療科によっては変更がある場合がございますのでご了承ください。

2023年3月現在

	受付時間	月	火	水	木	金	土	日
救急内科	救急は24時間受け入れています							
総合内科	(午前) 8時30分～11時30分 (午後) 14時00分～17時00分	○	○	○	○	○	○	急患のみ
呼吸器内科	(午後) 14時00分～17時00分 ●午後のみの診療です	—	—	—	—	第1・3・5 再診のみ	—	—
脳神経内科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	○	—
脳神経外科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	手術日 のため休診	○	○	○	—
放射線科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	—	○	—	—
腎臓内科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	—	—
血液内科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	再診のみ	—
消化器内視鏡センター	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	肝臓内科(8:30～15:30)	IBD(8:30～16:30)	○	検査・治療	—
ペインクリニック内科 <small>完全予約制</small>	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	再診のみ	再診のみ	—	—
麻酔科(術前診察) <small>完全予約制</small>	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	○	—
消化器外科	(午前) 8時30分～11時30分	○	○	○	○	○	急患のみ	—
循環器内科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	急患のみ	—
リハビリテーション科	(午前) 8時30分～11時30分 【午後のみ完全予約制】	—	—	—	薬下外来・産婦人科	—	再診のみ	—
耳鼻咽喉科 <small>完全予約制</small>	(午前) 9時00分～11時30分 ●午前中のみの診療です	—	○	—	○	—	○	—
皮膚科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	○	○	○	○	急患のみ	—
眼科 <small>完全予約制</small>	(午前) 8時30分～11時30分 (午後) 14時00分～16時00分	○	手術日のため休診	手術日のため休診	—	特殊外来	—	—
泌尿器科	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	○	手術日 のため休診	○	○	○	○	—
スポーツ整形外科	(午前) 8時30分～11時30分 (夕診) 16時00分～18時00分	○	○	○	完全予約制	○	○	—
透析センター	(日中) ①8時00分～②14時00分～ (夜間) ①17時00分～	○	○	○	○	○	○	—
産科・婦人科	(午前) 8時30分～11時30分 【午後予約制 要確認】	○	○	手術日	○	○	—	—
小児科	(午前) 8時30分～12時00分 (午後のみ予約制) 14時00分～17時00分	○	○	○	○	○	※2	—
歯科口腔外科	(午前) 8時30分～11時30分 (午後) 14時00分～16時00分	○	○	○	○	○	—	—
納光弘外来 <small>完全予約制</small>	(午前) 8時30分～11時30分 ●午前中のみの診療です	—	—	—	○	—	—	○

※1・・・予防接種・内分外来 ※2・・・第1・第3・第4週診療(完全予約制) ※3・・・第4は休診

初診時負担金(初診の選定療養費)について

初診時(前回受診から3ヶ月以上経過した場合も含む)に、他の保険医療機関からの紹介状をお持ちでない場合、もしくは他院からの紹介なく当院へ直接来院された患者様については、初診時負担金(選定療養費)として**2,750円(税込)**をご負担いただく場合がございます。初診の患者様におかれましては、できるだけ紹介状をお持ちいただきますようお願い申し上げます。ご不明な点等ございましたら総合受付へお問合せください。

【今村総合病院のご案内】

救急内科 24時間365日診療しています。

各診療科 予約制となっております。事前にお電話で予約をお取りください。 ※日曜日・祝日は休診

電話予約 **099-251-2221** (代表)
ご予約受付時間 ※日・祝日を除く
【月～金】9:00～12:00 / 14:00～17:00 【土】9:00～12:00

慈愛会グループ

いづろ今村病院 鹿児島市堀江町17-1

今村総合病院 鹿児島市鴨池新町11-23

谷山病院 鹿児島市小原町8-1

奄美病院 奄美市名瀬浜里町170番地

徳之島病院 大島郡徳之島町亀津5190

高麗町クリニック 鹿児島市高麗町39-11

慈愛会クリニック 鹿児島市泉町1-15-1F

七波クリニック 鹿児島市真砂本町51-1 ニムタ
スカイマーケット
隣池内テナント

かごしまオハナクリニック 鹿児島市鴨池新町6番4号2F

介護老人保健施設愛と結の街 鹿児島市小原町8-3

鹿児島中央看護専門学校 鹿児島市泉町12-7(3年課程看護科)