



### ■ 医師の異動

この4月より右記の常勤医師が異動となりました。外来担当の変更については、ホームページまたは院内に設置してある診療担当表をご覧ください。これまで同様、皆さまの健康を支えられるよう力を注いで参りますので、よろしくお願いいたします。

転 出	外 科	橋本 伊佐也	着 任	外 科	真鍋 高宏
	外 科	大江 佑果		外 科	加納 俊輔
	整形外科	高戸 慶		整形外科	有馬 佑
	脳神経外科	山本 修輔		脳神経外科	柴田 孝
				眼 科	藤井 揚子

### ■ 診療体制の拡充

一部診療科の診療日時が拡大しました。今後も気軽に受診していただけるよう診療体制を強化してまいります。

【小児科】①金曜午前の診療追加、②小児アレルギー外来が毎週木曜に拡大  
【内科(神経内科)】月曜午後の診療追加

※神経内科の受診を希望される場合、まずは一般内科を受診していただく必要があります。

#### ● 小児科

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○ 発達の相談	○	○ アレルギー	○	○

※赤字部分変更

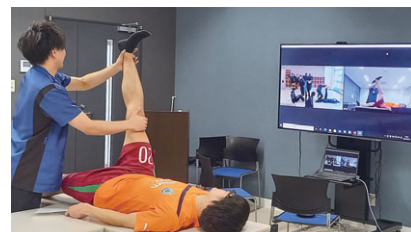
### ■ 健診センターリニューアル

より快適な健診受診を目指して、健診センターをリニューアルしました。より開放的になった空間と窓口の増加などに伴い、これまで以上にスムーズに受診していただくことができます。また、ホームページから人間ドックなど各種健康診断の予約受付を行っています。(受付期間等条件あり)是非そちらもご利用ください。



### ■ オンラインメディカルチェック (富山西リハビリテーション病院)

スポーツを頑張る青少年が安全にトレーニングに励めるようサポートするプロジェクト「オンラインメディカルチェック」を実施中。富山市内のサッカー、テニス、陸上の小中学校(クラブチーム、部活動単位)を対象に理学療法士がオンラインで身体の状態をチェックし、けがの可能性や予防について無料でアドバイスします。詳しくはホームページをご覧ください。

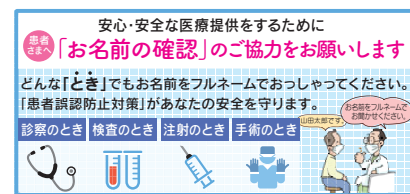


▲富山市内中学校の陸上部で実施

### ■ 「お名前確認」のご協力をお願いします

様々な場面において、ご自身のフルネームを名乗っていただくことで、患者様の誤認防止対策を行っています。安心・安全な医療を提供するためにご協力をお願いいたします。

「患者誤認防止対策」ポスター  
(医療安全委員会広報部)▶



理 念

Good Neighbors

Good Hospitality

医療法人社団 藤聖会 / 親和会

富山西総合病院 富山西リハビリテーション病院 八尾総合病院 チューリップ長江病院 富山駅前ひまわり病院

女性クリニック We富山 五福脳神経外科(富山サイバーナイフセンター) 金沢メディカルステーション ヴィーク

八尾老人保健施設 風の庭 介護老人保健施設 チューリップ苑 上市老人保健施設 つるぎの庭 入善老人保健施設 こぶしの庭

サービス付き 高齢者向け住宅 サ・ウエスト サービス付き 高齢者向け住宅 メゾン ラ・サンテ サービス付き 高齢者向け住宅 サウスガーデン 八尾 サービス付き 高齢者向け住宅 アルプスガーデン つるぎ

