



理念

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

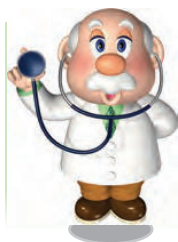
〈今号の表紙〉夕日に染まる横岳（ハヶ岳）

昨年11月末に美濃口からハヶ岳へ登りました。まだ、積雪はなかったのですが、赤岳も横岳も霧氷が付き白く輝ききれいでした。夕方になると、いままで真っ白だった山肌が赤く染まり鮮やかでした。霧氷は翌日、日が昇るとたちまち消えてしまいました。

基本方針 ● K I M I T S U C E N T R A L H O S P I T A L

- 1) 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。
- 2) 高度で良質なわかりやすい医療を提供します。
- 3) 包括医療を実践し、地域との連携を大切にします。
- 4) 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。
- 5) 職員の教育・研修を推進し、自己研鑽に努めます。
- 6) 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。





診療科紹介

呼吸器科 *Department of respiratory medicine*

君津中央病院呼吸器科

呼吸器科とは肺の病気を取り扱う科です。具体的には肺炎、肺の腫瘍、喘息、肺気腫、気胸、肺血栓塞栓症、間質性肺炎など色々な病気があります。これらの疾患の殆どは最近とても増えていることが特徴です。

肺の疾患だけではなく、他の病気を併せ持つ方も多いので、当科では院内の他の科や地域の先生方と協力しながら診療に当たっています。また、県内には数少ない結核病床があり、結核の入院治療にも携わっています。

病院全体としての日本医療機能評価認定施設、地域がん診療拠点病院の認定の他、呼吸器科として日本呼吸器学会、日本呼吸器内視鏡学会の施設認定を受けています。現在、スタッフは4名の常勤医師と数名の研修医で診療に当たっています。

診療実績

2004年には延べ706人の入院患者さまを診察しました。結核以外では、肺癌などの悪性疾患と肺炎などの感染性疾患で約半数を占め、その他、慢性閉塞性肺疾患、自然気胸、間質性肺炎、気管支喘息などの患者さまが多く入院されました。

肺癌診療

肺癌は、最近増加が特に目立つ癌の一つです。呼吸器外科や放射線科の医師とも良く連携を取り合って必要な症例には集学的な治療を心がけています。症例に応じて化学療法や放射線治療の併用なども行い、条件を満たした脳転移症例に対するγナイフ療法も近隣の施設に依頼して行える環境が整っています。しかし体力が十分で無かったり、内科的治療の効果が見込めない症例には、無理をしないで苦しい症状を取り除く治療を優先させることもあります。

最近各種のガイドラインが確立され、医療もマニュアル化がされやすい時代でもあります。ガイドラインを熟知の上、個々の症例に最も相応しい治療方針を真剣に考え、患者・家族の皆さまとも話し合いながら決めています。



その他の疾患の診療

慢性閉塞性肺疾患は喫煙に関連することが多いため、禁煙を指導する一方で必要な症例には投薬を行っています。呼吸不全に陥った場合には在宅酸素療法も積極的に導入しています。間質性肺炎では画像診断、気管支鏡検査、核医学検査、血液検査などで病態の把握、治療方針を決定しています。自然気胸は肺の虚脱の程度や臨床的所見で安静や胸腔ドレナージ等の治療方針を決定しています。再発症例や空気の漏れが持続する症例、両側の気胸などでは呼吸器外科での手術（胸腔鏡下、開胸）の適応を考慮します。

これらの疾患でも個々の症例に最も適切な治療方針を考え治療に臨んでいます。

診療時間

外来診療は平日の月曜日から金曜日まで行っています。初めての方・予約が無い方の受付時間は、月曜日は午前10時まで、火曜日～金曜日は午前11時までです。他の病院にかかっている、当院の受診を希望される場合には、かかりつけの先生の紹介状・資料をご持参下さい。



診療科紹介

整形外科 Department of orthopedics surgery

君津中央病院整形外科

整形外科について紹介します。整形外科が主に扱うのは骨・関節・靱帯・首から下の神経・筋肉です。つまり頭・胸・腹・骨盤内臓器以外のすべての四肢・骨格を扱うわけであり、内容は多岐にわたります。これら四肢・骨格の病気・損傷は直接命にかかわることは多くはありませんが、一度不自由が生じると物が持てない・歩けないなど日常生活上の大きな支障につながります。整形外科はこのように皆さまの生活の質に大きくかわる分野です。

