

無料 (ご自由にお持ち帰り下さい)

編集・発行／茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター

茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター

〒309-1793 茨城県笠間市鯉淵6528 ☎0296-77-1121

ホームページ <http://www.hospital.pref.ibaraki.jp/chuo/>

2021年
Vol.41

ほっとタイムズ



新入職員の看護師

特集
令和2年度
患者満足度
調査結果

教えてドクターQ&A
先が見えない
疲れと不安
「コロナうつ」
について



新入職員のコメディカル及び事務職員

ドクター紹介 8

整形外科 部長 新堀 浩志

整形外科 医員 長沼 英俊

当院で活躍する認定看護師 8

乳がん看護認定看護師 高橋 知子

連携医療機関のご紹介 9

みのりデンタルクリニック／希望ヶ丘ひきクリニック

地域連携だより 各診療科のご紹介 10

周産期センター

病院長メッセージ

「新型コロナウイルス感染症に対する
ワクチンについて」 11

トピックス 12

令和3年度 辞令交付式を執り行いました

令和2年度 患者満足度調査結果

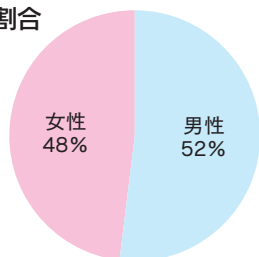
外 来

【調査実施日】

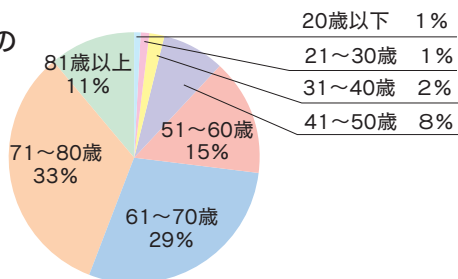
令和3年2月4日(木)・
9日(火)・10日(水)・12(金)

【回答数】450

■性別割合

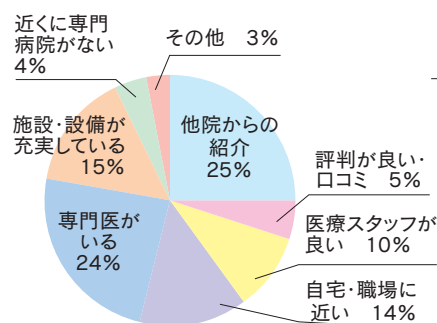


■患者の年齢

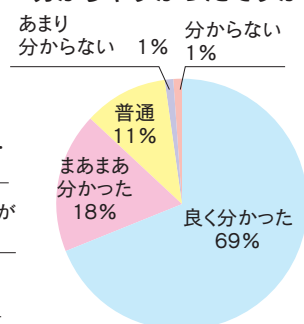


■当院を選んだ理由

※複数回答可



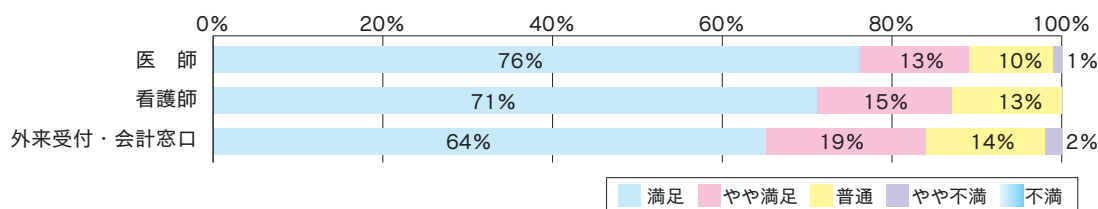
■医師からの病状や治療法、検査や薬に関する説明は分かりやすかったですか



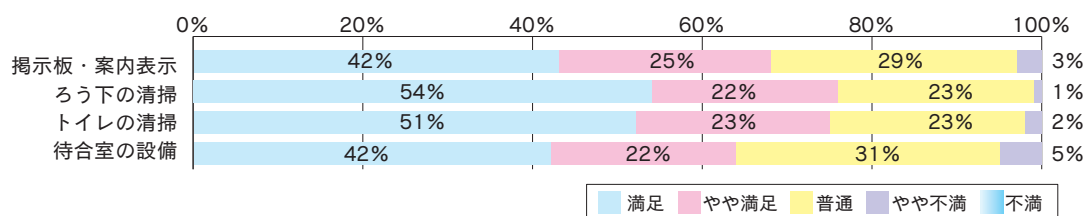
■本日の診察までどのくらい待ちましたか

	予約あり	予約なし	合 計
30分未満	159	3	162
30分～1時間	125	6	131
1時間～1時間30分	41	5	46
1時間30分～2時間	18	0	18
2時間～3時間	11	0	11
3時間以上	2	1	3
合 計	356	15	371