富山西総合病院 〒939-2716 富山県富山市婦中町下轡田1019 <http://toyama-nishi.jp>

TEL (076) 461-7700 FAX (076) 461-7788 / 年4回発行 発行日: 4月15日 No.68

※当院では、広報誌「キュアライフ」に関する皆様からの幅広い情報やご意見などをお待ちしています。お気軽に総務課企画係までご連絡ください。



**Contents**  
増え続ける心不全  
当院での心不全診療と今後の展開  
心臓のプロフェッショナル  
今月のイリョウビト  
院外処方でお薬と上手な付き合い方

**News Topics**  
医師の異動  
診療体制の拡充  
健診センターリニューアル  
オンラインメディカルチェック  
誤認防止対策

※心臓カテーテル検査の様子

# 増え続ける心不全

## 心臓からのSOSを見逃さないために

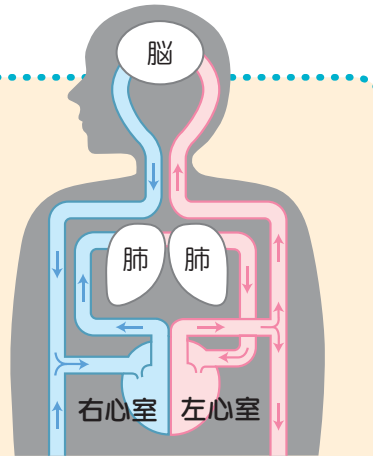
急死につながる危険性もある「心不全」。日本の「心不全」の患者数は約100万人といわれており、人口減少にもかかわらず、高齢化によって2030年には130万人にもものぼると考えられています。

今回は心不全について、富山西総合病院の取り組みも交えてご紹介します。



### 心臓のしくみと豆知識

心臓は体中に血液を送り届けるポンプの役割をしています。健康な心臓は、1分間に60～100回程度の規則的な収縮を繰り返し、1日で10万回も休むことなく動いています。その間に、血液を通して酸素や栄養素を全身に運び、老廃物の回収などさまざまな働きを行っています。



#### 血管の長さの合計は地球2周半

人の体には、地球2周半(10万km程度)もの血管が張り巡らされています。心臓から送り出された血液は、この長い距離をわずか30秒から1分で再び戻ってきます。



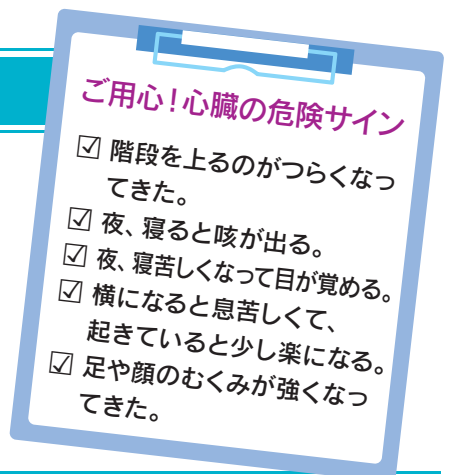
#### 1日に体内を流れる血液量

心臓が送り出している血液の量は1日でおおよそ約8,000ℓ。2ℓのペットボトル4,000本分の血液が送り出されていることになります。



### 心不全ってどんな病気？

心不全は病名ではなく、心筋梗塞や高血圧などが原因で、心臓の動きが低下して、右のような症状によって日常生活が障がいされた状態をいいます。全身に十分な血液を送り出せなくなることでさまざまな症状が現れます。原因となる疾患が隠れていないか、はっきりさせることが重要です。気になることがあれば、早めに受診しましょう。



- ☑ 階段を上るのがつらくなってきた。
- ☑ 夜、寝ると咳が出る。
- ☑ 夜、寝苦しくなって目が覚める。
- ☑ 横になると息苦しくて、起きてると少し楽になる。
- ☑ 足や顔のむくみが強くなってきた。

