

かみぞい



病院理念

人にやさしく 信頼される病院

基本方針

- 私たちは 皆様の権利や意思を尊重し、納得のいく医療を提供します。
- 私たちは 地域に必要な医療を提供し、健やかで豊かな地域社会の実現を目指します。
- 私たちは 安全で良質な医療を提供するため、日々研鑽いたします。

日本医療機能評価機構認定病院  
羽咋都市広域圏事務組合

公立羽咋病院

〒925-8502 石川県羽咋市の場町松崎24番地  
TEL(0767)22-1220 FAX(0767)22-5598  
<http://www.hakuihp.jp/>

# C型肝炎の 最新治療について



内科医師 吉田 真理子

今回は新聞などでも取り上げられているC型肝炎について、新しい治療法も含めてお話しさせていただきます。

C型肝炎とは、C型肝炎ウイルス（HCV）に感染し、肝臓が慢性的に炎症を起こしている状態です。自覚症状はほとんどありませんが、病気が進行すると肝硬変や肝細胞癌を引き起こします。日本では年間3万人の方が肝細胞癌でなくなっており、その原因の70%はHCV感染によるものと言われています。

C型肝炎は血液を介しての感染や母子感染があるといわれており、血液検査や画像検査、肝生検で診断することが可能です。血液検査では、ASTやALT、ビリルビン、血小板、アルブミンなどの項目で評価します。HCVにはいくつかの種類があり、血中のウイルスの種類と量も確認します。また、エコー検査やCT検査では、肝臓の変形がないかを主に評価します。肝生検では肝臓に針を刺して一部を取り出し、顕微鏡でみて肝炎の進行の程度（肝の線維化）を評価します。

抗ウイルス療法（ウイルスを排除する治療）を始める目安は、ALTの値が30U/Lを超えている場合や血小板数が15万/ $\mu$ L未満の場合と言われています。また、高齢、肝線維化の進展があり、男性の場合は早めに抗ウイルス療法の導入が勧められます。治療法の選択はHCVの種類で決まります。日本にはジェノタイプ1bの患者さんが70%を占めており、以前はインターフェロンという注射薬が中心となっていました。治療期間は24–48週間と長く、発熱や倦怠感などの副作用がほぼ必発といわれ、インターフェロンが効きにくい方や副作用のために治療継続できない患者さんがいるなどいくつかの問題がありました。また、治療を終了してもウイルス排除率は約50%と低いものでした。しかし、昨年より毎日2種類の内服薬を24週間服用するだけで80%以上の確率でウイルス排除できる薬が発売されました。インターフェロンを使用した治療と比較すると副作用も少なく、週に1–2回の通院による治療が可能です。

HCVの種類によっては内服薬での治療ができない患者さんもいましたが、今年度からほぼすべての患者さんで内服治療が可能となりました。今後も新しい薬剤が使用可能となる予定ですが、いずれの内服薬も95%の確率でウイルス排除が可能となると考えられます。

現在、C型肝炎は内服薬で治る病気になりつつあります。今まで治療されていない方やインターフェロン治療でウイルス排除がうまくいかなかった患者さんは、消化器内科医に相談してみてください。





## わくワーク体験

今年も夏休み期間中に羽咋・中能登・邑知・鹿西地区から医師や看護師を目指す12名の学生が、わくワーク体験に来ました。

中央材料室・手術室の構造や洗浄機・滅菌器・手術台・ライト・麻酔器などの医療機器の説明を、どの学生も生き生きとした表情で真剣に聞いてくれました。看護師を目指す学生には実際に手洗いをこなった後、ガウンを着用し器材を並べて針に糸を付ける作業をおこなってもらいました。また、手術台に寝て血圧や心電図をお互いに測定しながら、手術を受ける患者さんの気持ちや御家族の気持ちを考えてもらいました。医師を目指す学生には、患者さんの同意を得て手術室に入り、医師からの説明を受けていただきました。間近で見学した手術は、不安もあったが貴重な体験だったと感動的な様子でした。



私は10年以上前からわくワーク体験の担当をしてきましたが、学生には病院を希望した理由を必ず聞きます。「看護師になって人の役に立ちたいから」「高齢者が多くなるので、面倒をみてあげたい」「少し前まで元気だった友人が今春、突然亡くなって驚いた。命の大切さを考えさせられた」と、1人1人の動機は様々です。

