

# MISAKI

Kokubu Chuo Hospital  NEWS

# vol.20

霧島市民に必要とされる施設  
美崎会 活動 情報誌



仮写真

P.2 地域医療・  
介護連携室



仮写真

P.3 外来・健診室



仮写真

P.4 薬剤師の仕事



仮写真

P.5 栄養管理室

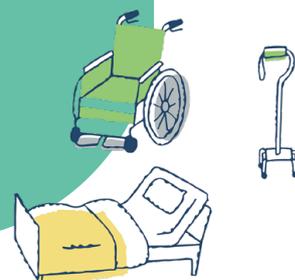


仮写真

P.6 放射線の人体影響

FREE ご自由にお取りください

# 地域医療・ 介護連携室



地域医療・介護連携室は、国分中央病院と地域のさまざまなサービスをつなぐ役割を担っている部門です。患者様が安心して医療を受け、その後も適切なケアを受け続けられるよう、地域の医療機関、介護施設、行政、福祉サービスなどと連携を図ります。



主な業務内容は、入退院支援や転院調整、在宅療養のサポートです。退院後の生活がスムーズに始められるよう、ケアマネジャーや訪問看護ステーションなどと協力し、適切な支援を提供します。また、地域の医療や介護資源の情報提供や、患者様やそのご家族が抱える不安や悩みの相談にも応じています。

さらに、他院や施設からの紹介患者の受け入れ調整も行い、地域の医療体制の充実に貢献しています。患者様が医療と生活の間にあるギャップを感じることなく、安心して療養生活を送れるようサポートすることが、私たち地域医療・介護連携室の使命です。





# 外来・健診室

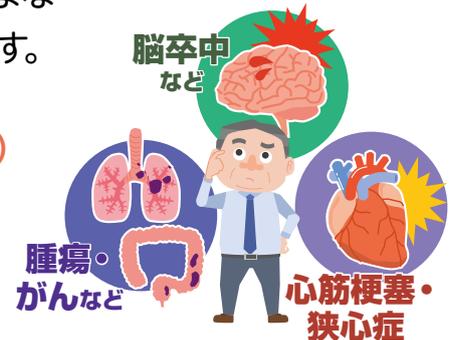
まず当院外来では、内科、循環器内科、呼吸器内科、皮膚科、消化器内科、消化器外科の医師の診療補助の他、救急患者の受け入れから入院、施設入居者の往診サポートを行っています。診療内容により外来では採血・検尿、レントゲン、心電図、超音波検査、CT検査、呼吸機能検査、胃カメラ・大腸カメラなどを行います。

また健診では、生活習慣病をはじめとしたさまざまな病気の早期発見・早期治療・予防が大切となります。

## 日本の 主要死因別

- 1位：悪性新生物（腫瘍・がんなど）
- 2位：心疾患（心筋梗塞、狭心症）
- 3位：脳血管疾患（脳卒中など）

厚生労働省令和3年（2021）人口動態統計より引用



三大生活習慣病として（悪性新生物、心疾患、脳血管疾患）は全体の46.4%を占めています。これらの疾患は健診で早期に発見できることが多いため、1年に1回は健診を受ける事をおすすめしております。

- ◎**心血管疾患**は高血圧、高コレステロール、糖尿病などのリスクファクターを有する人は、心血管疾患のリスクが高まります。心電図や超音波検査、血液検査を通じて、治療を開始することが重要です。
- ◎**糖尿病**は飲食の乱れや運動不足、肥満などが糖尿病の発症リスクを高めます。血糖値の測定や尿検査により、早期発見と管理が可能です。
- ◎**肝疾患**はアルコールの過剰摂取や肥満、ウイルス感染などが肝疾患のリスクを増加させます。血液検査や超音波検査を用いて、肝臓の健康状態を評価します。
- ◎**慢性腎臓病**は高血圧や糖尿病などのリスクファクターを持つ人は、慢性腎臓病のリスクがあります。尿検査や血液検査により、腎臓の機能を評価します。
- ◎**腫瘍**は定期的ながん内科検診により、がんの早期発見が可能になります。

生活習慣病の予防、早期発見、健康診断や保健師による保健指導にも力をいれております。また、外来受診や健診受診の際、必要時は保健師・栄養士と連携し、栄養指導を実施したり、日常生活に不安がある方は地域連携室スタッフとも連携しご相談やサポートを行います。

