

# 病院長を拝命して



JA長野厚生連安曇総合病院

き  
ず  
な

第 314 号

発行: 〒399-8695

北安曇郡池田町池田 3207-1

TEL(0261)62-3166 (代)

JA長野厚生連安曇総合病院

発行責任者: 院長 畑 幸彦

編集: きずな編集作業部会

<http://www.azumi-ghp.jp/>

印刷: PO 印刷(株)



安曇総合病院長  
畑 幸彦

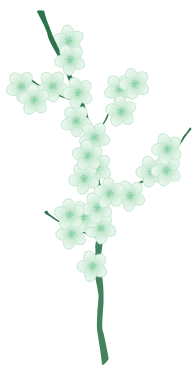
私は、平成25年4月1日付  
で安曇総合病院の病院長を  
拝命致しました畑 幸彦と申  
します。平成25年3月31日付  
で退職した信州大学医学部附  
属病院では整形外科専門医お  
よびリハビリテーション医学  
専門医・指導医として15年  
9カ月勤務させていただきました。  
信州大学医学部附属病  
院での役職はリハビリテー  
ション部准教授で、リハビリ  
テーション部副部長を兼務し

て同部の統括・指導を行って  
おりました。さらに整形外科  
医としては肩関節外科医とし  
て長野県内外の患者さんの治  
療（大学病院勤務時の手術執  
刀件数は1,500例を超えて  
います）を行うとともに医  
学生や研修医の指導を行うだ  
けでなく、日本肩関節学会の  
理事として日本の肩関節治療  
の発展に貢献するよう日々精  
進してきました。私が肩関節  
治療において目指していたの

は「長野県の患者さんに日本  
でトップクラスの医療を地元  
で提供したい」、「患者さんが  
100%満足する結果を提供  
したい」、「けがや病気を  
以前の元の仕事ができる状態  
に戻してあげたい」というこ  
とです。普通、これを聞くと、  
「何を馬鹿なことを言っている  
んだ」とか「できるわけない」  
とか言われると思います。し  
かし夢や理想のないところに  
医学の進歩は無いと思います  
し、ノーベル賞を受賞した山  
中教授のiPS細胞にしても  
とんでもない夢物語を実現し  
た結果だと思っています。闘いの  
場を信州大学医学部附属病院  
から安曇総合病院に移して、  
肩関節外科で目指していた理  
想をすべての臨床現場で実現  
したいと考えています。そし  
て、いつの日か「地域医療と  
は日本最高レベルの医療を地  
域に提供する医療である」と  
胸を張って言えるようになり  
たいと思っています。

患者も常時50〜60名という状  
態で、まさに野戦病院のよう  
でした。当時に比べて病院全  
体の医師数も職員数も2倍近  
くになり、職員の努力もあつ  
て患者さんへのサービスも安  
全性も格段に向上しています。  
マン・パワーがあるというこ  
とは何でもできる可能性が高  
いということです。もっともつ  
と患者さんのためになるサー  
ビスと医療の質の向上のため  
に積極的で革新的な病院運営  
が行えるように努力していき  
たいと考えています。そのた  
めには、地域医療連携を中心  
とした開業医、診療所、施設  
の先生方とのつながりを強化  
することはもちろん、信州大  
学医学部附属病院、行政、保  
健所との連携をとりながら、  
地域との交流も深めていき  
たいと思っています。

地域のニーズを正しく見極  
めたうえで、病院職員の皆さ  
んの協力を得ながら、地域の  
皆様に喜んでいただけるよう  
な質の高い医療を提供してい  
きたいと思っておりますので、今後  
ともよろしくお願い致します。



# マスクについて

## 臨床検査科

内田 美寿子



花粉症・PM<sub>2.5</sub>・インフルエンザなどから私たちをガードしてくれている生活常備品のマスクについて考えてみましょう。

マスクの歴史は、大正時代に工場内の粉塵から体を守るために作られました。

はじめは金網に布地を貼りつけたものでした。一般に普及したのはインフルエンザ（スペイン風邪）が大流行しその予防品として注目を集めたからでした。

産業用マスクには国家検定規格が定められていますが、医療用や家庭用には検定規格がありませんでしたが最近では性能が表示されています。

## 家庭用マスクの役割としては

- ①防寒の役割を果たします。当県のような寒冷地では外気の寒さが直接気道に入るのを和らげてくれます。
- ②保湿効果があります。ガーゼマスクは替えガーゼを少し湿らせると、乾燥した場所でも喉をやさしく潤します。
- ③風邪などの咳やくしゃみの飛沫の拡散を抑制させます。
- ④マスクで覆うことで口や鼻をむやみに触らずここからの病原体の進入を遮断できます。

