

いさはや

日赤だより

広報誌

2006

12

創刊号

日本赤十字社長崎原爆諫早病院(諫早日赤病院)

〒859-0497 諫早市多良見町化屋 986-2

病院代表TEL 0957-43-2111 病院代表FAX 0957-43-2274

医療連携室TEL 0957-43-2111 医療連携室FAX 0957-43-2870

●ホームページ:<http://www.isahaya.jrc.or.jp/>



のんのこ 諫早まつりに
参加しました

目次

院長挨拶	1
特集 「禁煙について」	2~4
冬にそなえて「インフルエンザワクチン接種」	5
「肺炎球菌について」	6
勤務医紹介	7
外来担当医一覧表	8
検査担当医一覧表	8
赤十字講習会の御案内	9



巻頭言 創刊号に寄せて(院長挨拶)

院長 齊藤 厚

このたび、日本赤十字社長崎原爆諫早病院(諫早日赤病院)の広報誌「いさはや日赤だより」を創刊することになりました。昨年4月開院以来赤十字の精神に基づいた理念のもと、地域住民の皆様にご信頼される病院作りを目指してまいりました。

広報誌は健康に関する特集や病院からのお便りなどを掲載して地域のみなさまと病院とのつながりをより一層緊密なものにしたいとの考えから発刊しました。不定期ではありますが、皆様方に愛される病院を目指してなるべく多く発刊したいと考えています。

忌憚のないご意見などをお寄せ頂ければ幸いです。



禁煙してみませんか？



1. 今、なぜ禁煙なのでしょう？

「タバコは体に良くない」何となくわかってはいるつもりだけど…
ほんとうに“タバコは百害あって一利なし”なのでしょう？

●タバコが及ぼす体への悪影響

タバコの煙に含まれる有害物質はニコチン、タール、一酸化炭素のほか200種類を超えられています。

(1)発がん作用(すべてのがんの1/3はタバコで発生)

男性において非喫煙者を1とした場合、胃癌1.45、肺癌4.45、食道癌2.24、肝臓癌1.50、喉頭癌32.5(!!)とほとんどすべての全身のがんについてタバコがリスクを高めることがわかっています。

(2)動脈硬化促進作用

虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)・死亡1.7~3倍、突然死1.4~10倍、脳卒中(とくに脳梗塞や脳出血など)2~3倍、大動脈瘤疾患・死亡6倍…など全身の血管疾患にかかりやすく悪化しやすくなります。

(3)血管収縮作用、血液量の低下

肌の老化、脱毛、運動能力の低下、知的作業の能率低下、痴呆など。

(4)気管支収縮作用、赤血球酸素運搬能力の低下

気管支喘息やCOPD(慢性閉塞性肺疾患=肺気腫、慢性気管支炎)の発症や悪化に関与します。

(5)その他、消化器疾患(胃十二指腸潰瘍)、インポテンツ、生殖能力の低下など。女性では胎児や新生児

への影響(流産・発育遅延・知能低下、アレルギー疾患の増大、成長後の犯罪率の増大)も危惧されています。

タバコは万病のもと!!

●受動喫煙の影響

主流煙…喫煙者が直接吸い込む煙

副流煙…タバコから立ち昇る紫煙のこと。副流煙を間接的(受動的)に吸うことを受動喫煙といいます。

副流煙には、ニコチン2.6~4.8倍、一酸化炭素2.5~4.7倍、アンモニア106~170倍、各種発がん性物質2~30倍など…さまざまな有害物質が主流煙の数倍から百数十倍も含まれています。

*受動喫煙でも心臓病などの循環器疾患は悪化するといわれ、胎児や乳幼児にも影響を与えます。

タバコは愛する家族や周囲の人々にも迷惑をかけます!

