

あすなろ

No. 56 新年号

院長新年のご挨拶……………P2

特集

女性のための医療 乳腺外科編
乳がんを見逃さない為に…P4

平成 19 年度
患者満足度調査結果……………P6

皆様の声……………P7

お手軽エクササイズ
あっちゃん体操♪…P8

あなたの町のお医者さん…P10



特定・特別医療法人
かりゆし会 **ハートライフ病院**

<http://www.heartlife.or.jp/>

患者さんに、
来訪者に、
職員同士で。

笑顔で親切

笑顔だと、
気持ちいいよね。

接遇向上実践中!!



新年のご挨拶

院長 奥島 憲彦

平成21年を迎え、皆様元気にお過ごしのことと存じます。昨年来の経済不況で全国的に厳しい社会状況が続いています。また、医療界も医療崩壊に歯止めがかからず、病院の倒産や閉鎖、合併などが相次いでいる状態です。この様な厳しい状況ですが、ハートライフ病院は中城村、西原町、宜野湾市を中心とした中部医療圏の皆様のための総合病院として地域医療に全力を尽くし、24時間の救急診療にも対応してきました。これからも、当院の理念であります「わたしたちは心と心を結ぶ信頼される医療をめざします」を実践していくつもりです。

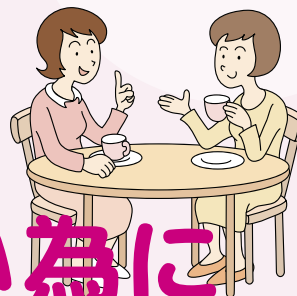
ところで、皆様ご存じの様に国が毎年2千2百億円の医療費削減をしてきたことや医学部の入学人数を減らしてきたことなど医療政策の失敗により、いま医療はいろいろな所で崩壊してきています。特に病院での医師不足は顕著です。当院の産婦人科も2年前に大学病院からの医師派遣中止により閉鎖の危機に追い込まれました。しかし、いろいろな方々のご協力によって乗り切り、現在3人の産婦人科医が頑張っており毎日の様に元気な新しい生命が誕生しています。小児科医は3人から1人に減り、やむを得ず現在救急診療を中止している状況です。皆様に大変ご迷惑をおかけしており大変申し

訳ありません。地域の皆様の健康生活を守るためにも小児科医を確保すべく全力を尽くしており、小児科の継続は死守したいと考えています。仕事の忙しい診療科では年々全国的になり手が少なくなり、数年後にはかなり厳しい状況になるのではないかとされています。当院では内科も開業などで年々医師の人数が減少し、夜間の救急当直の翌日は本来休むべきですが、大部分の医師が翌日も通常診療を行っているのが現実です。診断書や書類の記載や外来での医師の診察を手助けするメディカルクラークを昨年から採用し、少しでも医師の疲労困憊している状況を改善したいと努力しています。今年も当院の医師の数をもっと増やし、医師の慢性疲労の状態を改善し、地域の皆様により安全な医療、より質の高い医療を提供していく事が大切だと考えています。しかし、以上の事情により専門科によっては医師の確保ができない時には救急医療の制限などで、心ならずも患者さんにご迷惑をおかけすることがあるかもしれませんが、どうぞよろしくごお願い致します。国も対策を取り始めていますが、医療費削減の中止、むしろ医療費増額などより抜本的な対策を早急にとるべきと考えます。

この様な厳しい医療界ですが私達は今年も「笑顔で親切、ハートライフ病院」をスローガンに医療に邁進したいと思えます。患者さんに病院をでるときに「ハートライフ病院に来て良かった！」と言っただけの様に努力したいと思えます。どうぞ、ご不満な点やお気づきの点がありましたら受付の者へ、あるいは投書を通して、あるいは医療相談室へ遠慮なくおっしゃって下さい。できる限りすみやかに改善すべきは改善していきたいと思えます。