⑤最近の高性能マスクは花粉やPM<sub>2.5</sub>の侵入を大幅にカットしてくれます。

医療用マスクはサージカルマスク（外科の手術のという意味から）とも呼ばれていますが感染防止用です。患者さんと接する病院のスタッフが装着しているものは患者さんに病原菌を飛ばすのを防ぐ為ですし、来院された方にお願ひして装着してもらったのも見舞い客などからの病原菌の飛散を抑え入院患者さんを守るためです。つまり装着者の側から発する飛沫の拡散を防ぐためです。装着者を感じ性の飛沫核や汚染血液、体液の飛沫などから守る効果を持つている微粒子用マスクがN95規格（米国労働安全衛生研究所が定めた基準）のもので、NはNot resistant to oilで耐油性が無いことを表し、95は試験粒子を95%以上捕集できる事を表します（これがPFE値・95%以上という性能です）。勿論結核菌などは通しません。さらにN95マスクで防ぎきれないウィルスや細菌などをブロックする超微粒子用マスクがN100マスクです（PFE値・99.7%以上）

ここで出てきました様にマスクの性能の指標にはPFE（微粒子濾過率）とBFE（細菌濾過率）があります。

PFE：マスクによって試験微粒子（0.1～0.3μm）が除去された割合（%）

BFE：マスクによって細菌を含む粒子（4.0～5.0μm）が除去された割合（%）

それでは日常生活の中で体内への侵入を防ぎたいものには何があるでしょうか。

アスベスト直径0.02～0.03μm×長さ数μm、ディーゼル車からの排出粒子0.2～0.4μm、悩まされるスギ花粉は30～40μm、ブタクサ花粉20μm。

大陸より飛んでくる黄砂は10μm程度の大きな粒子は速やかに落下する様ですが、数ミクロンの砂粒が黄砂となって日本に届きます。

問題のPM<sub>2.5</sub>粒子は花粉や黄砂よりも小さい直径2.5μm以下の微小粒子状物質の総称です。成分は炭素・硝酸塩・硫酸塩・無機元素などが含まれます。

発生源には石炭火力発電所・ボイラー・自動車・航空機などがあります。

PM<sub>10</sub>に比べて粒子が極めて小さいため肺の奥まで入りやすく、ぜんそくや、肺がんなど呼吸器系への影響が心配されています。PM<sub>10</sub>、PM<sub>2.5</sub>は世界の多くの地域で大気汚染の指標となっています。

## 正しいマスクの装着法

一般的に販売されている不織布のサージカルマスクでもきちんと装着すればBFE（細菌捕集効率）90%以上の性能は発揮できるものです。顔面にフィットせず隙間だらけの装着では意味がありません。まして息苦しくて鼻を出しているようなら外気と一緒にウィルスを吸っているかもしれません。

マスクは性能が上がってき遮断率が大きくなると息苦しさが大きくなりますから、ご自分に合った、目的にあったマスクを選びましょう。

特に鼻のカーブ、頬の部分は隙間が大きくなり易いので顔に合ったサイズを選択します。プリーツになっているマスクはプリーツの谷間が下向きになる側を外側にします。

こうしないとマスクの溝に微粒子が溜まってしまいます。

サージカルマスクは5ミクロンまでの粒子を除去できますが、細菌の大きさは1μm、ウィルスは0.02～0.1μm程度です。

このままではサージカルマスクを通してしまいますが、咳やくしゃみで飛散する時は粒子の周りに水分を含み5ミクロン程度になっているためインフルエンザや風疹など飛沫感染するものの予防は可能です。