外来診療

毎日たくさんの患者さまが来院されます。脊椎・脊髄疾患、関節リウマチ、膝・股関節の変形などは専門外来を開設し対応しております。旧病院のときは外来の待ち時間は信じられないほど長く(3～4時間待ちあたりまえ)皆さまにはずいぶんご迷惑をかけてしまいました。現在は外来の予約枠を拡大し、再来が必要な患者さまにはできるだけ予約を取れるようにしております。ただ、それでも1時間以上お待たせしてしまうことがあり、お叱りを受けてしまうことがあるのが現状です。

救急外来

当院は千葉県内房エリアという広い医療圏を担当する3次救急指定病院として稼動しております。つまり、大怪我の人がたくさん運び込まれてきます。その中で手足や背骨に骨折がある場合は救急部の医師と連携の上、整形外科が対応することになります。

整形外科病棟

整形外科は7階西病棟と7階東病棟の一部が主な入院病棟です。だいたい、60人から70人ほどの患者さまが入院しています。重症で動けない人、手術直後の人なども多く入院しています。多くの方がリハビリを通じて退院していきますが、中には症状・年齢などの理由により長期のリハビリを目的に転院が必要となる方もいます。

整形外科手術

手術は整形外科だけで年間600～700件ほど行っています。内容は、四肢・脊椎の骨折、頸椎や腰椎の椎間板ヘルニア、脊柱管狭窄症、股関節・膝関節に対する人工関節など多岐に亘っており、毎日、複数の手術を行っています。



整形外科病棟スタッフ



整形外科外来スタッフ

建物が新しくなり、設備が整ったといっても医療の内容が簡単になるわけではなく、旧病院時代と変わらず、バタバタと飛び回っています。よりよい医療を提供するためには、ひとりひとりの患者さまに対して十分な時間をかけて診察・検査・説明を行なうことが必要ですが、多くの患者さまが来院される現状ではうまくいなくなってしまうことがあります。そうならないために……

普段は近くのかかりつけ医



必要なときは当院で診察・検査



症状が落ち着いたらかかりつけ医

といった病診連携を進めておりますのでご理解いただきたいと思います。



NSTとはいったい何のこと!?

Nutrition Support Team

●栄養サポートチーム

NSTとはNutrition Support Team(ニュートリション・サポート・チーム)の頭文字を取った略称です。日本語では「栄養サポートチーム」と言います。このチームは医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、検査技師その他の医療職種のメンバーが力を合わせて、非経腸栄養(静脈点滴栄養)療法を長期間継続している患者さまや食事・栄養摂取量が少なく極度に栄養状態が低下している患者さまに、最もふさわしい栄養管理の方法を指導提供する栄養サポートチームです。目的は、患者さまの栄養状態を改善することにより病気の回復を早め、患者さまの早期退院や社会復帰を助け、生活の質の向上に努めることです。

君津中央病院のNSTは結成準備を平成15年8月より始め、平成16年11月より結成・活動をしています。平成17年11月に日本静脈経腸栄養学会より「NST稼働施設」の認定を受けました。

NST活動に係わっているメンバーの責任者は内分泌代謝科部長の内田医師です。その人数と内訳は医師(内分泌代謝科・外科)5名、看護師16名、管理栄養士2名、検査技師2名、薬剤師2名、歯科衛生士2名、内視鏡技師1名、言語聴覚師1名の合計31名です。

現在の活動は毎週火曜日の16時から17時の間に、7西病棟カンファレンスルームにメンバーが集まり症例検討ミーティングを行い、終了後に5西、6東・西、7東・西、9東・西、10東病棟のNST対象患者さまを回診しています。

平成18年3月までNSTに係わった患者さまは男性24名、女性27名、平均年齢68歳でした。そのうち栄養状態が良くなりNSTを解除された患者さまが24名、転院が17名、自宅に帰られた患者さまが6名、その他4名でした。ではNST活動業務の流れの要旨を紹介します。



Alb値のデータリスト



SGAを行っている風景



ミーティング風景



ラウンド風景

NST活動業務の流れ

(Alb(血清アルブミン)の値で
対象者候補を選出:(検査技師))

