

未来をつなぐ



筑波大学附属病院水戸地域医療教育センター  
茨城県厚生連 総合病院 水戸協同病院



# すまいるみと

## 臨床検査部

### 検査部の紹介

臨床検査部は検査医師部長、病理医、臨床検査技師14名と、パート検査技師2名、パート看護師1名、不定期に出張検診担当のパート検査技師1名、受付事務員1名の21名で業務を行っています。検査部は大きく分けると検体検査と生体検査に分かれ、更に検体検査は、生化学検査、血液検査、血清輸血検査、一般検査、細菌検査、病理検査の6部門に分類されます。現在16名の検査技師で、200以上の検査項目を処理しています。



検査部長

### 検査室での仕事内容

皆さんは病院で採血や検尿をしたことはありませんか？実は、それが私たちの行っている臨床検査です。臨床検査は、患者さんから頂いた血液や尿などを用いて検査を行う「検体検査」と、心電図や肺機能、超音波など患者さんに直かに接して検査を行う「生体機能検査」の2つに大きく分けられます。

# あなたの体を検査します

## 臨床検査部・検査部病理紹介

得られた検査結果は臨床診療に利用され、質の高い医療を提供させて頂いています。また当病院スタッフは、休日診療時の日直業務や夜間当直などを通して、検査業務を行うようにしています。皆さんから採血または採尿などをして頂いた検体は、各検査機器に分けられ検査を行っています。

ここで検査部よりみなさんに採血のときの注意を説明したいと思います。血液検査の前日は、特に入浴を禁じられている人以外は、入浴をしてからだを清潔にしておくといでしょう。またアルコール類は検査値に影響を与えるので、控えるくはけません。



受付・採血担当者

前の晩の食事はできるだけ自宅ですませ、翌朝の7時から9時ごろの空腹時に検査を受けるのが最適です。検査前に食事をすると、腸から吸収された栄養分が血液中

に増えるため、正しい検査ができなくなってしまう。安静にして検査を受ける事も必要です。運動やストレスは、赤血球や白血球を増加させます。脱水気味の状態でも増加します。したがって、検査の前日や当日の運動は避け、安静にしていたほうが正確な測定値が得られます。

また、喫煙の習慣のある人は赤血球が多くなり、妊婦さんはヘモグロビン濃度が下がる事も知っておいたほうが良いでしょう。



検体検査担当者

### ■検体検査

生化学的検査…生化学検査とは、血液を遠心分離器にかけて、有形成分(赤血球、白血球、血小板など)や無形成分(血清)とに分離し、血清中の物質を化学的に分析し、病気の診断や治療の判定、病状の経過観察

1、血液が健康状態を教えてください。  
血液は全身のあらゆる組織を循環して細胞に栄養分を運ぶと同時に、老廃物を受け取っているため、常に全身の健康状態を反映しています。血液は正直者なので、からだのどこかに異常が起るとすぐに知らせてくれるのです。

2、血清の成分と働き  
血清には体の内部の環境を整える働きがあり、蛋白やブドウ糖をはじめ、様々な酵素など、生命活動を維持するのに欠かせない物質が含まれています。血清はそれらの成分を全身に運んだり、不用物を持ち去ったりして、血液の中でそれが常に一定に保たれるようにコントロールする役割を果たしています。

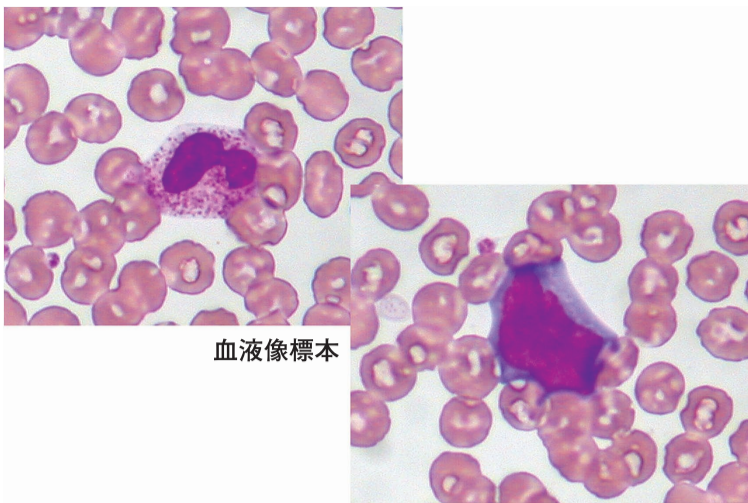
3、検査を組み合わせる診断。  
生化学検査では、調べる臓器によって検査項目が違ってきます。例えば、AST (GOT)、ALT (GPT)、γ-GTP、TPなどのように肝機能検査には欠かせないものや、尿素窒素、尿酸、クレアチニンのように腎機能検査では必ず行われるものもあります。  
これらの検査を組み合わせることにより、疾患部位の特定や病気の診断に役立たせます。

