



地域に暮らす人々と共に心あたかな医療をすすめたい

特集

ついに始動！ 心臓リハビリテーション

- ▶ チーム八鹿病院 検査科
- ▶ 現場の Expert 特定行為研修修了看護師
- ▶ 看護部だより 患者さんを支えていける存在になりたい
- ▶ 教えて！健康コラム 間質性肺炎
- ▶ トピックス セミナーをオンライン開催しました ほか
- ▶ インフォメーション 当院での分娩休止について ほか

2022

10

月号

公立八鹿病院基本理念

私たちは、地域中核病院として、医の倫理を基本に、質の高い医療と優れたサービスをもって、住民の健康を守り、地域の発展に尽くします。

心臓リハビリテーションを見守る
医師・看護師・理学療法士



ついに始動！

心臓リハビリテーション

当院では、9月から心臓病患者さんを対象とした「心臓リハビリテーション（以下心臓リハビリ）」を開始しました。今回は、当院でこんな心臓リハビリについてご紹介します。

心臓リハビリとは何ですか？

心臓病の患者さんは、心臓の働きが低下し、また安静生活を続けたことにより運動能力や自律神経の働きが低下しています。そのため退院してもすぐには強い活動はできませんし、また活動や運動の許容範囲や生活上の注意点が分からないために不安もあります。

心臓リハビリとは、心臓病の患者さんが体力を回復し自信を取り戻すとともに再入院の防止をめざして、医師・リハビリ療法士・看護師などがチームとなって、運動療法・食事療法・体調管理などをおこなう総合的な活動プログラムです。

心臓リハビリに参加できる人は？

心臓病（心不全、心筋梗塞、心臓手術後など）の患者さんで、社会復帰やリハビリに対する前向きな気持ちがあり、自力で歩行ができればだれでも参加できます。現在わが国では、心臓リハビリの開始日から5か月（150日）後まで健康保険が認められています。

八鹿病院の心臓リハビリって どんなことをするの？

入院中や外来で、**運動療法** や
心臓病の学習 **生活習慣の改善** を
おこない、再入院の防止を目指します。

運動療法の流れ

問診・バイタルチェック

心電図装着（波形確認）

ウォーミングアップ（10分）

有酸素運動（10～20分）

自転車こぎ・歩行訓練

筋力トレーニング（10分）

クールダウン（ストレッチ）

フィードバック・面談

心電図取り外し

初日は体力測定や歩行テストで安全を確認する。2日目以降は運動療法を毎日継続する。

心臓リハビリの対象

心臓病患者さん

- 心筋梗塞
- 狭心症
- 心不全
- 他院で心臓手術後など



心臓リハビリ開始

病棟内で歩行訓練

入院

急性期治療

多くの心臓病患者さんが心臓リハビリに参加され、退院後に快適な社会生活を送っていただくよう願っています！

心臓リハビリに関わるチーム



100メートル歩けるようになれば、3階リハビリ室で心臓リハビリを開始します。

「心臓リハビリノート」を活用し、自己管理方法を指導します

入院中から退院後にかけて「心臓リハビリノート」を活用します。生活管理と自分の状態の変化を記録できるもので、食事内容や活動量の振り返りをスタッフと一緒におこない、治療に役立ちます。

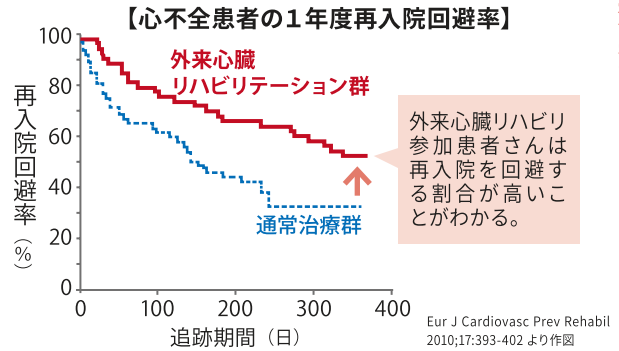


心臓リハビリはどんな効果があるの？

心臓病の患者さんが心臓リハビリに参加することにより、体力（運動能力）が改善し、生活での自信を取り戻し、再入院が減ることがわかっています。つまり楽に動いて快適な生活を長く続けることができるようになります。さらに、糖尿病、コレステロール、高血圧、肥満にも良い効果があるので、動脈硬化の進行予防が期待できます。