NST対象病棟の入院患者さま全員の一週間の血清Alb値のリストを作成し、Alb値2.5mg/dl以下の対象者を選出。その結果を対象病棟のNST看護師に報告。



(SGA(主観的包括的評価)でNST
介入者を選定:(病棟NST看護師))

血清アルブミン値2.5mg/dl以下の対象者に身体機能、身体状況、食事摂取状況、現体重と体重変化などを直接問診し、SGAで現状の全体的栄養状態の評価を行い、NSTへの介入が適当かどうかを担当医と検討。



(ミーティング)

各職種NSTメンバーが患者さまの病状、身体機能、栄養状態の現状に対し、専門的立場から評価し、今後の栄養管理方法(栄養療法・食事内容・特殊栄養食品の使用、栄養補給法)、薬との関係、口腔内衛生、看護などについて討議検討しプランニング。



(ラウンド(回診))

ミーティング終了後に患者さまを回診し、病状や身体状況の確認、口腔内衛生、身体計測、対話による患者情報の収集と現状の栄養評価を行い、次のプランの確認。



回診終了後は患者さまの栄養状態とその評価、今後の栄養管理の方法の提言を、NST回診報告書としてカルテに添付し主治医へ報告。

将来について

今後は各病棟に「NST活動専門看護師」を配置し、看護師が低栄養の入院患者さまを選出し、NSTメンバーだけでなく、みんなの力で一日でも早く栄養状態が回復し、退院できるよう支援して行きたいと思っています。

どうか皆さん「NST」のご理解とご協力をお願いします。

NSTディレクター:江尻喜三郎

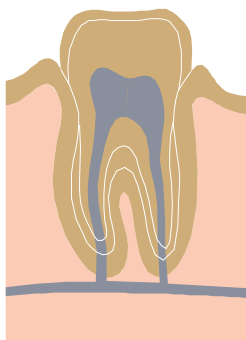


歯科口腔外科 歯科衛生士

歯科口腔外科外来は、常勤歯科医師3名、歯科衛生士5名、歯科助手1名の体制で診療を行っております。一般歯科（矯正歯科を除く）と口腔外科的疾患を中心に診療していますが、一般歯科診療では病院歯科という特性を活かし主に全身疾患を有する患者さまを対象に診療しております。

歯科衛生士の業務は大きく診療補助、予防処置、保健指導の3つに分けられます。外来歯科衛生士の業務は診療補助が主ですが、個々の患者さまに対し適切な対応が出来るよう努めております。さらに患者さまは、歯科に対する恐怖心や不安感を抱いている方が多く見受けられるため、そのような患者さまに少しでも安心して歯科診療を受診していただけるよう心掛けております。

その他、院内母親学級では、妊娠中の口腔状態の変化や口腔ケアについて指導しています。妊娠中はホルモンの関係で唾液の粘度が変わり、歯垢が歯につきやすく、また、つわりや妊娠による倦怠感のため、口腔清掃が不十分になります。これにより、歯肉に炎症（妊娠性歯肉炎）を起こしやすく、また、う蝕（虫歯）のしやすい環境となり得るからです。正しいブラッシング方法や歯科検診の必要性、生まれてくるお子さまに対しての口腔ケアなど、模型を使い説明、



歯科口腔外科スタッフ

指導しています。

さらに病棟においては、NST（栄養サポートチーム）のスタッフの一員として入院患者さまの口腔ケアを行っております。



口腔ケアとは、う蝕（虫歯）や歯周疾患などの口腔の疾病を予防し、疾病や障害によって低下した口腔機能の回復をはかることによって、健康の保持増進・QOL（生活の質）の向上を目指す事を言います。さらに、口臭や誤嚥性肺炎（食物を誤って気道に誤嚥し口腔内の細菌が肺炎を引き起こす）の予防、唾液分泌の促進などにも関連し、重要なケアのひとつとして考えられます。入院患者さまのより良い口腔環境を作るためこれからも積極的に取り組んでいきたいと思っております。

「中長期経営計画」を策定しました。



当院の管理、運営にあたりましては、平成16年に策定された「中長期経営計画」に基づいて行われてまいりましたが、この計画策定の後に、医師の臨床研修の義務化、診療報酬の大幅なマイナス改定など国による制度変更、構成市の財政事情の変化と、計画策