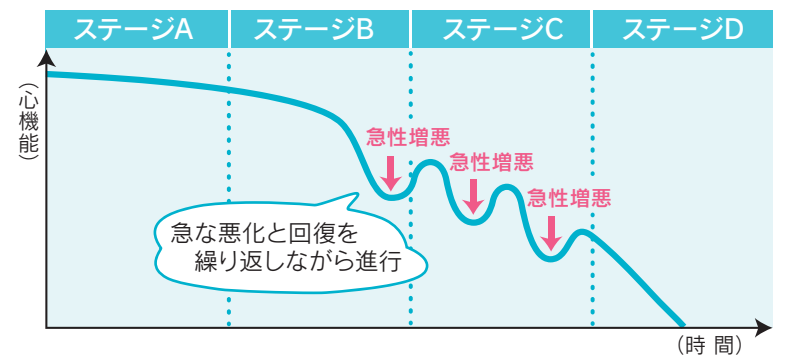
### 心不全は4つの進行ステージに分けられる

心不全は4つのステージ(A～D)に分類されます。症状が現れるのはステージCからで、それ以前は将来の心不全リスクが高い予備軍といえます。最も大切なことは、“進行させない”ということで、ステージA・Bの段階で予防を始めることで、心不全の発症を抑えられる確率が高まります。

ステージA	ステージB	ステージC	ステージD
危険因子がある	心疾患の発症	症状の出現	難治性
高血圧 糖尿病 動脈硬化 喫煙など	心筋梗塞 不整脈 動脈硬化 心肥大など	息切れ むくみ 疲れやすい 体重増加など	安静時でも心不全症状や狭心痛がある

### 心不全は悪化と回復を繰り返す

はじめのうちは症状がなくても、進行に伴って症状が現れ、身体活動能は低下していきます。悪化して入院をしてもある程度場合は回復しますが、悪化する前の状態にまで回復することはありません。そのため、早期の段階で生活習慣の改善や持病の治療をすることで、進行を予防することが大切です。



### 心臓に関係ないと思う症状も心不全の可能性が!?

たくさんある症状のうち、代表的なものをいくつかあげます。「年のせい?」、「運動不足?」と心臓に無関係と思いがちな症状が、実は心不全による場合があります。

動悸・息切れ



血液の循環が滞り肺に水がたまるため、それを補おうと、脈拍と共に呼吸回数が増え、階段や坂道でも動悸や息切れがすることがあります。

疲労感・脱力感



心臓から十分な血液を送り出せなくなることで、全身のだるさや疲労感といった症状が現れます。

夜間の呼吸困難や咳



体の中で血液が滞る「うっ血」が進むことで就寝時でも咳が出たり、息苦しさで寝られなくなることもあります。

むくみ・体重急増



血管から水分がしみ出し、特に足の部分がむくみます。悪化するとむくみは上の方まで上がり、体重が急増することがあります。

尿量の変化



血液を送り出せないことによる日中の尿量・回数の減少や、体の中で血液が滞ることで夜間の尿量・回数が増加することがあります。

## 当院における 心不全診療と 今後の展開

心不全は症状が現れていない段階からも徐々に進行していくため、予備軍だと分かった時点で治療を開始する必要があります。また、心不全のステージや高血圧、腎臓の病気、糖尿病などの基礎疾患、併存症によって治療法が異なることも特徴です。一人ひとりの状態を見極めたうえできめ細やかな診療を行います。

### 検査から再発・再入院防止のためのリハビリまで

#### 正確な検査・診断

冠動脈の血流などを調べる冠動脈CTや手足から細い管を通して心臓の働き等を調べる心臓カテーテル検査など、状態に応じた検査と正確な診断で、個々に適した治療を行います。



#### 睡眠呼吸障害の治療

就寝中に何度も呼吸が止まるなどの睡眠呼吸障害は心不全との関係も深く、心不全の重症度によって睡眠呼吸障害のタイプも変わるため、それぞれの特徴を踏まえた治療を行います。



#### 心臓リハビリテーション

心臓リハビリテーションとは、運動によって低下した体力を回復し、社会復帰すると同時に、運動療法や生活・栄養指導などの再発や再入院の防止を目的とした総合的な治療プログラムです。