心臓病患者が運動しても大丈夫？

以前は、心臓病には「安静が大切」と言われてきました。しかし、長期間安静にしすぎると、筋肉萎縮・自律神経異常・骨粗鬆症などにより、かえって体力が衰えてしまいます。最近の研究の結果、安定している心臓病では適切な運動をすることにより、安静を続けるよりも良い効果が得られることが分かってきました。さらに、心臓リハビリに参加することで再入院が減ることも明らかにされており、日本・米国・ヨーロッパの心臓病の治療ガイドラインでは、心臓病の患者さんが心臓リハビリに参加することが強く推奨されています。



外来通院

通院で心臓リハビリを継続

但馬初！ 通院での心臓リハビリ

運動療法の効果は、運動をやめると徐々に失われていきます。効果を持続させるためには、退院後も外来で心臓リハビリに参加することが大切です。外来リハビリでは、退院後の生活状況を把握して患者さん一人一人のプログラムを立案します。定期的なカンファレンスの開催で、プログラム内容の修正や状態の変化をチームで確認します。



心臓リハビリ開始から

5か月め

心臓リハビリ卒業

通院卒業後は、ご自分で生涯、運動習慣を継続することが大切。



外来心臓リハビリ

週に1～3日ほど、通院で心臓リハビリを継続する。

退院

退院後の運動指導や生活指導をおこなう。

退院前



自転車こぎ



心電図の波形を確認し状態をチェック。



筋力トレーニング

医療スタッフ監視のもと、心電図をつけて歩行訓練・自転車こぎ・筋肉トレーニングをおこないます。運動中は安全に配慮し、体の不調を未然に防ぎます。最初は短時間の軽い運動から徐々に強さや時間を増やしていき、その人に最も適したレベルに調節していきます。

心臓リハビリに参加したい方は、看護師、担当医、またはリハビリスタッフにお知らせください

他院で入院・治療されてる方で当院の心臓リハビリに参加希望の方は、当院リハビリテーション科または循環器内科外来までご相談ください。

学習指導

個別・集団で治療や日常生活のアドバイス



指導風景

心臓病の治療や食事について、日常生活の注意事項などを看護師がアドバイスします。個別指導では、内服薬の効果と必要性、食事・禁煙指導、実施している運動療法の効果と必要性など、生活スタイルに合わせた最適なアドバイスをおこないます。



チーム八鹿病院

検査科



PCR検査・抗原定量検査ともに鼻の奥の粘液を採取します。

検査科に検体搬送依頼の連絡が入る



検査担当者に限らず、検査科内で協力しあい、速やかに回収・搬送します。

新型コロナウイルス検査に 全力で対応中！

チーム検査科
一致団結！



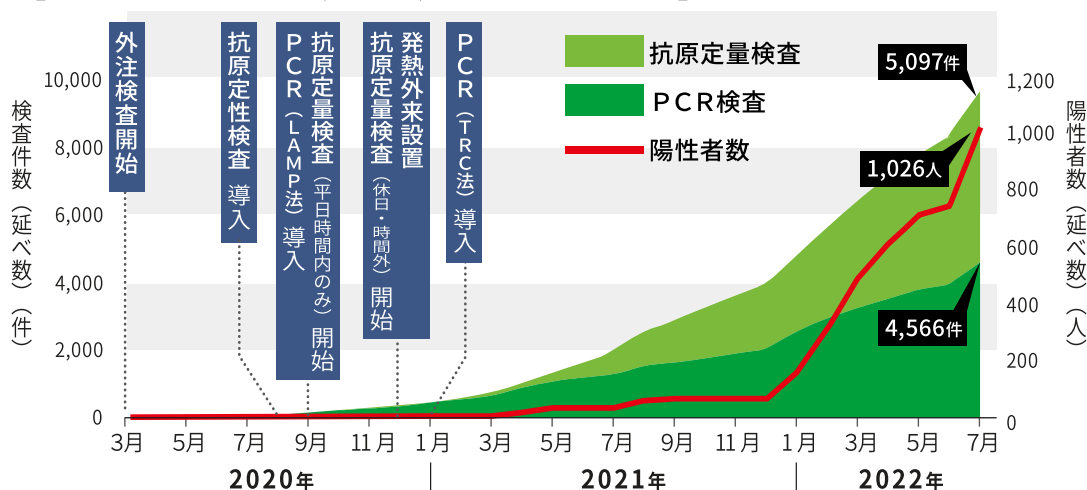
PCR検査と抗原定量検査の違い

	ウイルス遺伝子の有無を調べる PCR 検査		ウイルス特有のたんぱく質の量を測定する 抗原定量検査
	TRC 法	LAMP 法	
分析時間	約1時間	約 1.5 時間	約 50 分
処理能力	1度に7件	1度に 14 件	随時測定可能