定当初予測できなかった事態が多く生じたことから、経営方針となるこの計画の見直しは緊急の課題となりました。

このため、この計画を全面的に見直し、経営の責任を持つ事業管理者である企業長の下で、経営の効率性を維持し、患者サービスの向上と良質で安全な医療を提供するために行う施策を、大佐和分院、附属看護学校のものも含め「君津中央病院企業団中期経営計画」としてとりまとめました。

内容につきましては、当院ホームページに đăng載してありますのでご覧ください。

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

詳細につきましては、事務局経営改革室までお問い合わせください。（内線6603）

看護局 だより

看護局職場紹介

8西 病棟

脳外科、神経内科、眼科

こんにちは！ 当病棟は、脳外科・神経内科・眼科の患者さまが入院される病棟です。脳外科・神経内科の患者さまは急性期からリハビリ期まで幅が広く、眼科の患者さまは主に白内障で手術を目的とされた方が多く、入院されています。2泊3日という短期入院の中で、自宅に帰ってからの点眼方法から眼の保護の方法まで習得していただくため、薬剤師と共に指導に当たらせて頂いています。患者さまの不安を少しでも軽減できるように、スタッフ一同、取り組んでいます。よろしくお願いします。



ズームアップ 栄養科だより ドコサヘキサエン酸「DHA」

DHAを豊富に摂る事によって、脳細胞が活発化し認知症の予防や抗がん作用、視力回復など、他にもたくさん効果があるといわれています。日本癌学会の発表によると血中DHAの多い人は、少ない人に比べ、乳癌にかかる率が約1/10であったという報告がありました。

「DHA」が多く含まれる食品は、なんと言っても「魚」です！サンマ・サバ・いわし・マグロのトロ・銀鱈・鮭・ししゃも等に多くDHAが含まれています。



簡単！♪ 健康レシピ♪

●さんま蒲焼

- ①サンマは三枚おろしにする
- ②片栗粉をつけて揚げる
- ③砂糖、酒、しょうゆを煮詰める
- ④から揚げにしたサンマを③の煮汁で絡める

美味しく食べ
ますます健康に！



お薬豆辞典

インフルエンザの 流行時期がやってきます。

インフルエンザの流行は11月頃から始まり、1～2月にかけてピークを迎え4月頃まで続きます。インフルエンザにかからないためにはワクチンの接種がとても有効な手段になります。ワクチンを接種しておくことでインフルエンザにかかりにくくなり、たとえかかったとしても重症化を抑えることができます。

ワクチンの接種後、効果が期待できるまでには1週間から1ヶ月くらいの期間がかかり約5ヶ月間程度予防効果が期待できると考えられています。そのため少なくとも12月中旬までには接種しておきましょう。

インフルエンザは体内で急速にウイルスが増殖する疾患でかかってから2、3日でウイルスの増殖がピークとなります。インフルエンザ治療薬であるアマンタジン（シンメトレリ）、オセルタミビル（タミフル）、ザナミビル（リレンザ）はウイルスの増殖を抑える薬ですので増殖がピークとなってしまってからでは薬の効果は十分発揮されません。体調がおかしいと思ったら早めにかかりつけ医師に受診してください。

免疫機能の低下により重症化になりやすいことから規則正しい生活が基本となり、予防としてはマスクの装着や流行時期には人混みを避けることも大切ですが、手洗いは必ず行うようにしましょう。