WHO(世界保健機関)によると「タバコは、病気の原因の中で防ぐことの出来る単一で最大のもの」とされ、禁煙は今日最も確実にかつ短期的に大量の重篤な病気を劇的に減らすことのできる方法です。

当院では「健康増進法」第25条に基づき、病院内のみならず病院敷地内(駐車場を含む)を平成18年7月1日より全面禁煙とさせていただきます。〔この法律では、施設管理者は受動喫煙(室内またはこれに準ずる環境において、他人のタバコの煙を吸わされること)の防止処置を講ずるように努める義務が課せられました。皆様の健康を守り増進すべき立場にある病院は、喫煙と受動喫煙の害を認識して、皆様により良い環境を提供する使命があります。〕

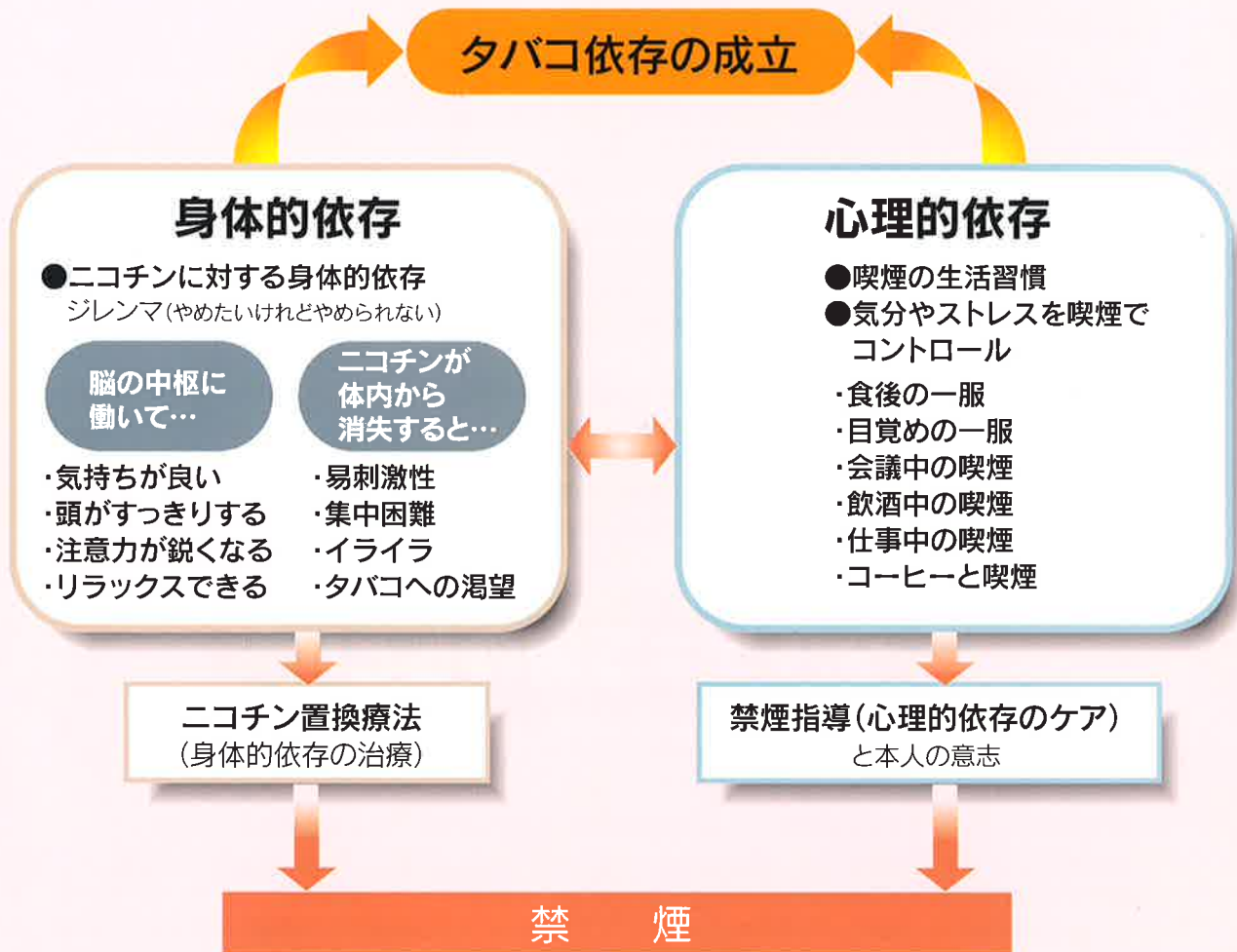
また、平成18年4月より禁煙治療に対する保険適用が開始されました。当院の禁煙外来は従来は自費で行っていましたが、本年7月より、「ニコチン依存症」と診断されかつ、いくつかの規定の条件を満たす患者さんにおいては、保険診療ができるようになりました。

