

しずく

VOL
34

2024.1

特集 東千葉メディカルセンターの「救急科・集中治療部」の特徴とは



📷 表紙の写真

着陸したばかりのドクターヘリ

空に蓋をされたような曇天に「バラバラバラ...」という轟音を響かせて着陸するドクターヘリ。

受け入れスタッフは緊張した面持ちで、機体への接近が許されるのを待っています。今日も一人でも多くの患者を救うため、千葉の空を駆け抜けます。



令和6年能登半島地震

DMATを被災地へ派遣しました



東千葉メディカルセンターでは、災害時に現場に駆けつけて医療活動を行う、専門的な医療技術をもつ「災害派遣医療チーム(DMAT)」を有しており、令和6年能登半島地震で被害を受けた石川県への出場要請に応じ、隊員を派遣しました。

一般的に、DMATは自らが被災地で活動するための食料等の物資は全て持参します。各隊は一定期間で交代となり、当センターのDMATは1月下旬に現地での活動を終了し、無事に病院に帰還しました。



帰還直後のDMAT。被災地での活動と、片道500kmの移動を経て消耗してもなお、明るい隊員たちです。

今後も被災地の状況を鑑みながら、DMAT派遣や看護師の派遣等、災害支援を継続していきます。



特集

東千葉メディカルセンターの

「救急科・集中治療部」の特徴とは

超高齢化社会と

救急搬送の関係とは

現在、日本は超高齢化社会へと移行しつつあり、それに比例するように救急搬送の件数も増加しています。

特に、都心部を離れた地方都市ほどその傾向は顕著であり、ここ山武長生夷隅医療圏においても救急医療の重要性は一層高まっています。

「医療の要衝として」

当センターの取組み

広大な山武長生夷隅医療圏で唯一の救命救急センター、および地域災害拠点病院である東千葉メディカルセンターは、医療の要衝として、千葉県東部の救急医療の一翼を担っています。

2023年は、3,069名の救急搬送に応需しました。SCU(脳卒中ケアユニット)も有しており、脳梗塞やくも膜下出血などの、重篤な脳血管障害の治療にもあたっています。

この地域で暮らす皆様へ

地域を支えるために

千葉県は、人口当たりの医師数が全国でもワースト5に入るほど少なく、さらに当センターのある山武長生夷隅医療圏は、その千葉県の中でも医師数が最少の医療過疎地域です。

よって当センターを含め近隣の病院ともども、それぞれの長所を生かしながら力を合わせて、何とか地域を支えていこうと頑張っております。何卒、ご理解の程、よろしくお願いいたします。

集中治療部としての役割

- ✓ 最適なケアを提供するためのチーム医療
- ✓ 24時間365日体制
- ✓ 地域の病院からの患者さんも受け入れ対応

最重症の患者さんや、大手術後で状態が不安定な患者さんには、人工呼吸器や血液浄化法、経皮的肺補助などの人工補助療法を駆使した集中治療を24時間365日体制で行っています。また、地域の病院で状態が悪化した患者さんも積極的に受け入れています。集中治療は、医師だけでなく、看護師や理学療法士、臨床工学技士、栄養士など様々な職種が力を合わせて行います。新型コロナウイルス感染症により重症となった患者さんを近隣病院から受け入れECMOを用いながら多職種で力を合わせて救命した症例もありました。

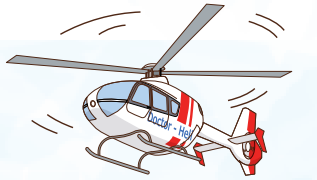
地域における役割

- ✓ 救急・災害へ幅広く対応
- ✓ 救急救命士への指示や教育
- ✓ 災害派遣医療チームDMATの出動

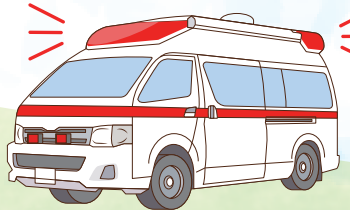
当地域で発生した重症な救急患者さんに対して、ER(救急処置室)受け入れから、ICU(集中治療室)、あるいはHCU(ハイケアユニット)での救急集中治療を、シームレスに行っています。また救急救命士への指示や教育など、地域メディカルコントロールで中心的な役割を果たしています。そして災害派遣医療チームDMATを有し、大規模災害や多傷病者が発生した現場に出動します。



ドクターヘリも活躍中!