今年もハートライフ病院をどうぞよろしくごお願い申し上げます。

乳腺外科編



乳がんを見逃さない為に

乳腺外科 村山 茂 美

1994年 金沢医科大学医学部卒。

1994年より金沢医科大学病院消化器外科、琉球大学医学部附属病院、新潟県立がんセンター乳腺外科などを経て、2008年4月にハートライフ病院に入職。

- 日本外科学会専門医
- 日本乳癌学会認定医
- マンモグラフィ読影認定医

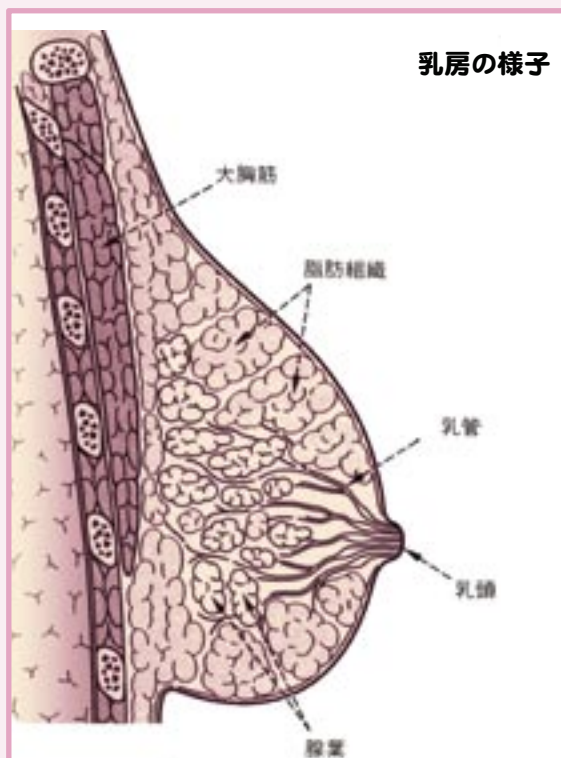


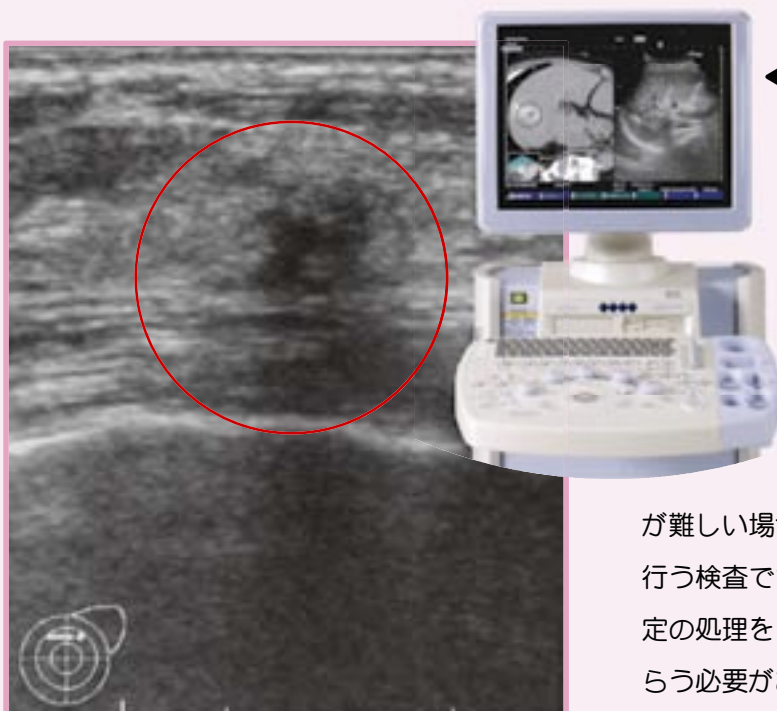
乳癌はお乳を作る「乳腺」とお乳の通り道の「乳管」から発生する癌です。日本では女性の20人に1人の割合で乳癌が確認されており、増加傾向を認めています。

乳癌の自覚症状としては乳房内のしこりの触知、血性乳汁分泌（褐色や黄色の乳汁がでる）、乳房の皮膚や乳頭のただれ等があります。しかし最近では乳癌にもしこりを作らないものがある事もわかっています。乳房に痛みや、触ってみて以前には無かった違和感の出現、腋窩（わき）のしこりの自覚など、乳房の変化があれば乳腺専門科への受診・精査をお勧めします。

