



vol. 24

2012年1月発行

編集・発行

君津中央病院

☎0438(36)1071

<http://www.hospital.kisarazu.chiba.jp>



## 理念

私たちちは良質で安全な医療を提供し  
地域の皆さんに親しまれ、  
信頼される病院をめざします。



認定第JC295-2号  
審査体制区分4(ver. 5.0)  
2009. 8. 23～2014. 8. 22

日本医療機能評価機構とは、市民が  
適切で質の高い医療を安心して享受  
できるよう、医療機関の機能を学術  
的観点から評価する第三者機関です

## 基本方針

- 接遇とサービスに心がけ、心が安らぐ癒しの環境を整えます。
- 高度で良質なわかりやすい医療を提供します。
- 包括医療を実践し、地域との連携を大切にします。
- 救命救急医療体制の確立と小児、周産期及び終末期医療の充実をめざします。
- 職員の教育・研修を推進し、自己研鑽に努めます。
- 病院で働く人が一体となり、経営の健全化と満足感のある職場をめざします。

## 目次

表紙（病院の風景）	1	医療技術局治験管理室の紹介	5
病気のおはなし〔過換気症候群について〕	2	子どもたちの家にも訪問しています！	6
病気のおはなし〔補聴器について〕	3	附属看護学校〔学生たちの声〕	7
看護局10階東病棟の紹介	4	大佐和分院より〔スタッフ紹介の壁紙〕	8

# 病気のおはなし 過換気症候群について

急に呼吸が「ハアハア」して止まらなくなり、手のしびれや冷感、動悸、恐怖感が出現し、目の前が暗くなり立てなくなる。これらを「過換気症候群」といいます。ハアハアすることを「過呼吸発作」「過換気発作」「不安発作」とも言いますが同じものです。

過換気症候群は正式にはパニック障害か身体表現性障害に分類されます。過呼吸があるだけでパニック障害と診断されることが多くみられます、実際はストレスが絡んだ身体表現性障害であることが大部分なので、発作があった場合ストレスの存在をまず疑うことが肝心です。

発作の原因是交感神経の興奮です。交感神経は動物が敵に出会ったときに働く神経です。動物が敵に出会えば戦うか逃げるかしますね。その時は体を激しく使うでしょうから体中でエネルギーが使われ、酸素が使われます。酸素を運ぶ役割の血液はどんどん筋肉に送られなければいけません。だから、ポンプの役目をする心臓がドキドキします。

また、酸素を取り込まないと酸欠になって敵から逃げられません。だからハアハアするのです。ピンチの時このようにドキドキ、ハアハアすることが逃げたり戦ったりするのに必要であり、それをうながすのが交感神経なのです。

現代人の敵といえばストレスですね。仕事、学業、人間関係。さまざまな場面で強いプレッシャーが続くと、脳はそれをピンチと判断し、交感神経を興奮させてハアハアさせます。こうして過呼吸になるのです。

過呼吸が続くと「もう酸素を運ばなくても大丈夫」と体が勝手に判断して血液の通り道である血管がしまります。その結果指先がしびれ、目の前が暗くなります。これらは自然な現象で死ぬ前兆などではありません。ですがこの現象自体をさらに脳がピンチと判断して過呼吸を

続けてしまいます。過呼吸が一度始まる治まりにくいのはこのためです。

ではどうすれば過呼吸は治まるでしょうか。まず怖がらないことです。怖くなれば過呼吸になりやすいですからね。「これは不安のせいだ」「放っておいても大丈夫」と自分に言い聞かせ、次に息を大きく吸ったら呼吸を止めてみましょう(ゆっくり吐くのはかまいません)。体中すでに酸素でいっぱいですから息を止めても1分は苦しくなりません。呼吸を止めればしびれもとれ、体が楽になります。上記が難しい場合は紙袋で鼻と口を覆うようにして呼吸をしてください。吐いた息を吸っているわけですから、息を止めているのと同じ結果が得られます。紙袋がない場合はうつ伏せに寝てください。胸が圧迫されて酸素の取り込みが悪くなるので改善しやすくなります。横になれない場合は椅子に座ったまま首の後ろを両手で抱え込んで体を前に丸めるようにしてください。胸が圧迫されるのでうつ伏せと同じ効果があります。楽になったらゆったりした呼吸を意識してください。

いずれにしろ病院に来ても治療らしい治療はありませんので、救急車を呼ぶ必要はありません。時間がたてば治りますので病院に行くより上記を試してみてください。過呼吸をよく起こしてしまう人は心理的に何らかの形で追い詰められている方です。自分のストレスをよく見直して環境を整えてみてください。カウンセリングも有効だと思います。

(精神科 小林 圭介)