さあ! 急げ! 東千葉メディカルセンターへ!



お世話になりました

私と富塚さん



富塚さんはICU、ER、手術室を股にかけて活躍するベテラン看護師です。残念ながら当センターを退職し、訪問看護に活躍の場を移します。富塚さんの凄いとところは、経験や知識はもちろんのこと、その場にいるみんなを和ませる雰囲気でした。富塚さんに教わったことを、後輩達に伝えられるように頑張ります。





令和元年の国民健康栄養調査によると、12・1%の人が朝食を抜く習慣があり、特に30〜40歳代は4人に1人が朝ご飯を食べないそうです。朝食抜きを勧める理由として、摂取エネルギーが減る、胃腸を長時間休められるなどが挙げられるようですが、デメリットの方が大きいという意見が多数であるのが事実です。

では、朝食を抜く具体的なデメリットはなんですか？

まず1つめは、肥満や脂質異常症、糖尿病の発症リスクの上昇が挙げられます。食事回数が少ないほど、体脂肪が蓄積し、コレステロールや中性脂肪の値が高くなります。また、血糖値の上下動が激しくなり、糖尿病の発症や悪化を招きます。

2つ目は、仕事や活動の質の低下です。脳や体の主なエネルギー源はブドウ糖ですが、体に蓄えておける量は多くありません。夜の間に使い切ってしまったエネルギー源を補給しないと、集中力を欠いたり、だるさがあったりして、仕事や勉強が効率よく進められません。小中学生を対象とした調査で、朝食を摂る子は、摂らない子と比較し、体力も学力も優れていたという結果がありますが、これは大人においても同様です。

他にも、様々な体の不調が現れます。自律神経は、循環器、消化器、呼吸器などの働きを調整している神経です。朝食を摂らずに体内リズムが狂うと、この神経がうまく働かなくなり、体温が上がりにくく冷え性になったり、睡眠の質が落ちて不眠に悩んだり、それらの不調が続くことでストレス状態となり、うつ病につながる場合もあります。

「朝ごはんは食べたい」と思っているのに、ずっと朝食を抜いていた人が急に習慣を変えるのは難しいでしょう。まずは簡単にとれる果物や乳製品などを摂るようにし、少しずつ慣らしていくと良いでしょう。また、痩せたいと考えている方は、レシピの大根のように、低カロリー、食材を工夫して使い、美味しく楽しく続けられるダイエットをお勧めします。

旬の食べ物紹介

だいこん

大根

国内流通の9割を占める青首大根は12〜2月に旬を迎えます。

おでんなどの煮物、サラダや大根おろし、味噌汁やスープの具など、色々な食べ方ができる万能野菜の一つではないでしょうか？

大根には、**免疫を高めるビタミンC**、**胃腸の働きを助け、胸やけや胃もたれを予防する消化酵素**、**抗菌作用や血栓予防を期待できるイソチオシアネート**という辛み成分などが含まれます。また葉にも、**骨を丈夫にするカルシウムやビタミンK**、**高血圧予防やむくみ解消になるカリウム**を多く含みます。おいしい時期に無駄なく食べてみましょう。

こんなメニューはいかがでしょう ▶ 大根グラタン

野菜が苦手な方、煮物に飽きた方でも、大根をたっぷり食べられます。



【材料】
大根…1/3本
ベーコン…40g
バター…15g
小麦粉…大さじ3
牛乳…260ml
顆粒コンソメ…少々
塩…少々
こしょう…少々
ピザ用チーズ…適量

【作り方】
①大根を短冊に切る。ベーコンは食べやすい大きさに切る。
②フライパンにバターを入れ弱火で溶かし、①を炒める。
③大根がしんなりしたら、小麦粉を入れて炒める。
④牛乳を少しずつ加え、煮詰めていく。
⑤とろみがついてきたら、コンソメ、塩、こしょうで味を調える。
⑥耐熱皿に入れてピザ用チーズをのせ、オーブントースターで焼き目をつける。

