

		月	火	水	木	金	土
内科	当日受付①	小林 奈津子	鷺見 順教	平林 直章 (第1・3・4・5週)	横川 清	小澤 徹 (第1・3・5週)信大 湯澤 千波 (第2・4週)信大	交代制
	当日受付②	吉見 大輔	伊壺 友希	前澤 浩(第2週)	吉見 大輔	八木 ひかる	
	当日受付③	牛山 雅夫(11時迄) (脳神経内科)	牧内 雅信(11時迄) (循環器内科)	小平 睦月 (循環器内科)	原 悠太 (腎臓内科)	塚平 俊久 (消化器内科)	
	当日受付④	鷺見 順教			八木 ひかる		
	予約診療		平林 直章	北原 明倫	北原 明倫	伊壺 友希 鷺見 順教	
	午後 予約診療	伊壺 友希		北原 明倫		八木 ひかる 北原 明倫	
	夜間 予約診療			塚平 俊久(第2週) 清水 信明(第2週)			
循環器	午前 予約診療	小平 睦月 (第1・5週)	牧内 雅信 小平 睦月	牧内 雅信	牧内 雅信 小平 睦月(第2・4週)	牧内 雅信	清水 信明(第4週)
	午後 予約診療			清水 信明 (第1・3・4・5週)			
消化器内科	午前 予約診療	塚平 俊久	関口 恭弘	塚平 俊久 関口 恭弘	塚平 俊久 小林 奈津子 関口 恭弘		関口 恭弘(第2週) 塚平 俊久(第4週)
	午後 予約診療				塚平 俊久		
脳神経内科	午前 予約診療			牛山 雅夫	牛山 雅夫	牛山 雅夫	牛山 雅夫(月1回)
	午後 予約診療	牛山 雅夫					
呼吸器内科	午前 予約診療						八木 ひかる(月2回)
	午後 予約診療			前澤 浩			
腎・内分泌	午前 予約診療	熊谷 悦子				原 悠太 横田 昌 (第1・2・4・5週)	熊谷 悦子(第1週)
	午後 予約診療	熊谷 悦子(DM) (第2・3・4・5週) 原 悠太(第1・3週)	熊谷 悦子 (CAPD)第1・3週 (HDD)第2・4週	熊谷 悦子 (第1・2・3・5週は CKD外来あり)			
嚥下外来	午後 予約診療		福村 直毅				
整形外科	午前 予約診療	平林 直章					
もの忘れ	午前 予約診療	北原 正和 (第2・3・4週)			牛山 雅夫		
	午後 予約診療						
精神科	午前 予約診療			服部 美秀			服部 美秀(月1回)
	午後 予約診療			服部 美秀			
	夕方 予約診療			服部 美秀			
脳神経外科	午前 予約診療		北原 正和		北原 正和 (第1・3・5週)	北原 正和	
	午後 予約診療		北原 正和	前澤 浩	北原 正和		
外科	当日受付	本田 晴康	赤澤 智之	交代制	津澤 豊一	津澤 豊一	休診
	午前 予約診療	本田 晴康	本田 晴康 赤澤 智之	林 誠一(振動病) (第1・2・3・4週)	津澤 豊一	赤澤 智之 (第1・2・4・5週) 津澤 豊一	本田 晴康(第3週)
	午後 予約診療		熊谷 嘉隆(第5週)		熊谷 嘉隆		
乳腺	午後 予約診療	本田 晴康 (第3、偶数月) 赤澤 智之 (第3、奇数月)					
肛門外来	午後 予約診療					本田 晴康(第2・4週)	
泌尿器科	午前 当日受付	熊崎 匠	熊崎 匠		熊崎 匠	熊崎 匠	熊崎 匠(第2・4週)
形成外科	午前 予約診療	矢高 森人				矢高 森人	
	午後 予約診療		矢高 森人	矢高 森人			
小児科	午前	和田 浩 品川 文乃	和田 浩 品川 文乃	鷺見 順教 品川 文乃	和田 浩 品川 文乃	和田 浩 品川 文乃	和田 浩 (予約のみ)月2回
	午後			和田 浩 品川 文乃	和田 浩 品川 文乃		
	夕方	和田 浩				和田 浩	
禁煙外来	午前 予約診療				八木 ひかる		