徹底した安全管理（感染対策）のもと、特殊な装置や試薬を使用し判定します。

【検査件数・陽性者数（延べ数）と検査導入の経過】



検査科では、現在新型コロナウイルス検査としてPCR検査と抗原定量検査をおこなっています。PCR検査は感度が高いものの手技が煩雑で、一度に処理できる件数に限りがあります。一方、抗原定量検査は比較的簡便で結果が出るのも早い。ため大量の検査が可能で、これら二つの方法を使い分けながら検査をおこなっています。

具体的には、発熱外来、手術目的の入院ではPCR検査を、救急外来や手術目的以外の入院、休日・時間外は抗原定量検査をおこなっています。それまで外注していた新型コロナウイルス検査を第2波ピーク頃の2020年9月に導入し、今日まで1万件を超える検査をおこなひ、陽性者はのべ1000人を超えています。

2022年8月初旬は国内で感染力が非常に高いオミクロン株による第7波を迎えており、但馬地方でも連日200人を超える感染者が報告されていました。幸いにも検査科では感染者は出ていませんが、職員の感染者も増えており医療・介護にも大きな影響が出ています。

また、検査試薬や必要物品の調達が難しくなりつつある状況ですが、必要な検査が必要な時に実施できるよう「チーム検査科」で全力を挙げて対応しています。

病院ニュースが発行される秋頃、感染状況や新型コロナウイルスの位置付けがどのように変わっているのか想像もつきませんが、少しでもコロナ禍前の日常に近づいていることを願っています。

現場の Expert エキスパート

File.19

特定行為 研修修了 看護師

特定行為が可能な看護師とは？

診療の補助として特定の医療行為（38 行為）を
手順書をもとに実施できる看護師を言います。
患者さんの病状に応じて看護師が判断するためタ
イムリーな医療の提供が可能です。特定行為が可
能な看護師として活動するには厚生労働大臣が指
定した研修機関で研修を修了することが必要です。

研修を受けようと思ったきっかけ

内視鏡センターに配属となり胃ろうチューブ
交換に関わるようになりました。患者さんの
ライフサイクルに寄り添った交換ができれば、
みんなのためになるのではないかと思います、
勤務をしながら1年間学生として学びました。

看護部
三谷 智美



気管カニューレ交換、胃ろう・腸ろう・膀胱ろうのチューブ交換をおこなっています！

日々取り組んでいること

令和3年に研修を修了し、本年7月から院内
で活動を始めます。呼吸を助けるための気管
カニューレ、栄養の手段である胃ろうチューブ
は患者さんにとって、とても重要なもので定期
的に交換が必要です。チューブ交換をおこなう
ときは、研修で学んだ手順をふまえながら慎重かつ
迅速に、さらに、声掛けや説明をしつかりなが
ら苦痛や不安を軽減できるよう心掛けています。
これらの交換をおこなうことは責任重大ですが、
交換後に笑顔やほっとされた表情を見ると嬉しく
なり、さらに頑張ろうという気持ちになります。

胃ろうチューブ交換のとき、人工呼吸器を装着
した患者さんはストレッチャーでレントゲン室
に移動していました。今は、私がベッドサイド
に伺い交換しているので、移動の大変さや苦痛
が緩和されていると思います。

病棟看護師と協働で情報交換をし、連携も密にと
れるようになり、学びの場が広がっています。医師・
看護師・介護職スタッフの協力と理解のもと処置を
させていただいているので、患者さんに寄り添う看
護をさらに展開していきたいと思っています。

今後の目標、大切にしたいことは？

今は病棟を中心に活動していますが、少しずつ
範囲を広げていきたいと思っています。看護師が
おこなう特定行為は、診療の補助にとどまらず
療養上のお世話やご家族への対応、また、看護師
へ知識の提供をして共有し、スキルアップ・モチ
ベーションアップに繋がれたらと考えています。

患者さんを支えていける存在になりたい

透析センター 看護師 山本 祐美



透析治療中の患者さんと食事につ
いてお話す山本看護師

かんごぶ 看護部だより

私は、透析センターで働き始めて5
年目になります。透析患者さんは、透
析中に状態が変化することがあるため、
看護師には高い専門性が求められます。
透析用の針を穿刺するときにや透析中に
看護するときは、緊張感をもちながら
対応しています。

透析治療を続けながら日常生活を送る
ことはとても大変です。私は看護師とし
て、長期間の透析治療が「辛くてしんど
い」だけで終わらないようにケアするこ
とを心がけています。患者さんが自宅で
自己管理を続けて透析治療を安全・安楽
に受けられるようにすることが大切だと思
います。患者さんによっては介護サ
ービスを利用されるケースもあり、多職
種との密な連携が必要となります。私は多
職種や患者さんと調整するなかで、ス
タッフや患者さんからの温かい言葉に支
えられ、看護観や人間性を
育ててもらっています。