【栄養価(1人前)】310キロカロリー
たんぱく質 11.0g/脂質 21.4g/炭水化物 24.2g/食塩相当量 1.5g

部位の特徴とおすすめの食べ方

葉	シャキシャキ食感 生食も◎炒めて常備菜でも
上部	甘味があり食感が良い 生食ならここ
中央	水分が多く軟らか 煮物向け
下部	水分少なく辛みが強い 大根おろしに

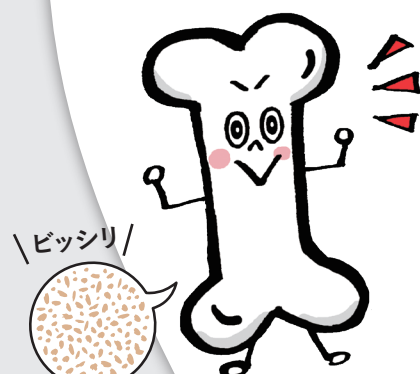
芋やマカロニを使うより **約15%も** カロリーダウン♪

整形外科 コラム

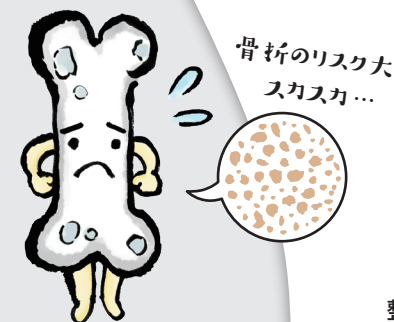
骨密度測定検査のススメ

整形外科 青木保親

▼健康な骨の状態



▼骨粗鬆症の状態



整形外科と言えば骨折を治す診療科というイメージでしょうか？

確かに当たらずも遠からず、超高齢化社会を迎える今、現代医療における整形外科の役割は、皆様の健康寿命を延伸することです。そのために整形外科では、首から下の運動器全般の治療を扱っており、治療対象は脊椎、関節、神経、軟骨、腱など、多岐にわたります。

最近が高齢化社会の到来に伴い、我々整形外科医を悩ます病気が激増しています。それは加齢に伴い全身の骨が弱くなる、「骨粗鬆症」という病気です。

骨粗鬆症の患者さんの骨折を手術で治すときには、金属のプレートやスクリューを用いて骨折部を固定します。私は首や腰などの背骨の病気に対する

治療を専門にしていますが、変形した背骨を金属製スクリューで固定することがあります(写真1)。金属は頑丈なのですが、骨が弱いとスクリューがしっかり効いてくれないので、なかなか治療がうまくいきません。こんな時には、「骨粗鬆症さえなければ!」と思うのですが、一度弱くなった骨はなかなか元に戻せないのが現実です。

では、どうすればよいのか? 答えは一つ。骨が弱くなる前に予防をすることです。ここでおすすめするのは、「骨密度測定検査」です。この検査で骨が弱いと判定された場合には、飲み薬や注射薬による治療を始め、骨を強くする、もしくは骨が弱くなることを防ぐことが出来ます。治療は早めに行うことがおススメです。

骨粗鬆症は女性の方がなりやすいと言われています。骨粗鬆症は高齢者の病気ではありますが、女性の場合は50歳代から注意が必要です。

女性の方は50歳を越えたら一度は「骨密度測定検査」を受けてみたいかがでしょうか? 痛みもなく数分で終わる簡単な検査ですので、ぜひ骨密度測定が可能なお近くのクリニックでご相談ください!

ご相談先のクリニックや、かかりつけの医療機関に骨密度検査機器が無くて、当センターの機器を用いて検査のみを行う、共同利用が可能な場合があります。医療機関からのお申し込みが必要となりますが、是非ご検討下さい。

骨粗鬆症が悪化すると、ちょっとしたきっかけで骨折を起こします。場合によっては、何のきっかけもなく骨折を起こすことがあります。そのような状態になると、何回も骨折を繰り返して寝たきりになってしまうこともあります。

まずその前に、「骨密度測定検査」で骨粗鬆症を見つけましょう!

