

SAKASO

特集 先生に聞いてみよう
がん治療のこと。



2018.4 Vol.29



「さかそう」

おしらせ

ストーマ認定施設に認められました

「日本ストーマ・排泄リハビリテーション学会」よりストーマ認定施設に認められました。東北で3番目、宮城では初となる認定です。ストーマ管理にお悩みの方がいましたら、ご相談・ご紹介ください。今後も期待に応えられるよう技術を磨いてまいります。

認定医師: 盛口 佳宏(外科) 認定看護師: 中川 明子



「急性期医療と介護の連携の会」を開催しました

2月28日、日頃より連携いただいている21の介護施設より28名の方にご参加いただきました。主に当院と各施設との入退院の受入れに関する改善策など、意見交換を行いました。2018年度は本会の継続だけではなく、介護施設の皆さまとの学習会も予定しております。今後も頼の見える関係の構築に全力で取り組んでまいります。



診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただきご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

●平日 8:30~16:30(小児科のみ8:00~)

●土曜 8:30~11:30(小児科のみ8:00~)

※日曜・祝祭日、年末年始(12/30~翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。

◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院 <https://www.m-kousei.com/saka/>

表紙について

今号からタイトルを「SAKASO(さかそう)」とリニューアルしました。当院名と「咲かそう」をかけ、また、「坂総合病院」が患者さんに寄り“沿う”存在になりたい」という願いを込めています。

●表紙撮影／浦霞醸造元 株式会社佐浦



- 電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。
お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。
第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

SAKASO
坂総合病院 広報誌[さかそう]
2018年4月1日発行

S 坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>
【広報誌に関するお問い合わせ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、

今回は、「がん治療」について
ご紹介します。

がん治療 のこと。

先生に
聞いてみよう

詩集



おしえて
先生

Q 「がん治療」における坂総合病院の強みは?

高齢の方やほかに病気を持っている方でも諦めずに手術を検討すること。そしてどんな時でも患者さんに向けて開けた体制を取っていることですね。



Q 「がん治療」における「NST」の役割は?

がんの手術や化学療法を受ける患者さんにとって、栄養はとても大事になります。NSTは様々な職種のスタッフが専門性を活かして、患者さんの栄養をサポートします。



Q これからの坂総合病院の役割とは?

地方にあるからこそ、この地域の住民の方に寄り添うこと。それがこの病院の役割だと思っています。個人的には地元で標準治療を完結できるよう、日々勉強を続けていきたいです。



Point 24時間365日 いつでも頼ってほしい

当院は大規模な病院ではなく地方にありますが、がんについての標準的な治療はしっかりとこの場所で行なつていきたないと考えています。例えば年配の方だと高度な治療を求めて遠方の病院へ通うことが難しかったり、術後の抗がん剤治療による副作用が心配だつたりもしますよね？ そんな時にすぐに対応できるのが我々の病院のような存在だと思うんです。当院は夜間でも受診することができます。当院は電話での相談も受け付けています。少しでも調子の悪い時にはいつでも頼つてください。術後や通院後のケアも含めて、患者さんの様々な声にすぐ応えられる存在になりたいと思っています。

Point チームで連携しながら
一人ひとりを支える



療にあたっています。もちろんがん治療でも同様に、外科医だけでなく、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカー、リハビリテーションセラピスト、そしてがんの苦痛を和らげる緩和ケアを行うスタッフなどが連携して患者さんと向き合っています。私が委員長を務める栄養サポートチーム（NST）も、様々な職種でがん患者さんの栄養強化に取り組んできました。優秀なスタッフたちは私にとって誇りです。これからも患者さんのために積極的にチーム治療に取り組めます。スタッフを増やしたいですね。



伊在井 淳子（いざい じゅんこ）

坂総合病院外科科長。栄養サポートチーム(NST)委員長。「人の役に立ちたい」と医師を志し、1996年弘前大学を卒業後は幅広い分野の医療を学べることに魅力を感じたことから初期研修医として坂総合病院に勤務。専門領域は肝胆臍外科、2016年4月より現職。

医療を支える坂総合病院。
適切な治療と高度な技術で
人々を支えています。

今日はチームで支える
がん治療について、

坂総合病院 外科科長
伊在井 淳子先生に
聞きました。

佐藤 勇輔 (さとう ゆうすけ)

リハビリ室 理学療法士

骨を強くしよう!