### 気になる症状別検査項目

- ・糖尿病が気になる人はこの検査  
GLU (血糖)、HbA1c
- ・インスリン、FRA、GA、1,5-A G
- ・高脂血症が気になる人はこの検査  
Tich、TG (中性脂肪)、HDL-C、LDL-C
- ・痛風が気になる人はこの検査  
UA (尿酸)、CRP、赤血球沈降速度
- ・貧血が気になる人はこの検査  
赤血球数、ヘモグロビン、Fe、TIBC、UIBC、フェリチン
- ・お酒の飲みすぎが気になる人はこの検査  
γ-GTP、TG (中性脂肪)、AST (GOT)、ALT (GPT)

## 血液検査

血液検査は、健康診断や人間ドックでは必ず行われる検査のひとつです。血液の代表的な成分である赤血球、白血球、血小板の数や形態を調べる検査は、貧血や白血病、感染症などの診断に重要な事です。また、出血などの症状が見られたときにはその程度を知るために血液が正常に固まるかを調べる凝固、線溶検査なども行っています。



血液像標本

## 免疫学的検査

血液中に感染によってできた抗体の有無や量を調べる検査で、病気の感染を診断する検査です。

### 感染症と免疫異常を見分ける

免疫・血清学的検査は、感染や免疫異常などによる疾患の診断に広く用いられており、感染が主体の炎症なのか、免疫異常が原因で起きた炎症なのか、およその見当がつけられます。

感染主体の病気ではB型肝炎や梅毒などの診断に、免疫異常による病気では、慢性関節リウマチやリウマチ熱などの膠原病の診断に欠かせません。

## 尿一般検査

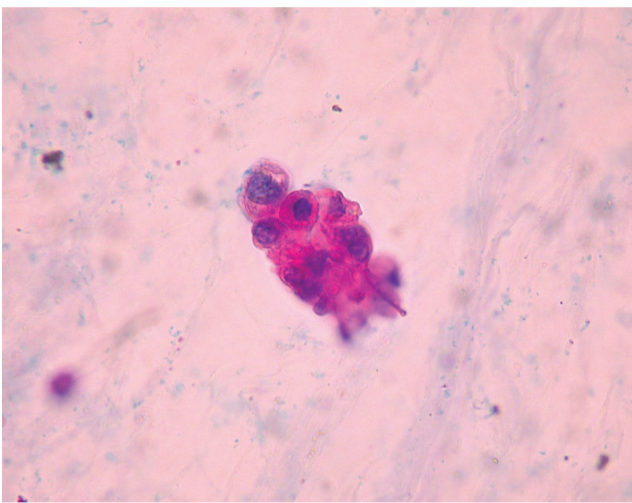
尿は血液中の老廃物を腎臓で濾過され出

来てきます。出来た尿は膀胱に集まって、1日に約1000〜1500ml体の外に排出されます。

尿検査は、尿の中に蛋白や糖などの成分が出てくるかどうか調べます。

これによって尿の通り道で炎症や出血が起きているか、腎臓の働きの良し悪しなどがわかります。

尿沈査検査…採取した尿を試験管にいれ、遠心機で遠心して、尿の中に有形成分(赤血球・白血球・細胞・細菌・結晶など)があるかないか、又どれくらい出ているかを顕微鏡でみる検査です。



尿沈査標本

## 輸血検査

輸血は、血液成分の欠乏あるいは機能的に低下した時、その血液成分を補充する治療法です。輸血による副作用を防ぎ、安全な輸血を行うことを目的とし、輸血する血液が患者様に適合するかどうかを調べる検査が、輸血検査です。

輸血検査には、主に次のような検査があります。

**血液型検査**…輸血する際に、同じ血液型の血液を輸血するため、患者様の血液型を調べる検査です。ちなみに日本人の血液型の割合は：A型40%、O型30%、B型20%、AB型10%となっています。

**不規則抗体検査**…不規則抗体は、ABO式血液型以外の抗原に対する抗体のことで

す。

輸血によって起こる副作用の要因となる不規則抗体の有無を調べる検査です。

交差適合試験(クロスマッチテスト)…ABO式およびRh式血液型が一致した血液を輸血したとしても、そのまま輸血を行うと輸血副作用(溶血性など)を起こす可能性があります。それを防止するため、輸血する前に、血液製剤と患者様の血液が、適合するかどうかを調べる検査です。