結核菌3μmや麻疹・水痘ウィルスのように空気感染するものは、微生物の周りに水分が無くなった飛沫核が5μm以下なので遮断にはN95マスクが必要となります。

サージカルマスクの効果が持続するのは一般的に6～8時間と言われます。

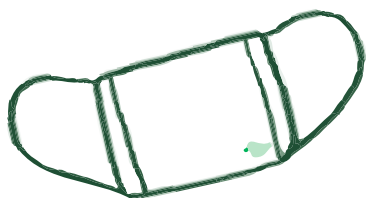
またマスクが湿って時間が経つと雑菌が繁殖してくるので要注意です。

マスクをきちんと装着し正しい使い方ができていると安心するなれ。

意外に危険なのは手や顔です。ここにたくさんウィルスや花粉が付着しています。きちんとした手洗いは一番大切です。できれば顔も洗いたいものです。勿論うがいも大事です。

少しの心がけで大きな成果を貰いましょう。

おだいに慣れてください。





## 公開講座通信

地域住民のための健康公開講座が3月27日に行われました。この講座は地域住民の皆さんに疾病についての正しい知識を提供し、また当院がどんな領域に力を入れて診療にあたっているかを知っていただくため、定期的に開かれているものです。32回目となる今回は、「てんかんの治療と診断について」と題しまして、安曇総合病院 神経内科部長 林田 研介先生からお話をいただきました。約60名の参加がありました。



## 休診日のお知らせ

色付けしてある日が

全科休診日です

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 5月   | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 4月    |
|----|----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|----|----|-------|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  | May  |    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  | April |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 2013 | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 2013  |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |      | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |       |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |      | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |       |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |      | 28 | 29 | 30 |    |    |    |    |       |

## ひとりごと

栄養科 高坂 卓宏

病院調理に携わり始め、気がつけば一年が経過しようとしています。今までも様々な飲食店で働いていたので、調理経験はありましたが、病院食は未経験でした。今までの職場では一品作りで完成の所を病院調理の場合は、仕上がった料理を患者さんの食べやすいように一口大やキザミなどに一手間加えたり、アレルギーの人がいればアレルギー源を排除した食事を作ったりと覚える内容が多くて勤め始めは大変でしたが、徐々に慣れ、てくる仕事にやりがいを見出すことができました。「仕事」は、様々な視点をもって創造力を駆使しながら、新しいものを生み出します。「作業」は、決められた事をミス無く効率よく行うこと。効率だけを考えて仕事をしていたら、良いものが生まれず、作業に創造性は必要ありません。仕事と作業を上手に使い分けながら勤めていきたいと思っています。



## トピックス あずみ

▼4月1日 辞令交付式を開催いたします。

▼4月1日 新入職員オリエンテーションを開催いたします。

▼4月21日 休日緊急当番医（本院・内科・外科）

▼4月29日 休日緊急当番医（白馬診療所）



## 編集後記

あたたかい風が吹いて、庭先に福寿草が咲きました。いよいよ春ですね。

新年度が始まり、生活の変化にともなう体調も不安定になりがちです。自分の体のサインを見逃さず、早めの対処でコンディションをここのえましょう。

(T・N)

## 患者さんの権利と責任

## 『患者さんの権利』

1、最善で安全な医療を平等かつ公平に受ける権利

患者さんは、疾病の種類、社会的立場等に関わらず、良質な安全な医療を平等かつ公平に受ける権利があります。

## 2、個人として尊重される権利

患者さんは、一人の人間としてその人格・価値観などを尊重され、尊厳をもって接遇されるとともに、自らの意見を述べる権利があります。

## 3、十分な説明と情報提供を受ける権利

患者さんは、自分の病状、検査と治療方法や危険性、他の治療法、見通しなどについて、理解しやすい言葉や方法で、十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。

## 4、自らの意思で選択・決定する権利

患者さんは、自らの受ける検査や治療方法などについて、説明を受けた上で、自分の意思で選択・決定する権利があります。また、希望しない医療を拒否したり、医療機関を選択したりする権利があります。そのためにカルテを含む診療情報の開示や他の医療機関の医師の意見（セカンド・オピニオン）を求める権利があります。