今後も患者さんの思いや
考えを聴き、食事や日常生
活の制限を守りながら「頑
張りすぎなくても継続でき
る日常生活の管理方法」を
一緒に考え、支えていける
存在になりたいです。

医療のスペシャリストが
伝授する教えて！
健康
コラム

間質性肺炎について

内科（呼吸器） 倉堀 純



間質性肺炎とは、肺の肺胞壁周囲の間質と呼ばれる場所に炎症や線維化を起こす病気の総称です。

間質性肺炎の原因と症状は？

病気を起こす原因は次のように多岐にわたります。

▼喫煙に関連する間質性肺炎群

▼職業に関するもの
(じん肺・石綿肺・アルミニウム肺など)

▼環境に関係するもの

(夏型過敏性肺炎、加湿器肺等)

▼膠原病に関係するもの

(関節リウマチ・皮膚筋炎、強皮症など)

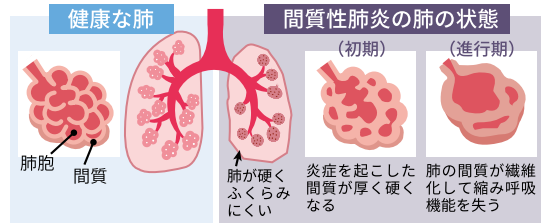
▼医療性といわれるもの

(薬剤によるもの、放射線によるもの)

また、原因がわからないケースも多くあります。病状が進行すれば、息切れ、せきなど症状が強くなりますが、進行するまで無症状のことも多いです。

検査・診断は？

胸部レントゲン検査をおこないますが、詳細



を調べるには、胸部CT検査が必要です。血液検査、動脈血液ガス検査、膠原病に関連する検査等）をおこないます。そのほか大切なものに、呼吸機能検査や6分間歩行試験などがあります。画像検査、血液検査、呼吸機能検査の結果から、必要に応じて呼吸器感染症を除外する目的で気管支鏡検査をおこなうことがあります。また、場合により気管支鏡検査による肺の組織検査等をおこなうこともあり、診断に役立てます。

治療方法は？

大きく分けて「抗炎症療法」「抗線維化療法」の2つがありますが、個々の患者さんの状態によって決めていきます。疾患の進行の動きを見ていきますが、最近では、比較的早期から治療介入をおこなうことが多いです。

どんなときに受診したらいいの？

今まで喫煙が多かった、あるいは現在も喫煙している、最近息切れが強くなった、咳・痰が増えてきている、過去に間質性肺炎を指摘されたなどの方は、一度受診されることをおすすめします。



セミナー開催

医師・看護師を目指す学生セミナー
オンライン開催しました



看護師を目指す高校生を対象とした「ふれあい看護体験」を8月1日に開催。セミナーでは、当院看護部の紹介をはじめ、先輩看護師との意見交換をおこない、画面上ではありましたが、看護の仕事や八鹿病院の雰囲気に触れていただきました。

また、8月5日には当組合の修学資金貸与生を対象とした夏季セミナー、8月19日には、県養成医学生を対象とした夏季セミナーなど全てオンラインで開催しました。

小さい秋みつけ！

9月の病棟作品をご紹介します！

9月に入ると病棟では、お月見、秋の味覚や生き物、秋祭りなどをテーマとした秋らしい飾りでいっぱいになりました。



(写真上) 地域包括ケア病棟のお月見作品。(写真下) 回復期リハビリ病棟のお月見飾り。



【産婦人科】令和4年11月末をもって、当院での分娩を休止いたします

公立八鹿病院産婦人科では、常勤医師不足により分娩業務を維持することが困難な状況となり、令和4年11月末をもって分娩を休止させていただくことになりました。

なお、現在当院を受診し分娩を予定されている妊婦さんの出産は、このとり周産期センター（公立豊岡病院）等へ紹介させていただくなど、責任をもって対応いたします。

受診中の皆さまをはじめ、地域住民ならびに関係機関の皆様には大変ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解くださいますよう、よろしくお願い申し上げます。



分娩休止後の産婦人科外来について

産婦人科外来は令和4年12月以降も継続し、診察・妊婦健診などをおこないます。妊婦健診については、**分娩予定日近く（妊娠30週頃）まで当院でおこない**、その後は分娩予定施設に紹介させていただくことになります。また、出産後の産後ケア入院については引き続き継続しますのでご利用ください。

