



岡村病院
院内報

歩 (あゆみ)

第 56 号

発行 岡村病院
編集 歩(あゆみ)
編集委員会
平成21年 8月15日

岡村病院 基本理念

私たちは、患者様本位を第一に考え
高度な専門医療技術をもって
地域社会に貢献することを目指します。



合歓(ねむ)の花：合歓(ねむ)の花です。江の口川沿いに咲いていました。
合歓の花の与える印象は、母、子守唄です。

高松内科クリニック 院長 高松 和永先生 写

今月のことば

自分をはげます言葉を心の内に持ちましょう

目標を定め、計画を立てて努力していても、うまくゆかない事は多々あります。また、毎日の生活の中で、思わぬトラブルに会ったり、人間関係で悩むこともあるでしょう。

そういう時、自分をはげまし、応援してくれる人があったら、どんなに助かるか分かりません。しかし多くの場合、人の助けを当てにするわけにはいきません。大事な事は自分をはげます言葉を心の内に持つことです。

あるスポーツ選手は看病していた父が死の

際に「やるなら一流になれ、一流に……」と言った言葉を心の支えとして努力したと言っていました。

また、以前、当院に勤めておられたある管理栄養士の方が「私の元気がでる言葉」として「朝ごとに生まれよ、私」というのを書いておられましたが、「一日一生」と考えて、生まれ変わった気持で日々新しい目標に明るく挑戦して行くことも大事な生き方ではないでしょうか。

医師の背中

院長 岡村高雄



今年も高知の暑い夏がやってきました。父の17回忌がもう近付き、高知へ帰ってきてから20年が過ぎたことを、時に実感しながら、また走馬灯のごとく過ぎたことを時に思い起こす時間がやってきます。

医療崩壊、医師不足、医療訴訟等大きな問題が次々と押し寄せてきて、日々の診療に疲弊をきたしている医師が多く見受けられます。しかし、医師としての生き方、精神構造の変化が何より大きな問題となってくる可能性を感じています。

私は卒業して直ぐに順天堂大学胸部外科に入局し、心臓外科の黎明期を過ごせる幸せな時を過ごすことができたと感謝しています。しかし、当時の順天堂大学胸部外科は米国での心臓血管外科を17年行い、ミシシッピ大学の助教授より帰国したばかりで、平成19年に文化功労者として選ばれた鈴木章夫教授が教室を率いていました。米国仕込みの論理的な行動パターンを期待して入局した私は残念ながら期待を裏切られ、日々、病棟で、患者さんの横で這いつくばって毎日病院で寝泊まりする日々を過ごしました。医師になり立ての頃は採血すら上手にできませんでしたので、朝は7時に病棟に行き、入院患者さんの20～30名の採血を毎日行いました。更に、手術中、術後の患者さんの緊急の血液検査も自分たちで行っていたために、冷暖房のない部屋に行き、検査をし、最悪の場合は検査機械が故障した時も自分たちで修理をしなければならない時代でした。折角6年間も医学部に行き、卒業したのに医師として必要のない事までさせられているように思いましたし、手術の後は術後管

理の為に夜間睡眠時間の8時間を2人で割って、1人が4時間の仮眠を取り、必ず誰かが患者さんの傍で監視をし、治療を行う体制を取っていました。患者さんの容体が悪化すると「患者さんが良くなるまで、病院を出るな」と禁足令が出され不条理な医学療育、臨床研修を行うものだと思っていました。しかし、早朝からの患者さんの採血は急速に腕を上げ、どの患者さんの採血も可能となり、現在でも常に自信をもって採血、点滴ができる基礎となったと思っています。又、患者さんの傍で長く過ごすことが出来たために、自然と顔色を見ただけで、ある程度容体が把握可能となり、聴診器1つでも診療が出来うる能力を身につけることが可能となりました。更に、多くの話を患者さんよりお聞きすることが出来て、患者さんに勉強をさせて頂き、話をお聞きすることが、心電図検査やレントゲン検査より場合によっては重要な事があることも知りました。又、卒業間もなく、世間を知らない医師に、医者としての変なプライド、奢りを打ち砕き、無知、無能な研修医に対して一般社会人として必要な基礎知識を教育してくれたと感謝しています。当時は優れた諸先輩が多く、色々異なった大学を卒業して研修に来ており、その後多方面で活躍をする事となる先輩にも指導を受けました。例えば須磨久義先生（現在心臓血管研究所スーパーバイザー：神の手を持つ心臓外科医と呼ばれている）、元東京医科歯科大学胸部外科教授砂盛誠先生、信州大学第二外科教授天野純先生、東邦大学教授小山信彌先生、元自治医科大学胸部外科教授布施勝生先生等、多くの優れた諸