骨を強くするためには、運動で骨に刺激を与えることも重要です。垂直方向の力が加わることで骨密度が高まることから、おすすめはスクワットや片足立ち。もちろん歩くことも十分な運動です。また、転倒予防には爪先がしっかりと上がるように爪先挙げを行うのもいいですね。まずは各運動を10回から始めてみましょう。

春はもうすぐ。暖かい日には散歩に出かけ、骨に刺激を入れましょう！

骨粗しょう症の危険度
(体重-年齢) × 0.2

-4未満	危険度 高
-4以上	危険度 中
-1未満	危険度 中
-1以上	危険度 低

加齢とともに骨が弱くなる「骨粗しょう症」。閉経後の女性に多くみられ、無理なダイエットや運動不足、過度な飲酒なども原因です。注意したいのは転倒による骨折。大腿部や手首が受傷しやすく、ひどい場合は骨が折れる場合もあります。危険度は左の計算で確認しましょう。

栄養手帖 ■ -食養室だより-

心と体によい食べ方とは？

心と身体の健康は生活習慣と深く関わっています。

お互いの作用を知ることで、より元気な身体を目指しましょう。

丹治 歩美 (たんじ あゆみ)
食養室 管理栄養士

身体と脳に効く「セロトニン」のパワー

セトロニンとは、腸内環境を整えるだけでなく脳に働いて気持ちをコントロールしてくれる神経伝達物質。食べすぎたくなる衝動や、落ち込む気持ちなどを抑えてくれます。

セロトニンの働きをよくする生活習慣



睡眠



運動



日光を浴びる



食事

十分な睡眠が気持ちを落ち着かせ、ストレス減少につながる。

リフレッシュすることで病気の症状が緩和されることもある。

朝日を浴びれば、体内時計がリセットされる効果あり！

坂総合病院を、そして患者さんを支える人々。その「人となり」に迫ります。

第2回
・地域医療連携室

(地域医療連携センター内)

当時の課長から声をかけられたことを機に、震災後から「地域医療連携室」で働く阿部良子さん。坂総合病院が連携する医院の先生や施設から紹介受診の依頼を取りまとめるだけではなく、高次医療機関への紹介予約の依頼や情報提供の業務を行っています。丁寧な接遇と迅速な対応を心がけているなかで阿部さんがやりがいを感じるのは、「ご紹介いただいた患者さんの受け入れがスムーズに行えた時」。その一方で、「ベッド事情や体制の事情などで受け入れを断らざるを得ないとさりげない気持ちはありますね」とも語ってくれました。すべては患者さんのために。阿部さんの仕事ぶりからは、そんな気持ちが伝わります。「これからも感じの良い対応ができるよう、そして病院の印象を温かいものに感じていただけるように対応していきたいです」

次号は

菊池 早織
(医療相談室)

医療機関からの依頼から高次医療機関への問い合わせまで。スマートな連絡を行うためにも、丁寧で密なコミュニケーションが欠かせません。

阿部 良子 (あべ よしこ)
地域医療連携室

心理室 臨床心理士 池田 航
(いけだ わたる)

心理室には臨床心理士2名が在籍しています。臨床心理士は、心の健康の回復・保持・増進を目指すカウンセリングや、それに備わる力、性格特徴を捉える検査を通して、その方に適した対処方法の検討・提案を行う役割を担います。身体の治療を進める上で治療への想いや不安などに配慮します。



私たちが日々の業務で大切にしていることは、患者さん一人ひとりの気持ちや考え方、価値観の多様性を尊重し向き合う姿勢です。方針の検討には臨床心理士が参加して協働することもあります。での対処方法では改善せず自身にとつて望ましくない時間が維持された時などに起こります。その際、新たな解決策を一人で見出することは容易ではありません。そこで私たちは患者さんが大切にする考え方や価値観を尊重しその人らしさを保ちつつ、新しい答えや気づきに辿り着くことができるようなお手伝いをします。

心のケアを行うためには、患者さんだけでなく、日頃接しているご家族や地域の各関係機関との連携、協働がとても大切です。これからも適切な援助を適切なタイミングで行えるよう、業務に臨んでいきたいと思います。

家族みんなが安心して通える場所に



院長

更科 広記 先生
(さらしな ひろき)



内科・小児科・消化器内科・外科

じょうなん ファミリークリニック

〒985-0865 多賀城市城南1-10-6
TEL 022-781-7725
FAX 022-781-7785

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 12:00	○	○	○	○	○	○	
14:30 - 18:00	○	○		○	○		

休診日／日曜、祝日



連携医のご紹介 じょうなん ファミリークリニック

[内科・小児科・消化器内科・外科]

2013年1月に、「東北歴史博物館」近くに開院してからおかげさまで5周年を迎えることができました。また坂総合病院の循環器内科には、東北大医学部ラグビー部の同級生である渋谷清貴先生が勤務されているという縁から、坂総合病院では月に1度、準夜当直としてお手伝いしております。こちらのサポートは今年の3月で丸4年となりました。

当院の「ファミリークリニック」という名前に込めたのは、「お子様からお年寄りまで、家族みんなが安心して受診していただけ

るクリニックを目指したい」という想いです。日々、内科・小児科・外科の診療にあたっておりますが、具体的には急性・慢性の各疾患の診療のほか、健診、予防接種なども行っております。土地柄なのか、比較的若い成人の患者様も多いですね。鎮静剤・鎮痛剤を用いた、無痛の胃カメラ診断を希望して来院される方も増えてきています。

今後も坂総合病院と連携を深めていきながら、この地域のかかりつけ医として努力していきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