内臓疾患と違い皮膚に近い臓器の為、月1回の自己検診（自分で触って異常がないか確認）は比較的有効ですが、触っても判らない病変や早期発見の為には画像検査での定期検診が有効です。近年はマンモグラフィ（乳癌のレントゲン検査）や超音波の画像診断が進み、自覚していない小さなしこりや、しこりを作らないタイプの乳癌病変も以前に比べよく判るようになって

てきました。マンモグラフィは乳腺組織内に行き渡る石灰化と乳腺全体の形態を診る事が得意な検査です。超音波は乳腺組織の内部の状態（しこり内部の状態や乳管の走行など）がよく判る検査です。それぞれの検査に得意・不得意があ





▲自覚が無く、超音波検査で見つかった乳癌

り、一概にどの検査が優れているとは断言できません。例えば、細かい石灰化の状態などはマンモグラフィが得意とするところですが、超音波検査では判らない事があります。逆に、乳管内の病変や乳腺内の小さな病変はマンモグラフィでは描出されず、超音波でしか判らない事が多くあります。各検査の特長を活かし、マンモグラフィでしこりと確認できた病変の内容は超音波で確認します。特にまだ乳腺がよく発達している50歳以下の女性（若年者であればある程！）に関しては、マンモグラフィでは病変の描出が困難ですので、超音波での検査を同時に行う事をお勧めしています。二次検査で来院された場合には、上記の理由で両方の検査を行っています。画像で指摘された病変の状態によっては良性・悪性の区別ができない事もあります。その場合には3～4ヶ月、場合によっては半年毎の定期検診をお勧めしています。

マンモグラフィや超音波検査で乳房に病変が見つかった場合に「細胞診」や「組織診」を施行する事があります。これは画像で明らかに良

◀当院では、より精度の高い検査をめざして、新しい超音波検査機を導入しました。

性と判定できなかった病変へ行う検査です。しかし検査する病変が全て悪性という事ではありません。画像検査だけでは良性か悪性が判定できない、または腫瘍病変との判別が難しい場合に、その病変の細胞を少し取って行う検査です。この検査では採取した細胞を特定の処理をしてから、病理専門医に診断してもらう必要がある為、検査結果に1～2週間位かかりますので、後日改めて結果説明を致します。



▲マンモグラフィによる石灰化の様子

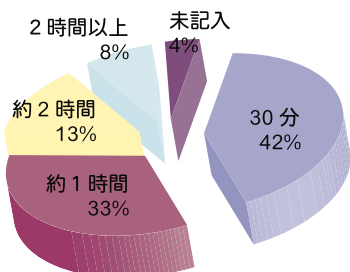
文章中でも説明しましたが、乳腺のしこりは内臓のしこりよりは自覚しやすい病変です。しかし気付かれていない、又は気付かれにくい場合もあります。早期発見された乳癌の予後は非常に良好ですので、定期的な自己検診と画像での検診を併用する事をお勧めします。

平成 19 年度 患者満足度調査結果について 【外来編／待ち時間・設備】

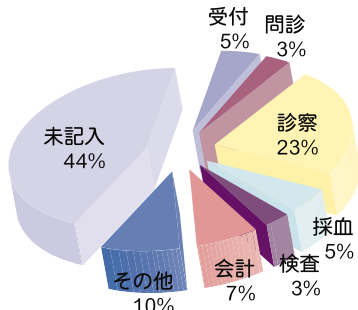
当院では職員の接遇向上並びに外来待ち時間短縮について、または療養環境の改善を図るため患者満足度向上委員会を設置しています。今回、平成 20 年 2 月 25 日(月)～29 日(金)の 5 日間、当院へ来院される皆様が当院に対しましては職員に対し、日頃どの様に感じていらっしゃるのか、改善すべきところは何かを検討するためにアンケート調査を行いました。前回あすなる秋号の続きをご報告いたします。