先輩が10歳以内の年の差でおいででありましたが、諸先輩も私と同様に歯を食いしばって雑務、過激な勤務に耐えて過ごされており、諸先輩の背中を見ると、弱音を吐いたり、挫けたりする気持ちを奮い立たせてくれ、切磋琢磨し、競争をし、自己研鑽に役立ったと思っています。臨床医として患者さんの治療に当たるだけではなく、研究に打ち込む重要性を教えて下さり、手術が終了した後、患者さんの容体が安定していれば、夜間の9時頃より、実験室に皆が集まり、心臓手術の成績向上の為に薬品の開発、方法を研究し、終了するのが真夜中を過ぎて、その後実験室の整理をし、データを整理して仮眠を取って、また翌日の手術に臨む日を過ごしていましたが、この事が新しい技術の開発、製品の開発にどれだけの努力と苦勞、アイデアが必要かも学びました。幸い2年間の米国留学をさせて頂きました。米国では米国の良い点、悪い点を見ることができ、日本の良さ、日本人のアイデンティティーを直視出来る良い機会に恵まれたと思っています。

最近では医療崩壊が叫ばれ、医局制度の弊

害が強調され、自由に生きてゆく医師の姿が大切にされる時代となり、滅私奉公は古い言葉となりつつあります。更に医師としての常識、教養が低下し、更には「個人の勝手」「自由な自己表現」の名のもとに品格が低下しつつあることは由々しき事態と考えます。「あまりうるさいことを言うと今の若い人は反発をするばかりで、得になりませんよ」と仰るご意見もありますが、医師として患者さんに尊敬され、大事な責任の重い職業に就いている立場を十分に認識して、仕事をする事が大切と考えています。医師の使命として地域の人々に信頼され、良き後輩、医療従事者を育て、新しい治療の発展の為に寄与する事が何よりの使命と考えています。私の父は白衣か背広を着て常に凛とした背中を見せていましたし、私が教えを受けた諸先輩も覇気のある、気概に満ちた背中を見せてくれました。私も少しは人に見せられる様な背中を有する姿になりたいと思い、又多くの医療者に真摯な医療人としての生き方を伝えてゆく努力を継続したいと考えています。

胸痛のお話し

心臓血管外科医長 西村 哲也



胸が痛む病気としてよく知られているものに、狭心症、心筋梗塞といったものがあります。これらは最悪、死につながる病気であり、死因としても上位をしめている事から、マスコミなどがその病気の詳細を特集して取り上げることが多く、多数の人に知られるようになっていきます。しかし、同様の症状なのに意外と知られていなくて、

命にもかかわる病気に解離性大動脈瘤というものがあります。今回はこの病気についてお話ししたいと思います。

解離性大動脈瘤には、突然発症する急性解離性大動脈瘤と急性期から時間の経過した慢性解離性大動脈瘤があります。急性解離性大動脈瘤は、その名の通り大動脈の壁に亀裂が入り、そこから血液が壁の中に流

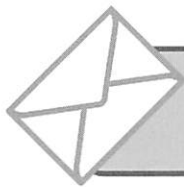
れ込み、大動脈壁が縦に引き裂かれた状態を言います。症状は、大動脈壁が引き裂かれていきますから、激しい痛みを感じます。患者さんは、引き裂くような痛みで、耐え難い痛みと訴えることが多いです。痛みの範囲、部位は解離の範囲とほぼ一致し、下行大動脈が裂ければ背中中の痛みを訴えることが多く、中には腰が痛いと訴えることもあります。また上行大動脈から裂けると胸から背中にかけて痛みが移動し、胸痛、背部痛を訴える事が多いようです。また、中には発作的な痛みの後、直ぐに痛みの程度がましになり、ちょっとした背中や腰の鈍痛になり、ましになったからとそのまま放置されてしまうこともあります。これが慢性解離性大動脈瘤ということになります。