## 病気のおはなし 補聴器について

補聴器とは、難聴により日常会話の聞き取りに不便を感じている方が、きこえの改善を目的として使用する、管理医療機器です。

補聴器の必要性、有効性の有無は、その人の聴力レベルだけでなく、難聴の原因疾患やきこえの状態、生活環境などを総合的に考慮して判断する必要があります。

補聴器は形状、機能ともに多種多様です。形状や搭載されている機能によって、価格は一つ(片耳分)で安いものは五万円程度、高いものになると数十万円するものまでさまざまです。高価なものであればよく聞こえるようになる、というわけではありません。それぞれの人のきこえの程度や生活状況に応じて適切な機種を選択し、その人に合わせた調整をする事が重要です。補聴器は、つければすぐにきこえが改善されるというものではありません。調整に加えて、ある程度の慣れや聞き取りの訓練が必要な場合もあります。そのため、補聴器を購入する際には、一定期間試聴した上で必要に応じて細かい調整をしていったり装用指導を受けたりすることが望ましいです。



言語聴覚士から詳しく  
補聴器の説明があります

自分に合った補聴器を選択し、効果的に使用していくためには、耳鼻科医師による正しい診断が必須です。きこえに不自由を感じ、補聴器が必要かもしれないと思ったら、まずは耳鼻科での診察、聴力検査を受け、医師の判断を仰ぎましょう。そして補聴器が必要だと判断されたら、専門的な調整技術を持つ認定補聴器技能者や言語聴覚士のいるところ(認定補聴器専門店、または病院の補聴器外来)に行くことをおすすめします。

耳鼻科での診察と検査の結果、難聴が重度と判断され身体障害者に認定されると、補聴器購入に際し、公的な給付制度が受けられます。その場合は、お住まいの市町村の市役所へ行き、福祉関係の担当者に相談してください。



当院の耳鼻咽喉科は補聴器適合検査施設でもあり、第1、第3、第5水曜日の午前中に補聴器専門外来を設けています。そこでは補聴器相談医による診察と認定補聴器技能者、言語聴覚士によるカウンセリングのもと、患者様に合った補聴器の提案、調整、装用指導、アフターフォローを行っています。補聴器外来は、補聴器を購入するための外来というよりは、補聴器を効果的に使用していくための専門外来です。補聴器使用を検討されている方は一度耳鼻咽喉科外来で診察を受けてみてください。

〔耳鼻咽喉科 高橋 直樹  
言語聴覚士 村田 寛子〕



# 看護局 10階東病棟の紹介



## ＜カンファレンス＞

呼吸器内科では、チーム医療を重視しており、週に1度カンファレンスの場を持ち、病態や治療方針についての情報の共有を行い、多職種との連携を図っています



10階東病棟は、医師7名、看護師19名、助手1名、クラーク1名、ベッド数47床(呼吸器21床・結核26床)を有する病棟です。呼吸器疾患の急性期・慢性期・在宅までを一貫した体制で治療に当たっています。また、年々呼吸器疾患患者は増加傾向にあり、呼吸器病床の増床を予定しています。



## ＜BFS＞

代表的な検査はBFS(気管支鏡検査)です。毎週火曜日と木曜日に行われ、年間約200件を施



行しています。肺癌の早期発見・早期治療を目指し、地域の医療機関とタイアップして普及活動を推進中です。1泊2日・2泊3日入院で検査を行っています。

## ＜病棟の理念＞

当病棟では、「看護のレベルを高く維持すること・看護のチームワークを十分に發揮できる環境作り」を理念に掲げ、患者様に質の高い看護を提供できるよう日々努力をしています。10階東病棟のチームワークは抜群で、新しいことにも積極的に取り組める環境にあり、看護の質の向上にもつながっています。今後もスタッフ一同切磋琢磨しながら、地域の皆様に手厚い看護が提供できるよう邁進していきたいと思っています。

(10階東病棟 勝畠 通恵)

## 10階東病棟の若手看護師たち



### ＜角田さん＞ 看護師3年目

3年目を迎え、やりがいと自信がつきました。今後も、自分自身のさらなるレベルアップを目指し、自己研鑽に励んでいこうと思います。



### ＜越田さん＞ 看護師2年目

「ホテルのような綺麗な病院で働きたい」と強い思いを抱き、岩手から来ました。今年から可愛い後輩もでき、毎日楽しく働いています。日々学びを深め、後輩が憧れるカッコイイ看護師を目指します。