2. 禁煙はなぜ難しいのでしょうか？

「わかつちやるけどやめられない!？」

＝タバコをやめられないのは、依存症にかかっているからです。＝

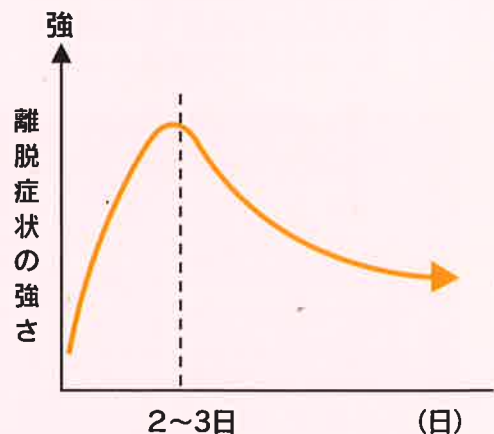
タバコ依存は、ニコチン依存(身体的依存)と心理的依存の二面から成り立っています。



禁煙すると、〈無性にタバコが吸いたくなる〉〈イライラする〉〈怒りっぽくなる〉〈頭痛〉〈集中力が落ちる〉〈眠い〉などのさまざまな離脱症状(いわゆる禁断症状)がでてきます。症状は通常、禁煙後3日以内にピークになり、徐々に消失します。

ニコチン置換療法は、喫煙以外の方法でニコチンを体内に供給し、禁煙時に出現するつらい離脱症状を軽減し、ニコチンに対する依存を段階的に改善しながら禁煙達成に導く補助的な療法です。

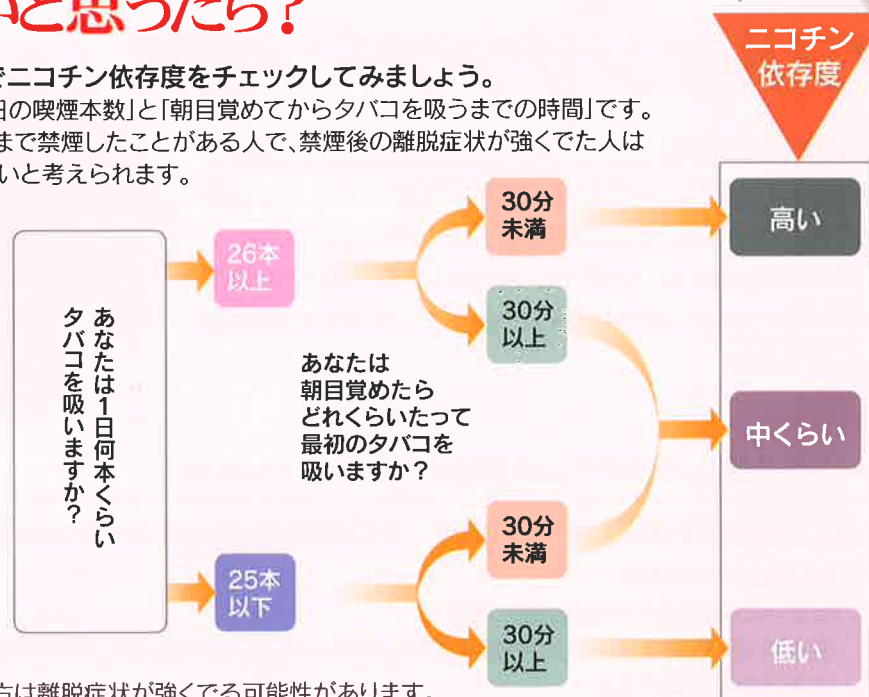
***まずは「禁煙したい」という意志をお持ち下さい。**



3. 禁煙したいと思ったら？

下記の簡易テストでニコチン依存度をチェックしてみましょう。

判定項目は「一日の喫煙本数」と「朝目覚めてからタバコを吸うまでの時間」です。
 (注)この他にも禁煙したことがある人で、禁煙後の離脱症状が強くてた人は依存度が高いと考えられます。



