

病院と地域の皆さまをつなぐ情報誌

vol.56.2022

済生会小樽病院広報紙

さいせいおたる



INDEX

- 02 診療部長のご挨拶
- 03 さいせいニュース
- 04 小樽っ子サトシ君が聞く!
- 06 患者さまの声
- 07 地域連携病院の紹介／かかりつけ医
- 08 外来担当医師一覧表(2022年10月)



社会福祉法人 済生会支部北海道
済生会小樽病院

〒047-0008 北海道小樽市築港10番1号
TEL 0134-25-4321(代)
FAX 0134-25-2888
URL <http://www.saiseikai-otaru.jp/>
発行 和田卓郎 発行日9月30日
編集 広報室(松尾寛志)



ちゅう よう
中庸のすすめ

内科・消化器内科 診療部長
明石 浩史

「さいせい」をお手にとっていただきありがとうございます。今年は、冬は大雪、夏は猛暑に集中豪雨と極端な天候が続いています。9月半ばになり、自分的には暑くも寒くもなく「中ぐらい」の1年で一番過ごしやすい時期を迎えました。皆さんはいかがお過ごしですか？

そんな「中ぐらい」つながりで、今回は「中庸(ちゅうよう)」について少しお話をさせていただこうと思います。恥ずかしながら「中庸」な生き方とは平凡に生きることと思っていました。万事事なかれで、平凡に生きることが最高という意味に解釈していましたが、どうやら違うようです。

「中庸」は儒教の四書の一つで、論語でも「中庸の徳たるや、それ至れるかな」と称賛されていますが、最近読んだ「幸福はなぜ哲学の問題になるのか 青山拓央著」という本の中に「中庸」の話が出てきます。ここでの「中庸」は東洋思想の「中庸」ではなくて、古代ギリシャの哲学者アリストテレスが「ニコマコス倫理学」の中で語っている「中庸」についてです。

内容に関して専門家からお叱りを受けるかもしれませんが、自分の理解の範囲でお話したいと思います。同書の中で「中庸」とは「平凡かつ安全に生きる勧めではない、凡庸に生きる勧めではない、ほどほどの選択肢を選ぶことの勧めではない、高い嶺を目指すのではなく、ある程度の高さの山で妥協するのではない」と述べられています。そうではなくて両極端な行為、考えの間にあると思われる「最適」をめざす態度、考え方です。一般に良いこととされている「勇敢」「威厳」「気前の良さ」「健康」について、「勇敢」は臆病と無謀の間、「威厳」は卑屈と横柄さの間、「気前」の良さは浪費とケチの間、過食と過度なダイエットの間や運動し過ぎと運動不足の間に「健康」が生じると説明されていました。「間」というのはちょうど中間でなくてよく、どちらかに偏っていてもよいのですが、逆に丁度いい最適なバランスを考えないといけないので、見極めが難しいです。

さらに同書では「感情」のコントロールでの「中庸」について語られています。欲望、怒り、恐怖、自信、妬み、喜び、友情、嫌悪などに関して「中庸」さが重要になります。ここで、「怒り」に関して『中庸』な人物は、いつもほどほどにしか怒らない人ではなく、強く怒るべきときにはそれに応じた強い

怒りの感情を、やさしく怒るべきときにはそれに応じた弱い怒りの感情を持つ人」とされています。怒るときに適切な程度に怒る、悲しいときには、悲しみの程度に応じて悲しむ、嬉しいときは、その程度に応じて喜び、有頂天にならないということです。感情に関しても過不足なく、適切にコントロールできることが「中庸」ということになります。

医学・医療の場面でも、「中庸」ということを考える機会がたくさんあります。手術を受けるかどうか、化学療法するかどうか、人生の最期をどこで迎えるかななどを「決定」する局面がたくさんでできます。この場合の「中庸」は「中程度の手術」「軽い化学療法」「自宅と病院の中間的な施設」などではなく、医学的、患者さんの価値観から「最適」な方法を選択したり、療養場所を選択することになると思います。

そして、「感情の中庸」。病気を極端に恐れたり侮ったりせず適切に予防し、病気に罹ったときには極端に不安にならず冷静に療養し、そして残念ながら悲しい状況になったときは適切に悲しむことが重要です。負の感情に対して「中庸」を保つことはストレスを軽減し、職場や家庭での人間関係をよくすることにつながると思います。