5. 外来の待ち時間について

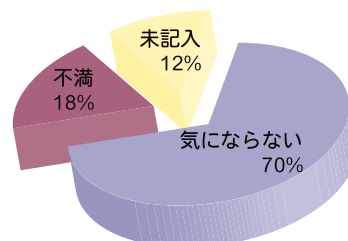
(1) 受付から診察まで
何分かかりましたか



(2) 受付から会計まで
長かったところがありますか

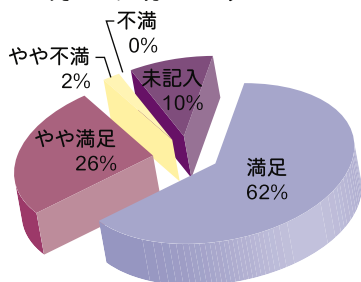


(3) 今日の待ち時間について

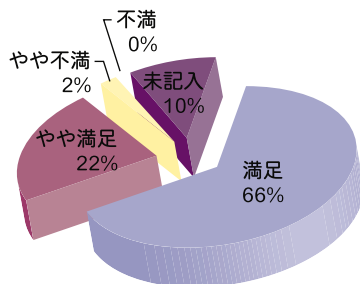


6. 設備面について

(1) 案内表示板は
分かり易いですか



(2) 院内の清潔さはどうですか



待ち時間の改善につきましては、当院でもっとも重要な課題です。今年は更に昨年導入したシステムの改善、サブシステム（電子カルテ等）の早期の導入を目指し、来院者のご要望に応えるべく、より良い病院を目指したいと思っております。

以上が平成 19 年度患者満足度調査結果（外来編）報告です。

本年もハートライフ病院を宜しくお願い申し上げます。

※外来編のうち職員の接遇などに関しては、あすなる 55 号（2008 年秋号）をご覧ください。

お手軽エクササイズ

あっちゃん体操♪

監修：運動療法士 長嶺 敦司
モデル：管理栄養士 渡眞利 ゆりか



車でエクササイズ 「車内での時間を有効活用！」 Part2

今回紹介する、車でエクササイズは、道具を使いません。運動の強さ調整は自分でいかに使っている筋肉を意識するかでコントロールしていきます。

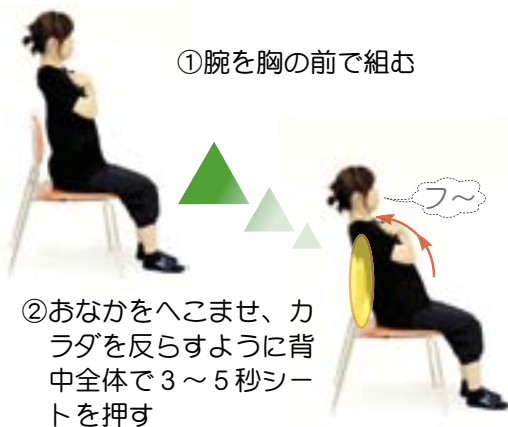
今回のプログラムは、ハンドルやシートを利用し背中と下半身の運動ができる4種目を紹介します。車での待ち時間などに、気軽に運動を取り入れてみてください。全ての種目をおこなわなくても構いません。気になるところ、弱いと感じる部位を選択して車でエクササイズを取り入れてみてください♪