*ニコチン依存度が高い方は離脱症状が強くなる可能性があります。また、中くらい～低い方でも自分で2日禁煙してみてもうまくいかないと感じた方は、「禁煙外来」の受診をお勧めします。

平成18年度の診療報酬改定において新設された禁煙治療に対する保険給付(「ニコチン依存症管理料」)は、外来患者を対象としています。保険給付の対象は以下の条件を満たす「ニコチン依存症」の患者さんです。すなわち、

- 1)直ちに禁煙しようと考えていること
- 2)ニコチン依存症のスクリーニングテスト「Tabacco Dependence Screener」が5点以上であること
- 3)プリンクマン指数(1日喫煙本数×喫煙年数)が200以上であること
- 4)禁煙治療を受けることを文書により同意していること

の4つの条件に全て該当した患者さんです。

禁煙治療(標準プログラム)は初回診察に加えて、禁煙開始2週間後、4週間後、8週間後、12週間後の計4回の再診で構成されています。

4. 禁煙治療の費用は？

5回の通院で、初・再診料、禁煙指導の費用であるニコチン依存症管理料、処方、調剤料、薬材料などを合わせて、医療機関に支払われる金額は約4万円です(3割負担の場合、自己負担は1万2000円程度となります)が…。



もし、1日1箱、1年間タバコを吸うと、270円×365日=98550円。5年間の禁煙で、ナント492750円(=約50万円!!)も節約できます。さらに前述のように禁煙関連疾患のため、喫煙者の生涯の医療費は非喫煙者に比べて高くなるのが、予想されます。

初めて禁煙する方も、過去に何回か失敗した方も、「禁煙したい」という意志がある方は当院外来までご連絡下さい。禁煙外来は毎週月曜日の午後(13時30分～14時30分)に行っていますが、事前にご連絡をいただければ幸いです。

冬の季節に

インフルエンザワクチン接種

昨年、諫早地区でインフルエンザワクチンを接種した人は諫早医師会の報告(H17.12~H18.8)で約6300人でした。当院では約900人の方がワクチンを接種されました。インフルエンザにかからないためには、ワクチン接種による予防が効果的です。今年もインフルエンザの流行に備えて、ワクチン接種を行いましょう。



Q1. インフルエンザワクチンの接種が望まれる人とは?

A1. 主に合併症を起こしやすい方や、その家族などが対象となります。

- 65歳以上の高齢者
- 60~65歳未満で特定疾患の患者
- 基礎疾患〔気管支喘息等の呼吸器疾患、慢性心不全、先天性心疾患等の循環器疾患、糖尿病、腎不全、免疫不全症〕を有する方
- 上記疾患の方と同居、お世話をしている方
- 医療従事者
- 受験などの大事な時期を控えている方

Q2. インフルエンザワクチンを接種するのは、いつ頃が効果的なの?

A2. 原則的に予防接種は毎年必要です。インフルエンザの流行時期は通常12月から翌3月頃ですので、これに備えて遅くとも12月中旬までには接種するのが効果的と言えます。

Q3. インフルエンザワクチンの効果はどのくらい持続するの?

A3. ワクチンの予防効果が期待できるのは、接種後2週から約5ヶ月程度と考えられます。

Q4. インフルエンザワクチンの接種スケジュールは?