■職員の対応 (礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ) についてどう思われましたか

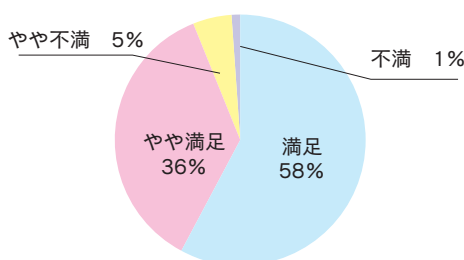


■院内の環境についてどう思われますか

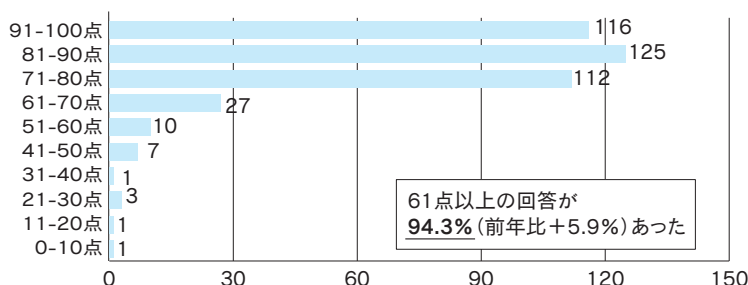


■当院を受診されて満足 of いく 外来診療を受けることができましたか

(全国自治体病院協議会 医療の質の評価・公表推進事業 調査項目)



■点数評価では何点ですか (100点満点で評価)



61点以上の回答が
94.3% (前年比+5.9%) あった

当院にて患者満足度調査を実施いたしましたので、集計結果について皆様に報告させていただきます。いただきました貴重なご意見をもとに改善の努力をしております。アンケートにご協力くださった皆様、誠にありがとうございました。

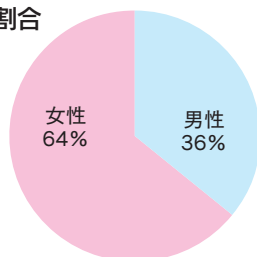
入院

【調査実施日】

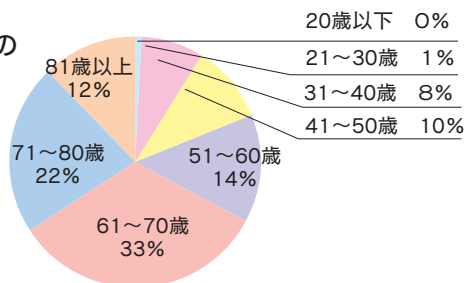
令和3年2月9日(火)
～19日(金)