とはいえ、人は極端な意見に惹かれます。たとえば「こうしたら必ず治る」といった治療法、いわゆる民間療法に惹かれたりします。保険診療している病院・診療所では医師は「治るという約束はできません。再発する可能性もあるし、副作用もあります」というふうに説明することが多いです。患者さんとしては「煮え切らない」「すっきりしない」と感じてしまうかもしれません。医療に限らず、ぱっと決めたり極端なことをいう強権的な指導者が人気を集めたり、国と国との関係でも時間のかかる勝敗の曖昧な外交交渉より戦争で白黒つけようとしたりする状況があります。昔から言われているように「中庸」を保つことは難しいということなのでしょう。「中庸」を保つこと、「中庸」的な考え方を身に着けるには不断の努力が必要ということだと思います。

かくいう自分は、妻に何食べようかと聞かれて、「肉でもいいし、魚でもいい、どっちがいいかな」とか言って優柔不断でいらいらさせている毎日です。「中庸」に至る道ははるかに遠いようです。



小樽桜陽高校生が インターンシップで看護体験^{!!}

8月17日、コロナ禍でも地元の高校生に看護の魅力を伝える機会となるよう、院内感染防止対策を講じ、看護インターンシップを行いました。



病棟見学、手術見学や手術ガウン着用・手洗い体験、体験モデル人形を使った寝衣交換やストレッチャー・車椅子乗車体験など、様々な看護体験をしていただきました。コロナ禍ということもあり、患者さんと触れ合う時間が取れないため、看護師がどのようなことに留意して患者さんと関わっているのか、手順書を提示し、具体的に説明しながら体験していただきました。



学生さんからは「一つ一つの事が患者さんの気持ちを考えて行動していることを学んだ」「看護師としての責任の大切さを学んだ」と、患者さんに寄り添い看護することの学びを深めてもらえたようです。

殆どの学生さんから、就職体験や様々な行事が中止する中、体験できたこと自体が貴重であり、今後の進路に活かしたいと感謝の言葉が聞かれました。

今回の経験が将来の進路に役に立ていただければ幸いです。



小樽っ子サトシ君が聞く!

脱腸^っってどんな病気?



サトシくん

サトシ君は小樽市の手宮方面に住む野球少年です。友達の卓ちゃんが「脱腸」になったよ。脱腸?って何だろう?

今日は消化器外科の木村先生に、脱腸について質問しに来たよ。

木村先生、友達のエースで4番の野球少年「卓ちゃん」が脱腸になったんです。脱腸ってなんですか?今日は脱腸について色々教えてください。



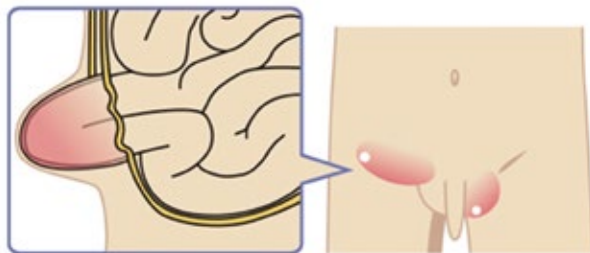
木村先生

はい。なんでも聞いてください。

Q1. 脱腸ってなんですか?でべそと違いますか?

どちらも、正式な呼び名ではありません。「ヘルニア」というのが正しく、言葉の意味は、ある臓器が本来あるべき場所から脱出した状態を指しており、その部位によってさまざまな呼称が存在します。いわゆる「脱腸」は「鼠径部ヘルニア」を指すと思われます。「鼠径(そけい)部」は、足の付け根、座ったときにお腹と足の間にできるシワのあたりですね。

「でべそ」はちょっと違うこともありますが、「臍ヘルニア」になっていることがあります。



横から見た状態



Q2. どんな人がなりやすいですか?

おなかに力を入れる機会や立っていることが多い人(肉体労働者、声楽家、吹奏楽器の演奏、便秘症の人、前立腺肥大症の人、咳が多い人など)に多く、妊娠なども誘因とされています。

また、喫煙との関係性も疑われています。その他、高齢、るいそう(ひどく痩せた状態)でもなりやすいとされます。

Q3. 起こる原因はなんですか?