### ＜小川さん＞ 看護師1年目

希望であった呼吸器科病棟への配属となりました。今後も初心を忘れず、同じ看護師として働く母に少しでも近づけるように頑張りたいと思います。

# 医療技術局 治験管理室の紹介



患者さまの治療や予防に役立つ新たな医薬品の開発は、重要な課題です。

優れた医薬品の開発には、動物を用いた薬物動態や安全性の試験を行った後、最終的にヒトにおける有効性と安全性を正確に調査して評価する臨床試験が必要です。そのため医薬品の臨床試験の実施に関する基準(Good Clinical Practice : GCP)を厚生労働省は定めています。

新薬の臨床試験(治験)はこのGCPを遵守して実施され、多くの患者さまのボランティア精神に支えられて、新たな治療薬が誕生します。君津中央病院においてもこれまで数多くの臨床試験を実施し新薬の開発に貢献して参りました。

君津中央病院では、GCPを遵守した適正かつ円滑な臨床試験の推進を図るため、それまでの薬剤科から業務を独立させ、平成21年7月に治験事務局(現:治験管理室)を新たに設置し、その運営を開始しました。

## 当院の治験受託状況

	平成21年度	平成22年度	平成23年度
第Ⅱ相 臨床 試験	2 (1)	3 (2)	1
第Ⅲ相 臨床 試験	4 (1)	7 (4)	11 (7)
合 計	6	10	12 10月現在

( )：新規件数

治験管理室の目指すところは、当院で実施される治験の実施率の向上と質の高い治験の確保です。そのために、治験に参加される患者さまの十分なお世話をさせていただき、さらに治験を担当される各診療科の医師をサポートする治験コーディネーターという専門のスタッフが必要となります。

治験コーディネーター (Clinical Research Coordinator)は、英語の頭文字を取ってCRC(シーアールシー)と呼ばれています。当院では、SMO(治験施設支援機関)から看護師、臨床検査技師、栄養士の資格を持つ方々がCRCとして来院し、活躍しています。



治験は医師と患者さんだけで行えるものではありません。

CRCは治験責任医師の指導・監督のもと、専門的立場から治験責任(分担)医師の業務をサポートします。また、「治験の倫理性・科学性を保証する」とこと、「患者さまの人権・安全を保証する」ことがCRCの大きな役割です。

(治験管理室 川口 浩一)



# 地域医療センター訪問看護室 子どもたちの家にも訪問しています!

## 訪問看護利用者の約1割が小児です

1ヶ月間の訪問看護利用者は、平成21年度が平均37名、平成22年度が46名、平成23年度上半期が59名と急増しています。

現在、訪問看護利用者は64名で 7名が小児(主に乳幼児)の利用者です。

## 訪問の楽しみは成長と一緒に喜べること

訪問看護利用者は、在宅でチューブ栄養を行ったり、酸素や人工呼吸器などの医療器械を使ったりしています。訪問看護師は定期的に自宅に訪問し、健康チェックを行い、育児や生活に関する相談をお受けしています。リハビリや入浴介助、医療的ケアなどを一緒に行うこともあります。

大人とは違って小児の訪問看護では、個人差はありますが、さまざまな子どもの成長に出会っています。病気であっても体が大きくなったり、できないことができるようになったりと、その変化をご家族と一緒にリアルタイムで感じ、喜びを分かち合える時に、小児の訪問看護の醍醐味を実感しています。



酸素は  
足りているかな?

## 看護師の元気のみなもとは利用者と家族

訪問時に、ご家族から「兄弟が同じパジャマで、家族で川の字になって眠りにつくことがうれしい」「呼吸器をつけていても家族みんなで生活できることが楽しい」など、笑顔と共にうれしい報告をいただくことがあります。そんな時、普通に生活できることのありがたさを実感し、小さな幸せがすぐ身近にあることを、患児とそのご家族から教えられ、逆に元気づけられています。



## 入院中から在宅療養をお手伝いしています

訪問看護の利用決定後、訪問看護師が病室にお邪魔し、退院後の生活の希望や心配事をお問い合わせしながら、訪問看護サービスなどについてお話ししています。

退院後も医療的ケアなどが継続して必要な場合は、その都度在宅での方法について助言をさせていただいている。入院中に自宅を訪問し、療養環境の確認やアドバイスをさせていただくこともあります。

「笑顔で退院を迎える、在宅生活が安心してスタートできる」「希望の生活を実現する」ことが、訪問看護室の合言葉です。在宅療養を希望する方は、お気軽に訪問看護室までご連絡ください。

(訪問看護室 杉原 幸子)



# 君津中央病院附属看護学校より

皆さんこんにちは。学生達は看護師になるために、日々の授業の中、自分たちで調べて学びを深めたり、実習の場で実際に患者様を受け持たせていただきながら成長しています。

今回は学生たちの声をお届けします。

## 1年生 M.S. さん

友達が病気で苦しんでいるのに何も出来なかった。その当時の歯がゆい思いを忘れることが出来ず、看護学校に入学しました。先生方は熱心に指導してくださり、同じ夢を持った仲間と共に切磋琢磨し成長できる場です。

