

## 人も家庭も街もみる



### 急性期病院の

# 総合診療科の役割

contents

**特集** 総合診療科「人も家庭も街もみるって?」

#### お役立ちコラム

- 作ってみよう! 「免疫力アップにオススメ! 簡単レシピ」
- 知って納得 お薬Q&A 「錠剤が大きくて飲めません」
- おうちで簡単ストレッチ 「血流改善! むくみを撃退」

長野中央病院レポート  
病院の花壇

不整脈の根治を目指す  
カテーテルアブレーション



# 総合診療科って何をするの？

2022年4月に新しく開設された総合診療科。「人」も「家庭」も「街」もみる」をテーマに、患者さんが抱える健康問題について幅広く対応。一人ひとりに寄り添った総合的ケアを行う診療科です。



にしぞの ゆうき  
西園 友貴 医師

## Q どんな患者さんを診ているの？

専門特化、細分化している昨今の医療において、特定の診療科では診断がつかないという方や、いろいろな病気を抱える多疾患併存の高齢患者さん、経済的、社会的困難を抱えている方など、専門の科への紹介が難しい方を中心に診ています。総合診療科は「病気ではなく“人”をみる」という姿勢で、患者さん一人ひとりに寄り添い対応しています。

## Q 地域との連携はどんなことを行なっていますか？

内科、小児科、婦人科、耳鼻咽喉科、皮膚科、アレルギー科など地域の専門医の先生と協同し、地域医療の連携を図ります。診断がつかない場合や症状を診ても何科に紹介したらいいかわからないという患者さんの情報を共有したり、また、地域のケアマネジャーや在宅医療に携わっている方々とも連携し、幅広く対応できる総合病院の強みを生かし、患者さんの健康をサポートいたします。



こばやし てつゆき  
小林 哲之 医師



すぎやま ゆみ  
杉山 悠海 医師

## Q 貧困、高齢社会において総合診療科の必要性って？

長寿化が進むなか、いろいろな病気を抱える多疾患併存の高齢者の方が増えています。総合診療科では、臓器別の専門医と連携したチームで対応しているので、複数の診療科をまたいで治療しないといけない入院患者さんなどへの一括ケアが可能です。また、社会的、経済的な困難に直面していて、必要な介護が受けられていない患者さんにも寄り添うために、行政や在宅医療のスタッフとも連携しています。

## （ 長野中央病院 総合診療科の役割 ）

- ①入院 総合診療科病棟では、確定診断を下すための検査入院や、急性期医療が必要な緊急入院などの入院治療を行っています。
- ②予約制の外来 開業医の先生方からご紹介いただいた患者さんの診療を行っています。
- ③在宅医療との協同 適切な在宅医療が受けられるように専門のスタッフと情報共有しています。

## 私たちがチームでサポートします



地域のニーズに合わせ  
街と人に寄り添う総合診療を提供

総合診療科は患者さんが抱える健康問題について幅広く対応する診療科です。臓器別の専門家ではなく“あなたの専門家”。人それぞれにおこる不調などをすべて引き受けるのが総合診療科です。

現在の医療は専門化・細分化しているため、特定の診療科ではなかなか診断がつかない症例も多く見受けられます。そのような患者さんたちにさまざまな検査をし、どのような疾患に罹患しているのか診断することが総合診療科の役割のひとつです。また、複数の疾患を抱えた高齢者や、社会的困難を抱えている方などを総合的にケアしていくのも私たち総合診療科の務めです。退院時に入院前と比較して、これまで通りの生活を送るのが難しい患者さんには、介護認定の取得や在宅医療の導入をすすめることもあります。患者さんの変化に合わせて在宅環境の整備を促すなど、生活背景も踏まえた診療にあたり、一人ひとりのライフスタイルに合わせた医療の提供を目指しています。

総合診療科医の手厚いサポートで  
未来の医師を育む研修医教育

総合診療科では、将来の地域医療を担う医師の育成にも力を入れています。

医師は、医学部を卒業後、初期研修を2年間受けることが義務付けられています。当院の研修医は、総合診療

科病棟を中心に初期研修を行い、診療科にとらわれず、さまざまな疾患を診て知識や技術を身に付けます。幅広い視点で患者さんに適した治療、診断にあたることのできる医師の下地作りをしています。

多職種カンファレンスが充実  
退院に向け全スタッフがサポート

診断が多岐に渡り、さまざまな判断力、知識、経験が必要となる総合診療科。特に現代社会においては、貧困、高齢化社会など、社会的な問題を抱えている患者さんが多く見受けられます。そのため、医師や看護師だけでなく、医療や福祉に関わるさまざまな専門家の連携が必要になってきます。総合診療科では、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリスタッフ、社会福祉士、医療事務が一つのチームとなって、患者さんが必要とするケアについてカンファレンスで情報共有しています。