大人と子供で原因は異なると言われます。もともと構造的に弱い場所なのですが、さらにそこが弱くなってヘルニアになってしまうのが大人です。こどもでは、生まれる前に一時的に開いている孔が閉じきれないと発生します。

Q4. ヘルニアになるとどうなりますか？痛いですか？

膨らみます。腸などがはみでて(これぞ脱腸!)、孔に引っかかって戻りにくくなると時に痛みがあります。ほかの内臓や脂肪がとびでることもあります。どうしても出っ張りをもどせないヘルニアを、「嵌頓(かんとん)ヘルニア」と呼びます。とびだした内臓が壊死すると、稀に命に関わります。ですから、この「嵌頓ヘルニア」の時だけは大きくて対応が必要です。



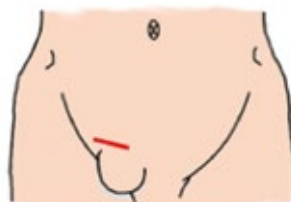
Q5. どうやったら治りますか？自然に治りますか？

大人では自然には治りません※。治療は「手術」です。当院で主に行っている大人の手術では、人工物(メッシュ状のシートなど)で補強する手術が現在の主流です。

※小児では自然治癒が期待されることも多く、適切な時期において手術を検討します。

Q6. 手術ならどれくらい時間がかかりますか？痛い？ 入院期間はどれくらいですか？

当院で主におこなっている腹腔鏡下手術であれば1~1.5時間です(片側の場合)。キズが小さい分、以前より術後の痛みは少ないとされています。年齢、性別、持病の有無によって、従来からの方法(鼠径切開法)も行っています。入院期間は当院クリニカルパスでは4日間です。



鼠径切開法
(従来法)



腹腔鏡下
ヘルニア修復術

Q7. 手術を終えた卓ちゃんのところにお見舞いに行って、 面白い話をして笑わせたら、 「傷口が開くから笑わせないで」って、 言われたけど笑いすぎると縫ったところが開いちゃうの？

普通はその程度では開きません。でも痛いと思います。



木村先生、今日はありがとうございました。
またひとつ賢くなりました。

また何か気になることがあったら
いつでも聞きに来て良いですよ。





患者さまの声



《ご意見・お叱りの声》

※患者さまからのご意見やご要望を、お寄せいただくために『ご意見箱』を設置しております。病院が少しでも利用しやすくなるように取り組んでおりますのでお気づきの点が御座いましたら何なりとお知らせください。

毎日清掃して頂き、恐縮ですが、気になっている事があります。ゴミ箱の件ですが(部屋の)、回収の際、大変でしょうが、中が汚れているのです。小さいゴミが付着しているので、湿った紙で1回拭き取りの方が衛生的で、又、気持ちよく使用できると思います。

貴重なご意見を頂き、誠にありがとうございます。衛生管理を保ち、皆様が気持ち良く過ごして頂けるよう、ダストボックス内の取り残し、汚染確認及び清拭など、改めて清掃手順を徹底致します。この度は誠に申し訳ございませんでした。貴重なご意見をもとに、患者様が過ごしやすい環境づくりに努めてまいります。(経理課)

①入院時の楽しみの一つはTVです。いつも見ていた番組を続けて見たいと思うのですが、残念ながらBSが入らず!!昔の番組、教養番組、韓国ドラマなど…。見るようにするには難しいでしょうか。希望します。

②洗濯機、乾燥機を使うとき、100円玉しかだめで、両替機もなく、必要のないドリンクを買ってくずした。両替機があると良い。

①BS視聴に関するご要望に関しましてご意見を頂きありがとうございます。現在、当院のテレビは地上波放送のみの視聴となっております。BS放送を視聴するには新たに費用が発生し、料金の引き上げが必要となりますので、直ぐに対応できない状況です。申し訳ございません。この度のご意見は今後のサービス改善の参考とさせていただきますと思います。貴重なご意見を賜り誠にありがとうございました。(総務課)

②両替につきましては平日(月～金)9:00～17:00の時間帯に1階会計窓口にて可能です。お手数をお掛けいたしますがよろしくお願いいたします。(医事課)

《お褒めの言葉》

7回目の入院は検査が大変でしたが良い診断でした。外来通院はしますが、なるべく日常生活を自立で生活したいと願っています。スタッフ(看護)、ナースিংエイドの皆様、とてもお世話になりました。ラッキーセブンの入院を最後と願いつつ、皆様の健康と安全を祈ります。

診断結果に異常がなく、ほっとされたことと思います。私達看護師も嬉しく思います。通院は大変でしょうが、これからも健康に留意され、充実した日常生活を送れることを願っております。(看護部)

他の病院では経験したことがないのですが、ここの病院は廊下ですれ違う時、80～90%の人が会釈・挨拶をしてくれます。はじめはびっくりしました。声を出して挨拶するのはとても気持ちのいいものです。従業員のほとんどの人がきちんと教育されているのだなあと、うれしくなりました。

