



# ほ、元み

## 《病院理念》

私達は院是「誠」の医療を推進いたします

- 1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう
- 1. 私達は自分の力で伸びて行こう
- 1. 私達は私達の規則を尊重しよう



## 《基本方針》

- 1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます
- 1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします
- 1. 患者様のプライバシーを尊重いたします
- 1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします
- 1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします

高度経済成長期、バブル経済期にあたり、昭和の時代の後半は戦後の復興期、

医療現場も時代とともに変化してきています。

昭和の時代の後半は戦後の復興期、高度経済成長期、バブル経済期にあたり、医療現場も時代とともに変化してきています。昭和の時代の後半は戦後の復興期、高度経済成長期、バブル経済期にあたり、医療現場も時代とともに変化してきています。

二〇一九年度が始まりました。今年度は平成から新元号に変わります。新たな時代の幕開けです。時の流れというのは連続的なもので、人為的に区切りを付けたからと言って全てが突然変わるわけではありません。しかし、昭和にしても平成にしても私たちの心に残るさまざまな出来事があり、「こんな時代だった」と総括されることとなります。この記事が皆さんの目に触れる頃には新元号が発表されていると思いますが、原稿を書いている時点ではまだ分かっていません。どんな時代になるのか、とても楽しみです。

二〇一九年度が始まりました。今年度は平成から新元号に変わります。新たな時代の幕開けです。



## 新たな時代に

十全総合病院 院長 中村 寿

### ◎診察日【脳神経外科】

- 火・水・金曜日  
午前 8 時45分 ~ 12時
- 火曜日  
午後 2 時 ~ 5 時

り、世の中のすべてが右肩上がりでした。医療についても増加する人口と国民保健向上のために診療報酬は手厚くされ、国民が医療の恩恵にあずかる機会を増やすために、病院病床数など「量」の増加が進みました。

このような社会情勢の変化に対応するために、国は『地域包括ケアシステム』の構築とともに、病院病床機能の

平成の時代はバブル崩壊以後、日本経済も低成長となり、少子高齢化社会となつて人口も減少に転じました。世の中は画一的なまとまりよりも個性・多様性が重視されるようになってきています。そのような社会背景の中、各医療機関は日進月歩で高まっていく医療水準への対応、医療安全の確保など「質」の向上が求められる一方で、膨れ上がる医療費抑制のために締め付けが厳しくなっている診療報酬での運営を迫られています。また、若手医師の都会への偏在、若手医師が志す診療科の偏り、看護師不足などもあり、地方では医療崩壊が進み病院病床数は減少傾向となつてきました。

平成の時代はバブル崩壊以後、日本経済も低成長となり、少子高齢化社会となつて人口も減少に転じました。世の中は画一的なまとまりよりも個性・多様性が重視されるようになってきています。そのような社会背景の中、各医療機関は日進月歩で高まっていく医療水準への対応、医療安全の確保など「質」の向上が求められる一方で、膨れ上がる医療費抑制のために締め付けが厳しくなっている診療報酬での運営を迫られています。また、若手医師の都会への偏在、若手医師が志す診療科の偏り、看護師不足などもあり、地方では医療崩壊が進み病院病床数は減少傾向となつてきました。

平成の時代はバブル崩壊以後、日本経済も低成長となり、少子高齢化社会となつて人口も減少に転じました。

適正化を進めるといふ名目で『地域医療構想』を進めようとしています。地域医療構想というのは、それぞれの医療圏(当地では新居浜・西条二次医療圏)ごとに高度急性期医療、急性期医療、回復期医療、慢性期医療を担う病床数を適正に確保し、地域で完結できる医療体制を構築しようというものです。

新たな時代に地域包括ケアシステムの一翼を担い、この地域の皆様の生活を医療の立場で支えていけるように今後も職員が一丸となつて取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

新たな時代に地域包括ケアシステムの一翼を担い、この地域の皆様の生活を医療の立場で支えていけるように今後も職員が一丸となつて取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

新たな時代に地域包括ケアシステムの一翼を担い、この地域の皆様の生活を医療の立場で支えていけるように今後も職員が一丸となつて取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

新たな時代に地域包括ケアシステムの一翼を担い、この地域の皆様の生活を医療の立場で支えていけるように今後も職員が一丸となつて取り組んでまいりますので、どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