胸部、背部の痛み以外の症状には、大動脈から出ている臓器への血管の血流障害による症状があります。心臓、脳、腎臓、腸、脚などの血流障害が起こると心筋梗塞、脳梗塞、意識障害、腎不全、腹痛、足の痛み、麻痺などさまざまな合併症、症状が出るこ

とがあります。そして血管が破裂すると、突然死することがある恐ろしい病気です。

治療は、上行大動脈から裂けていれば緊急で手術治療が行われることが多く、そうでなければ、安静とし、血圧のコントロールを行って解離の進行を抑えることが基本となります。それでも痛みが改善しないようであれば手術になります。

解離性大動脈瘤は、高血圧、動脈硬化症を基礎疾患として持っていることが多いようです。特に高血圧は86%に合併しており、未治療で放置していた症例に多く発症しています。高血圧だけではこれといった症状は無いため放置されがちです。しかし高血圧は動脈硬化の原因でもあり、このような恐ろしい解離性大動脈瘤や心臓病の原因でもあります。したがって、日常より自分の血圧を知り、高血圧があれば専門医と相談し治療を受けることが必要です。まずはかかりつけ医に相談し血圧のチェック、管理を受ける事をお勧めいたします。



患者さんからののお便り

虹色の点滴 -へボ句に寄せて-

八木 素子

鮭あじの骨とりて出さるる患者食

入院中の大きな関心事の給食、枕辺まで運んで下さる三度の食事をおいしく頂きました。お魚好きの私には工夫された魚料理が出てくるお膳をありがたく思いました。魚の骨が必ず取ってあるのは嬉しいことでした。厨房の方でしょうか。納入業者でしょうか。お手数をかけました。お魚ぎらいの方もきっと面倒がなくておいしく頂いたことでしょう。

退院のお迎え嫁孫日焼けして

この日、退院してゆかれた方とはベッドが隣同士、そして同病（ヘルペス）、更に私の尊敬する小谷了一先生の機敏なお計らいで久礼からはるばると高知まで来られたという。なつかしい先生のご様子や、庭に花を植えるお楽しみのことなどお話ししてすっかり意気投合してしまいました。退院の前夜はよく眠れたでしょうか。物音が気になる夜でした。この秋のお誕生日には満九

十歳を迎えられるとのこと。私もこのようにありたいと思うご婦人でした。

当日は朝から待ち遠しげに「二時間では来られませんから」といわれました。健康そのもののようなお嫁さんとお孫さんに迎えられて退院してゆかれました。

看護婦長今日は休日梅雨晴間

「牛乳は冷たいままでお出ししていますが、よろしいでしょうか」最初に尋ねて下さった婦長さんのお言葉です。毎日廻って来られて、容態を聞いて下さる婦長さんです。「今日は婦長がお休みです」と代わりの方が廻って下さいます。同じように優しく丁寧です。忙しい婦長さんはよいお休みになったのでしょうか。梅雨の晴間は何かと忙しいことでしょう。

五階まで上れば見ゆるか梅雨の城

病室の窓からは、ビルと梅雨空、そして城山の最上段の西半分程の樹木の頭、天守閣はビルに隠れて見えません。「五階まで行ったら見えるかしら」期待はずれでした。入院のときに頂いた印刷物の中にソーシャ

ルワーカーのご案内があったのを思い出してどんどこか覗いてみようという気持ちもありました。手摺に掴まりながら階段を降りかけると上ってくる看護師さんに出逢いました。いつか『エレベーターを患者や外来者がスムーズに使えるように、職員の方達は階段を上下するようにしている』とお聞きしたように思います。そんな中から体が創られ、心が育つのでしょうか。