## 2年生 Y.K. さん

2年生後半となり座学に加え実習が増え、忙しく充実した日々を送っています。時には不安になることもありますが、患者さんに信頼される看護師を目指して、仲間と助け合いながら自己研鑽に努めたいと思います。



## 3年生 A.K. さん

私は今実習に追われている毎日ですが、最近では『来年からは自分もここで看護師として働くんだ』という事を日々意識しながら実習をしています。実習で今一番力を入れている事は、いかに患者様の気持ちに寄り添うことが出来るかということです。私は看護学校に入学した頃から、患者様の精神面のケアができる看護師になりたいと思っていました。

それは自分が入院した際に看護師の方に精神面で支えて頂きそのことがきっかけで看護師になりたいと思うようになったからです。患者様の気持ちに寄り添う事は難しいですが、学生の間は患者様と一緒に深く関わる事ができる貴重な機会であるため、この機会を大切にし、患者様の気持ちに少しでも寄り添えるように頑張っています。

撮影：君津健康福祉センター（君津保健所）長 中川晃一郎

## 【看護学生募集】

平成24年度の2次募集の日時は次のとおりです。

### 願書受付

平成24年1月30日(月)～2月3日(金)

### 2次募集

平成24年2月9日(木)、10日(金)

●詳しい内容は、附属看護学校ホームページ、または入試係（0438-36-1071 内線4850）までお問い合わせください。

受付時間：9時～17時(土・日・祝日を除く)

### 情報公開制度の実施状況の公表（総務課）

君津中央病院企業団が保有する行政文書の開示等の実施状況

平成21年度	開示請求：2件	開示決定：2件	不開示決定：0件
平成22年度	開示請求：1件	開示決定：1件	不開示決定：0件

### 個人情報保護制度の運用状況の公表（総務課）

君津中央病院企業団が保有する個人情報の開示等の実施状況

平成21年度	開示請求：0件	開示決定：0件	不開示決定：0件
平成22年度	開示請求：0件	開示決定：0件	不開示決定：0件



# 大佐和分院よりお知らせ

人間ドック受付中  
TEL 0439-65-1251

## 大佐和分院 スタッフ紹介の壁紙

分院は富津市にある入院ベッド36床を有する小さな病院です。

3月11日の東日本大震災の際は、富津市に大津波警報が発令され、病院で唯一2階がある管理棟に、職員全員で患者様を担ぎ上げ、安全をはかりました。医師はじめスタッフ一同、誰一人欠ける事無く夜遅くまで患者様を守り抜きました。

立派な建物でもないこの古い病院を支えているのは、スタッフの明るい笑顔と患者様を思う心だと思います。

そのスタッフを皆さんに紹介する壁紙が出来たので紹介します。今回で2枚目になるのですが、患者様には思いのほか好評です。

当院外来に貼ってあるので、何か機会があれば一度のぞいて見てくださいね。

(看護師長 村田 泉)

### 1枚目の壁紙



### 2枚目の壁紙

## 外来診察担当医表

(平成23年10月1日～)

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		備 考
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
内科・小児科	田中		田中		北湯口		田中		田中		桐谷医師 毎月最終の 木曜日のみ
	庄司(涼)		北湯口		庄司(涼)		交替制		北湯口		
					三浦						
循環器科		山本・松戸・鶴根 (交替)									
神経内科	藤沼										
外 科							朱				
整形外科			保住								
皮膚科				稻福・秋田 (交替)							
泌尿器科					稻原						
眼 科	佐々木	佐々木	佐々木		佐々木	佐々木	佐々木		佐々木		
人間ドック					田中				山倉		

受付時間  
午前 8:00～11:30  
午後 12:00～15:00

診察開始時間  
午前 9:00～  
午後 13:30～

国保直営君津中央病院大佐和分院  
富津市千種新田710番地  
TEL 0439-65-1251

## 地方公共団体の財政の健全化に関する法律(財政健全化法)に係る資金不足比率の公表について

会計名	資金不足額(千円)	資金不足比率(%)	備考
病院事業会計	— (資金不足額なし)	— (資金不足比率なし)	

## 編集後記

厳しい寒さがやってきました。冬は苦手な人が多いと思いますが、私は冬が大好きです。なぜなら大好きなスノーボードへ行けるからです。冬とうまく付き合う方法を見つけると、冬が待ち遠しくなってしまいます。厳しい寒さが続きますが、元気に冬を乗り切りましょう。(K.K.)

Clover