# 顔が動かなくなったら?

耳鼻咽喉科医長 上甲 智規



◎診察日【耳鼻咽喉科】  
 ●月・火・木・金・土曜日  
 午前8時45分～12時  
 ●月・金曜日  
 午後3時～5時

## 〈お悩み〉

みなさんは急に顔が動かなくなったら何科を受診しますか?「麻痺」ということから脳神経外科を思い浮かべた方も多いのではないのでしょうか。実は顔面神経麻痺は耳鼻咽喉科で扱う疾患です。顔面神経麻痺の原因としては感染症(ウイルス性、細菌性)、腫瘍(耳下腺腫瘍、顔面神経鞘腫等)、外傷性などがありますが、そのうちウイルス性であるベル麻痺・ハント症候群で全体の約7割を占めます。顔面神経は側頭骨の中で顔面神経管という細長い管の中を走行しています。ウイルスなどにより顔面神経が炎症を起こすと、狭い管の中で神経が腫れることにより圧迫・障害され麻痺を生じます。

## 〈診察・検査〉

顔の動きは4点×10項目の40点満点で評価します。ハント症候群では聴力低下を来

たすことがあるため聴力検査を行います。その他、顔面神経の枝であるアブミ骨筋反射や流涙検査、味覚検査を行うこともあります。また、発症7～10日以降に電気生理学的検査を行います。これは神経を電気で刺激し正常側と比べることにより、麻痺の治ってくる可能性を予測します。反応が悪い場合は後述する手術加療を検討します。

## 〈治療〉

神経の炎症を抑えるためにステロイド、ウイルスの増殖を抑えるために抗ウイルス薬で治療を行います。麻痺の程度が軽く、持病に糖尿病がない場合は通院での内服加療を行います。高度麻痺の場合は入院での点滴加療を行います。その他には循環改善薬やビタミン剤等も用いられます。電気生理学的検査で反応が悪い場合には、手術加療を行います。細い管に囲まれた顔面神経を開放し、圧迫を解除します。当院ではこの手術は行っていないため愛媛大学医学部附属病院へ紹介いたします。

これらの治療は、発症してから早期に開始するほど治る可能性が高いと言われています。顔が動かなくなった際には早めに耳鼻咽喉科を受診するようにしてください。

## 新任医師紹介



### ◆プロフィール

脳神経外科部長  
 ふじた ひとし  
**藤田 仁志**



### ●資格

アマチュア無線免許・医師免許・医学博士  
 日本脳神経外科学会専門医  
 日本頭痛学会専門医

### ●私の一言

これまでの経験を生かし、自分の持てる限りの力を使って、十全総合病院のために働いていきます。これまでゆっくり勉強するゆとりがなかったので、勉強できる時間を作り、執筆もやりたいと思います。女性が多い職場には必ず片頭痛の患者さんが隠れています。片頭痛の治療で、この病院の職場環境の改善もできればと思います。

### ●その他PRしたいこと

健康のための講演もよくしていますが、その中でももっとも言っていることが「不便を楽しもう」ということです。

- 出身地 西条市
- 現職になった理由

脳の研究がしたかったから。

- 将来の夢や目標

脳卒中治療のスピードアップ。十全総合病院を頭痛治療のメッカにすること。

- 趣味(特技)

体脂肪率1桁を維持すること。  
 自分の認知症予防をすること。  
 1年に1度は山登りをして、1年に1度はしまなみ街道を自転車で渡ることになっています。

## 尿もれケアで困っていませんか？ 正しいオムツの選び方・ 使い方についてお話しします

平成31年1月29日(火) 14時～15時30分、「尿もれケアで困っていませんか？／正しいオムツの選び方・使い方についてお話しします」と題して慈光園で入所者、職員を対象に皮膚・排泄ケア認定看護師 水田史子副看護部長による医療講演を開催し45名の方が参加されました。

高齢になると変化する身体的特徴から始まり、排泄の仕組み、尿失禁の種類や特徴の説明があり、その後骨盤底筋体操を全員で行いました。

椅子に座り骨盤底筋をしめる練習でしたが「難しい」「何回程度するのが良いか」など質問もたくさん出て、楽しく行う事ができました。また尿漏れパットの紹介もされ、入所者の方に尿漏れについて興味を持っていただけたと感じました。

尿漏れがあると思うように笑ったり、くしゃみをしたりできず、不便を感じ生活の質が低下します。今後市民により良い情報提供ができるよう、このような講演を開催していきたいと思えます。