A4. 1) 接種回数

毎年1回(13歳以上)
高齢者においては1回接種と2回接種でその効果に大きな差はない、とする成績があります。ただし、13歳未満は2回接種となっています。

2) 2回接種(13歳未満)を行う場合の接種間隔

1~4週の間隔ですが、より高い免疫効果を考慮すると3~4週間おくことが望ましいと思われる。

Q5. ワクチンを受けたい時、手続きはどうしたらいいの?

A5. 外来受診時に、接種希望であることを医師にお伝えください。問診後、ワクチンの手配をします。院内にワクチンがある場合、申し込み当日に接種できます。料金は年齢や地域によって補助金の有無などが異なりますので、受付までお尋ね下さい。

そなえて…

肺炎の重要な原因菌、肺炎球菌についてご存知ですか？ ワクチン接種をお早めに！

Q1. 肺炎球菌ってなあに？

A1. 肺炎球菌は細菌の一種で、体力が落ちている時や高齢になって免疫力が弱くなってくると病気を起こします。肺炎球菌が引き起こす主な病気としては、肺炎、気管支炎などの呼吸器感染症や副鼻腔炎、中耳炎などです。

Q2. 肺炎にならないように予防する方法はあるの？

A2. まず、肺炎をはじめとするさまざまな病気を予防するための日頃の心がけとして、外から帰ったらうがいと手洗いをすることが大切です。天気の良い日の日光浴、適度な散歩、入浴によって体を清潔にすることも大事です。肺炎の予防について言えば、肺炎球菌ワクチンを接種することも重要です。

Q3. 肺炎球菌ワクチンってなあに？

A3. 肺炎球菌によって引き起こされる肺炎などの病気を予防するためのワクチンです。肺炎球菌ワクチン1回の接種で肺炎球菌による感染症の約80%が予防できます。ワクチンの効果は、5年間は続きます。

Q4. 肺炎球菌ワクチンを接種したほうがいいのはどんな人？

A4. 肺炎球菌による重篤疾患に罹患する危険が高い人が対象となります。

- 1) 脾臓摘出患者における肺炎球菌による感染症の発症予防(保険適応あり)
- 2) 肺炎球菌による感染症予防(自費診療)
 - 高齢者(65歳以上)
 - 心臓・呼吸器の慢性疾患、腎不全、肝機能障害、糖尿病、慢性髄液漏等の基礎疾患のある患者
 - 免疫抑制作用を有する治療が予定されている患者で、治療開始まで少なくとも10日以上余裕のある患者

Q5. 薬を飲んでいるけど、ワクチン接種はできるの？

A5. 免疫抑制薬を服用している方は効果が落ちますので、予め医師にご相談下さい。

Q6. インフルエンザワクチンと肺炎球菌ワクチン、どちらも接種していいの？

A6. 大丈夫です！肺炎球菌ワクチンとインフルエンザワクチンを併用すると予防効果が上がります。両方接種する場合は、一方のワクチンを接種後1週間以上の間隔をおいてもう一方のワクチンを接種して下さい。