病を抱えた人の日々の暮らしを維持継続することや、人としての尊厳を大切にできる医療職になってほしいと願いを込めながら一緒に時間を過ごしました。

目を輝かせながら一生懸命に説明を聞いてくれた学生が、いつか医療の現場で活躍する姿を夢見ながら、今年も充実した日々を過ごせたことに感謝しています。

中央材料室・手術室 看護師長 門口 紀予



## 救急救命士研修の受け入れをしました

7月14日・15日、当院にて「救急救命士静脈路確保研修」が行われ、羽咋郡市の救急隊員約25名の参加がありました。現在、救急救命士は医師の指示の下、重度傷病者に対する静脈路確保、輸液、低血糖発作時のブドウ糖液の投与がおこなえます。このような処置が迅速、的確、確実に実施されるよう技術向上を図るため、当院の看護師が指導者となり、静脈路確保の技術について研修をおこないました。講義をはじめ、実技では看護師



手作りのゴム管を用いた模擬血管なども使い、和やかな雰囲気での針刺し練習となりました。救急救命士によるシミュレーションでは看護師も学ぶことが多く、現場での一次救命処置をイメージすることができたほか、声出し確認は見習う点であると感じました。交流を深めるよい機会でもあり、今後も連携を図りながら地域の皆様の力になれるよう努力していきたいと思えます。

外来主任看護師 岡山 美佐子

# 行事紹介

## 新任職員宿泊研修について

宿泊研修では、同期と現状を話し合うことで励まし励まされ、今後の仕事の意欲が湧きました。また先輩方に、現在の職種に就かれた経緯や、当院を選択された経緯などゆっくり話を聞くことができ、部門を超えて一緒に奮闘する仲間がいることを再認識する機会となりました。

4階病棟看護師 雁金 紀子



写経

### 大社焼きに挑戦



## 他部署研修を終えて

チーム医療に携わるにあたり、院内の他部署研修の業務を2日間経験させていただきました。

リハビリテーション科では、通所リハ・訪問リハなどの体験をしました。訪問リハでは、利用者さんの自宅訪問をして、状態把握や、自宅環境に応じた移動手手段の検討や練習、また、必要に応じて介護サービス担当者との連携をしていました。週に1回自宅訪問することで、利用者さんと医療者の信頼関係が築けていると感じ、利用者さん・ご家族の笑顔が印象的でした。

私は現在2階病棟に勤務しており、整形外科の患者さんとの関わりが多くあります。実際退院された方のお宅へ訪問して改めて思ったことは、患者さんの在宅環境を考慮し、その患者さんに合ったゴールを考慮した関わりをすることが大切ということです。そのためには、チーム医療で連携を図りながら、情報収集し、患者さんがその人らしいQOLの維持・向上ができるような関わりをしていきたいと思いました。貴重な経験をさせていただきありがとうございました。

2階病棟 看護師 谷内 淑子



## やすらぎコンサート

8月4日(火) やすらぎコンサートが開かれました。ミルフィーユの皆さんによる、女声合唱です。暑い日となりましたが、会場にはたくさんのお客様やお見舞いの方が集まりました。

浜辺の歌、我は海の子など懐かしい曲を中心に披露していただきました。合唱や体操を、観客の方と一緒にする場面も作ってくださり、患者さんにとってはよい気分転換になったと思います。両手と両足を同時に動かす体操に、互いに顔を見合わせ、「あら、間違えたわ」と笑い合う姿もありました。

優しいピアノの音色と、涼やかな女性の声に、患者さんはもちろん、病院のスタッフも心癒やされる時間を過ごすことができました。

医療サービス推進室 社会福祉士 井上 麻有子



# お知らせ

## 院内【そくさいサロン】開設

入院患者さん一人一人の尊厳を大切にしながら安全な療養環境を提供する事、また、短時間でもベッドから離れて活動する時間を作り、生活のリズムを整える事を目的に院内サロンを開設しました。院内サロンでは、折紙や塗り絵、合唱や体操など季節や行事に関連した内容で企画し、レクリエーション活動を行っています。人間にとってそれらの活動は、不安感や焦燥感を和らげ心を安定させる効果があり、脳への刺激も期待されます。また、昔懐かしい音楽を耳にし回想する事で心が安定し、抑うつ状態が改善したという報告もあります。



【そくさい】とは息災から考えた名前です。仏教語で仏の力で災害や病気などの災いを防ぎ止める事を言うそうです。すなわち病気をせず、何事も無く達者なことを意味します。日常の会話の中で、「おかげさまで息災におります。」と言われますように、まさに患者さまの健康を願った院内サロンにしていきたいと考えています。安心して過ごすことが出来る居心地の良い環境を提供する事で、患者さんの健康回復のためのサポートをしていきますので、是非、ご利用ください。

