

## 👤 院長ご挨拶

👤 こんにちは 県立新居浜病院小児科です。

👤 第3回市民公開講座開催近づく

メタボと運動療法 — 知っていて得する運動療法って何？

👤 ある 50 歳代のメタボとの闘い — 何か楽しみを持ちながら継続する？



院長 酒井 聖

今年は、例年になく寒暖の差が激しく、暖冬だったと言われていますがピンと来ない感じがします。桜も開花から随分長い間楽しむことができましたが、やはり異常気象なのでしょう。体調管理が難しい感じがします。

当院も4月より新たな職員を迎え、新体制で22年度がスタートしました。脳外科では愛媛労災病院より福井医師、外科では県立今治病院から明比医師・古賀医師、小児科には県立中央病院から海老原医師・三木医師を迎えることが出来ました。小児科はこれで医師4名体制になり、新居浜地域の小児医療を支える基礎

ができたかと安堵しています。小児科はこれまで、一般診療に加え新生児診療・小児救急を積極的に行っており、3名体制では限界に近い状態が続いていました。燃え尽き症候群から多くの医師が病院を去っていく現況を考えると、関係各位に感謝する次第です。

今年度は新たな体制として専門外来を新設することとしました。外科に毎週火曜日の午後、甲状腺外来を開設致しました。担当する明比医師は今治病院で多くの甲状腺疾患患者の治療を行い、内科的疾患から甲状腺癌などの外科的疾患まで幅広く治療しております。この経験を当院でも発揮して頂く予定です。また、本年7月より内科外来に糖尿病及び内分泌の専門外来を開設予定としております。糖尿病専門医の着任が予定されており、今まで以上の医療を患者様に提供できるのではないかと考えております。糖尿病の教育入院や外来での食事指導を含めた生活指導などに力を入れていきます。

また、循環器内科では狭心症や心筋梗塞、呼吸器内科では重症肺炎、心臓血管外科では大動脈瘤破裂、脳神経外科では脳梗塞や脳出血など、各診療科が生命に関わるような重篤な疾患に対して積極的な治療を行っております。

少数精鋭ではありますが、地域の皆様に安全で安心な医療を継続して提供できるよう、職員一同頑張っております。





小児科  
 医師 **海老原 知博**  
 (えびはら ともひろ)

Q1 専門分野は？  
 A1 小児科一般ちよこつと新生児

Q2 医師になった理由は？

A2 勢いです。

Q3 趣味・特技は？

A3 映画、読書、マラソン

Q4 患者様に接する際、心がけていることは？

A4 しんどくても病院内では明るく元気に！

Q5 ひと言どうぞ。

A5 寝ぐせがひどいですが許して下さい。



小児科  
 医師 **三木 崇弘**  
 (みき たかひろ)

Q1 専門分野は？  
 A1 これから身につける予定です。

Q2 医師になった理由は？

A2 社会体制が崩壊しても餓死しない職業は何かと考えました。

Q3 趣味・特技は？

A3 合唱、アカペラ、読書

Q4 患者様に接する際、心がけていることは？

A4 親御さんだけでなく、必ず患者本人とも話す。

Q5 ひと言どうぞ。

A5 3年目でまだ何もできませんが、少しでもお役にたてるよう頑張ります。よろしくお願ひします。

外科

医師 **明比 俊**  
 (あけひ しゅん)

Q1 専門分野は？  
 A1 消化器外科、甲状腺外科

Q2 医師になった理由は？

A2 雇用が安定した職業だと思ったから。

Q3 趣味・特技は？

A3 西条祭りが大好きです。

Q4 患者様に接する際、心がけていることは？

A4 丁寧なインフォームドコンセント

Q5 ひと言どうぞ。

A5 DMAT(災害派遣医療チーム)を作りたいので御協力お願いします。

脳神経外科

医師 **福井 啓二**  
 (ふくい けいじ)

Q1 専門分野は？  
 A1 脳神経外科

Q2 医師になった理由は？

A2 何故か小学校の卒業文集に将来「お医者さん」と。

Q3 趣味・特技は？

A3 トライアスロン、マラソン

Q4 患者様に接する際、心がけていることは？

A4 いつも親切、ていねいに。

Q5 ひと言どうぞ。

A5 よろしくお願ひします。



新任医師を  
 紹介します。



外科  
 医師 **古賀 繁宏**  
 (こが しげひろ)

Q1 専門分野は？  
 A1 消化器外科

Q2 医師になった理由は？

A2 父のすすめ

Q3 趣味・特技は？

A3 ゴルフ？

Q4 患者様に接する際、心がけていることは？

A4 誠実さ

Q5 ひと言どうぞ。

A5 頑張ります。





## こんにちは 県立新居浜病院小児科です。

愛媛県立新居浜病院小児科は現在、後期研修医1名を含めた小児科医4名、病棟看護師

18名、看護助手1名、外来看護師3名、クラーク1名で毎日の診療にあたっています。病床数は、一般小児が24床、新生児が10床の合計34床と多く、大学病院並みのベッド数です。小児病棟の新規の入院患者数は土日を含めて平均1日3名、そのうち、時間外の入院患者が約4分の1、新生児入院が2割弱を占めており、急性疾患に対応する多忙な病棟といえます。実際、いつも病棟にはナースコールが響いて、スタッフの走る姿が見かけられます。