No.12

春号

2023年

ゆめかなえ

健和会病院 広報誌

KENWAKAI
HOSPITAL
MAGAZINE
2023年4月発行



アレルギー性鼻炎を根本的に治す

舌下免疫療法とはどういうもの？

生きづらさを抱えた親子に寄り添います。

女性のトイレの悩みを一緒に解決！
骨盤底筋リハビリ外来

「上部内視鏡検査における
経鼻内視鏡を導入しての
3年目の現状について」

日本リハビリテーション看護学会
優秀賞受賞

アレルギー性鼻炎を根本的に治す

舌下免疫療法とはどういうものですか。

品川：アレルギー性鼻炎の治療法です。

今までの飲み薬や点鼻薬は症状を和らげる治療ですが、舌下免疫療法は根本的な改善を目指す治療です。「アレルギーの原因物質が入った薬を、1日1回1分間舌の下に置く」という方法で体を徐々に慣らしていきます。3～5年間続けることで、鼻水鼻づまりや目のかゆみなどの症状が軽くなる他、それまで鼻炎のせいで妨げられていた睡眠や味覚嗅覚が改善したり、鼻炎治療薬を減量できたりと、生活の質が改善するような効果が期待できます。対象はスギ花粉かダニによるアレルギー性鼻炎の、5～64歳の方です。大人も子どもも小児科でやっています。

実際にやってみてどうですか。

品川：アレルギー性鼻炎で困っている人は思った以上に多いと感じます。現在、当院で舌下免疫療法をやっている患者さんは子どもの方が多いですが、大人の方も3割くらいいます。一番小さい子が6歳ですが、毎日薬を舌の下に置くというのも意外にできると感じています。まずはお話を聞かせていただきますから、気軽にお問い合わせください。

しながわ あやの
品川文乃 医師

経歴

飯田市出身

聖マリアンナ医科大学卒業
日本小児科学会専門医・指導医
日本小児感染症学会認定医
日本アレルギー学会専門医

小さいころからチェロをやり、高校生までは飯田交響楽団に所属。今も形成外科矢高森人医師（飯田交響楽団団長）、外科赤澤医師などとともに院内で演奏も。

食物アレルギーに必要な「負荷試験」

日本アレルギー学会の専門医を取得されましたね。

品川：子どもを診る上でアレルギーはとても多いのですが、そのことで生活が制限されたり、不安があったり、多くの苦勞があります。そういう患者さんの力になればと思います。食物アレルギーの子も多いですね。

お子さんも食物アレルギーだそうですね。

品川：男の子4人で全員食物アレルギーがあります。長男が1歳半の時、少しの牛乳で全身に蕁麻疹が出てせき込んで、アナフィラキシーをおこしたんです。それからずっと食事は除去食です。

お母さんとしては心配ですよね。

品川：「間違えて食べてひどい症状が出たらどうしよう」という不安はいつもありますね。親の手を離れた時にどうなるかという心配もあります。食物アレルギーは、食べられるようになっていく場合もあるのですが、どのくらい食べられるかは「食物負荷試験」をしてみないとわからない場合も多いです。これも当院小児科でやっています。

生きづらさを抱えた親子に寄りそう

健和会病院に赴任して1年半になりますが、いかがですか。

品川：今、生きづらさを抱えている親子が本当に多いなと感じます。不登校・摂食障害・自傷・子育て不安といった形で現れたりします。小児科医だけでは解決できないことも多いのですが、その子の持っているいろいろな背景にも配慮してじっくりつきあう。院内のスタッフや地域の専門職の方々と連携する。そうすることで大変さを乗り越えていけることも多いと思います。それは和田先生や小児科のスタッフも同じ思いだと思います。

子育てしているお父さんお母さんにメッセージを。

品川：もし今、子育てのことで困っている、悩んでいるお父さんお母さんがいたら「ひとりじゃないよ」って伝えたいです。みんな本当にがんばっていますよね。それぞれ大変なことを抱えていると思いますが、お話をうかがって、その大変さを少しでも共有して、いっしょにがんばればいいなと思います。

私、子どものころは羽生敏久先生（飯田市通り町にあった羽生小児科）に診てもらっていたんです。羽生先生が母の心配を聞いて、わかりやすく話をしてくれる。そのことで母がとても安心するのを、となりにいて感じていました。私もそんな診療をしたいと思っています。

舌下免疫療法の流れ

1. 診断

お話をうかがい検査をして、スギ花粉またはダニによるアレルギー性鼻炎の診断をします。舌下免疫療法の説明をし、その他の薬なども含めて、患者さんにどんな治療があっているか相談します。