【回答数】 73

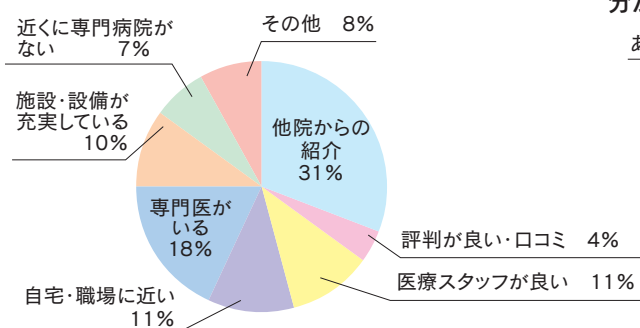
■性別割合



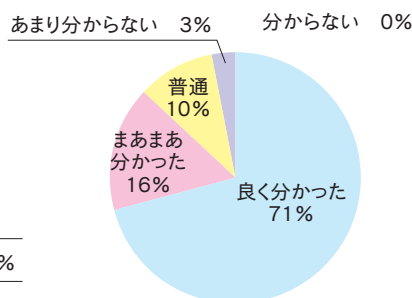
■患者の年齢



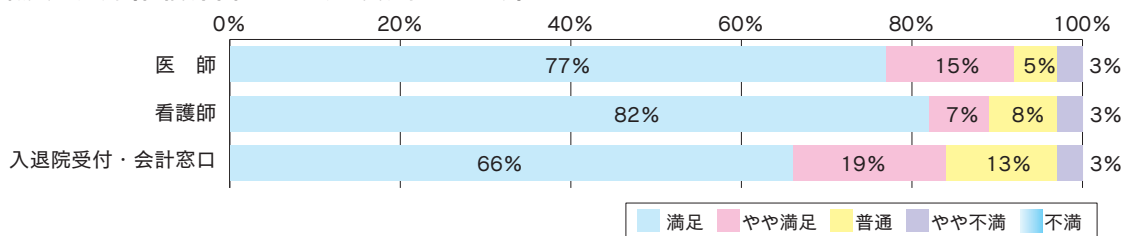
■当院を選んだ理由 ※複数回答可



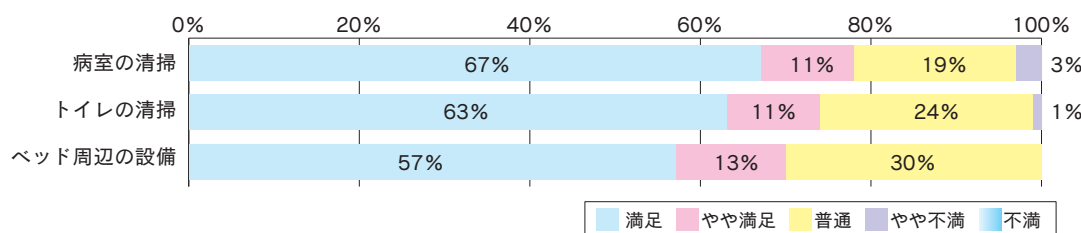
■医師からの病状や治療法、検査や薬に関する説明は分かりやすかったですか



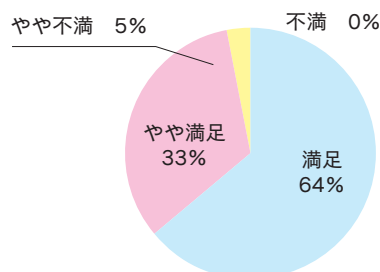
■職員の対応(礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ)についてどう思われましたか



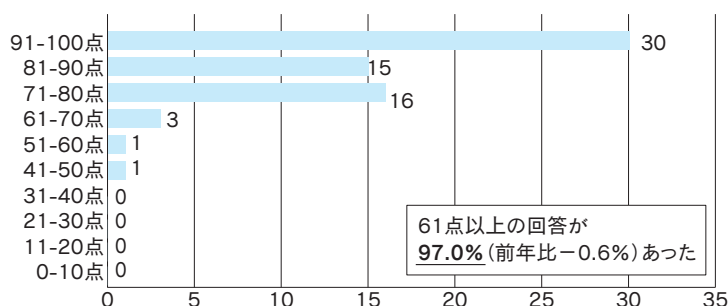
■院内の環境についてどう思われますか



■今回入院されて満足のいく治療を受けることが出来ましたか？



■点数評価では何点ですか(100点満点で評価)

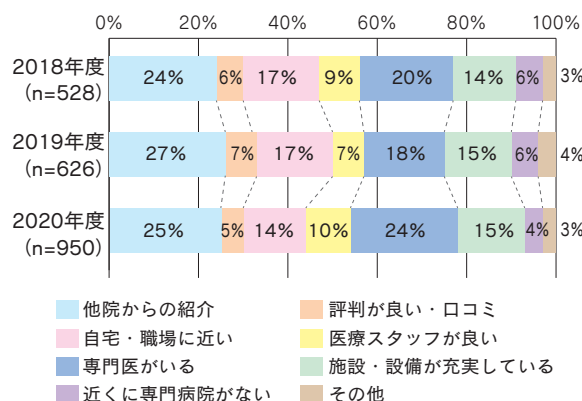


患者満足度調査年度比較(2018～2020年度)

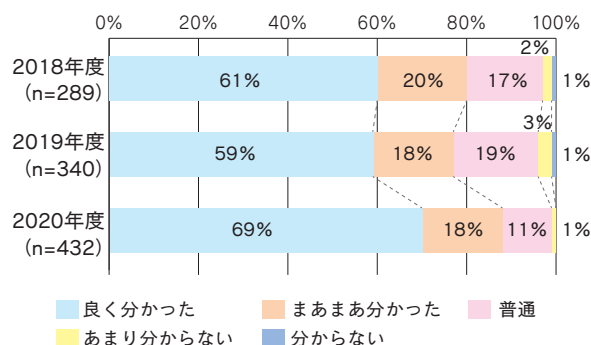
外 来

スペースの関係上、主な項目を抜粋（表中のnは有効回答数）

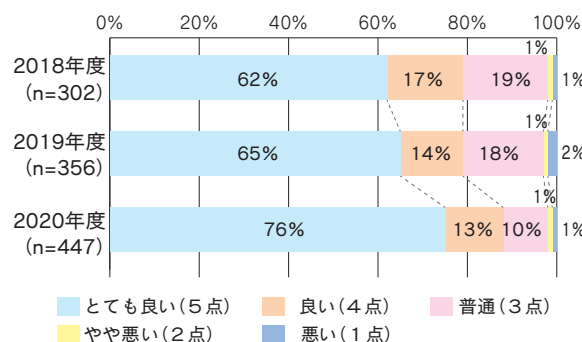
■当院を選んだ理由(複数回答可)