点滴の虹色を生む刻のあり

午後二時の点滴がはじまってかなりの刻が経ちました。ふと薬液が一旦滞留するガラス管に目をやると留まっては落ちてくる滴が七色に輝いているのを見つけました。一瞬一瞬の虹色でした。七色を生んでは私の中に落ちてくるのに心奪われてしまいました。入院のときに持ってきた「角川俳句歳時記」の虹の項を見ると

消えてゆくものしづけさ夕虹も

鷹女

がありました。ああ私の俳句はやっぱりへぼ句。それなのに、へぼ句を持ち出して十日余りの入院中の感謝の思いを寄せさせていただきました。有難うございました。

日々学ぶ大切さ

(新卒)

外来看護師 久代 佳子

看護師として働くようになり早くも4か月が過ぎました。毎日めまぐるしい業務の中、落ち込むことも多いですが、新しい知識、技術を吸収していけるという実感を感じられることもあり、日々何かを学ぶという大切さを実感しています。私は外来担当なのですが、患者様との信頼関係を築く事の大切さを、実際に働きだして、ひしひしと実

感します。医療職側と患者様との信頼関係は今後の治療においても、非常に重要なことです。しかし、その関係も、こちらのささいな言動や対応などにより簡単にくずれてしまう、もろいものでもあります。逆にこちらの対応により、ある程度の信頼を持ち身をゆだねていただけるようにもなるということもあります。先輩方の対応を見て、

自分の物にしていこうと思っはいるのですが、それにはやはり、知識や根拠が重要であると思ひ、良い看護を提供してゆくには、

日々学びが大切であると痛感しました。少しでも患者様に満足して頂ける看護が提供できるよう努力していきたくと思ひます。

「意識上のバリアフリー」

(新卒)

3F病棟看護師 沖田 満

バリアフリーとは、バリア（障害、さへぎるもの）がないこと。単に障害物を除去するのではなく、私たち看護師にとって必要とされるのは、「意識上のバリアフリー」だと考えます。私はこれから看護師として働く環境の中で身体的、精神的に障害のある方、疾病やけがなどでハンディのある方や身体的機能が低下した高齢者など様々な人達と関わります。対象の危険を予測し安全が確保できるよう、また対象の目線に合わせ理解することでその人にとってのたく

さんの障壁に「気がつく目」を養う事が大事です。「意識上のバリアフリー」とは、人と人との関係において、気遣う心、思いやる心、対象を意識して関わりあうことだと思ひます。対象にはそれぞれの人生観、価値観があり身体的能力も違うのでその時々への対応も変わってくると思ひます。

私は看護師という職業を通じて専門的知識を向上させ、個々のニーズに応じた対応ができる看護師を目指したいと思ひます。

人に信頼される看護師になりたい

(卒後2年目)

4F病棟看護師 今橋 和香

入職して、早いもので4ヵ月が経ちました。知識も技術も、未熟で不安で一杯の状態でした。毎日が緊張の連続で、又患者さんの顔と名前を覚えるのも大変でしたが少しずつですが、患者さんを受け持つようになり接していくことで分かってくる部分もありました。

注射などの技術は、まだまだ未熟ですが、

頑張ってやっていこうと思っはいます。又、人の命の重みを感じ、責任の重さも大きく、時には辛いこともあります。病棟の先輩看護師など沢山のスタッフに悩みを相談したり、色々教えてもらったりして充実した毎日を送っています。

これからも、人に信頼される看護師になれるよう日々努力していきたく思ひます。

「プラスストローク」

(新卒)

4F病棟看護師 弘田 妙紀

看護学校に入学した当初、人間関係の基礎である「ストローク」を学びました。

ストロークとは交流分析というパーソナリティ理論の概念。私たちは、日々、人とふれ合いながら暮らしている中で、言葉を交わす、視線と表情で伝える、体にふれるなどさまざまな刺激によって交流しています。このような他者からの刺激を、心理学用語で「ストローク」といいます。ストロークは相手の存在や価値を認める行為で、人が生きていくためには、何らかのストロークが必要で、ストロークは心の栄養素といえます。相手が「快」と感じるものをプラスストローク、「不快」と感じるものをマイナスストロークと区別されます。プラスストロークには、あいさつ、笑顔、思いやり、感謝、ほめる、傾聴、スキンシップなどあり、