たとえば、在宅復帰を目指す患者さんでは、医師は回復の見込みを提示し、病棟看護師からは入院生活の様子を、リハビリスタッフは退院後の生活を考慮したりハビリについて、社会福祉士は適切な介護サービス等が利用できるようななど、それぞれの専門家が意見を出し合い退院までの道筋を立てていきます。

総合診療科は、患者さんやご家族が安心して退院できるようサポートし、“より良い社会生活”を送れるよう行政や地域医療に関わる方たちの力を借りながら、解決に向けアプローチしています。

地域や行政と連携し、  
患者さん一人ひとりが  
“より良い社会生活”を送れるよう  
専門家がサポート

私が大事に  
していること

大事にしていることとはちょっと違うかもしれませんが、日々感じているのは「人間は、おもしろいな」ということ。お風呂に毎日入らないと気が済まない人もいれば、1カ月入らなくていいという人もいます。人によって全然違うのがおもしろいですよね。



my favorite

折り紙を折りはじめて8年くらいになります。若い頃に当直していたときに、検査結果が出るまでの時間が暇だったので、何気なく折りはじめたのがきっかけです。小物からはじまり、だんだん大物を折るようになりました。一番の大作は一辺75cmの折り紙で折ったドラゴンです。

お話を伺った先生

総合診療科部長  
いけだ てつ  
池田 徹 医師



「人も家庭も街もみる」



長野中央病院の総合診療科メンバーは  
患者さんの複雑なお悩みや症状を解決し  
長野医療圏のヘルスケアの架け橋を目指します。

作ってみよう!

# 免疫力アップに オススメ! 簡単レシピ

あさりには、免疫力アップに欠かせない亜鉛やミネラルが含まれています。また、疲労回復に効果のあるビタミンB12なども多く含まれています。



## あさりの豆乳みそスープ

### 【作り方】

- 鍋によく洗ったあさりを入れワインをふって火にかける。蓋をして鍋をゆすりながら蒸し煮し、殻が開いたらあさを鍋から取り出す。
- にじんと玉ねぎを食べやすい大きさに切る。
- 水 200ml と②と一緒に鍋に入れ、やわらかくなるまで煮込む。
- ③に菜花を入れ、ひと煮立ちしたらあさりと豆乳を入れて軽く温め、みそで味付けをする。
- 器に盛り出来上がり。

●調理時間	20分
●カロリー(1人分)	205 kcal
●塩分(1人分)	1.1g

### 豆知識

あさがりが旬になる4〜5月は、身入りがよく旨味成分が増します。



ワンポイント  
野菜は旬のものを  
使うと  
良いです

### 材料(2人分)

あさり(殻付き、砂抜き済).....	100g	菜花.....	50g
白ワイン.....	大さじ2	豆乳.....	200ml
にじん.....	50g	みそ.....	10g
玉ねぎ.....	50g		

\*写真は冷凍あさりを使用しています。

## おうちで簡単 ストレッチ

お題目

### 血流改善! むくみを撃退

理学療法士 野口 遥

### 注意!

- 無理せず気持ちが良い程度に
- 痛みがある場合は無理をしない

大きな筋肉にアプローチして、  
基礎代謝をアップしましょう

## 1 ふくらはぎを 伸ばす

右足を前に出し、ふくらはぎが伸びるようにつま先を立てます。体を前に倒して右手で右足の指をつかみ15〜30秒止めます。両足3〜5回行いましょう。



POINT!  
足の付け根を軸に  
体を倒します

## 2 すねを伸ばす

右足の指の付け根を床につける。右足のすねが伸びるように、体重を下にかけ15〜30秒止めます。両足3〜5回行いましょう。



POINT!  
腰を  
反らないように  
注意

## 3 ふとももを 伸ばす

左側のお尻だけで椅子に座り、背中と腰をまっすぐに伸ばす。右足をゆっくり後ろに伸ばし15〜30秒止めます。両足3〜5回行いましょう。



## 長野中央病院 レポート

Dr.Bが取材しました



### 病院の花壇

長野中央病院の花壇は、ボランティアの「園芸くらぶ」の皆さんが「患者さんや職員がホッとできるように」と思いを込めて手入れをされている。  
苗は、配色やレイアウトも考えながら植えられ、花咲く時期になると花壇が明るくなる。夏はマリーゴールドやひまわり、秋はパンジーやラベンダーなど、季節ごとに変わる花壇をみて心が和む。  
ボランティアさんは水やりや草取りのほか、年2回花苗の植え替えを行っている。一緒に作業を行った職員は「苗はただ真つすぐ植えれば良いわけで