地域包括ケア病棟 看護師長 田島 雅世



## 看護外来の開設にあたり

当院ではこれまで午後の時間帯に糖尿病療養指導士が「フットケア」や「透析予防」のための教育を行っていましたが、この度、患者さんが診察の待ち時間で教育が受けられるよう「看護外来」として午前中に開設いたします。

透析患者さんの約4割が、糖尿病から透析導入になっています。羽咋市の外来受診の有病状況でも糖尿病の割合が高いことがわかっています。(国勢調査より)

当院の経験豊富な糖尿病療養指導士が指導にあたることで、一人でも多くの方が透析導入を避けられるよう、またその時期が少しでも遅くなりますよう、貢献したいと考えています。

総看護師長 山中 由貴子

**日時** 毎週火曜日 8時30分～12時00分(予約制)  
**対象** 内科医師から依頼のあった糖尿病患者  
**内容** フットケア・透析予防の指導・自己血糖測定やインスリン注射の方法等  
**担当者** 田口 尚美(糖尿病療養指導士 経験14年)  
西村 由記(糖尿病療養指導士 経験7年)



# 美味しく食べて健康に 骨粗しょう症予防

骨粗しょう症予防には、カルシウムは大切な栄養素です。ただし、骨を丈夫にするには、カルシウムのほかに、ビタミンDやビタミンKと適量のたんぱく質を一緒にとる事が重要です。日頃から栄養バランスのよい食事を心がけ、カルシウムも意識して取り入れましょう。

骨太メニュー

## 鮭のムニエル・きのこソースかけ

### 《材料》【2人前】

鮭	120g (2切れ)
塩	1.2g (小さじ1/5)
こしょう	少量
小麦粉	6g (小さじ2)
サラダ油	8g (小さじ2)
しめじ	40g (1/4パック)
マッシュルーム	30g (2個)
水	適量
牛乳	200g (1カップ)
シチュールウ顆粒	10g (大さじ1)
小麦粉	10g (大さじ1)
ブロッコリー	80g (4房)



カルシウムの吸収率もアップするメニューです

### 《1人前の栄養成分》

エネルギー：296kcal たんぱく質：18.8g  
カルシウム：139mg 食塩相当量：1.3g

### 《作り方》

- ① 鮭は両面に塩コショウをふり、30分ほどおく。しめじは根元を切り小分けにする。マッシュルームは薄切りにする。
- ② ブロッコリーは小房に分け、ゆでておく。
- ③ 鮭の水気をペーパータオルなどで拭き小麦粉を全体にまぶす。フライパンにサラダ油を熱し、盛り付けたとき上になるほうを下にして並べる。色が半分変わったら裏返し、焼き色がつくまで焼く。
- ④ 鍋に水、しめじ、マッシュルームを入れて火にかけて煮る。煮汁がなくなる頃に一旦火を止め、牛乳とルウ、小麦粉を入れて溶かす。再び火をかけ、とろみをつける。
- ⑤ 鮭とブロッコリーを盛り付け、きのこソースをかける。

### ポイント

- ・魚介類はたんぱく質を多く含みます。中でも、鮭はビタミンDが多いのが特長です。
- ・ブロッコリーはビタミンA、Cが豊富で、しかも、ビタミンKもあります。動脈硬化の予防にも、旬の時期には食卓にのせたい野菜のひとつです。
- ・きのこ類は低エネルギーで、ビタミンDや食物繊維を多く含みます。
- ・定番のムニエルにホワイトソースをかけることで、不足しがちなカルシウムがとれます。

## ありがとうございます

♥ なぎさ表紙題字・絵手紙 辻口 敦子 様

♥ 写真 羽咋写真協会の皆様

♥ 絵画 羽咋美術協会の皆様

♥ 書字 羽咋市書道協会の皆様

♥ 俳句 宝達志水町若葺会  
岡部 和子 様 他

♥ 園児の絵

ゆりかご保育園

栗ノ保育園



## いきいき健康づくり教室 予定

♪どなたでも参加できます♪

### コレステロール・あぶらで血がどどど

開催予定日：11/4(水)、12/2(水)

第1水曜日 15:00～

場所：3階病棟 食堂談話室

### 高血圧・塩で血管がパンパン

開催予定日：11/16(月)、12/21(月)

月1回不定 月曜日 15:00～

場所：3階病棟 食堂談話室

### ねたきりにはならない!

開催予定日：11/25(水)、1/27(水)

第4水曜日 15:00～

場所：2階病棟 食堂談話室