相手にとってよい影響を与えるもので、心も安定します。また自分にもプラスで返ってきます。マイナスストロークは人を傷つけてしまいます。

私には11歳と9歳の二人の息子がいます。子育てのなかでもプラスストロークがとても大事であるということがわかり、普段の生活の中でプラスストロークを心がけています。息子たちが友達など相手にプラスストロークを自然に与えることができるようになったらと思い、私からスキンシップに始まり、とにかく褒めるといった子育てに励んでいます。

病院でも、患者様やスタッフに対しても、フルに相手にとってのプラスストロークを心がけていきたいと思っています。

よさこい祭りがやってきた！

8月10日。台風9号の影響で前夜祭が中止になるなど開催が危ぶまれたよさこい祭り。やきもきしましたが本祭からは無事に県内あちこちの演舞場で華やかな踊りが披露され、いつもの夏となりました。

当院にも「サポータージュ by パトス」の元気な踊り子さんたちが踊りに来てくれました。玄関前は即席の観覧場になり、病棟から下りて来た患者様たちが間近で見る土佐の夏を手拍子を送りながら満喫していました。



あなたの骨は大丈夫？〈骨密度測定検査について〉

骨折した事がある患者様：骨折の原因のひとつに骨がもろくなっていることも考えられます。

閉経前後の女性の方：閉経後は女性ホルモンが低下するので、自覚症状がなく骨密度（骨のカルシウム量）が少なくなります。

胃を手術された患者様：胃を切除されると体内へのカルシウムの吸収が低下するために骨がもろくなってきます。

骨密度が少ない状態でそのまま生活していると骨粗しょう症となり、軽い衝撃で骨折を起こしやすい状態となります。これらを予防するためには骨密度を測定し、今の骨の状態を知ることが重要です。常に骨を意識して生活をしていただき、さらに定期的に検査をすることをお勧めします。

《 あなたの骨の健康チェック 》

1	最近背中が縮む	はい	いいえ
2	最近背中が丸くなったり、腰が曲がってきた	はい	いいえ
3	ちょっとしたことで骨折した	はい	いいえ
4	体格はどちらかといえば細身	はい	いいえ
5	家族に骨粗しょう症と診断された人がいる	はい	いいえ
6	糖尿病だったり、胃や腸の手術を受けたことがある	はい	いいえ
7	閉経を迎えた（女性） 70歳以上である（男性）	はい	いいえ
8	若いころから月経が不順だ（女性）	はい	いいえ
9	牛乳や乳製品をあまり取らない	はい	いいえ
10	小魚や豆腐をあまり取らない	はい	いいえ
11	タバコをよく吸う	はい	いいえ
12	お酒をよく飲むほうだ	はい	いいえ
13	天気のよい日でもあまり外へ出ない	はい	いいえ
14	運動はもちろん体を動かすことが少ない	はい	いいえ

「はい」の数はいくつありましたか、あなたに当てはまる項目をご覧ください。

《 骨の健康度診断の欄 》

2つ以下	現時点ではあなたの骨は健康と考えてよいでしょう。このまま今の生活を続けましょう。	【注意】 このテストは骨量を直接測定して診断するものではありませんから、絶対に正確とは言いきれません。暮らしぶりを反省するひとつのきっかけにしていなければ幸いです。 【出典】 骨粗しょう症財団ホームページより
3つ以上	骨が弱くなる可能性があります。今から将来のことを考えて、暮らしぶりに気をつけましょう。	
6つ以上	骨が弱くなっている可能性があります。骨を強くする暮らしを取り入れましょう。	
10以上	骨が弱くなっていると考えます。転ばないように暮らしぶりを見直してください。一度医師の診察を受けてみてはいかがでしょうか。	

