

独立行政法人地域医療機能推進機構

JCHO 登別病院通信

Japan
Community
Healthcare
Organization

発行日 2025年1月

NO.27



撮影者 菊地 正 様

今月号の内容

- 新年のご挨拶
- 肝炎ってどんな病気？
- 脳梗塞・心筋梗塞の予防のために
- 部署紹介
- お薬手帳を正しく活用しましょう
- 職員募集
- 外来診療のご案内





新年のご挨拶 — 2025年(令和7年)巳年 —

新年あけましておめでとうございます。本年が皆様にとって良き一年となることを職員一同、心より願っております。

世界中を席卷したCOVID-19のパンデミックは落ち着いてきたものの、異常気象や自然災害が頻発し、各地の武力紛争など厳しい状況がまだまだ続いています。JCHO登別病院も新築移転して5年になります。この間、地域の皆さんに支えられ外来、入院、検診などの利用者数は順調に伸びてきました。それでもなお、医療従事者の慢性的な不足や働き方改革、物価上昇などで経営改善は道半ばといったところです。

今年は巳年。蛇は古来より「神の使い」と言われてきた縁起の良い動物です。ギリシャ神話に登場する医学の神が持つ「アスクレピオスの杖」には、蛇が巻き付いていて、WHOや救急車のロゴマークにもなっています。また、脱皮するたびに傷が消え、体が大きくなってゆくことから再生のシンボルともされています。



院長
石川 典俊

医療技術の高度化、少子高齢化、労働力不足などなどで、病院を取り巻く環境も大きく変化してきています。マイナ保険証や電子処方箋など医療DX[※]も待ったなしで導入されていきます。そうした中で地域医療を守り続けるには、我々自身が大きく脱皮し成長していく必要があると考えています。御指導、御鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

※) DX (デジタルトランスフォーメーション) : デジタル技術を社会に浸透させて人々の生活をより良いものへと変革すること



病気 のお話し

肝炎ってどんな病気？



内科医 代田 充

前回は大腸がんについてお話をさせていただきました。今回のテーマは肝炎です。大腸がんは血便や、腹痛、便秘といった病気が進行すると症状が出現しますが、**恐ろしい事に肝炎は症状がほとんどありません**。たまに体のだるさを訴える人がいらっしゃる程度です。(症状が出ている患者様は採血をすると、肝臓の細胞の壊れ度(項目でいうとAST, ALT)が4桁(正常値は30未満)となっている事があります。それで「沈黙の臓器」というあだ名がついています。

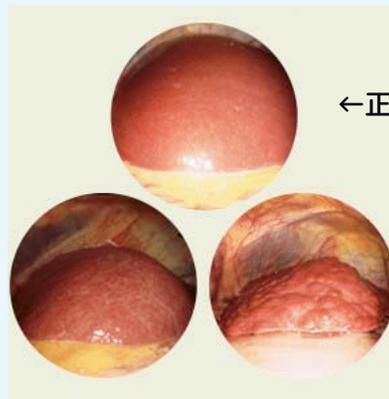
肝炎はウイルスが体内に侵入して体外へ排出されるまでの期間によって、**急性と慢性に分類されます**。約半年以内にウイルスが体内から消滅する場合は、急性ウイルス性肝炎と言えます。慢性肝炎は恐ろしい事にずっと体内に潜み、肝臓をジワリ、ジワリと破壊し、いつのまにか肝硬変へ変化します。

肝炎は**B型、C型ウイルス慢性肝炎**が有名ですが、(いずれも放置していると肝硬変や肝臓がんとなる事がある、怖いウイルスです)ウイルス以外にアルコールや、肥満が原因の脂肪肝炎(略して**脂肪肝**)、薬局やインターネット通販で購入したサプリメントに代表される、**薬剤性肝炎**という病気もあります。

原因はいろいろあるので、治療方法もいろいろです。ウイルス性と診断された場合は抗ウイルス薬の内服という選択肢もあります。アルコールは依存性があり、断酒ができない人には、飲酒量を減らす錠剤も当院にはあります。(私は処方できる免許を去年取得しました。飲酒量が多い人は是非外来でご相談ください)