勤務医紹介

呼吸器科	さいとうあつし 齊藤 厚 医学博士	院長 昭和40年卒	日本内科学会認定医、日本呼吸器学会専門医 日本感染症学会専門医、日本呼吸器内視鏡学会専門医 日本感染症学会インフェクションコントロールドクター（ICD）認定医 日本化学療法学会抗菌薬臨床試験認定指導者 日本臨床薬理学会認定医
	かくしまきよやす 福島 喜代康 医学博士	呼吸器科部長 昭和56年卒	日本内科学会認定医、日本呼吸器学会専門医 日本感染症学会専門医、日本呼吸器内視鏡学会専門医 日本感染症学会インフェクションコントロールドクター（ICD）認定医 日本化学療法学会抗菌薬臨床試験認定指導者、 日本睡眠学会認定医、米国睡眠ポリグラフ検査認定技師
	かけやひろし 掛屋 弘 医学博士	呼吸器科副部長 平成4年卒	日本内科学会認定医、日本呼吸器学会専門医 日本感染症学会専門医、日本医真菌学会認定専門医 日本化学療法学会抗菌薬臨床試験認定指導者、 日本感染症学会インフェクションコントロールドクター（ICD）認定医
	えはらなおみ 江原 尚美 医学博士	内科副部長 平成8年卒	日本内科学会認定医、日本呼吸器学会専門医 日本睡眠学会認定医、米国睡眠ポリグラフ検査認定技師 日本結核病学会、日本肺癌学会 日本アレルギー学会、日本心療内科学会
消化器科	なかおひでと 中尾 英人 医学博士	消化器科部長 (兼) 健診部長 昭和57年卒	日本内科学会専門医 日本消化器内視鏡学会専門医 日本リウマチ学会専門医 日本消化器病学会
	いのくちかおる 猪口 薫 医学博士	リハビリテーション科部長 昭和61年卒	日本内科学会認定医 日本消化器病学会専門医 日本消化器内視鏡学会専門医 日本肝臓病学会
	うえきとしひと 植木 俊仁 医学博士	消化器科副部長 平成3年卒	日本内科学会 日本消化器病学会 日本消化器内視鏡学会 日本肝臓病学会
内分・泌・代謝科	まえだやすお 前田 恭男 医学博士	内科部長 昭和59年卒	日本内科学会 日本糖尿病学会 日本消化器病学会
循環器科	ながおしやういち 長尾 正一 医学博士	循環器科部長 昭和59年卒	日本内科学会 日本循環器学会
	たさきひろふみ 田崎 洋文 医学博士	循環器科副部長 昭和63年卒	日本内科学会専門医 日本循環器学会専門医 日本心電学会、日本老年学会 AHA.JRC認定BLS.ACLSプロバイダー
放射線科	よしだしんたろう 吉田 伸太郎 医学博士	放射線科部長 昭和62年卒	日本医学放射線学会専門医 マンモグラフィー健診精度管理中央委員会（読影試験A評価）

外来担当医一覧表

	診察室	月	火	水	木	金
内科外来 (午前) 受付 8:30~11:00	1 (新患)	掛屋 弘 (呼吸器)	江原 尚美 (呼吸器)	中尾 英人 (消化器)	田崎 洋文 (循環器)	植木 俊二 (消化器・肝臓)
	2	福島 喜代康 (呼吸器)	長尾 正一 (循環器)	齊藤 厚 (呼吸器)	福島 喜代康 (呼吸器)	掛屋 弘 (呼吸器)
	3	前田 恭男 (糖尿病)	前田 恭男 (糖尿病)	福島 喜代康 (呼吸器)	前田 恭男 (糖尿病)	江原 尚美 (呼吸器)
	4	田崎 洋文 (循環器)	猪口 薫 (消化器・肝臓)	長尾 正一 (循環器)	猪口 薫 (消化器・肝臓)	長尾 正一 (循環器)
	5	中尾 英人 (消化器)	齊藤 厚 (呼吸器)	植木 俊二 (消化器・肝臓)		
(午後)		禁煙外来 福島 掛屋 (13:30~14:00)	呼吸不全外来 齊藤、福島 掛屋、江原 (13:00~15:30)	糖尿病教室 前田 (15:00~16:30)	※第2及び第3週の火曜日は、 外来にて呼吸器教室 (参加自由)(13:30~14:00)	

検査担当医一覧表

区 分	月	火	水	木	金
超音波 (腹部・乳腺・頸部・その他)	植木 吉田	中尾 吉田	猪口 吉田	植木 吉田	前田 吉田
上部消化管内視鏡	猪口 植木	植木 中尾	前田 猪口	中尾 植木	猪口 中尾
胃腸透視	植木 吉田	植木 吉田	猪口 吉田	中尾 吉田	前田 吉田
大腸内視鏡	猪口・中尾 前田・植木	猪口・中尾 植木	中尾 植木	中尾・前田 植木	中尾 植木
気管支鏡			福島・齊藤 掛屋・江原		福島・齊藤 掛屋・江原
ペースメーカー				長尾 田崎	
トレッドミル		田崎		長尾	
心エコー	長尾	田崎	田崎	長尾	田崎
睡眠時ポリグラフ検査	福島・江原 掛屋	福島・江原 掛屋	福島・江原 掛屋	福島・江原 掛屋	