*君津中央病院では小児科以外のワクチン接種を行っていませんので、接種ご希望の方は、お近くのかかりつけ医にご相談ください。

君津中央病院 外来診療医師担当表

平成18年12月1日現在

		月	火	水	木	金
86 総合診療科			比嘉勝司		比嘉勝司	三浦正巳
83 消化器科		畦元亮作 駒 嘉宏 新患担当医	吉田 有 秦佐智雄 新患担当医	畦元亮作 藤本竜也 新患担当医	佐藤恒信 太和田暁之 新患担当医	藤森基次 大部誠道 新患担当医
89 血液・ 腫瘍内科						五月女 隆
	午後					五月女 隆
85 内分泌科	新患	中村 晋	内田大学	中村 晋	鈴木佐和子	李 明愛
	再来	内田大学	中村 晋	内田大学	内田大学	中村 晋
05 脳神経外科	新患	磯部勝見	興村義孝	興村義孝	興村義孝	(交替制)
	再来	岡 陽一	須田純夫	須田純夫	磯部勝見	岡 陽一
03 整形外科	紹介予約(毎週)	金山竜沢	須藤英文		田中 正	大塚 誠
	午前 (1・3・5週)	蓮江文男	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	金山竜沢	林 隆之
	午前 (2・4週)	須藤英文	田中 正	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	大塚 誠	林 隆之
	午後(毎日)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)	蓮江文男 岩倉菜穂子 竹下宗徳 (交替制)
92 緩和医療科			鈴木紀彰		鈴木紀彰	
02 外 科		柳沢真司 竹内 修	竹内 修 岡本 亮	海保 隆／外川 明 土屋俊一(乳腺)	海保 隆 外川 明	土屋俊一／柳沢真司 岡本 亮
	午後	柳沢真司	竹内 修	外川 明／土屋俊一 (乳腺)		土屋俊一／岡本 亮
91 形成外科		姫田十二(再来予約のみ)	重原岳雄(新患・再来)	[手術日]	重原岳雄(新患・再来)	姫田十二(再来予約のみ)
15 精神科		遠藤博久／林 由紀子	遠藤博久／林由紀子	林 由紀子	遠藤博久	高瀬美咲／林由紀子
84 循環器科		氷見壽治 山本雅史 藤本善英 (交替制)	山本雅史 氷見壽治	藤本善英 氷見壽治	松戸裕治 藤本善英	松戸裕治 山本雅史
	午後	氷見壽治／田中秀造	山本雅史／芳生旭志	藤本善英／関根 泰	松戸裕治／藤本善英	氷見壽治／森野和樹
17 心臓血管 外科		山口敏広	須藤義夫	[手術日]	須藤義夫	浮田英生
	午後				石田敬一(予約のみ)	
14 麻酔科		野村 明(予約のみ)	野村 明(予約のみ)	野村 明(予約のみ)	野村 明(予約のみ)	野村 明(予約のみ)
90 女性専用外来		(午後のみ) 鈴木秀子(予約のみ)			鈴木秀子(予約のみ)	
81 神経内科	新患	八木下敏志行	澁谷和幹	磯瀬沙希里	八木下敏志行	磯瀬沙希里
	再来	澁谷和幹	八木下敏志行	澁谷和幹	磯瀬沙希里	八木下敏志行
04 呼吸器外科		柴 光年／柿沢公孝	佐藤行一郎(一般・禁煙)	柴 光年	柴 光年	柴 光年／飯田智彦
82 呼吸器科		須田 明／石崎俊介	篠崎俊秀／重城喬行	篠崎俊秀／重城喬行	篠崎俊秀／石崎俊介	篠崎俊秀
10 産婦人科	新患	神山正明	中村美輪	(交替制)	池田和則	江口 修
	再来	池田和則	江口 修	(交替制／予約のみ)	神山正明	中村美輪
08 泌尿器科		永島 薫 茂田安弘	[特殊外来日] 渡部良夫／茂田安弘	永島 薫 渡部良夫	永島 薫	渡部良夫 早川 睦
11 眼 科	新患・再来(予約なし)	大学医師	平松彩子		馬場あゆみ	浅海紀子／熊谷 健
	再来(予約あり)	(交替制)	(交替制)	(予約のみ)	(交替制)	(交替制)
20 歯科・ 口腔外科		渡邊俊英 加藤久視 嶋田 健	渡邊俊英 加藤久視 嶋田 健	渡邊俊英 加藤久視 嶋田 健	渡邊俊英 加藤久視 嶋田 健	渡邊俊英 加藤久視 嶋田 健
09 耳鼻咽喉科		上久保 出 浅野貴徳 大学医師	高橋直樹 浅野貴徳	[手術日] 大学医師 (新患のみ受付)	高橋直樹 上久保 出	大学医師
12 皮膚科			木下恭子(再診のみ)			中村悠美(再来予約のみ)
	午後					[内分泌フットケア外来]
16 新生児科		[乳児検診] 大曾根(第3週のみ)	大曾根義輝	[乳児検診] (当番制)	大曾根義輝	富田美佳
06 小児外科		山田慎一	照井エレナ	[特殊外来日] (交替制)	山田慎一	照井エレナ
07 小児科		田島和幸／諏訪部信一 多田弘子／内田智子	多田弘子／中野泰至 榎本麻衣子	森 淳夫／諏訪部信一 内田智子	田島和幸／諏訪部信一 榎本麻衣子	田島和幸／多田弘子 中野泰至
13 放射線科	治療(13)	清水わか子	清水わか子	清水わか子	清水わか子	清水わか子
	RI(33)	平田 貴	平田 貴	平田 貴	平田 貴	平田 貴
外来ドック		高橋秀禎／山口敏広	山口敏広	高橋秀禎／山口敏広	高橋秀禎	高橋秀禎／山口敏広