外来患者数も多く、1日平均65名の患者さんが受診されています。**午前中は一般の急性疾患**の診療を、**午後は予約制でアレルギー疾患**などの**慢性疾患管理**や**乳児の発達外来**、**神経外来**、**乳幼児健診**や**予防接種**などの**専門外来**を行っています。

その他、乳児健診や小児急患センターのお手伝いにも参加していますし、新居浜市周辺の二次、三次救急の対応にも住友別子病院小児科と協力してあたっています。

H20年12月8日、小児科病棟(第5病棟)の開設以来、入院・外来ともに患者さんは徐々に増加し、近隣の先生方からもご紹介をいただけるようになりました。また、最近では患者さんから「県病院っていいですね。」というお褒めの言葉もいただけるようになり、大変うれしく思っています。一方で、患者数増加に対応するスタッフのマンパワーが医師・看護師ともに十分でなく、スムーズな診療が行えずにご迷惑をおかけすることもあって残念です。まだまだ、課題が山積みの私たちですが、これからもよろしくお願い致します。

今日は、ご挨拶かたがた、当小児科の現在の診療の特徴について御紹介します。

特徴は3つ、**1)新居浜市周辺の救急入院患者対応** **2)新居浜市周辺の新生児疾患の入院対応** **3)アレルギー疾患診療**です。



1つ目はすでに前に述べましたが、地域のニーズに応えるべく日夜努力を重ねています。昨年4月から、愛媛大学小児医学教室の多大な協力を得て新居浜市医師会急患センターで**深夜の小児救急(一次救急)**が始まりました。急な発熱や嘔吐など朝まで様子を見るには心配な患者さんが、夜間の急患センターを受診されています。ここからご紹介の患者さん(二次救急)を住友別子病院と交替で時間外も受け入れさせていただいています。

また、救急車で搬送される**けいれん**、**呼吸障害**などの患者さんも当番制で受け入れてお

り、当科の時間外入院が多いのはこのためといえます。加えて一部ではありますが、当科の医師も急患センターの深夜の一次救急のお手伝いに出務しています。新生児診療と並行する形の診療ですので、24 時間受け入れ体制というほど整備されておらず、まだまだ人的資源の開発が必要ですが、徐々に体制を整えてきています。



2つ目の**新生児疾患**は当科の一番の重要課題です。もともと県立新居浜病院には産科がなく、従って新生児医療は未知の世界でした。H20 年 12 月に新生児治療室が開設され、不安を抱えながらのスタートでしたが、あっという間に1年半が過ぎました。現在病床は10床で近隣の病院の中では多く、保育器や機器設備も整備していただきました。

残念ながら、周産期センターと呼ばれるにはまだ医師・看護師数が不足しており、新生児治療室専属のスタッフを整備できる状態にはありません。医師も看護師も新生児医療と小児医療の両方を担当する必要があります。日々悩みつつ診療を行っておりますが、スタッフ数が整い次第、東予地区の新生児疾患の拠点のひとつとして名乗りをあげるべく準備を進めています。

昨年度の新生児治療室入院患者数は月平均約 15 名で、小児科全体の6分の1を占めています。**早期産・低体重・低血糖・呼吸障害・けいれん・循環器疾患**などいろいろな新生児の患者さんが入院されています。近隣の産科病院で出生後に搬送される場合と、出産前に問題が明らかになり当院産科に母体搬送されて出産後、治療室に入院される場合があります。割合は現在、大体半々です。一旦受け入れた患者さんでも当科で診療が困難と判断された場合は、愛媛県立中央病院や愛媛大学小児科へ救急搬送をする場合もあります。また、逆に症状が安定した後は、再度当科で受け入れて家庭に帰る準備を進めます。

新生児医療は緊急を要する分野であり、細かい観察と適切な対応能力が要求されますので、スタッフの日々の研修にも力を入れています。また、産科病棟の医師・看護師との連携を密にするため、毎週カンファレンスを開いて連絡や症例検討を行っています。さらに今後は救急対応のみならず、**成育医療・子育て**についても、産科病棟スタッフと協力して対応していきたいと考えています。



3つ目は**アレルギー診療**です。

アレルギー疾患の患者さんは近年非常に増えており、重症化・多様化しています。**気管支喘息・アトピー性皮膚炎・食物アレルギー**などさ



5病棟



さまざまな問題を抱えた患者さんが当科のアレルギー外来を受診されていますが、当科の特徴と言えるのは**食物アレルギーの負荷試験**です。

小児の食物アレルギーはご存知でしょうか？アレルギーの原因となる食べ物は様々ですが、多いのは**鶏卵・乳製品・小麦**です。**大豆・ピーナッツ・魚・甲殻類(えび・かになど)・日本ソバ・ゴマ**などもアレルギーの原因として重要です。また、最近では**ヤマイモ・果物**のアレルギーも増えてきました。症状は、皮膚が赤くなり、腫れる、かゆくなるなどに加え、咳や鼻汁、嘔吐・下痢など、ひどい場合はショック(血圧低下)を起こすこともあります。また、乳児では**アトピー性皮膚炎**の原因となることもあります。