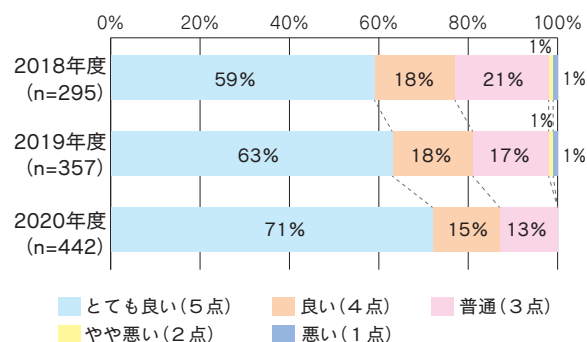
■医師からの病状や治療法、検査や薬に関する説明について



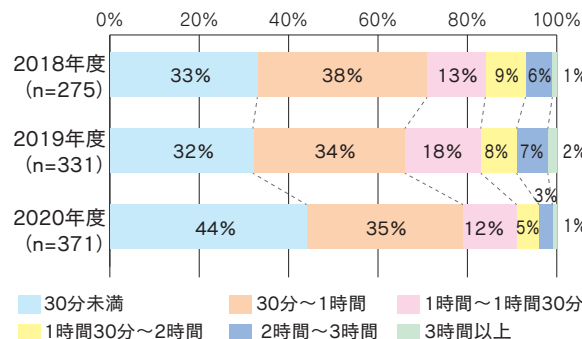
■職員の対応:医師(礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ)について



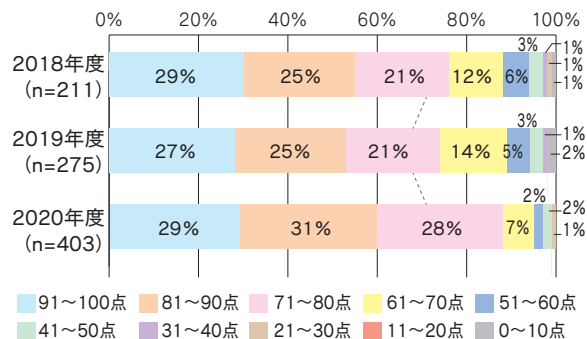
■職員の対応:看護師(礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ)について



■診察までの待ち時間について



■当院の評価について:点数評価では何点ですか(100点満点評価)



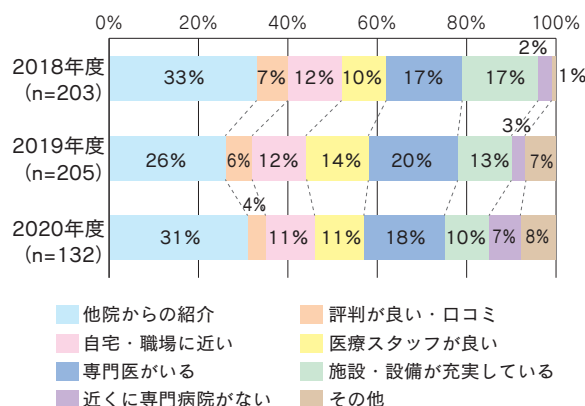
～評価のまとめと今後の取り組みについて～

今回の「外来」についての満足度調査は全体的に少しずつではあるが、改善がみられ、よい評価につながっております。今後も問題点をスタッフ全員で共有し、よりよい病院作りにつなげてまいります。

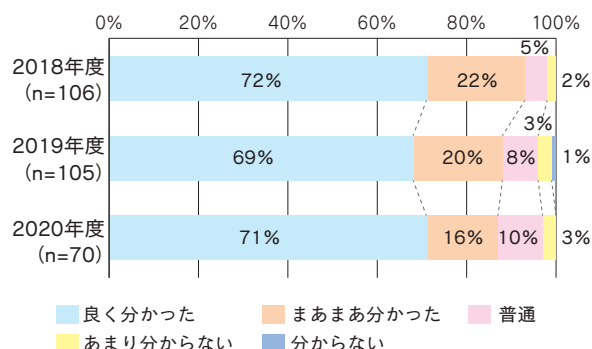
入院

スペースの関係上、主な項目を抜粋（表中のnは有効回答数）

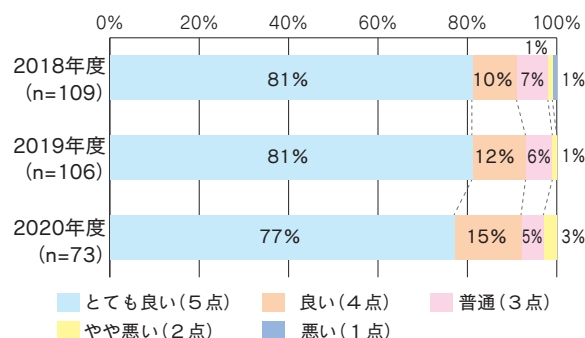
■当院を選んだ理由(複数回答可)