《君津中央病院》 大佐和分院からの お知らせ

白内障手術開設にあたって

分院でも、9月20日から白内障手術を開始いたしました。

当院では、水曜日の午後が手術日です。
火曜日の午後入院し、金曜日退院の3泊4日の入院となります。手術は、予約制ですが、事故がない様に万全の体制で手術を行うためには、最低でも手術前約1ヶ月の準備期間が必要です。また、眼も含めて全身合併症のある方は、当院では手術が出来ない場合もありますのでご了承ください。白内障手術について、ご相談のある方は一度眼科外来を受診していただきたいと思います。



人間ドックのご案内

健康の保持増進を目指し、明るい毎日を過ごすため、人間ドックを、癌の早期発見・成人病の予防にお役立てください。

申込方法 ● 予約制 (☎0439-65-1251) またはご来院時に事務受付へお越しください。

健診費用 ● 基本検査 男女共に45,150円+オプション
ご利用分(ご希望者のみ) 検査内容は下記参照

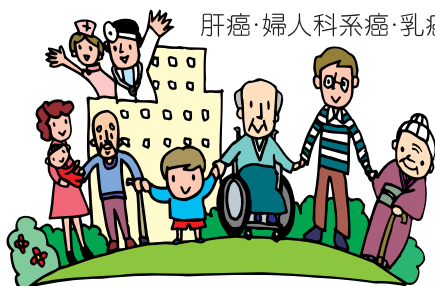
※基本検査には富津国保加入の方は富津市より7割の助成あり

■基本検査(45,150円)

①身体計測②循環器系③呼吸器系④血液⑤糖尿病⑥肝機能⑦腎機能⑧脾機能⑨脂質⑩その他血清⑪消化管《胃レントゲン検査》⑫尿一般⑬超音波⑭眼科⑮聴力⑯骨密度⑰一般診察

■オプション検査(別料金)

ヘリコバクター・ピロリ抗体／腫瘍マーカー《消化器癌・肝臓・婦人科系癌・乳癌・前立腺癌》／甲状腺／CT検査(頭部・胸部・腹部)／喀痰細胞診／食事指導



大佐和分院

外来診療日・診察担当医師名

[受付時間] 午前 8:00～11:30 / 午後 12:00～15:00

[診療開始時間] 午前 9:00～ / 午後 13:30～(眼科のみ14:00～)

予約制

(平成18年11月1日現在)

ドック	眼科	泌尿器科	皮膚科	整形外科	外科	女性外来	神経内科	循環器科	小児科	内科	月
	茂田			塚越					北桐 湯谷	午前	
	茂田							交代制		午後	
山倉	茂田			祓川		鈴木			北桐 湯谷	午前	火
	茂田									午後	
	茂田			保住					庄桐 司谷	午前	水
	手術日								北桐 湯谷	午後	
	茂田				朱				北桐 湯谷	午前	木
	休診								庄司	午後	
桐谷	茂田	永島		小島			澁谷		庄中 司村	午前	金
	茂田									午後	
			第2・4火曜のみ				再来のみ予約	毎週月曜 超音波検査のみ			備考

編集後記

みなさん、お気づきでしたか？

今号から「Clover」の表紙が

病院の建物シリーズから新しく変わりました。当院、心臓血管外科の須藤医師が山登りの際、撮影した写真です。ストレスが多い世の中、リフレッシュできる趣味を持っているって良いことですね。私も「元気の源」になるような趣味をみつけよう！ 来年も「Clover」のご愛読、よろしくお願いいたします。(T.H)