2. 初回は病院で

1回目は病院で行います。舌の下に薬を入れて1分後に飲み込みます。もし強い副作用が出たらすぐ対処できるように病院で行いますが、たいていは口の違和感程度です。

3. 2回目からは家で

毎日続け、定期的に受診していただきます。

4. 効果が出るまでには数か月

8割程度の方が効果を実感できると言われます。効果があれば3～5年程度続けます。

*ご希望の方は、小児科外来にお申し込みください。
*大人の方も小児科で受け付けています。
*ダニアレルギーの場合はいつでも開始できますが、スギ花粉の場合はシーズンが終わった6月ころから開始になります。



女性のトイレ悩みを一緒に解決！ 骨盤底筋リハビリ外来

骨盤底筋リハビリ外来って？

女性の方で、立ち上がったとき、力が入ったとき、物を持ち上げようとしたとき、笑ったとき、咳・くしゃみなどのお腹に圧がかかるときに、自分が意識していなくても尿がもれてしまう…その原因のひとつに、妊娠・出産・肥満・便秘などにより骨盤底筋群が弱くなっていることがあります。

健和会病院では2022年12月から骨盤底筋リハビリ外来を開始しました。専門の研修を受けたセラピストが治療にあたります。

今回は当外来の看護師林洋子さんとセラピストの藤根麻子さん(理学療法士)に話を聞きました。

対象の症状は？

尿もれ	腹圧性尿失禁
混合性尿失禁	(骨盤底筋群の低下による) 便失禁

症状がない方も予防として外来を受診することができます。

骨盤底筋リハビリ外来の始まったきっかけは？

林:泌尿器科の外来で骨盤底筋体操が尿もれ治療のひとつとして利用され、患者さんに医師から直接指導していました。とは言え体操が正しくできているのか疑問が残りました。ある病院で骨盤底筋トレーニングをセラピスト中心に外来で行っていることを知り、当院でも取り組みたいと思い実現しました。

藤根:私は助産院から依頼を受けて骨盤底筋セルフケア講座を開催しています。出産後のお母さん達为中心ですが、中高年で「尿漏れで困っている」方も1割～2割ほど聞きに来ています。

妊娠・出産を経験した女性は高齢になってから腹圧性尿失禁や臓器脱になるリスクが上がるので、骨盤底筋リハビリ外来を通して年齢を重ねてもトレーニングを続けられるようできてほしいと思います。

外来では何をするの？

林:セラピストと看護師が2～3人で対応します。エコーをしながら骨盤底筋の動きを見て、会陰腱を触診して骨盤底筋が正しく動くか確認し、指導します。受診は1か月に1回くらいで、患者さんのペースに合わせて行います。

今後の展望は？

林:症状とは関係なく積極的に「予防としてやりたいです」という人が増えてくれれば嬉しいです。自分の骨盤底筋を鍛えるという意味でも利用してもらいたいと思います。

藤根:若いうちに知っておいてもらっていざという時に役立ててもらいたいです。女性は妊娠・出産・更年期・加齢など様々なタイミングで尿漏れを生じることがあります。尿漏れがあるから活動や行動を抑えるということになってほしくないです。