気になる症状がある方、また自覚症状はなくても健診、受診を希望される方はお気軽にお声掛けください。

# 薬剤師

薬剤師の仕事について紹介します。

薬剤師の仕事というと、医師が処方したお薬を集めて渡すだけと

思っている方も多いのではないのでしょうか？

もちろん調剤も大事な仕事ではありますが、

病院で働く薬剤師には他にも様々な仕事があります。

当院では外来にいられた患者さんに院外処方箋をお渡しし、かかりつけの薬局を持つことをおすすめしています。私たち病院内の薬剤師は主に入院中の患者さんに関わる仕事をしています。内容としては、内服薬・注射剤の調剤・鑑査、カンファレンスや院内の委員会への参加、病棟での仕事、薬品の管理、医薬品情報の収集・管理などたくさんあります。主な仕事を紹介します。

## 調剤について

処方箋を受け取ったらはじめに、薬の投与方法・投与量等に問題がないか確認します。内容の確認ができたなら処方せんの内容に従ってお薬を用意（調剤）します。調剤内容に間違いがないか確認（鑑査）します。薬の飲み合わせに問題がないかなども確認します。

## カンファレンスへの参加

医師、看護師、リハビリスタッフ、ケアマネジャー、栄養士など病院で働く様々な職種のスタッフと共に患者さんの症状、治療経過に関する情報を共有し、治療方針について検討します。医療スタッフ間で情報共有し、一緒に患者さんをみていくことで、より適切で安全な医療が提供できるよう努めています。

## 病棟での仕事について

入院する時に今まで飲んでいたお薬を確認して、医師へ当院での処方を提案し、複数科受診による重複投与を回避します。新しい薬がはじまった時や薬を減らす時など必要に応じて薬の説明を行っています。副作用が出ていないかどうかや、しっかり効果が出ているかなど患者さんの状態をみて、医師へ薬の調整を提案しています。

## 医薬品情報について

患者さんや医療スタッフからの質問への対応や病院内で使用する薬の選定、薬に関する情報の提供を行っています。

薬剤部のスタッフは患者さんのより安全で安心できる医療に貢献したいと考えています。お薬に関する質問や困っていることがありましたらお気軽にお声がけください。



# 栄養管理室



当院では、糖質制限食に力をいれています。当院の糖質制限食は、3つに分類されており、

- ① 夕食のみ糖質制限を行う C-L 食
- ② 朝夕の2食制限を行う C-M 食
- ③ 毎食糖質制限を行う C-S 食

を患者様に合わせて行っています。

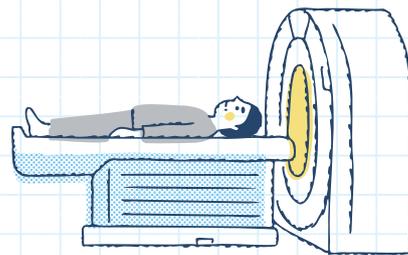
糖質制限の内容は、ご飯やパン、果物等糖質が多く含まれている食材を減らし、その代わりに多くのおかずでお腹を満たしていただくものです。

また、糖質制限では食品の代用として、小麦粉の代わりにおから粉を用いて揚げ物をしたり、麺類の代わりにしらたきを用いるなど患者様に満足していただけるような工夫を行っています。砂糖も、一般的なものではなく、血糖値を上昇させない人工甘味料を使用しています。

今後も、患者様に無理なく糖質制限を続けていただけるような工夫ができるよう、精進してまいります。



# 放射線による 人体への影響



## 被ばくの種類と線量

自然界には大気中、食物、大地、宇宙からの放射線が存在しており、私たちは被ばくし続けています。自然界からの被ばくは、自然被ばくと言われており、世界平均で年間 2.4mSv、日本の場合年間 2.1mSv になります。

また、医療目的で行われる放射線検査（X線撮影やCT撮影など）による被ばくは医療被ばくと言われており、世界平均で年間 0.6mSv、日本の場合年間 2.6mSv になります。

これらの「自然被ばく」や、「医療被ばく」と、「原爆での一度の大量全身被ばく」とは区別が必要です。

当院での X 線撮影、CT 撮影の被ばく線量は以下ようになります。

X 線撮影	
検査部位	実効線量 (mSv)
胸部 (臥位・座位)	0.036
胸部 (立位)	0.049
腹部 (臥位)	0.306

※実効線量とは放射線被ばくによる個人の確率的影響のリスクの程度を表す線量概念

CT 撮影	
検査部位	実効線量 (mSv)
頭部	2.4
胸部	4.1
胸部～骨盤	9.6
腹部	10.4

## 細胞レベルでの影響

低線量被ばくの場合、DNA 損傷が問題となります。放射線が DNA 鎖を直接切断する場合を直接作用、放射線により細胞内の水分子に電離・励起がおこり、水分子から生じたフリーラジカルによって二次的に DNA に損傷がおきることを間接作用という。