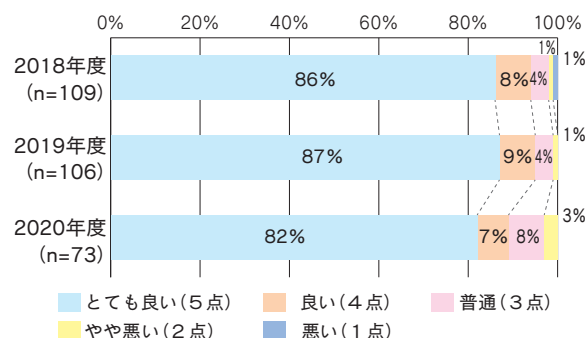
■医師からの病状や治療法、検査や薬に関する説明について



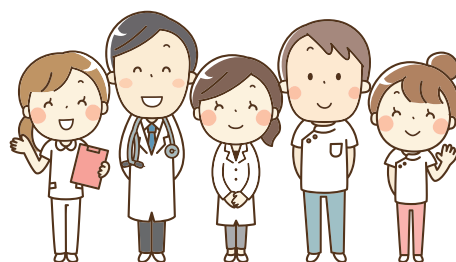
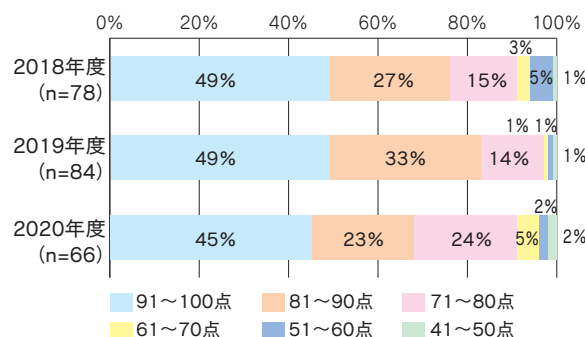
■職員の対応:医師(礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ)について



■職員の対応:看護師(礼儀、言葉づかい、態度、身だしなみ)について



■当院の評価について:点数評価では何点ですか (100点満点評価)



～評価のまとめと今後の取り組みについて～

高評価を得た項目に関しては、引き続き維持できるよう努めるとともに、院内の環境の改善、また今回の調査結果では特に取り組むべき課題として、職員の対応（入退院受付・対応窓口）の評価アップにつなげられるよう、全職員の接遇向上に引き続き尽力してまいります。

先が見えない疲れと不安 ～「コロナうつ」について～

長引くコロナ禍で、先が見えない疲れや不安から、心身に不調をきたすケースが増えています。そのようなストレスからくる「コロナうつ」にどう対処し、どう乗り越えていくべきなのでしょう。くわしいお話を精神科部長 佐藤晋爾先生にうかがいました。

Q：はじめに、「コロナうつ」とは何でしょうか？

佐藤先生（以下、佐藤）：最近、「コロナうつ」という言葉がマスコミ等でとりあげられているようです。私は、この1年でテレビをほとんど見なくなったので一理由は後で申し上げます、このような言葉があることを知りませんでした。

色々調べますと、コロナによって「仕事を失った」「人間関係が変化した」「先が見えない」など様々なストレスを抱えることによって起こる心身の不調のことと考えてよいと思います。逆に言えば、コロナに関する状況が変化すれば、回復する可能性が十分にある状態なのかもしれません。

Q：「コロナうつ」を予防するためには、 どのような点に注意すればいいですか。

佐藤：厚生労働省がホームページで公開している点を参考にして、普段、心がけていただきたいことをご説明したいと思います。



1. コロナウイルス感染症について正しい知識を持つ

人が不安になるのは「それが何だか分からない」という時です。正確な知識を持つことは大きな武器になります。もっとも、その知識が「正しい」かの目安を知っていることも重要です。目安になることを以下に記載しますので、参考にしてみてください。

イ) 断言していない

科学的知識には必ず限界があります。ですから、「今の時点では、この点はわかっているが、この点はまだわかっていない」と正直に書かれているものは信頼できると考えてよいでしょう。

ロ) 知識の発信源が明記されている

どこからの情報ががはっきりしないものはただの噂かもしれません。

ハ) その発信源は信頼できるところのものか

大学の研究や学術雑誌に掲載されている情報かを確認することも大切です。テレビなどで受け身になって情報を得るのではなく、ご自身で積極的に情報をつかみ取ろうという姿勢が大切です。

2. 納得のできる感染予防を講じる

どのような予防をすれば十分なのかをまず調べましょう。残念ですが「完璧な感染予防」は科学的にあり得ません。ですから、「できる限りのことをする」、言い換えれば、ご家族や職場の方々皆さんが「納得してご自分たちができる範囲の予防対策をする」ことを習慣にしまいましょう。ここで大事なことは全員が参加することです。どなたかが「私はやらない」となるとお互いに不満やストレスが増えるだけなので気を付けましょう。

3. ネットやテレビをなるべく見ない

これはいくつかのメンタルヘルスの論文でも提唱されています。最近の情報番組は、感染者数や今年から始まった予防注射の副作用の数をただ並べるだけで、それが科学的にどのような意味があるのかを、しっかりと説明しているのを、少なくとも私は見たことがありません。時間の関係もあるのですが、偉い先生が出演なさっていても医療崩壊を唱えるだけで、どうすればいいのか、すでに行われている「外出を控える」以外の具体的な対応を聞いたことがありません。そのようなものばかりご覧になれば、不安になってしまうのも無理ありません。