飯伊下伊那では初めての試みです。こういった

症状は病院に行きづらいため受診率が低いです。相談先が分からない方もいるかなと思います。気楽に来てもらえる外来にしたいです。



骨盤底筋リハビリ外来のスタッフ

受診の流れ

1. **泌尿器科受診**
8:00～10:00(予約不要)
水曜日・土曜日(第1・3・5週)休診

保険診療

2. **検尿・エコー・診察**
受診前はトイレに行かないように尿をためておいてください

保険診療

3. **骨盤底筋リハビリ外来予約**
事前問診票記入

保険診療

4. **骨盤底筋リハビリ外来受診**
15:00～17:00(要予約)第2・4週金曜日

自費診療

5. **骨盤底筋体操指導**
超音波エコーを使って理学療法士が指導を行います

自費診療

6. **次回予約**

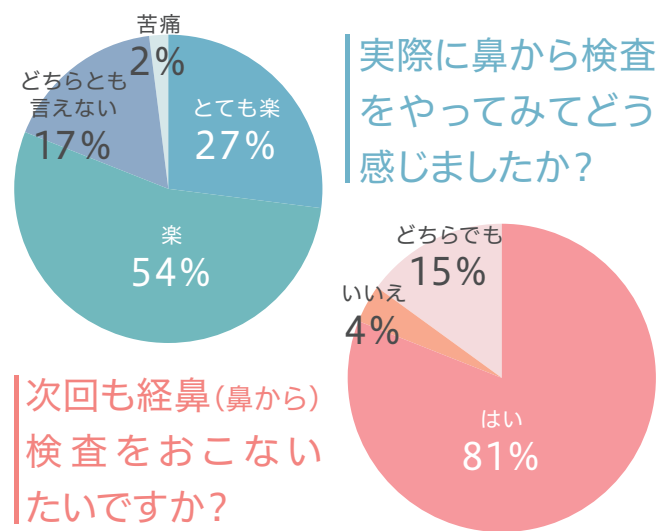
「上部内視鏡検査における 経鼻内視鏡を導入しての3年目の現状について」



上部内視鏡検査（胃カメラ）は苦痛を伴う検査という印象をもっている方もいると思います。そのため、少しでも苦痛が少なく、楽に検査が出来る

ように、当院でも2019年より経鼻内視鏡が導入されました。導入後より「口からより楽にできた」、「これなら毎年胃カメラを受けてもいい」と聞くことが増えた印象がありました。そこで、今回実際に経鼻内視鏡を選択し検査を経験してみたの思い、看護師の援助はどうであったのかについて調査し、今後のケアに活かしていきたいと考えました。実際に調査を行ってみると8割が「楽だった」という結果であり、また8割が「次回も経鼻内視鏡にて検査をしたい」という結果となりました。

当院は、経鼻内視鏡の際には鎮静剤を使用しません。今まで経口内視鏡にて嘔吐反射のため、鎮静剤を使用していた方でも、経鼻内視鏡にすることで鎮静剤なしで検査が行えます。実際に「経鼻内視鏡であれば鎮静剤を使用しなくても検査を行うことが出来る」という意見もありました。



次回も経鼻(鼻から)検査をおこないたいですか？

しかし、痛みを感じる・鼻出血が起きてしまうデメリットもあります。そのため、経鼻からの検査が合わず「苦痛と感じた」「経口からと変わらない」という意見もありました。当院は経口でも、経鼻でも対応できます。患者さんに丁寧な説明を行い、ご自身で選択してもらうように声掛けしたいと思います。

また今回は、看護師の関わり方についても調査しました。看護師の関わり方によって患者さんの検査に対する意識も変化する結果がでました。今後も患者さんの立場に立って安心して検査を受けて頂ける看護をしていく事が大切になると感じました。もし経鼻内視鏡での検査を迷っていたら、検査当日でも問題ないのでお声掛けください。

外来看護師 小平 華世

書籍紹介

健和会病院の職員が寄稿・編集した書籍をご紹介します！

日本医師会雑誌 第151巻・第10号

2023年1月1日発行

(日本医師会)

【座談会】健康格差 社会の現状と対応

(五十嵐隆・近藤克則・
和田浩・武田裕子)

PP.1475-1756

医療機関が行う子ども の貧困支援

(和田浩) PP.1801-1804



胃と腸 第58巻 第1号

2023年1月25日発行

(医学書院)

NHPH 感染胃炎の X線・内視鏡所見の 特徴

(塚本俊久・小林奈津子・
吾川弘之・関口恭弘・林
誠一・小平日実子・太田
浩良・堀内一樹・根岸達
哉・松本竹久・多田俊史)

PP.43-51



日本リハビリテーション看護学会 優秀賞受賞

回復期リハビリテーション病棟 研究チーム 唐沢かおり

回復期リハビリテーション病棟(以下「回りハ病棟」という)では2020年に研究チームを発足し退院者466名に対し災害に関するアンケートを行い、2022年11月日本リハビリテーション看護学会 第34回学術大会にて優秀賞受賞となりました。

テーマ:

脳血管障害後遺症を有する地域在住患者の災害準備状況～回復期病棟退院患者・家族対象の質問紙調査～

2020年7月の台風の際、回りハ病棟で避難受け入れを経験しました。その対応に苦慮した経験から個別に応じた支援を検討するため、当院回りハ病棟を退院した患者466名を対象に質問紙を発送しました。169名から回答をいただき、準備している/していないとの回答は約半数ずつと大差ない結果でした。準備しているという回答でも自治体から広報されている非常持ち出し品に留まっており、障害に応じた避難場所や移動手段、日常生活に関わる部分の準備についてはほぼできていないことが分かりました。



回りハ病棟では障害に応じた個別の退院支援をしていますが、今後はさらに災害を想定した支援が必要であり、そのためには院内や自治体との協力・繋がりが重要と考えます。

今後は障害のある退院者の災害への備えについて市へ懇談を行うといった活動へ広げていく予定です。