## 糖尿病と運動について

2月25日(月)18時～19時、糖尿病と運動についてコミュニケーションハウス三恵のスタッフを対象に作業療法士 佐々木宏美による院外医療講演が開催されました。

三恵会理事の館長も含めスタッフ21名の方が参加しました。

最初に糖尿病について基礎的な病状や検査の内容、結果の見方についても詳しく説明を行いました。糖尿病の3大合併症、網膜症・腎症・神経障害について説明を行い糖尿病の恐ろしさが理解できたのではないかと思います。

治療法や運動療法についても詳しくお話ししました。ウォーキングやジョギングなどの運動量の目安を具体的に説明しました。

スタッフの方から有酸素運動について質問もありウォーキングを利用者さんの運動に取り入れたいと意欲的な発言も聞かれました。運動療法の必要性、大切さを理解していただけたと思えます。



## 紹介医の先生方との集い

平成31年2月16日(土)リーガロイヤルホテル新居浜において日頃から患者さまをご紹介いただいている地域の先生方をお招きし、「紹介医の先生方との集い」を開催しました。

この会は「顔の見える医療連携を推進する」という目的で平成9年2月に第1回目を開催してから今回で23回目を迎えました。

市内外から59名の先生方が出席され、理事長及び院長挨拶、当院の医師紹介のあと、当院の最近の話題として、特定看護師皮膚・排泄ケア認定看護師 水田史子副看護部長より「特定看護師として一年間の活動報告と今後の展望」、脳神経外科部長 藤田仁志より、「十全総合病院頭痛外来始動」というテーマで講演が行われました。

席を移しての懇親会では、新居浜市医師会会長 山内保生先生による乾杯の後、会食となりました。場内は和やかな親睦の場となり、紹介医の先生方と当院医師による情報交換など、様々な話に花をさかせ、有意義な交流のひと時となりました。

地域包括ケアシステムの実現に向けて、医療連携は不可欠であり、今後も継続して開催していきたいと思えます。



# 産後ケア、 始めています

6病棟 助産師 伊藤 禎知子

近年高齢妊娠の増加や核家族化など、社会構造の変化に伴って子どもの療育環境も変化し、母親の育児不安や心身のバランスの崩れ、それに合わせた子どもの情緒や発達の問題が表面化しています。児童虐待件数の増加も社会問題になっています。

2015～2016年の妊産婦死亡の一位が自殺であり、その9割を産後が占め、35歳以上の女性や初産婦の割合が高いとの報告です。妊娠・出産によるホルモンバランスの変化に加え、子育ての不安やストレスによって起きる産後うつが原因の一つと考えられます。

このような背景の中、母子保健施策において、出産し退院した後の心身の悩みや育児不安に対する支援が不足しているという課題の中、国の対策として産後ケア事業が、全国に広がっています。

新居浜市は2018年4月から産後ケア事業を開始しました。課税世帯で1割負担と経済的にも手厚い支援です。市の委託は当院が最多です。利用者は全て初産婦で、授乳方法に困っている、育児不安、疲労軽減など目的は様々です。産後ケアでは、利用者の悩みを聞き要望に応じて計画を立てます。終了後に自宅で安心して育児ができるような援助を行います。利用後は、切れ目のない支援ができるよう地域の保健師と連携しています。これまで利用者からは、満足な援助を受けられたとのご返答を頂いています。

子育て世代の現状が大きく変化していく中、母子の心身が健康に過ごせるよう、寄り添った育児支援を提供していきたいです。



## ママと赤ちゃんの産後ケアのご案内

### 対象者

生後3か月未満の赤ちゃんとその母親  
母乳育児にお悩みのお母さん  
産後お手伝いしてくれる方がいないお母さん  
育児に不安のあるお母さん  
育児に疲れて少し休憩したいお母さん

### 場所

十全総合病院 6病棟

### 料金

★ 宿泊型  
課税世帯2,700円 非課税世帯1,000円  
★ 日帰りA(9時～19時)  
課税世帯2,000円 非課税世帯 700円  
★ 日帰りB(9時～15時)  
課税世帯1,000円 非課税世帯 500円

### 内容

産後の困っているお母さんを見守り、自立できるようにサポートします

- ♥ 母子同室での利用  
個室の環境で、24時間母子同室で過ごします
- ♥ 食事  
産褥食と同じものを提供いたします
- ♥ 母乳マッサージ／育児支援  
母乳相談／マッサージや、沐浴の補助など、育児をサポートします
- ♥ 宿泊型  
背部マッサージで疲れをいやします