もしもインターネットを使うのであれば「不安な時にどうするか」「おちこんだ時の工夫」だけを調べる、あるいはテレビも「不安やうつの時にどうすればいいか」を特集している良い番組があれば視聴する、あるいは皆さんが楽しみになさっているドラマやスポーツ番組などに限ってご覧になるのはいかがでしょうか。

4. 生活のリズムを整える

基本的なことですが、早寝、早起き、食事をしっかりとる、身づくろいをしっかりとる、家の中でだらだらと過ごさずに家事等を行う、「三密」にならないところで適度に体を動かすなど、今が特別な状態であると自分でも思わないよう、できるだけ普段の生活に近づけるなどの工夫をしてみたいでしょうか。普段の生活と全く同じようにするというのは無理でしょうから「近づける」だけでもいいのです。

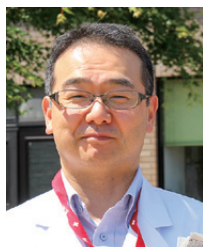
5. いざという時にどうすればいいかを把握しておく

もしご自身の感染が分かったら、あるいはご家族が感染したら、どうすればいいのかをあらかじめ把握しておくことも重要です。慌ててパニックにならないように、そのような場合の連絡先、どのような対応をしてもらえるのかなど、保健所や市役所などで尋ねておくのも安心につながります。

Q：どのような時に専門家に相談した方がいいのでしょうか？

佐藤：なんだかだるい、食欲がなくて体重が1kg以上落ちた、夜途中で起きる、朝早く起きてしまう、しかも昼寝もできないなどの状態が、①ほぼ毎日、②2週間続く、③さらにコロナの状況が変化しても変わらない（たとえば緊急事態宣言が解除される等）ようなら、まずはお体の問題がないか近隣の内科の先生に見ていただいてください。

そこで異常がないとの診断でしたら、専門的な治療が必要なうつの可能性があります。お近くの心療内科、精神科のクリニックなどにご相談ください。



佐藤先生から
ひとこと

精神科 部長
さとう しんじ
佐藤 晋爾

精神科の考え方としては、コロナウイルス感染症の流行は一種の災害のようだとされています。先が見えない不安、長期にわたる不便さ、被害にあわれた方（感染された方）とそうでない方との様々な格差、情報を得ることが苦手な方の生活が不利になること、健康を害している方の生活の質が大きく下がってしまうことなど、コロナウイルス感染症の流行と災害には多くの共通点があります。

茨城県は先の東日本大震災でも大きな被害を受けました。皆さん、あの時、どのように行動し、どのようにご自分の気持ちを保つ工夫をなさったのでしょうか。

目先の情報に左右されず、「長期戦」と腹を括り、その時々状況に一喜一憂しないで、長い目でご自分の生活やお仕事を見直すのはいかがでしょうか。「ピンチをチャンス」にできればいいですね。

厚生労働省ホームページ「こころの耳」で「新型コロナウイルス感染症対策（こころのケア）」というページがあり、具体的な相談や対処法がのっています。ぜひのぞいてみてください。

https://kokoro.mhlw.go.jp/etc/coronavirus_info/#head-1

ドクター紹介



整形外科
部長

しん ぼり ひろ し
新堀 浩志

当院へ赴任してから、いつの間にか10年以上経過してしまいました。茨城県は自分にとって第二の故郷と呼べるぐらい思い深い土地です。私は整形外科分野の中でも主に外傷(重度損傷等)や脊椎、末梢神経障害を中心に診療、治療させていただいています。

当科で治療に当たる方々は若年からご高齢の方まで幅広いですが治療後、皆様が元気に笑顔で退院する姿を拝見するたびに次の活力とさせていただいています。当科整形外科チーム含め、病院のスタッフ、多くの方の援助で、現在の自分が働いています。常にそのことを忘れずに、これからも地域住民の方々に少しでもお役に立てるよう努力していく所存です。



整形外科
医員

なが ぬま ひで とし
長沼 英俊

2019年4月から当院に赴任しました。人工関節(股関節、膝関節を中心に)の分野に興味があり、主に担当しております。人工関節は現在、術後満足度が高く、30~40年再手術をしなくてもよくなりました。さらに当科では患者さんに「より自然で、使いやすい」人工関節手術を目指して手術手技の改良(ナビゲーションと術中イメージを組み合わせた技術など)を中心に取り組んでおります。

また当院は地域の基幹病院として、大腿骨頸部骨折をはじめとする一般外傷や、脊椎疾患を抱えた患者様も受け入れておりますので、あわせてよろしくお願いいたします。

当院で活躍する認定看護師

乳がん看護認定看護師

たか はし とも こ
高橋 知子

乳がんは女性が罹患するがんでは1位であり、家庭や社会で重要な役割を担う40~50歳代でピークとなっています。乳がんの治療は、手術療法・化学療法・内分泌療法・放射線療法など集学的治療が行われ、治療期間や経過観察も長期に及びます。また、妊孕性・乳房再建・遺伝性乳がんなどの不安があることも特徴的です。