●外来受付時間／午前8時30分～午前11時

※緊急および予約診療の方は、この限りではありません。

●休 診 日／土・日曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)・5月1日(日赤創立記念日)

※ 患者様の紹介や診療のお問合せがございましたら、**医療連携室**にご連絡ください。

所在地 〒859-0497 諫早市多良見町化屋986-2

電話 **0957-43-2111** FAX **0957-43-2870**

赤十字講習会の御案内

講習名: **家庭看護法介助員養成講習**

*** 高齢者や家庭での介護の方法を勉強します**

日 時: 平成19年 **2月24日(土)・25日(日)・3月3日(土)・4日(日)**
10:00~16:00

場 所: 当院2階研修室

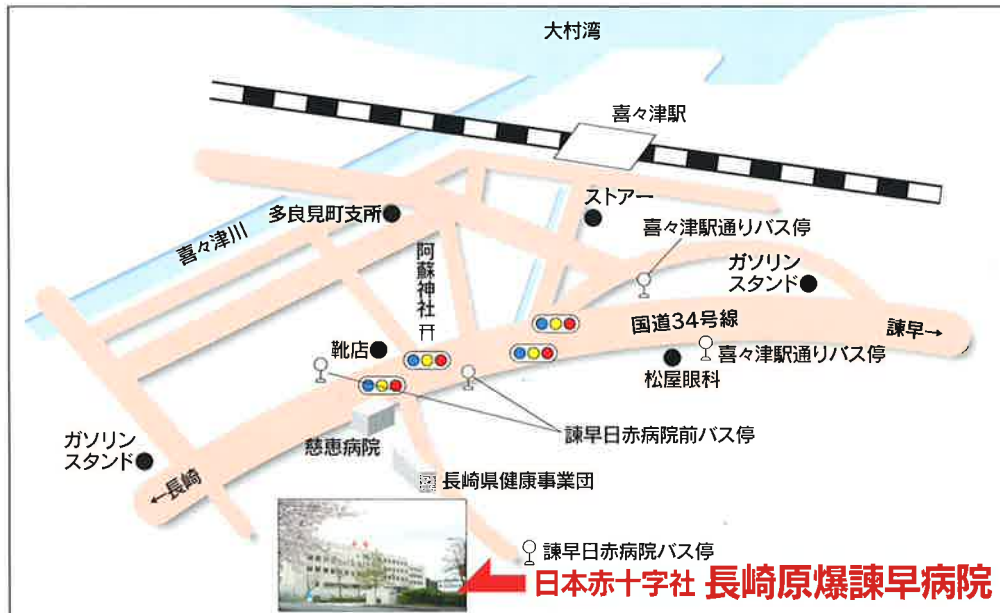
申し込み方法: 住所・氏名・生年月日・電話番号・講習名を電話かFAXでお申し込みください。

申し込み先: 日本赤十字社長崎県支部 事業推進課
〒850-8575 長崎市魚の町3-28
TEL095-821-0680・FAX095-826-5448

赤十字ではこの他に大人の救急法・子供の救急法の講習も行っています。

病院への交通案内

- 県営バス ● 直行便……諫早駅前ターミナル発 諫早日赤病院着
(諫早市東厚生町始発、ニュータウン経由)
- 普通バス…諫早日赤病院前下車(徒歩約3分)
- 特急バス・急行バス…喜々津駅通り下車(徒歩5分)
- J R九州 ● 長崎本線…喜々津駅下車(快速・普通)(徒歩約10分)
- マイカー ● 駐車場完備



+ 日本赤十字社 長崎原爆諫早病院

〒859-0497 諫早市多良見町化屋 986-2

病院代表TEL 0957-43-2111 病院代表FAX 0957-43-2274

医療連携室TEL 0957-43-2111 医療連携室FAX 0957-43-2870

●ホームページ:<http://www.isahaya.jrc.or.jp/>