この度はお褒めの言葉を頂き誠にありがとうございます。このような心温まるお言葉は職員一同とても励みとなります。今後も接遇の基本である挨拶を全職員心掛けてまいります。貴重なご意見ありがとうございました。(医療クラーク課)



たくさんのご意見をいただき、ありがとうございました!!
今後とも、当院をよろしくお願いいたします。

きずな 地域連携病院の絆

～安心の地域医療サービスをめざして～



小樽市花園1丁目1-9
KGビル2F
TEL 0134-64-6321

【診療時間】

月・水・金 9:00～17:00
火 9:00～19:00
(17:00～19:00 予約診療)
木・土 9:00～12:00

【受付時間】

平日 11:30/16:30
火曜日 11:30/18:30

【休診日】

日曜・祝日・第5土曜日

【北海道中央バス】

「市役所通り」より徒歩3分

花 園

〔糖尿病内科・内科〕

小樽なかがき糖尿病・内科クリニック

院長 中垣 整（なかがき おさむ）先生

一人一人に誠実に、丁寧な医療で寄り添います。

2021年11月に開院いたしました糖尿病および生活習慣病を中心に診療するクリニックです。

当院は小樽・後志管内では数少ない糖尿病専門医のクリニックで、小樽の中心部である花銀通りにあります。糖尿病は一生付き合っていく必要のある病気で、血糖値が高いまま経過すると最初は無症状ですが、いずれ失明や透析などの合併症を引き起こす病気です。糖尿病の治療は食事や運動などそれぞれの患者様のライフスタイルに合わせた治療が必要ですので「内服薬を減らしたい」、「インスリン注射をやめたい」、「血糖値をもっと下げたい」などのご希望がございましたらお気軽に当院にご相談ください。糖尿病専門医と糖尿病療養指導士、管理栄養士の糖尿病専門スタッフが皆様により添いながら一緒に治療をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



「かかりつけ医」を持ちましょう

「かかりつけ医」とは？

病気やけがなどの通院治療はもちろん、日頃の健康管理を行っていただく、地域の身近なお医者さんのことです。気になることがあったら、まず「かかりつけ医」に相談しましょう。専門的な治療や検査、入院などが必要となった場合は適切な医療機関を紹介し、病院の架け橋となってくれます。



かかりつけ医をお持ちでない患者さんには、
病気やお住まいの地域に合わせてご紹介いたします。
お気軽にご相談ください。

外来担当医師一覧表(2022年10月)

●受付時間/午前8:50～11:30 午後12:40～16:00

診療科		月	火	水	木	金
内科・ 消化器内科	午前	舩谷治郎 明石浩史	水越常德 安丸卓磨	宮地敏樹 水越常德	宮地敏樹 明石浩史 永洞明典	舩谷治郎 明石浩史 石上啓介
	午後	志谷真啓 水越常德	宮地敏樹 永洞明典	本谷雅代 内科医師	舩谷治郎 内科医師	水越常德 安丸卓磨
循環器内科	午前		高田美喜生 村上 直人	國分宣明	高田美喜生	中田 圭
	午後					高田美喜生
脳神経内科	午前	林 貴士	松谷 学	藤倉 舞	脳神経内科 医師	松谷 学 水越誉久
	午後	藤倉 舞		林 貴士		
緩和ケア内科 ※完全予約制	午前	菊地未紗子	菊地未紗子	菊地未紗子	菊地未紗子	菊地未紗子
	午後	菊地未紗子 (第1・3・5)		菊地未紗子		菊地未紗子
外科・消化器外科	午前	木村雅美	田山 誠	木村雅美	片山知也	外科医師
乳腺外科 ※完全予約制	午後			島 宏彰 (第3)	和田朝香 (第1)	
整形外科	午前	和田卓郎 池田康利 濱田修人 近藤弘基	織田 崇 池田康利 近藤弘基	織田 崇 濱田修人 加我美紗 清水淳也	近藤真章 和田卓郎 池田康利 近藤弘基	織田 崇 濱田修人 加我美紗 高橋克典
	午後 ※予約・ 紹介患者	近藤真章	廣瀬聡明 (第2・4)	織田 崇	池田康利	札幌医大医師 (第3)
リハビリ テーション科	午前					
	午後				石合純夫 (第1)	
泌尿器科	午前	堀田浩貴	安達秀樹 加藤秀一	堀田浩貴	堀田浩貴	安達秀樹 加藤秀一
	午後					