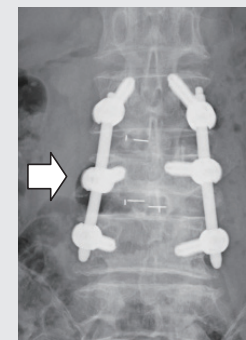
骨密度測定機器



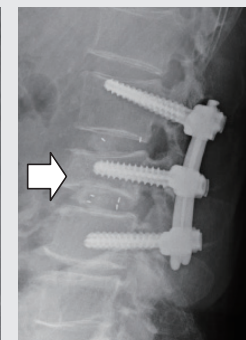
当院の骨密度測定機器です。検査は数分で、痛みを感じることもなく終わります。DEXA 法という信頼性の高い検査法を採用しています。

(写真1)

▼レントゲン正面像



▼レントゲン側面像



腰椎(腰の骨)の骨折をスクリュー固定により治療した写真です。矢印の骨が骨折し潰れてしまったことにより腰椎の中にある神経を障害してしまいましたが、スクリューで安定化することで治療は成功しました。



江幡 初美さん（入職7年目）

LOOK 職員インタビュー

医師事務作業補助者



医師事務作業補助者とは？

医師事務作業補助者とは、医療の質の向上を目的に、医師がより専門性の高い業務に専念できるよう、医師の事務作業を補助するためにつくられた職種です。

病院の事務職というと、多くの方は受付や医療費の請求業務等を行っている医療事務を思い浮かべると思いますが、医師事務作業補助は医師の指示のもとで、書類の作成補助やデータの入力作業を行います。

また、医師と共に外来に行き、診療時の電子カルテの代行入力を行うこともあります。事務スタッフの中でも、医療現場の最前線で働く事ができる、やりがいのある仕事です。

医療職を目指したきっかけは？

進路について考えていた高校2年生の時、交通事故で家族が救急搬送されたのですが、病院スタッフの方が私達に、とても親身になって接してくださいました。それがきっかけで、自分もこんな風に人のためになる仕事がしたいと思い、医療系の専門学校に進みました。

一番の喜び・やりがいとは？

医師とのコミュニケーションが重要な仕事なので、円滑な業務が実施できた際に医師から「助かります」「ありがとう」などと言われる

（外来診察がある場合の1日）

8:30	出勤
8:40	産婦人科外来診察補助
12:30	休憩
13:30	診断書作成等
16:00	外来診療補助の準備
17:15	退勤

地域の皆様へメッセージ
私はもともと人の役にたつ仕事に興味があり、医療の現場を目指しました。その仕事に就いた今は「地域の方と助け合える医療従事者」を目標にして頑張っています。受診の際に、医師や看護師に聞きづらいことがあれば、お気軽に声をかけてください。

休日はどう過ごしていますか？

今の部署はワークライフバランスがよく、自分の時間を確保しやすいです。趣味で地元の劇団に所属しており、休日や平日の夜に活動に参加しています。演者として舞台にも上がりますし、衣装を作るような裏方仕事もあるんですよ。

た時にはやりがいを感じます。

しかし、やはり一番うれしいのは、患者さんから感謝のお言葉をいただいた時です。

今後は患者さんへの説明を強化し、信頼関係が築けるような心のこもった質の高い医療を提供いたします。

当センターではこのような事例を含め安全な医療提供のために、医療安全管理室を設置しています。

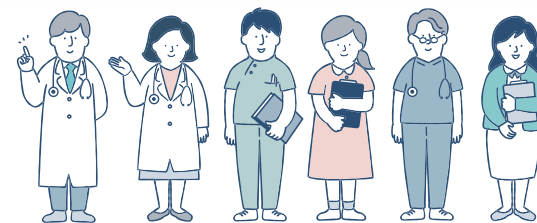
医療安全管理室の主な業務として、過去に発生した些細な事案も含め、医療事故を調査・分析することから事故の原因を把握し、医療事故を未然に防ぐための具体的対策を講じ、一般的業務に定着させるための啓蒙活動や、日々進化する医療を踏まえたマニュアルの作成や見直しなどを行っています。

医療事故防止は個人レベルでの対策だけではなく、病院全体の組織的な防止対策との両面から医療安全の確保を推進することが重要です。病院職員全員が危機感を持ち、患者さんに安全な医療を提供できるよう定期的な会議での検討及び職員研修を開催しています。