乳がん看護認定看護師は、患者さんへの心理的支援や治療選択の支援、治療に伴うセルフケア支援、ボディイメージの変化への支援、リンパ浮腫への対応などをおこなっています。患者さんとそのご家族の気持ちに寄り添い、その人らしさを大切にした支援を心がけています。



乳がん看護認定看護師 写真左より園原看護師、高橋看護師

かかりつけ医を
持ちましょう

連携医療機関のご紹介

地域の身近で気軽に相談できるかかりつけ医である医療機関をご紹介します。

みのりデンタルクリニック

院長 杉本 敏樹

昭和60年8月に現在地に開業して以来、今年で36年目になる歯科医院です。

歯科麻酔学会・障害者歯科学会の各認定医資格を有し、齲蝕・歯周病・入れ歯などの一般歯科治療に加え、平成7年より歯科治療困難者（児）にも対応して来ました。

日帰り全身麻酔、鎮静法などを駆使し約4000例の実績があり、最近は歯科治療恐怖症・異常絞扼（嘔吐）反射などへの対応機会も増加しています。

個人歯科医院ならではの“患者さんの事情を考慮した柔軟な対応”を心掛けています。

お困りの方は是非ご相談ください。



■所在地：小美玉市西郷地1343

■電話：0299-48-0888

■診療時間：午前9:00～午後18:30（午後13:00～14:30昼休）

■休診日：水曜、日曜、祝日は基本午前中診療

希望ヶ丘 ひきクリニック

院長 比氣 利康

1999年に小美玉市に開業して以来、21年目となります。開業以来、茨城県立中央病院には主に病診連携室を通して、時には診療時間外の急患など様々な患者様の診断や治療をお願いし、快く診察して頂き感謝しております。

当院は、地域のかかりつけ医として、大人からこどもまで相談できる窓口になれる医療機関を目指しております。風邪や生活習慣病である（高血圧・糖尿病・高脂血症）・呼吸器疾患・心臓疾患などを内科疾患全般の診察から、消化器疾患に関しましては、消化器病専門医として大腸ポリープ切除など専門的な治療まで行っております。

狭心症の治療・がんの治療などクリニックではできない治療や検査など専門医の診断治療が必要な場合や、治療後の自院通院中の患者様の定期観察時には、病診連携室を通して情報交換・やり取りが可能ですので、患者様も安心されております。今後ともよろしくお願いいたします。



■所在地：小美玉市中台843-10

■電話：0299-36-8101

■診療時間：午前9:00～12:00、午後14:30～18:00、
土曜午後は14:30～17:00

■休診日：水曜、日曜、祝日

地域連携 だより

地域連携機関の皆さま方には当院の地域連携に格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

また、患者さんにおかれましても常日頃ご支援をいただき、誠にありがとうございます。地域連携だよりのコーナーでは当院の情報をお知らせいたしますので、今後ともよろしくお願いいたします。

各診療科のご紹介



周産期センター

産婦人科 部長
(周産期医療担当)

あべ　かなこ
安部　加奈子

※写真前列右から5番目

周産期センターは、多職種の医療スタッフで妊娠と分娩、新生児に関する診療を行っています。当院の周産期部門は、平成27年より産科診療を再開して5年が経ちました。再開当初は、院内助産システムを活用し、比較的风险の少ない妊産婦の診療からスタートし、徐々に診療範囲を拡大しながら分娩数も増えてきており、平成30年より周産期部、平成31年より周産期センターと名称を改めて診療を継続しております。

「精神疾患」や「内科疾患」をかかえる妊婦さんの診療も、精神科・内科およびこころの医療センターと連携することで可能となりました。特に、精神疾患をかかえる妊婦さんの診療に関しては、以前は、受け入れ病院が筑波大学附属病院しかなかったために県央地区および県北地区の妊婦さんは遠方への通院を余儀なくされていましたが、当院での受け入れによりに利便性は向上しています。

茨城県内で唯一の「助産施設認定」を受け、経済的理由により入院助産を受けられない妊産婦さんの対応も行っています。また、複雑な家族背景やDV、親の知的・精神的障害、不安定就労などで育児困難が予測される特定妊婦と呼ばれる妊婦さんを地域や行政と連携して支援するための要支援妊産婦多職種連携会議を開催しており、医師、助産師、看護師、ソーシャルワーカー、地域の保健センター、地域の行政の担当者などと情報共有を行い、病院から地域への切れ目のない支援の実現を目指しています。