お申込み、問い合わせは  
新居浜市保健センターへご連絡ください。



# 体によい食べ物について書きました！

栄養管理科科长 近藤 ゆか



近年、健康志向が高まり、テレビをつけると毎日どこかのチャンネルで健康番組をしています。「〇〇を食べると体によい」と放送されると、翌日にはその食品がスーパーで飛びよりに売れるようになります。

しかし、体によい食品でも、使い方を間違ったり、摂り過ぎると問題が生じることもあるので注意が必要です。最近、テレビなどで取り上げられたものについて注意点を言めて紹介したいと思います。

●**さばは血をサラサラにする。**

さばはEPA・DHAが含まれ、中性脂肪やコレステロールを下げ動脈硬化抑制効果があります。ただ、さば缶でも醤油やみそ味のものには塩分が多いです。水煮も調味液に塩分が含まれるので調味料を加減する必要があります。さば缶でなくても、生のさば・さんま・いわしなども同様の効果があるので、さば缶にこだわらず、青魚を食べるとよいでしょう。

●**糖質制限は糖尿病予防。**

糖質を制限し、蛋白質と脂肪はいくら食べてもよいという食事療法です。血糖値を上げるのは糖質なので制限すると血糖値は上がりにくいですが、脳はブドウ糖(糖質)がエネルギー源なので制限しすぎると倦怠感などがおこります。また、インスリン注射や糖尿病薬によっては低血糖を起こす可能性があるのので注意が必要です。

●**くるみ、オリーブ油、エゴマ油、アマニ油は体によい？**

くるみ、オリーブ油、エゴマ油、アマニ油は表のようなよい働きがあります。しかし、油はエネルギーが多いので摂り過ぎには注意しましょう。

●**高力オチヨコレートは血圧を下げる。**

カオオポリフェノールは血管を広げ血圧を下げる、コレステロールの酸化を抑え動脈硬化を予防する働きがあります。ただ、チヨコレートは高カロリーなので食べ過ぎはよくありません。

●**甘酒は飲む点滴？**

甘酒は「米麹」と「酒粕」があり、「米麹」が健康や美容によいと言われます。ブドウ糖、アミノ酸、ビタミン、ミネラルが含まれ栄養豊富です。また食物繊維やオリゴ糖も含まれ、腸内環境を整え便秘予防になります。しかし、ブドウ糖により血糖値が上がるので、血糖値が高い方は注意が必要です。

体によいと思って摂り過ぎることで疾患が悪化することもあるので、適量が大切です。特定の食品に偏らず、色々な食品で栄養を摂ることが一番よいのではないのでしょうか。何か心配なことがあれば、主治医や管理栄養士にご相談ください。

| 脂肪酸の種類 |          |           |         | 主な含有食品          | 働き                                |
|--------|----------|-----------|---------|-----------------|-----------------------------------|
| 飽和脂肪酸  |          |           |         | 動物性脂肪           | 悪玉コレステロールを上げる                     |
| 不飽和脂肪酸 | 一価不飽和脂肪酸 | n-9系 (ω9) | オレイン酸   | オリーブ油、なたね油など    | 悪玉コレステロールを下げる                     |
|        | 多価不飽和脂肪酸 | n-6系 (ω6) | リノール酸   | 紅花油、大豆油など       | 悪玉コレステロールを下げるが摂り過ぎると善玉コレステロールも減らす |
|        |          | n-3系 (ω3) | αリルン酸   | エゴマ油、アマニ油、くるみなど | 悪玉コレステロールを下げる                     |
|        |          |           | EPA DHA | 魚油              | 血栓予防する<br>血圧を下げる<br>炎症を抑える        |