回数：10回、左右の場合は各10回

● この丸印の部分が、筋肉を意識する部分です。

1. 「背筋」

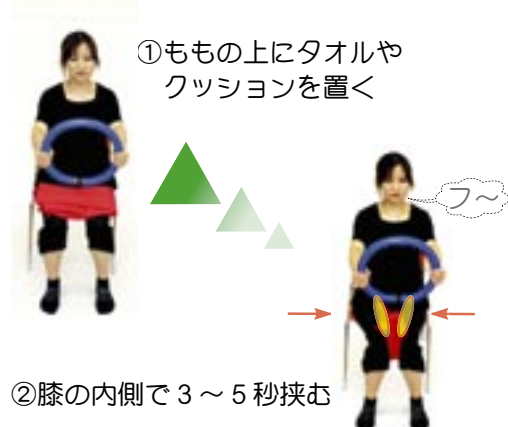
使う部位：背筋群



POINT. 背中全体に力が入っていることを意識します。

2. 「内もも挟み」

使う部位：内転筋群



POINT. 内ももに力が入っていることを意識します。

3. 「むくみ防止」

使う部位：ふくらはぎ



POINT. かかとを上げるときに力を入れるようにします。

4. 「ストレッチ」

ハムストリングス



つま先を縦ながら、上体を倒す。

おしり



足を組みながら、上体を倒す。
※膝の内側に痛みがある方は中止してください。

前腕



手先をハンドルの内側にかけて持ち上げるように反らせる

首周り

手をハンドルにかけて、その方向へ首を倒す



無理をしない範囲で、筋が伸びているのを意識しながら行いましょう。

注意事項

安全に運動が行えるよう、下記の事項にご注意下さい。

1. 必ずサイドブレーキを引いて、安全に停止した状態で行ってください。事故が起こらないように、安全を確保してください。
2. 無理をせず、呼吸を止めないで行ってください。②の時に息を吐きましょう。
3. 動きは焦らずゆっくりと、意識して行いましょう。

中止事項

下記に該当する方は、運動を行う前に医師にご相談下さい。

1. 息切れ、胸痛、動悸、めまい、冷や汗、関節の痛みなどがある方。
2. 不整脈、高血圧、心疾患を有する方、その他医師から運動禁止の指示が出ておられる方。
3. その他、体の不調などを感じましたら、運動を中止して医師に相談しましょう。

ASUNARO

心と心をつなぐ 信頼される医療
ハートライフ病院の地域連携

あなたの町のお医者さん

かりゆしクリニック

■診療科目■ 内科 小児科 その他各種健診

院長 砂川 隆二 先生

この度、道路拡張工事のため、宜野湾市パイプライン通りを南に500mほど移転いたしました。開院以来、かかりつけ医として、内科、循環器・人間ドック・小児科を中心に皆様の健康維持・増進に取り組んでまいりました。当クリニックは「すべては皆様の健康のために」をモットーに、クリニックとしてはめずらしい検診専用フロアを設けて経鼻内視鏡検査やエコー検査など、人間ドック・特定健診・一般検診・企業検診など予防医学にも力を入れております。

砂川隆二。沖縄県宮古平良市出身。医学博士。
広島大学医学部を卒業し、琉球大学医学部第二内科に入局。琉球大学医学部第二内科・県立那覇病院・嶺井病院等を経て平成7年10月かりゆしクリニック（内科・小児科）を開業。

2F 外来受付

3F 検診センター

診療時間

時間	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:30	◎	◎	◎	◎	◎	◎
14:30 ~ 18:30	◎	◎	◎	休診	◎	17時まで

アクセス



〒901-2226 沖縄県宜野湾市嘉数4-25-15 2F 受付/3F 検診センター
電話:(098) 898-0555 FAX:(098) 898-3666
ホームページ <http://www.kariyushi.cc/>
メール info@kariyushi.cc

よくあるギモンにお答えします

地域医療連携室



Q. ホームドクターを持つ事が重要だと言われますが、なぜですか？

A. 細かな体調の変化を相談したり、具合が悪い時にすぐに見てもらえるなど、医院・診療所は、規模の大きな病院では難しい部分に対応してくれます。ホームドクターなら、「〇〇さんは、この前こうなりましたから、次はこうしましょう。お子さんの風邪は良くなりましたか？」と言う風に、患者さんご本人だけでなく、家族全員の健康管理もやりやすくなります。ホームドクターに、病院へ行くようにと紹介されてから、病院で精密検査を受けるなど、診療レベルにより使い分ける事で、より気軽に受診でき、負担の軽減にもつながります。

ハートライフ病院の理念

わたしたちは、心と心をつなぐ信頼される医療を目指します

ハートライフ病院の基本方針

1. 急性期医療（質の高いチーム医療）
2. 地域完結型医療（地域保健・医療・福祉施設との連携）
3. 救急医療（24時間二次救急）
4. がんの予防と治療
5. 研修教育病院
6. 健全な医療経営
7. 笑顔で親切

患者さんの個人情報の保護について

当院では、患者さんに安心して医療を受けていただくために、安全な医療をご提供するとともに、患者さんの個人情報の取り扱いにも、万全の体制で取り組んでいます。

■個人情報の利用目的について

当院では、患者さんの個人情報を下記の目的で利用させていただきます。これら以外の目的で利用させていただく必要がある場合には、改めて患者さんから同意をいただくことしております。