【眼科】令和4年9月から 白内障手術の手術日が増えました

9月から第2・第4火曜日に実施していた白内障手術が毎週火曜日となり、手術実施日が増えました。

【お問い合わせ】眼科外来

【乳腺外来】令和4年9月から 診察日が増えました

9月から第1・第3水曜日の診察に加えて、第5水曜日の診察が増えました。乳房について症状がある、要精密検査となった方など不安やお困りの方は、一度ご相談ください。

【お問い合わせ】外科外来

令和4年10月から

初診・再診時の選定療養費が変わりました

国の診療報酬改定により、令和4年10月から紹介状を持参しない場合の初診・再診時の選定療養費が変わりました。

初診

一律 5,000 円 → **7,000 円**
(歯科口腔外科は 3,000 円 → **5,000 円**)

再診

一律 2,500 円 → **3,000 円**
(歯科口腔外科は 1,500 円 → **1,900 円**)

紹介状をお持ちいただければ、選定療養費のご負担はありません

初診で受診の場合、医療機関からの紹介状をお持ちいただくと選定療養費のご負担はありません。

かかりつけ医のない方は、お近くの診療所・クリニックへご相談ください

初診で受診される場合は、
紹介状の持参に
ご協力ください!!



選定療養費が必要な場合とは？

当院では、次の患者さんにつきまして、現在初診料とは別に**保険外併用療養費(選定療養)**をご負担いただいております。

- 初診で紹介状を持参せずに受診される患者さん
- 状態が落ち着き、他の医療機関へ紹介されたあとに当院での診療を希望し受診される患者さん（再診）

選定療養費のお支払いの必要がない場合もあります

- ・ 近隣にない診療科を受診される方（皮膚科・泌尿器科・産婦人科・麻酔科・放射線科・緩和ケア科）
- ・ 救急受診の方（緊急やむを得ない場合）
- ・ 休日・夜間受診の方 など

※ご不明な点は、お問い合わせください。

【お問い合わせ】 医事課

院内 Wi-Fi エリア拡大！

外来待合（1階・2階）で Wi-Fi が使用できます



外来待合エリア（1階・2階）の Wi-Fi 環境整備工事をおこない、使用エリアの拡大と通信環境を改善しました。

※利用時間は診療日（平日）午前8時～午後6時です。

※ Wi-Fi 利用に必要な SSID とパスワードについては、院内掲示にてご確認ください。

※設定等技術的な質問についての問い合わせには、対応できませんのでご了承ください。

新型コロナワクチン追加接種 予約受付中！ （オミクロン株対応ワクチン）

当院では、かかりつけ患者さんを対象としたワクチン接種を実施します。接種希望の方は、受診時または、お電話でお申込みください。

● 予 約 方 法： 受診時に予約、または電話予約

● 予約専用番号： **079-662-6902**

（受付時間：平日 午後2時～午後4時）

【お問い合わせ】医事課

令和5年度 公立八鹿病院組合 正規職員募集

詳しくは、当院のホームページをご確認ください！
病院見学も受付中！

職種・募集人数	受験資格	受付期間・試験日
看護師・助産師	29名	昭和53年4月2日以降に生まれた者で資格免許取得者または取得見込みの者
調理師	1名	昭和42年4月2日以降に生まれた者で調理師免許取得者

【採用期日】令和5年4月1日採用予定

※資格免許取得（卒業）見込みの方は、免許取得（卒業）が採用の条件です。

◎看護師・助産師、介護福祉士は、正規職員のほか「フルタイム・パートタイム会計年度任用職員」などの募集もおこなっています！

【お問い合わせ・お申し込み】公立八鹿病院 人事会計課

電話：079-662-5555（代） Mail：jinji@hosp.yoka.hyogo.jp

check!

看護部HPで紹介ムービー公開中！



現場で働く看護師や介護職員のような姿を紹介しています。ぜひ、ご覧ください。

医師異動のお知らせ

【新任医師】

令和4年10月1日付
よろしくお願いします



【外科】
いぐち こうすけ
井口 浩輔



【外科】
かわばた りょう
川端 良



【老人保健施設】
やまだ ゆきのり
山田 幸則

【退任医師】 令和4年9月30日付

お世話になりました

【外科】 河嶋 基晴

【外科】 安達 祐里

—医師を目指す皆さんへ—

医師修学資金貸与制度 令和5年度 利用者募集

最大 **3,152万円** の
サポートが受けられます



入学金や授業料などに
お役立てください！

受付期間や試験日など詳細が決定次第、
当院ホームページにてお知らせいたします。

（お問い合わせ・お申し込み）人事会計課