参加費無料  
申込不要

# 健康教室のお知らせ

日時 毎週水曜日 午後2:00～  
場所 外来棟3階カンファレンスルーム

| 開催日      | 内容  | 担当              |
|----------|---|-----------------|
| 4/ 3 (水) | 糖尿病ってどんな病気?<br>糖尿病と上手につき合おう                                 | 看護師             |
| 4/10 (水) | 検査のあれこれ!目標値の設定<br>食事はどうしたらいいの?                              | 臨床検査技師<br>管理栄養士 |
| 4/17 (水) | あなたの眼大丈夫?~糖尿病性網膜症について知っておこう~<br>お薬の種類を教える                   | 眼科医師<br>薬剤師     |
| 4/24 (水) | 運動のはじめの一步   | 理学療法士           |
| 5/ 8 (水) | もう怖くない低血糖~正しい対処法を知ろう~                                       | 看護師             |
| 5/15 (水) | インスリン注射について聞いてみよう<br>私にもできる運動ってあるの?                         | 薬剤師<br>理学療法士    |
| 5/22 (水) | 食物繊維をしっかりとり<br>血糖値測定のタイミング                                  | 管理栄養士<br>臨床検査技師 |
| 5/29 (水) | カンパセーションマップ<br>すぐろくのような地図を囲んで、糖尿病の知識や体験を話し合い、糖尿病について楽しく学びます | 担当スタッフ          |
| 6/ 5 (水) | 糖の流れを正常化する<br>しめじ・えのきを知っていますか?~糖尿病合併症~                      | 看護師             |
| 6/12 (水) | 正しく磨いて健康生活<br>嗜好食品は上手にとろう                                   | 歯科衛生士<br>管理栄養士  |
| 6/19 (水) | 気になる健康食品(サプリメント)<br>検査のあれこれ(HbA1Cってなあに)                     | 薬剤師<br>臨床検査技師   |
| 6/26 (水) | 運動についてお悩みありませんか?  | 理学療法士           |

※都合により場所・内容が変更になる場合があります。

## 病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれもご遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

## 移動図書館 青い鳥号

### 来院予定日

4/ 3(水)・17(水)  
5/ 8(水)・22(水)  
6/ 5(水)・19(水)

来院時間 午後3:10~3:50

お問い合わせは...

新居浜市立別子銅山記念図書館  
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

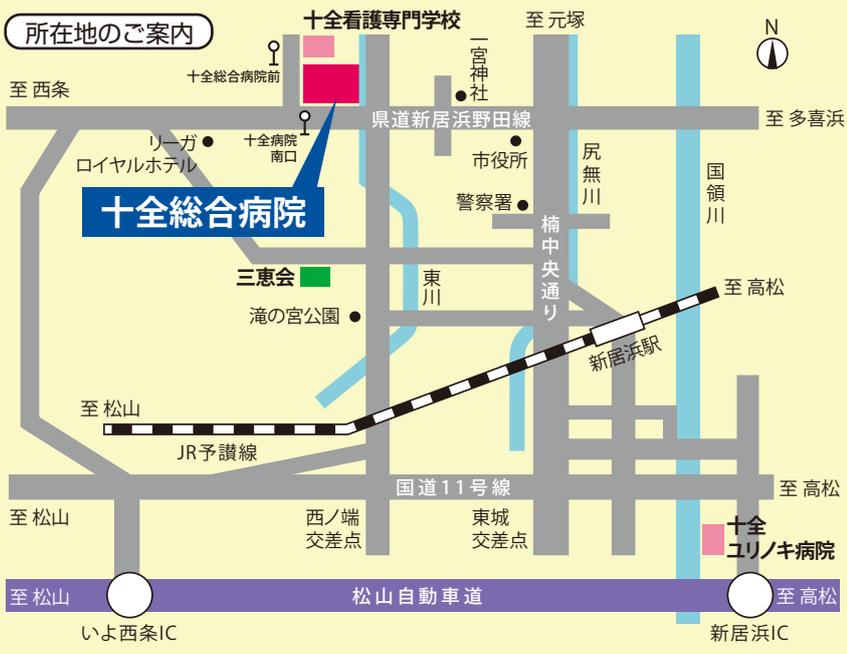
### 患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため、「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

### 患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



### 交通のご案内

- 《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分  
【駐車場完備 272台収容可能】
- 《バス》瀬戸内バス……「十全総合病院前(広瀬→多喜浜線)」下車  
「十全病院南口(今治→マイントピア別子線)」下車
- 《JR》JR予讃線……新居浜(にいほま)駅下車、タクシーで約10分



一般財団法人 積善会

## 十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号  
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <http://jyuzen.jp/>



ホームページ



フェイスブック

編集 広報誌編集活動委員会

### 医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校  
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院  
理学療法士、作業療法士の育成  
校是【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】  
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全ユリノキ病院【精神科】  
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。
- 社会福祉法人 三恵会  
子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話を行っています。  
総合福祉施設 やすらぎの郷  
介護老人福祉施設 ハートランド三恵  
介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘  
介護老人保健施設 希望の館  
障害者支援施設 三恵ホーム  
児童福祉施設 十全保育園  
児童福祉施設 中萩保育園  
総合福祉施設 コミュニティハウス三恵  
福祉施設 恵海  
養護老人ホーム 新居浜市立慈光園



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。