### 募集中

「園芸くらぶ」は一緒に作業できる仲間を募集しています

問い合わせは長野中央病院ボランティア委員会事務局総務課

TEL.026-234-3211 まで。

はなく、通行する人の目にとまるように、少し斜めに傾けて植えることを教わりました。自分で植えた苗がきれいに花を咲かせ、患者さんが花壇に目を向けてくださる姿をみると嬉しくなります」と共に活動する喜びを話す。  
例年夏の植え込み作業は5月下旬に行う。

## 「お薬Q&A」

### Q

錠剤が大きくて飲めません。噛んで(もしくは割って)飲んでもいいですか?



噛んだり割ったりしてよい錠剤と、できない錠剤があります。錠剤は原則そのまま飲んでください。

内服薬には、製剤の作り方によって錠剤、カプセル剤、散剤、シロップ剤などがあります。これは薬の使用目的に合わせて適切な形に製造されています。

薬によっては胃では溶けず腸で溶けることを目的とするものや、薬の苦みや酸味を抑えたり、湿気から守る目的でコーティングすることもあります。

また、1日1回だけ飲んで長く効くように、錠剤がゆっくり溶けるよう作られている製剤もあります。

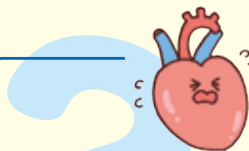
このように、薬は性質や目的に応じて作用を発揮し副作用が少なくなるよううまく工夫して作られています。この場合、噛み砕いてしまうとせっかくの工夫が失われてしまい、その結果薬の効果が得られない、もしくは予想しなかった副作用につながる可能性があります。

飲みにくい場合は自己判断で噛んだり割ったりせず、医師・薬剤師に相談してください。

薬剤師 政井美紀

不整脈の  
根治を  
目指す

# カテーテル アブレーション



カテーテル  
アブレーションとは  
どんな治療？

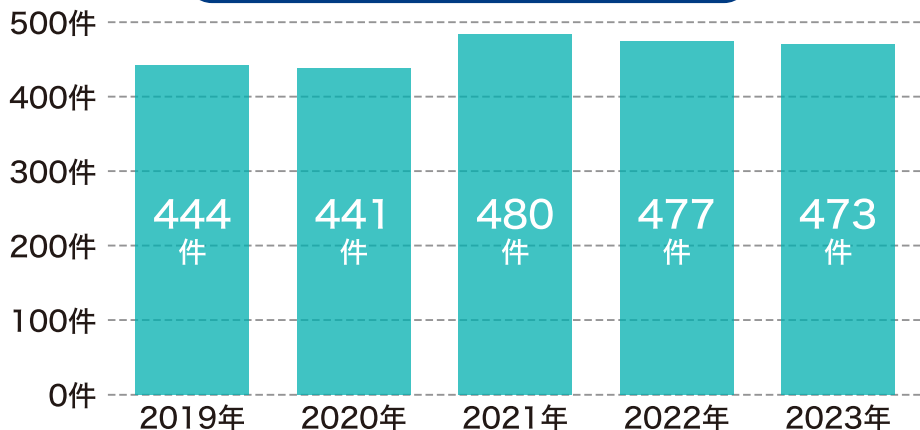
高齢化が進み不整脈の患者さんは増加しています。  
薬物療法で根治することはできませんが、アブレーション  
は根治を見込むことができます。

動悸や胸の痛み、めまいなどの自覚症状がある方はもち  
ろん、なくても心配な方はかかりつけ医に相談しましょう。

カテーテルを用いて  
心筋の異常部位を焼  
灼(焼いて治療)する  
ことで不整脈を治療  
します。

当院では毎年400件以上のカテーテルアブレーション実績があります。

当院のアブレーション治療の年次推移



長野県内でアブレーションを行っている約4人に1人が  
当院の治療を受けています\*。



当院のカテーテルアブレーション治療の  
平均在院日数は3.4日\*。  
身体への負担が少ない治療を心掛けています。

※令和3年度DPC導入の影響評価に係る調査「退院患者調査」より



長野医療生活協同組合

長野中央病院

Nagano Chuo Hospital

〒380-0814 長野市西鶴賀町1570  
TEL: 026-234-3211 FAX: 026-234-1493  
<https://www.nagano-chuo-hospital.jp/>



紙面内の写真は、感染対策  
を行ったうえで表情が伝わ  
りやすいように一時的にマ  
スクを外しています。