最近若い男性と中年以降の女性に増加しているのが脂肪肝です。高校まで運動部に所属し、部活でハードに動いており部活を引退してから急激に太り、職場の検診で指摘され当院外来への受診が時々あります。若い男性は運動の習慣が以前にあり、体重減少は比較的簡単にできますが、**年齢が高くなるにつれて代謝も落ちるため、体重減少は容易ではなく**外来で長くお付き合いしているのが現状です。

検診を毎年受けて、採血異常を指摘された場合は当科受診をお勧めします。



←正常肝の外観

←進行した肝硬変の外観

～脳梗塞・心筋梗塞の予防のために～ LOX-index (ロックスインデックス) 検査



今年9月より**脳梗塞・心筋梗塞の発症リスク**を調べる**LOX-index検査**を導入しました。脳梗塞や心筋梗塞などの動脈硬化による疾患は、日本人の主要な死因となっており、動脈硬化は自覚症状がない中突然発症し、重篤な状態を引き起こす可能性があります。この検査によって、**動脈硬化の発生・進展を早期の段階から捉える**ことが可能になっています。

未病に近い段階から生活習慣の改善につなげるために、是非この機会に検査を受けてみませんか。

Q なにを調べているの？



A 血液中の動脈硬化の原因物質である悪玉コレステロール (LDL) が酸化した**酸化変性LDL (LAB)** と、**LOX-1**というたんぱく質を測定しています。これらが結合することで血管に炎症を起こし、動脈硬化を引き起こすといわれています。

Q どうやって検査するの？

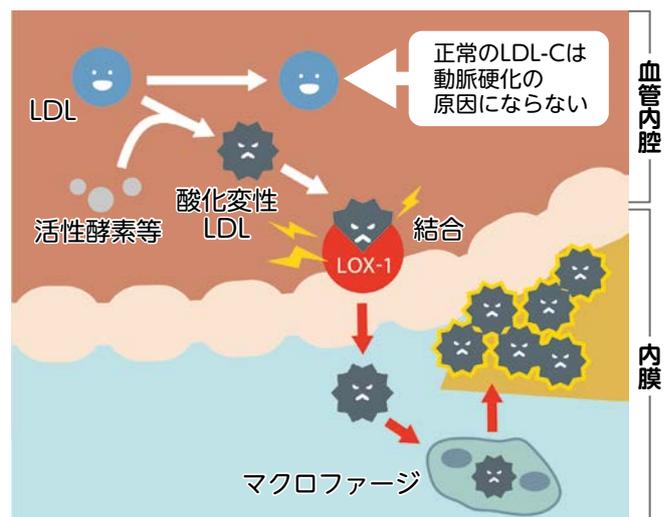


A 採血検査です。採血量は約2mlと少量なので、少ない負担で検査することができます。



このような方におすすめします

- ⚠ 肥満気味である
- ⚠ 高血圧、脂質異常症、糖尿病などの持病がある
- ⚠ 脂っこい食事や塩辛い食べ物をよく食べる
- ⚠ たばこを吸っている、又は吸っていた
- ⚠ 定期的な運動をしていない



LOX-indexのお申込は、
健康管理センターまでご連絡ください。

月～金 8:30～16:00

☎0143-80-1137(直通)





お薬手帳を 正しく活用しましょう



薬剤師 福野 和治

皆さんは《お薬手帳》を上手に活用できていますか？
今回は、上手に活用するための使い方をご紹介します。



× 誤った使い方

- 古いお薬手帳は、今後使うことはないから捨てている



○ 正しい使い方

- 過去に安全に使用出来た薬が分かるし、副作用が起きたら記録してるから、古い手帳を残している



新しい手帳に変更したときは、しばらく、ひとつ前の手帳も一緒に持ち歩きましょう！

- 医療機関ごとにお薬手帳を分けて使用してる（複数同時に使用）



- 一冊に情報をまとめて、それぞれの医療機関や保険薬局で情報を共有している



時系列にすることで、お薬の飲み合わせや重複などが確認し易くなります。サプリメントや市販のお薬（お店で販売しているお薬）などもあれば一緒に記載して、より詳しい情報にしましょう！