DNA は二重のらせん構造であり、一方の DNA が切断されても対の DNA の情報により、多くの場合、正常に修復されます。DNA が 2 本とも切断された場合、修復ミスを起こすことがあり、修復ミスを起こした細胞は、アポトーシス（自死）することが多いです。臓器内の一部の細胞が自死したところで器官は正常に働き続けますが、大量被ばくで自死細胞が多い場合、機関としての働きができなくなることがあります。

また、DNA の修復ミスで変異した異形の細胞ががん細胞として増え、数年から数十年してがんを発見する場合があります。

## 確定的影響と確率的影響

確定的影響には皮膚の紅斑・脱毛、白血球の一時的な減少、白内障などがあり、確定的影響にはしきい線量が決まっています。その線量以上の被ばくをしなければ影響は起こらないとされています。

一方、確率的影響にはがんや白血病、遺伝性影響などがありますが、確率的影響にはしきい線量がありません。少量の被ばくでも何らかの障害が起こる可能性があり、100mSv以上の被ばくでは、被ばく線量の増加とともに発がんのリスクは上昇します。しかし、100mSv未滿の被ばくでは明らかな発がんリスクの上昇というデータはありません。

※しきい線量とは1%の人に影響が生じる線量

### 一度の大量全身被ばく、局所被ばくによる放射線障害

全身被ばく			局所被ばく		
被ばく箇所	被ばく量 (mSv)	放射線障害	被ばく箇所	被ばく量 (mSv)	放射線障害
全身	100mSv 未滿	臨床症状なし	水晶体	500mSv ~ 1000mSv	水晶体混濁
	500mSv	末梢血中のリンパ球減少	皮膚	3000mSv	脱毛
	1000mSv	悪心、嘔吐 (10%の人)	生殖腺	2500mSv ~ 6000mSv	永久不妊
	3000mSv ~ 5000mSv	50%の人が死亡	水晶体	5000mSv	白内障
	7000mSv ~ 10000mSv	100%の人が死亡	皮膚	5000mSv	紅斑
			皮膚	10000mSv 以上	急性潰瘍

放射線の線量 (mSv)	がんの相対リスク	生活習慣因子	
1000 ~ 2000	1.8	喫煙者 大量飲酒 (毎日3合以上)	
500 ~ 1000	1.6		
	1.6		
200 ~ 500	1.4		大量飲酒 (毎日2合以上) やせ (BMI < 19) 肥満 (BMI ≥ 30)
	1.4		
	1.29		
100 ~ 200	1.22	運動不足 高塩分食品	
	1.19		
100 未滿	1.15 ~ 1.19		野菜不足 受動喫煙
	1.11 ~ 1.15		
	1.08		
	1.06		
	1.02 ~ 1.03		
	検出困難		

これは放射線の危険度を、他の危険因子と比べた表です。

相対リスクとは、被ばくしていない人を1とした時、被ばくした人のがんリスクが何倍になるかを表す値です。

### さいごに

放射線による恐れるべきリスクとそうでないリスクをしっかりと区別し、放射線を正しく怖がりましょう。

## 美崎会グループのご紹介



### 国分中央病院

〒899-4332 鹿児島県霧島市  
国分中央1丁目25番70号

TEL.0995-45-3085



### サービス付き高齢者向け住宅 メディカーサ国分中央

〒899-4332 鹿児島県霧島市  
国分中央1丁目25番51号

TEL.0995-73-7111



### 地域密着型特別養護老人ホーム ソ・ウェルこくぶちゅうおう

〒899-4332 鹿児島県霧島市  
国分中央3丁目12番29号

TEL.0995-73-8300

美崎会グループのWebサイトは下記よりご覧ください

<http://www.misakikai.or.jp/>



### ■外来診療科目

- 内科 ●呼吸器内科 ●循環器内科 ●消化器内科
- 外科 ●皮膚科
- リハビリテーション科

診療時間のご案内	外来診察日	月曜日～土曜日	
	診療時間	月～金曜日	9:00～12:30 (受付は12:00まで)
		土曜日	9:00～12:30 (受付は12:00まで)
		14:00～17:00 (受付は16:30まで)	

診療科目別の診察時間	診療科目	月 火 水 木 金 土						
		午前 9:00～12:30	内科	○	○	○	○	○
	午後 14:00～17:30	内科	担当医					
令和4年4月現在	外科						○	
	皮膚科		○					

下記の専門外来の診察曜日に関してはまずはお相談ください。

■糖質制限外来