■個人情報の開示・訂正・利用停止について

当院では、患者さんの個人情報の開示・訂正・利用停止等につきましても『個人情報の保護に関する法律』の規定にしたがって進めております。

手続の詳細のほか、ご不明の点につきましては窓口までお気軽におたずね下さい。

■当院における患者さんの個人情報の利用目的

1. 院内での利用
 - (1) 患者さんに提供する医療サービス
 - (2) 医療保険事務
 - (3) 入退院等の病棟管理
 - (4) 会計・経理

- (5) 医療事故等報告
 - (6) 当該患者さんへの医療サービスの向上
 - (7) 院内医療実習への協力
 - (8) 医療の質の向上を目的とした院内症例研究
 - (9) その他、患者さんに係る管理運営業務
 2. 院外への情報提供としての利用
 - (1) 他の病院、診療所、助産院、薬局、訪問看護ステーション、介護サービス事業者などとの連携
 - (2) 他の医療機関等からの照会への回答
 - (3) 患者さんの診療等のため、外部医師等の意見・助言を求める場合
 - (4) 検体検査業務等の業務委託
 - (5) ご家族等への病状説明
 - (6) 保険事務の委託
 - (7) 審査支払機関へのレセプトの提出
 - (8) 審査支払機関または保険者からの照会への回答
 - (9) 事業者等から委託を受けた健康診断に係る、事業者等へのその結果通知
 - (10) 医師賠償責任保険等に係わる、医療に関する専門の団体や保険会社等への相談または、届出等
 - (11) その他、患者さんへの医療保険事務に関する利用
 - (12) 臨床研究及び学会等の発表に関する利用
 3. その他の利用
 - (1) 医療・介護サービスや業務の維持・改善のための基礎資料
 - (2) 外部監査機関への情報提供
1. 上記のうち、他の医療機関等への情報提供について同意がたい事項がある場合には、その旨を担当窓口までお申し出ください。
 2. お申し出がないものについては、同意していただいたものとして取り扱わせていただきます。
 3. これらのお申し出は、後からいつでも撤回・変更等を行うことができます。

扉絵作者紹介

今回の扉絵は、宇栄原小学校6年 高良 穂乃加さんの作品です。

「とんとんみーのかけっこ」

この絵は、漫湖でとんとんみーがかけっこをしていたら、楽しいなと思ってかきました。この絵みたいに漫湖がこれからもにぎやかだといいと思います。

絵画提供：あがぺエ子供造型教室 TEL：(098) 856-8643



最新の医療技術と最高のスタッフで、あなたの健康をくまなくチェックします。



お問い合わせは、ハートライフ病院 メディカルサービスセンターまで。
電話(098) 895-3255(代表)

あすなろ No.56 新年号

編集発行人/特定・特別医療法人かりゆし会
ハートライフ病院 広報委員会
 制作/広報委員会 所在地/沖縄県中城村字伊集 208 ☎098-895-3255
 URL / <http://www.heartlife.or.jp> E-mail / info@heartlife.or.jp

診療科目

- | | | |
|-----------|-------------|-----------------|
| ●内科 | ●泌尿器科 | ■予防医学センター |
| ●呼吸器科 | ●産婦人科 | 人間ドック(宿泊・半日ドック) |
| ●消化器科(胃腸) | ●眼科 | ■糖尿病センター |
| ●循環器科 | ●肛門科 | ■内視鏡センター |
| ●小児科 | ●耳鼻咽喉科 | ■人工透析 |
| ●外科 | ●リハビリテーション科 | |
| ●整形外科 | ●放射線科 | |
| ●皮膚科 | ●麻酔科 | |
| ●脳神経外科 | | |

診療時間

月～金 午前 / 9:00～12:00
 午後 / 14:00～17:00
 土 午前 / 9:00～12:00
 土曜日の午後・日曜日・祝日は休診です。

●産婦人科：毎週水曜日(午後)の受付時間は午後2:30～となっております。
 ●大腸肛門科：肛門診、S状結腸スコープ検査はいつでも受けられます。
 ※左記以外の時間は救急扱いとなります。

- ★地域医療支援病院
- ★医師卒後臨床研修指定病院
- ★日本医療機能評価機構認定病院
- ★日本がん治療認定医機構認定研修施設

24時間救急指定病院

急患の方は、いつでも受付致します。