## 5、個人の情報やプライバシーが守られる権利

患者さんは、自らの承諾なしに、診療の過程で得られた個人情報第三者に対し、開示されない権利があります。また、病院内でのプライバシーが守られる権利があります。

## 『医療とのパートナーシップ』

良質な医療を実現するために、自らの心身あるいは生活について必要な情報をできるだけ正確にお知らせください。また、納得できるまで質問するなどして自らの疾病や医療内容を十分に理解してください。

## 2

検査や治療について、納得し合意した方針には意欲を持って取り組んでください。

すべての患者さんが快適な環境で医療が受けられるよう、病院内での規則と病院職員の指示を守るよう協力ください。病院職員による医療提供や、他の患者さんの診療に支障を与えないようなご配慮をお願いします。

## 担 当 医 表

平成 25 年 4 月

|                      |                            | 月                                                        | 火                                                    | 水                                                                  | 木                                                        | 金                                    | 土                          |
|----------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|
| 内科                   | 内科（一般）<br>初 診              | 岡田光代<br>芹澤由樹子                                            | 東方壮男<br>塩月記代                                         | 川上裕隆<br>塩月記代                                                       | 川上裕隆<br>芹澤由樹子                                            | 早野敏英<br>岡田光代                         | 東方壮男(第1のみ)<br>早野敏英(第3のみ)   |
|                      | 内科（一般）<br>再 診<br>（ 予 約 制 ） | 川上裕隆<br>東方壮男<br>林田研介                                     | 川上裕隆<br>岡田光代<br>林田研介                                 | 早野敏英<br>東方壮男<br>岡田光代<br>林田研介                                       | 早野敏英<br>林田研介<br>塩月記代<br>(午後から診療)                         | 川上裕隆<br>林田研介                         | 早野敏英(第1のみ)<br>岡田光代<br>林田研介 |
|                      | 循環器内科                      | 東方壮男                                                     | 池田宇一(信大)                                             | 東方壮男                                                               | 阿部直之(信大)                                                 | 東方壮男                                 |                            |
|                      | 呼吸器内科                      | 堀内俊道(信大)                                                 |                                                      |                                                                    |                                                          | 花岡正幸(信大)<br>(第1・3・5のみ)               | 藤本圭作(信大)<br>(第1のみ)         |
|                      | 神経内科                       | 林田研介                                                     | 林田研介                                                 | 林田研介                                                               | 井上憲昭(9:30～)<br>林田研介                                      | 林田研介                                 | 林田研介                       |
|                      | 腎臓内科                       | 芹澤由樹子                                                    | 芹澤由樹子(予約)<br>(午後から診療)                                |                                                                    | 芹澤由樹子<br>上條祐司(信大)                                        |                                      |                            |
|                      | リウマチ・膠原病                   |                                                          |                                                      |                                                                    |                                                          |                                      | 信 大                        |
|                      | 在宅支援科(予約制)                 |                                                          | 薛 孝太郎<br>(午後から診療)                                    |                                                                    |                                                          |                                      |                            |
| 精神科・心療内科             | 精神科<br>心療内科<br>( 予 約 制 )   | 村田志保<br>中村伸治<br>樋端佑樹<br>中村敏範<br>古屋昌宏<br>田中 章<br>鬼頭 恒(信大) | 村田志保<br>中村伸治<br>樋端佑樹(AMのみ)<br>古屋昌宏(第1・3・5のみ)<br>田中 章 | 中村伸治<br>樋端佑樹(第1・2・3のみ)<br>田中 章<br>中村敏範<br>衛藤高明(第1・3・4・5のみ)<br>古田 康 | 中村伸治(第1・2・3のみ)<br>長村哲周<br>樋端佑樹<br>中村敏範(第1・3・4のみ)<br>古屋昌宏 | 村田志保<br>中村伸治<br>中村敏範<br>古屋昌宏<br>田中 章 | 中村伸治<br>樋端佑樹<br>古屋昌宏       |
|                      | 認知症診療(予約制)                 | (輪番)                                                     | 薛 孝太郎                                                | (輪番)                                                               | (輪番)                                                     | (輪番)                                 | (輪番)                       |
| 小児科                  | 午前                         | 信 大<br>原 敏博                                              | 保刈 健<br>(原 敏博)                                       | 原 敏博<br>(保刈 健)                                                     | 保刈 健<br>(原 敏博)                                           | 原敏博 又は 保刈健                           | 信 大<br>(原敏博 又は 保刈健)        |
|                      | 午後                         | 特殊診療(予約)                                                 | 乳児検診(予約)                                             |                                                                    | 慢性疾患(予約)                                                 | 慢性疾患(予約)                             |                            |