患者さん、地域の皆様から信頼され、安心・安全な医療提供ができるよう引き続き努めてまいります。

お気づきの点がございましたら、お気軽に病院窓口までご意見ご相談ください。

One teamで安心・安全な医療提供に努めます。



医療安全管理室の紹介

当センターは患者さん、地域の皆様に信頼される病院を基本理念とし、患者さんに質の高い安心・安全な医療を提供することを目指して組織的な取り組みを行っています。

しかしながら、以前、当センターで看護師による点滴の管理が徹底されておらず、さらに医師への報告をせずに患者さんの血管に障害が残ってしまった事案がありました。病院としてこの事案を振り返り、安全管理への配慮が欠けていたと認識し、二度と同じことが起こらないよう点滴管理方法の見直しを行いました。対策として、点滴実施中の患者さんへの定期的な訪問を強化し、点滴針の刺入部状況観察の徹底、及び異常の早期発見に努めることを改めて見直しました。

看護師2名以上による間違い防止のためのダブルチェックと診療記録の徹底、点滴実施時は入院患者さんに装着しているネームバンドと点滴ラベルによるバーコード認証の徹底と、異常時は速やかに医師に報告するなど報告体制の強化を図りました。

また、今回の事案では、患者さんへの説明が不十分であったこともわかりました。看護師が日常的に実施する業務であっても、患者さんにとっては非日常的な出来事です。そうした患者さんの視点に立つて、しっかりと説明し、同意を得たうえで実施することが必要不可欠です。

News! 職場体験学習

東金市内の中学校からの

職場体験を受け入れました！

当センターでは毎年、東金市で実施される職場体験学習を受け入れています。コロナ禍では見合わせられた年もありましたが、今年は無事に実施され、東金市内の4つの中学校から生徒さんたちが実習に訪れました。生徒さんたちは緊張した様子でしたが、スタッフの指導の下、積極的にプログラムに参加していました。各校2日間の限られた日程ですが、今回の職場体験が生徒さんたちの将来の進路選択に役立てば幸いです。

病院からのお知らせ

糖尿病教室

令和5年度第2回 糖尿病教室を開催いたします。今回は、代謝・内分泌内科医師、歯科医師、理学療法士によるお話です。糖尿病が気になる方、ご家族の健康に不安をお持ちの方など、お気軽にご参加ください。

予約不要です。皆様の参加お待ちしております。

日時	令和6年2月21日(水)午後2時～午後3時
会場	東千葉メディカルセンター 2階講堂
内容	代謝・内分泌内科医師、歯科医師、理学療法士による話の予定
対象	糖尿病治療・予防に関心のある方
費用	無料

編集後記

お正月の次に訪れる行事といえば、私たちにはとても馴染みがある節分ですね。諸説はあるようですが、この行事は室町時代頃から始まっていたそうです。最近はいろんな恵方巻や、袋に入った豆が売っていたりと時代とともに変化していますね。「一年間健康に過ごせるように」という願いを込めてぜひみなさんも節分をしてみてくださいはいかがでしょうか。

ありがとうございます

ご寄付をいただきました

この度、株式会社合同資源様より、医療体制の充実化へ向けた支援として、100万円のご寄付をいただきました。11月21日に当センターを会場に、寄付贈呈式を行いました。合同資源様からはこれまでも、コロナ禍における感染対策のためにと、パルスオキシメーターや抗菌コーティング剤の寄付をいただいております。

今回の贈呈式では御厚意に対し、センター長より感謝状を贈り、感謝の意をお伝えいたしました。当センターはこれを励みに、地域の皆様から頼りにされる病院として、今後も職員一同、力を合わせて医療の質の向上に努めてまいります。