### 在宅で心不全悪化を検出・早期介入へ

慢性心不全は、重症化前に変化を見つけることが大切です。自宅で心不全の悪化を検知する機器等はあるものの、価格や使い勝手の面であまり普及していません。現在、当院院長 麻野井医師を中心に、経済的、肉体的負担が少なく在宅患者さんの心不全悪化を早期検出できる遠隔モニタリング指標の研究開発を進めています。将来的には心臓の状態変化を遠隔でモニタリングできる人が増え、心不全悪化で入院が必要となる前に変化を検出し、早期治療に結びつけることが期待されます。

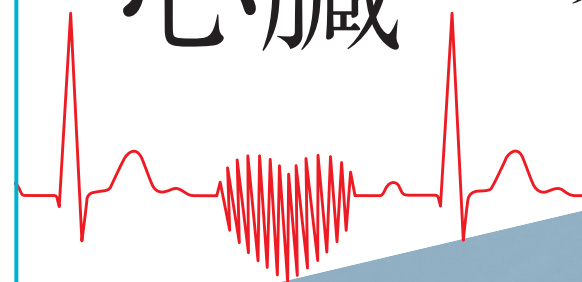


#### 早期発見・早期治療が何より肝心

徐々に進行する心不全では、悪化するまで症状が自覚しにくいので、症状が出て受診したときには、治療が難しくなっているケースも少なくありません。また、治療をしても心臓が完全に元通りにならないので、今から自身の身体と向き合しましょう。日々の注意点としては、減塩、肥満解消、適度な運動、禁煙、節酒、ストレス軽減などです。また、心不全のリスクを抱えている人や初期症状が疑われる人は、早めに受診をして適切な治療を受けることが大切です。



# 心臓のプロフェッショナル



院長  
内科、循環器内科  
**麻野井 英次**  
日本内科学会 認定医  
日本循環器学会 認定専門医  
日本循環病学会 等

高齢化にともない心臓の動きが低下しリズムが乱れ、活動能が落ちていきます。それでも日々安全に暮らしていくために循環器を専門とする立場から皆さまの力になれるよう努めています。また、心血管造影装置などの急性期医療に対応できる医療機器の装備や循環器分野のスペシャリストをそろえ、患者さんの「明日に向かっての明るい希望の灯」を守ることを使命として、よりよい医療を提供してまいります。



#### 副院長 内科、循環器内科 **石瀬 久也**

日本内科学会 総合内科専門医  
日本循環器学会 循環器専門医  
日本臨床検査医学会 臨床検査管理医 等

人生100年時代といわれていますが、超高齢化社会を健やかに生きるためには、身体のベースである心臓や血管の健康が欠かせません。息切れや動悸など「年のせいだから」と考えている症状が、実は心臓の異常によって生じていることは少なくありません。心臓病から命を守るため、予防も含めて個々の患者さんにとって何がベストの治療なのかを考え、相談してよかったと感じていただけるような医療提供を心掛けています。



#### 内科、循環器内科 **押谷 光一**

日本内科学会 総合内科専門医  
日本循環器学会 循環器専門医  
日本心臓リハビリテーション学会  
心臓リハビリテーション指導士 等

循環器の病気は、高血圧や脂質異常症などの生活習慣病から、狭心症や心筋梗塞、閉塞性動脈硬化症、弁膜症、心不全などさまざまで、それぞれに応じた治療が必要です。薬物治療からカテーテル検査、治療、ペースメーカーの植込みなどのほか、心臓に病気のある人でも安全にリハビリをすることで症状の改善や心不全増悪の予防が期待できる心臓リハビリテーションなど、幅広くサポートできる体制を整えています。





安心して入院生活を送れるよう  
支える心でケアに取り組む

つらい人の支えになるために

2011年の東日本大震災が自分自身に与えた影響はとて大きく、看護師を目指したきっかけでもあります。震災当時は何もすることができませんでした。高校の研修で被災地を訪れ当時の状況を聞く経験をしたことで、病气や災害などでつらく悲しい思いをしている方を支え、助けられる存在になりたいと強く思うようになりました。