「授乳とおくすり外来」も開設しております。精神疾患や内科疾患を合併する妊婦さんの診療に欠かせない薬物療法と妊娠・授乳についての相談を、妊婦授乳婦薬物療法認定薬剤師やIBCLC（国際認定ラクテーションコンサルタント）の資格をもつ医師、助産師にすることができ、くすりを飲みながらの妊娠と母乳育児について総合的にサポートできる体制が整っています。また、「産婦人科遺伝外来」では、NIPT（新型出生前診断）の遺伝カウンセリングなども行っております。

笠間・水戸地域のみならず県央県北の地域の先生方と連携して、今後も妊産婦さんの診療にあたってまいります。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。

—第4回—

「新型コロナウイルス感染症に対する ワクチンについて」

茨城県立中央病院
茨城県地域がんセンター

しま ずい
病院長 島居

とおる
徹



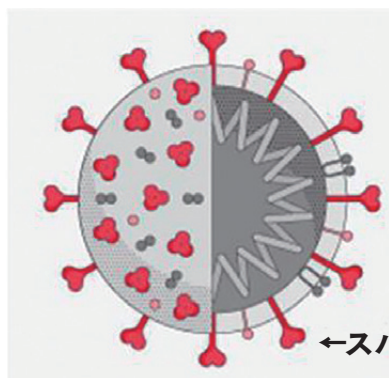
新型コロナウイルス感染症は茨城県の発生から1年が経過し、県内でもワクチン接種が始まりました。ワクチンは天然痘の種痘以降、感染症予防として最も有効な手段です。従来、弱毒生ワクチン、不活化ワクチン、トキシイドがあり、開発には長期間が必要とされていましたが、新型コロナウイルスワクチンは新しいタイプの核酸ワクチンとして開発されています。これはウイルス免疫が効果的に誘導される「ウイルス蛋白の一部」を体内で作らせようとするもので、その蛋白の遺伝子の情報である核酸(DNAやRNA)を使います。DNAの遺伝子情報はmRNAに転写され、その後蛋白が細胞で作られます。本邦で承認されたファイザー社製のワクチンはmRNAワクチンで、新型コロナウイルスが感染するときの重要な構造であるスパイク蛋白(図)を標的としています。mRNAは注射後には自然分解され、人間の細胞の遺伝子に組み込まれることはありません。mRNAは壊れやすいため、このワクチンの保存には冷凍設備が必要となります。

ワクチンとしての効果は、注射されたmRNAをもとに体内でスパイク蛋白が合成され、それに対する抗体が作られることにより免疫を獲得します。43,000人が参加した臨床試験では発症予防効果は95%、すなわち発症リスクを1/20に抑える効果が認められました。重症化予防効果もあるとされます。最近、無症候感染を減らすという報告もありますが、他への感染源となることを予防するかどうかはわかっていません。マスク着用や濃厚接触をさけるなどの感染対策は、変わらず必

要だろろうと思われます。

副反応としては、注射部位の痛み、だるさ、頭痛、筋肉痛、寒気、発熱などの風邪様症状が数日間現れることがあり、ウイルス蛋白に対する免疫反応による症状とされます。重篤なアレルギーのアナフィラキシー反応が出ることもあり、今回のワクチンでは、mRNAを包む微小な粒子の膜成分であるポリエチレングリコール(PEG)へのアレルギーが一因とされ、PEGは多くの医薬品や化粧品などにも含まれており、すでにアレルギーのある人は接種をしない方が良いとされています。通常は接種後15分、ひどいアレルギーのリスクがある人は30分の見守りが必要です。

ワクチンの効果と副反応を正しくご理解いただき、接種を前向きに考えていただきますようお願いいたします。



←スパイク蛋白

新型コロナウイルスの構造

(<https://www.abcam.co.jp/content/structural-and-functional-mechanism-of-sars-cov-2-cell-entry-3> を改変)

令和3年度 辞令交付式を執り行いました



新入職員の医師

4月1日に辞令交付式が行われ、当院にも新入職員が入職しました。島居病院長より「当院の理念は『患者さんに優しい、質の高い、県民に信頼される医療』を提供することです。また当院は救急、がん診療などの政策医療に加えて、様々な機能を備えた県立唯一の総合病院としての役目を担っています。新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、多くの制限がある状況ですが、皆さんにはコロナ対策を徹底し、医療を通じて地域へ貢献していただきたい」と式辞が述べられました。



辞令交付式の様子

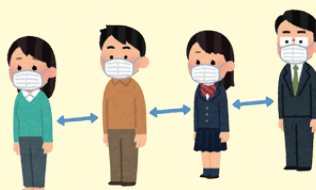
～ひとりひとりしっかりと！感染対策をお願いします～

- マスクをつけましょう！



- 手指消毒はしっかりと！

- ソーシャルディスタンスを守りましょう！



- 検温は忘れずに！

茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター

〒309-1793 茨城県笠間市鯉淵6528 ☎0296-77-1121

ホームページ <http://www.hospital.pref.ibaraki.jp/chuo/>