外来診察表

《予約専用ダイヤル》0475-50-1333（平日 8:30～17:00）

〒283-8686

千葉県東金市丘山台三丁目6番地2

電話 0475-50-1199（代）

※ 休診日や受付時間は都合により変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

診療科	受付時間	診療日				
		月	火	水	木	金
総合診療科	8:30～11:30	加藤／林 山本／柴山	加藤／林 山本／田村	加藤／山本 田村／森	加藤／林 田村／水野	林／山本 田村／小林
消化器内科	8:30～11:30	亀崎・安齋(再来) 多田(新患)	岩永・多田(再来) 藤崎(新患)	妹尾(再来) 亀崎(新患)	亀崎・藤崎(再来) 岩永(新患)	前田(再来) 安齋(新患)
	11:30～	亀崎・安齋(再来)	岩永・多田(再来)	妹尾(再来)	亀崎・藤崎(再来)	前田(再来)
呼吸器内科	8:30～11:30	笠原／江間	西村／鈴木	江間／北原	笠原／伊狩	西村／後藤／石井
循環器内科 ※新患は紹介状ありのみ	8:30～11:30	非常勤医師(新患) 鈴木(予約)	高平(新患+予約) 金枝(予約)	非常勤医師(新患)	金枝(新患+予約) 高平(予約)	松本(新患+予約)
	14:00～16:00	鈴木(予約)	高平(予約)		金枝(予約) ペースメーカー外来(第1・3)	松本(予約)
代謝・内分泌内科 ※新患は紹介状ありのみ	8:30～11:30	石川	木下	石川	平井	山口
	13:00～15:00	吉原		石川(予約)		木下(予約)
小児科	8:30～11:30	井上／澤田 非常勤医師	内川／澤田 杉田(第2)	内川／井上	内川／井上 澤田	内川／井上 澤田
	13:30～		乳児健診(予約)	予防接種(予約)	予防接種(予約)	食物負荷試験 発達障害初診
	13:30～16:30		循環器外来(予約) 國松(第2) 澤田(予約) アレルギー外来(第1・3)	内川(予約)	循環器外来(予約) 葉(第3)	井上(予約)
外科	8:30～11:30	佐藤／新患外来	久保木／中川	岡村／上田／佐藤	岡村／中川	久保木／上田
	8:30～11:30	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)	新患(診察10:30から)
【乳腺外科】(予約必要)	8:30～11:00					山田
心臓血管外科	8:30～11:30		浅野(第1・3)			
	13:00～15:00				石田	
整形外科	8:30～11:30	青木／佐藤(祐) 葉／秋山 飯田	佐藤(祐)／脇田 澤田／梅田 松浦	佐藤(雅)(予約) 秋山(予約) 装具外来(予約)	脇田／澤田 梅田／久保田(第4)	青木／佐藤(雅) 葉／飯田
	13:00～16:00 (予約)	青木(予約) 装具外来(予約)	佐藤(祐)(第4)(予約) 脇田(予約)	佐藤(雅)(予約)	中嶋(予約)	青木(予約)
脳神経内科 脳神経外科 ※新患は脳神経新患外来 (下部説明をご確認ください)	8:30～11:30	大石(脳外) 町田(新患)	石毛(新患) 岩立	奥山(脳外) 大石(新患)	町田(脳外) 持田(新患)	石毛(脳外) 奥山(新患)
		松田(新患) 内田(予約)	内田(予約)	大澤(新患) 松田(予約)	内田(新患)	大澤(予約)
形成外科 (予約必要)	8:30～11:30	新井／大八木	新井／大八木	手術	大八木	新井／大八木
皮膚科	8:30～11:30			非常勤医師 (診察9:30から)		非常勤医師 (診察9:30から)
産婦人科	8:30～11:30	手術日	拝野／大畑 重政	拝野／重政 本多(10:00から)	拝野／重政 本多(10:00から)	本多(10:00から) 大畑
	午後		産褥健診	予約のみ	予約のみ	産褥健診
耳鼻咽喉科	8:30～11:30	伊藤／非常勤医師	伊藤／非常勤医師	伊藤／非常勤医師	伊藤／非常勤医師	伊藤／非常勤医師
歯科口腔外科	8:30～11:30	大和地	駒／小山	駒	大和地／伊豫田	大和地／駒
	13:30～16:30	大和地	駒／小山	駒	大和地／伊豫田	大和地／駒

1. 休診日は、土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）です。
2. 循環器内科の新患外来は、緊急カテーテル治療等に対応するため、原則として紹介状をお持ちの方のみ受け付けます。
3. 新規に脳神経内科および脳神経外科を受診される方は、脳神経新患外来（両科の担当医が交代で担当）の受診となります。
4. 代謝・内分泌内科は原則として紹介状をお持ちの方のみ受け付けます。紹介状がある初診の方は、予めお電話にてご予約をお願いいたします。
5. 紹介状（診療情報提供書）をお持ちの方は、事前に予約が可能ですので、是非ご利用ください。

（予約センター 8:30～17:00／0475-50-1333）