食物アレルギーの診断は難しく、血液や皮膚の検査だけでは判定できず、最終的には食べてみないとわからない場合もあります。また、量によっても症状が異なるため、食べられる量や食べられる料理方法をはっきりさせないといけないこともあります。重症の食物アレルギーの患者さんでは、この食べてみる検査(食物負荷試験)を安全に正確に行うために、外来や入院で負荷試験を行います。

現在、当科では、月に 6、7 名の患者さんが入院負荷試験を、月に 12 名程度の患者さんが外来負荷試験を受けておられます。松山や南予地区からも検査のために受診される方もいらっしゃいます。重症な患者さんでも、症状の出ない量を見つけてそこから少しずつ食べ続けることで、普通に食べられるようになった方もたくさんおられます。大変手間のかかる作業ですが、**あきらめないで続けることが治療につながります**。これは、すべてのアレルギー疾患に共通の事柄です。



アレルギー疾患のみならず、すべての小児科診療も子育ても、「あきらめないで続けること」が一番大切かもしれません。

小児科診療の最終目標はすべての子供達が健康で幸せになることです。微力ながら私たちもお手伝いさせていただければと思います。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

平成 22 年 5 月 吉日  
愛媛県立新居浜病院小児科部長 楠目和代





# メタボと運動療法

## － 知っている得する運動療法って何？

### 第3回市民公開講座開催近づく



**平成 22 年 6 月 19 日**、土曜日の午後 1 時より 3 時まで、**新居浜市市民文化センター・中ホール**にて、第 3 回愛媛県立新居浜病院主宰の市民公開講座を開催します。

今回は、**メタボと運動療法** に焦点を当て、当院の心臓リハビリの現況と実際の実技指導も交えたプログラムを用意しています。また、当日は、医師・看護師による健康相談や血圧測定を、市民公開講座の前後で予定しています（12:00 ～ 12:45 までと 15:00 ～ 15:45 までの間）。

最近、『**お腹が出てきた・運動不足が気になる・体重が増加した・動脈硬化が気になる・心臓も気になる・糖尿病ではないか・脂質異常症を指摘された**』等の方は、是非、参加して頂きたいと思います。メタボに打ち勝つために、自分が今、何をすべきか？ 何に気をつければいいのか？ 運動はどうやってどれくらいやればいいのか？ 等について、皆さんと一緒に勉強していきましょう！ 約 500 名収容可能な会場です。まだまだ空きはあると思います。事前申し込みの必要はありませんので、当日会場までお越しください。多くの方の参加をお待ちしています。

また、今回は運動療法以外に、造影 CT 検査についても講演があります。メタボと動脈硬化は切っても切り離せない関係にあります。以前は、血管造影検査をしないと詳しい動脈硬化所見は解りませんでした。最近、造影剤を用いて、CT できれいな血管造影検査が可能になってきました。但し、腎臓の機能が正常で、造影剤使用に問題がなければ、検査は可能ですが、腎臓の悪い方には禁忌です。

実際に検査・解析を行っている放射線科の技師さんから、「**CT 検査でここまでわかる血管の病気**」についての話があります。この検査で、全身の動静脈や冠動脈の状態も詳しくわかり、以前のように心臓カテーテル検査や血管造影検査をせずに、診断可能な場合もあります。

一人でも多くの方の参加をお待ちしています。6 月 19 日午後、新居浜市市民文化センターでお待ちしています。奮ってご参加下さい。 市民公開講座実行委員会

## ある50歳代のメタボとの闘い – 何か楽しみを持ちながら継続する？

皆さんは、毎日、何か運動をされていますか？ お腹は出ていませんか？ メタボが気になりませんか？

A さんも、昨年末から、メタボ脱出に向けて、ジムに通うようになりました。

典型的なメタボ体型ではありませんが、やはりお腹も出て（腹囲：84 cm）、体重も標準体重を約 20% も越え、立派な肥満です。

ジムに行き、筋力トレーニングを 10-15 分とベルトの上を走る運動を約 30-40 分間しています。

3 月は、31 日中 15 日通い、体重も 3 kg 減り、腹囲も約 3 cm 減りました。

確かに、運動の効果は実感できたようです。

A さんは、遠方から通勤していますので、夕方 5 時過ぎに仕事が終わって病院を出ても、自宅近くのジムに到着するのは、7 時前後になるようです。

約 1 時間弱運動をして、汗をかき帰宅しているようです。

しかし、運動から帰って自宅で飲むビールは、なかなかやめられないようです。

これを止めるともっと、体重も減り、身体にいいことは、A さん自身もよく解っていますが、

「凡人なる故、これを楽しみにこれからも続けていこう」と

頑張っているようです。何か楽しみを持ちながら、運動を継続していくのもひとつかもしれません。