気持ちに寄り添う看護を

現在は、乳腺外科や泌尿器科などの疾患に対応した病棟で勤務しています。疾患によっては術後の肉体的な変化が大きいことで、手術の傷あとを見れなかったり、これからの生活に不安を抱いたりする方もおられます。そのため、患者さんが身体の変化を受け止め前向きに進んでいけるよう声掛けを行い、寄り添いながらケアするよう努めています。



今月の  
イリュウビト

看護師

すみ か りん  
住 花 梨

勤務年数：2年(2020年入職)

Q. 印象に残っている  
エピソードは？

A. がん末期で入院されていた患者さんに対して、私が担当の日に体を拭いたり洗髪を行ったりさせていただいたところ、「なんて幸せな日だろう」と笑顔でお話されたことが印象に残っています。日々痛みや不安な思いをされているなか、自分の行ったケアがきっかけで少しでもそのような気持ちになってくれたことがとても嬉しく感じました。

採用情報

職 種	看護師(経験者採用)	待 遇	賞与年2回、昇給年1回、退職金制度
勤務場所	富山西総合病院/富山西リハビリテーション病院	加入保険等	健康保険、厚生年金保険、雇用保険、労災保険
応募資格	看護師として3年以上の病棟での看護業務経験のある方	休 日	週休2日制、週40時間(1ヶ月単位変形労働時間制)
勤務時間	日勤 8:30~17:15 ※パート勤務応相談 夜勤 16:30~9:30(2交代制)	応募方法	履歴書、職務経歴書、看護師免許証のコピーを下記まで郵送いただくかホームページからご応募ください。
院内保育所	富山西総合病院内(3歳未満児)	連絡先	医療法人社団藤聖会 富山西総合病院 看護部/事務部 〒939-2716 富山市婦中町下轡田1019 TEL 076-461-7700 FAX 076-461-7788
病院見学	随時受付中です。お気軽にご連絡ください。 ※新卒者はホームページをご確認ください。		

薬

院外処方でお薬との上手な付き合い方 お薬の受け取り方

この4月より、富山西総合病院・富山西リハビリテーション病院では、原則院外の調剤薬局でお薬を受け取っていただく院外処方に変更となりました。今回は院外処方になることで変化する、お薬の上手な受け取り方や注意すべきポイントについてご紹介いたします。

① 会計後、院内薬局で処方せんを受け取る



② ご希望の調剤薬局で薬を受け取る



知らない人は要注意  
処方せん発行から 4日経つ とお薬が受け取れなくなります

有効期限について

症状にあわせた適切なお薬を服用するために、処方せんには有効期限が設けられています。交付日を含めた4日以内にお薬を受け取らなければいけません。土・日曜、祝日は調剤がお休みの薬局も多いので、処方せんの期限切れには十分注意してください。

有効期限が切れた場合

有効期限切れで処方せんを再発行する際は、医師の許可が必要です。症状によっては再診察が必要になりますので、期限切れの処方せんをお持ちになって、担当診療科の診察時間内にご来院ください。また、再発行のための診察には、再診料と処方せん発行料がかかります。



スムーズなお薬の受け取りには

調剤薬局のスマートフォンアプリやFAXを使用して処方せん受付をするとスムーズにお薬を受け取れます。また、



富山西総合病院2階ローソンのマルチコピー機からFAXを利用することもできます(有料)。

より安全な服用のためにお薬手帳と  
かかりつけ薬局を有効活用しましょう

処方内容以外に、アレルギーや病歴など身体の情報をお薬手帳に記録しておくことで、副作用を未然に防げるのはもちろん、急病や災害の際もすぐに対応できるため安心です。また、かかりつけ薬局では、他病院の処方薬との重複や飲み合わせのチェック以外にも健康相談などもできます。ぜひ積極的に活用してみてください。



敷地内薬局が開設されました

4月に富山西総合病院の敷地内に「アイン薬局富山西店」が開設されました。工事期間中の騒音などでご迷惑をおかけしました。ご協力ありがとうございました。