| 外科                   | 一般外科                       | 佐藤敏行                                                     | 佐藤敏行                                                 | 佐藤敏行                                                               | 久保直樹                                                     | 久保直樹                                 | 久保直樹                       |
|                      | 専門診療                       |                                                          |                                                      | 信 大(乳腺)<br>(完全予約制)                                                 |                                                          | 信 大(甲状腺)                             |                            |
| 呼吸器外科                |                            | 花岡孝臣                                                     |                                                      |                                                                    | 花岡孝臣                                                     |                                      | 花岡孝臣                       |
| 形成外科<br>(受付15時30分まで) |                            |                                                          | 安永能周(信大)<br>(13時から診療)                                |                                                                    |                                                          |                                      |                            |
| 整形外科                 | 新患受付<br>(受付10時30分まで)       | 鎌仲貴之<br>(受付9時30分まで)                                      | 狩野修治                                                 | 柴田俊一                                                               | 王子嘉人                                                     | (輪 番)<br>(診療開始 9 時 30 分 から)          | (輪 番)                      |
|                      | 予 約                        | 最上祐二<br>王子嘉人<br>柴田俊一                                     | 谷川浩隆<br>柴田俊一<br>鎌仲貴之<br>高橋淳(信大)                      | 最上祐二<br>王子嘉人<br>狩野修治                                               | 谷川浩隆<br>狩野修治<br>鎌仲貴之                                     | 畑 幸彦<br>谷川浩隆<br>最上祐二                 |                            |
| 皮膚科                  |                            | 河内繁雄<br>葭矢裕之                                             | 河内繁雄<br>葭矢裕之                                         | 河内繁雄<br>葭矢裕之<br>学童診療(15時～17時)<br>初診(当日)受付16:30まで                   | 河内繁雄<br>葭矢裕之                                             | 河内繁雄<br>葭矢裕之                         | 河内繁雄<br>葭矢裕之               |
| 泌尿器科                 |                            | 平林直樹                                                     | 平林直樹                                                 | 平林直樹                                                               | 平林直樹<br>西澤 理(信大)<br>(14時～15時)(予約)                        | 平林直樹                                 | 平林直樹                       |
| 産婦人科                 |                            | 信 大(予約)                                                  | 曾根原衛雄                                                |                                                                    |                                                          | 信 大(予約)                              |                            |
| 眼 科                  |                            | 太田いづみ                                                    | 今井玲子                                                 |                                                                    | 太田いづみ・今井玲子<br>(午後コンタクトレンズ要予約)                            | 太田いづみ<br>(受付10時まで)                   | 今井玲子                       |
| 耳鼻咽喉科<br>(受付16時まで)   |                            |                                                          | 信 大<br>(14時から診療)                                     |                                                                    |                                                          | 信 大<br>(14時から診療)<br>(第2・4のみ)         | 信 大                        |
| 放射線科                 |                            |                                                          |                                                      |                                                                    | 信 大                                                      |                                      |                            |
| 麻 酔 科<br>(受付11時まで)   |                            | 松本正紀                                                     | 松本正紀                                                 | 松本正紀                                                               | 松本正紀                                                     | 松本正紀                                 | 松本正紀                       |
| リハビリテーション科           |                            | 狩野修治                                                     | 最上祐二<br>王子嘉人                                         | 谷川浩隆<br>鎌仲貴之                                                       | (輪 番)                                                    | 柴田俊一                                 |                            |
| 歯科口腔外科               |                            | 中嶋 哲<br>宮下みどり                                            | 手 術 日<br>(急患対応は要相談)                                  | 中嶋 哲<br>宮下みどり                                                      | 中嶋 哲<br>宮下みどり                                            | 中嶋 哲<br>宮下みどり                        | 中嶋 哲<br>宮下みどり              |