- 持ち歩くのは、病院に行く時だけにしてる



- 万が一の事があるかもしれないから、お財布や保険証など、大事なものと一緒に持ち歩けるようにしている



急に体調が悪くなって病院に救急搬送された際や、事故や災害・避難時などの緊急時に、処方元の医療機関に問い合わせをしなくても、お薬の内容をすぐに確認することができます。旅行などにも持ち歩くことをお勧めします。

処方内容が記載されたお薬手帳ラベルは、貼り忘れないようにしましょう！！

お薬手帳は、
病院や保険薬局で
無料でお渡ししています。
まだお持ちでない方は、
お気軽にお声がけください。



※「北海道薬剤師会webサイト (http://www.doyaku.or.jp/guidance/drug_handbook.html)」より画像引用

注意

最近では、電子お薬手帳（スマートフォンのアプリで管理）も普及してきていますが、使用可能な保険薬局は限られていますので、掛かりつけの保険薬局にお問合せください。

共に成長できる仲間を

募集しています！

【理学療法士・作業療法士・言語聴覚士】・正職員

- 採用日 令和7年4月採用
- 条件・アピールポイント等
 - 脳血管・運動器・廃用症候群に対するリハビリが主な業務です
 - 急性期病棟または回復期病棟に配属となります
 - 増員のため、新しい仲間を募集します

【看護師】・正職員

- 採用日 随時または令和7年4月採用
- 条件・アピールポイント等
 - 急性期病棟・回復期病棟の勤務者の募集です（夜勤有）
 - 充実した研修環境があります
 - 離職率の低い職場です

【看護補助者（ナースエイド）】・非常勤職員

- 採用日 随時採用
- 条件・アピールポイント等
 - 週32時間以内、7時30分～19時の時間内の勤務です
 - 車通勤が便利です
 - 未経験者の方にもしっかりとサポートします

共通事項

- ・土日勤務が可能な方を歓迎します
- ・応募前見学可能です

お問い合わせ先

☎0143-80-1115

採用担当：後藤



● 外来診療のご案内 ●

診療受付時間 8時30分～11時30分
 診療開始時間 9時（脳神経内科9時30分）～

● 外来診療担当医

		月	火	水	木	金
整形外科	午前	小澤 慶一	小澤 慶一	江崎 克樹	小澤 慶一 (予約10時30分迄)	江崎 克樹
		土居 雄太	江崎 克樹	土居 雄太	中野 暖基	土居 雄太
				中野 暖基		中野 暖基
内科	午前	石川 典俊	石川 典俊	石川 典俊	石川 典俊	石川 典俊
			代田 充	代田 充		横山 豊治
脳神経内科	午前	出張医			出張医	
泌尿器科	午前			出張医		

- 診療体制が変更となる場合があります。その際は院内告知やホームページ上でお知らせします。
- 予約の変更は専用ダイヤル ☎0143-50-6840（受付は平日15:00～17:00）へお願いします。

編集 後記

謹んで新春をお祝い申し上げます。本年も更なるサービス向上に向け、気持ちを新たに取り組んでまいりますので、お気づきのことは何なりとご指導いただければ幸いです。今年も皆様のご健康とご多幸を広報委員一同心よりお祈り申し上げます。

広報委員 岡田



〈各交通機関〉

- JR登別駅下車（特急列車停車）（徒歩10分）
- 札幌－室蘭高速バス登別下車（徒歩7分）
- 道央自動車道：登別東インターより2分

ジェイコー JCHO 登別病院

独立行政法人地域医療機能推進機構登別病院

〒059-0598 登別市登別東町3丁目10番地22

TEL (0143) 80-1115 FAX (0143) 80-2250

URL : <https://noboribetsu.jcho.go.jp>

Mail : main@noboribetsu.jcho.go.jp

JCHO登別病院通信 No.27

2025年1月発行

出版責任者 院長 石川 典俊

編集長 事務長 長尾 真人