骨密度測定検査希望の方は、主治医または整形外科にお申し出ください。

検査時間は、混んでいなければ約10分ほどで終わります。予約は要りません。

この検査は極めて少ないX線を使用しています。（女性も安心して受けることができます）

健康講座のご報告

去る8月8日、高知城ホールにおいて健康講座「足の痛みは万病のもと ～フットケアのすすめ～」を開催いたしました。

当日はぎらぎらと暑い太陽が照りつける真夏日。そんな中300人を越えてお越しいただきました。今までの健康講座を一気に100人以上も上回り、外の暑さ以上に熱気むんむん。急遽、会場の外のエレベーターホールまで椅子を出し、用意した資料も足らなくなるなど、会場準備が行き届かず大変申し訳ありませんでした。



勉強会では、岡村高雄院長による足の血管の病気についての説明のあと、外来看護課長の横山真由美より自分で出来るフットケアの方法について説明させていただきました。

配布したチェックシートに早速チェックを入れながら聞き入ったり、表示されるスライドにどよめきがあがったり。最後まで会場の熱気は止まず、勉強会終了後も質問をする方々の列ができるなど、皆様の熱心なご様子を拝見し、スタッフとして大変嬉しく思いました。今後も勉強会を開催する予定です。どうぞまたお越し下さいませ。

健康講座のご案内

日 時 : 平成21年10月3日(土) 午後2時より

場 所 : 高知城ホール 4階多目的ホール

講演内容 : 「足の痛みは万病のもと その2

～血管の検査をしてみませんか～

講 師 : 岡村病院 院長 岡村 高雄 (心臓血管外科医)

臨床検査技師 浜田佐智子 (血管診療技師)

会 費 : 無 料



前回の健康講座では自分で毎日できるフットケアについてお話致しましたが、それでは治らないくらいに進行してしまったり、いったいどうすればいいのでしょうか。

じくじくした傷がいつまでも治らない、足の色が黒ずんできた…。「たかが足だから」と後まわしにしたり「前からずーっと痛いから」と諦めないで下さい。そこに動脈硬化や糖尿病などの深刻な病気が潜んでいる場合だってあるのです。

今回はそんな悩みを、今、病院ではどのように検査をしているのかを、実際に使用している医療機器を持ち込んで、実演しながらご説明致します。足が鳴らす警鐘に早く気がつくための知識と一緒に勉強していきましょう。

ご多忙とは存じますが、皆様お誘い合わせのうえご来場下さい。

新入職員歓迎会を行いました



6月12日（金）に城西館の会場（日輪の間）をお借りして、新入職員の歓迎会を行いました。今年は新しく10名の方が入職となり、谷副院長の乾杯の後ピュッフェ形式での料理やケーキなど、またドリンクコーナーではビールはもちろん、チューハイやカクテルなどもあり十分に満足しました。今回は、スペシャルゲストとして長瀬ふとしさんに「物まねライブ」をしていただきました。ライブでは、物まねだけではなくトークありで（トークがメインだったともいいますが…）職員もステージ前まで来て手拍子をしたり握手を求めたり、楽しむことができました。予想以上に盛り上がりアンコールの声もありましたのでライブ予定時間を越えてのお願いとなりました。ライブが終われば、ふとしさんに作ってもらうイカ焼きをご馳走になり、

歓迎会が終了しても長瀬ふとしさんの周りには写真撮影やイカ焼き待ちの人ばかりができて大いに盛り上がった新入職員歓迎会となりました。

新入職員の皆さん、これからの活躍を期待しております。

● ニューフェイス ●



久代佳子 さん
外来看護師
趣味：音楽鑑賞、旅行



長田知香 さん
外来看護師
趣味：旅行、ダイビング



吉名佳祐 さん
診療放射線技師
趣味：テニス



吉岡由美 さん
外来看護師
趣味：ガーデニング



下西恵美 さん
3F病棟看護助手
趣味：音楽鑑賞



中川宏美 さん
リハビリ助手
趣味：読書（小説）



沖田 満 さん
3F病棟看護師
趣味：映画鑑賞



今橋和香 さん
4F病棟看護師
趣味：買い物、料理をすること



西山寿美 さん
医事補助
趣味：料理



上村美緒 さん
3F病棟看護師
趣味：DVD、映画鑑賞



弘田妙紀 さん
4F病棟看護師
趣味：食べること

よろしくお祈いします。