輸血の際にはかせない、非常に重要な検査です。

## 微生物学的検査

どんな細菌に感染しているかを調べる検査です。感染症にかかると、「発熱」「腫れ」「痛み」などの自覚症状がおきます。症状のある部位から検体を採取して調べます。例えば、下痢・腹痛があれば便を検査します。検査をして感染症をおこしている細菌が確認できれば、その細菌に対して有効な抗生物質の処方決定されます。



生理検査担当者

## 生理検査

生体機能検査では患者様に協力して頂き機器を装着してもらったり、機械に接してもらったり、患者様に努力的に運動などをしていたいて検査を行います。

**心電図検査**…手足胸部に電極を装着して心

臓からの電気信号を記録します。不整脈・心筋梗塞・狭心症などの診断に使われます。また、検査は1〜3分ぐらいで終了し、まったく痛みを伴いません。

**ホルター心電図**…日常生活の約24時間の心電図を記録し不整脈などの診断を行います。



超音波検査

## 超音波検査

超音波(エコー)検査は、耳に聞こえないくらい高い音(超音波)を発信し、反射して返ってくる超音波を解析することによって、臓器の映像をつくり出し診断します。カラードップラーと呼ばれる方法を利用すると血液の流れも診断することが出来ます。検査時間は20〜30分程度。非侵襲的で痛みを伴わない検査です。

### 腹部超音波検査

肝臓、膵臓、腎臓、などに病変がないか観察・診断を行います。

癌などの早期発見に有用です。

検査部位としては  
肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓、子宮、卵巣、膀胱、前立腺、大動脈などがあります。

### 心臓超音波検査

心臓の形や大きさ・弁の動きなどを観察し、心筋梗塞、弁膜症、先天性心疾患などを診断します。

## 表在超音波検査

甲状腺、乳腺、皮下腫瘍などを観察します。

### 頸部血管超音波検査

脳へと通じる血管が狭くなっていないか、血液の流れが悪くなっていないか、観察診断します。

### トレッドミル検査

ベルトコンベアーの上で運動を行い、狭心症や不整脈の診断に使われます。

**エルゴメーター**…自転車こぎを行い、安全で効率的な運動量を決め心臓リハビリを行います。

**呼吸機能(肺機能検査)**…肺の機能を調べます。

**脳波検査**…脳から発生する微弱な電気波形として記憶する検査です。てんかんなどの疾患に役立つ検査で、脳の状態を調べます。

**ABI、CAVI検査**…血管の硬さや詰り具合がわかります。動脈硬化性疾患に役立つ検査です。

**神経伝導検査**…運動障害(動き難さ、脱力、痩せなど)、知覚障害(感覚の鈍さ、しびれ、痛みなど)の原因が、末梢神経障害によるものか、またその障害部位や障害程度などを調べるための検査です。

## 検査部病理

病理の担当する検査は、細胞診、組織診、及び病理解剖です。

### 細胞診

細胞診では、人体の様々な部位から採取された検体中の細胞を顕微鏡観察し、良性から悪性の5段階(Class I-V)にクラス分類します。検体の種類は、喀痰、尿、髄液、子宮頸部などの擦過物、及び穿刺吸引液などで、比較的人体への負担の少ない手技で採取されます。病変のうち自律的に増殖するものを「腫瘍」、そのうちの浸潤性に発育するものを「悪性腫瘍」、悪性腫瘍

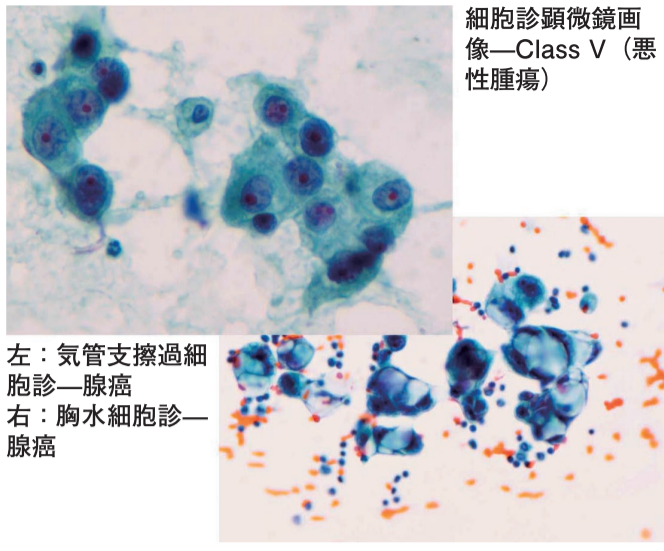


病理検査担当者

組織診

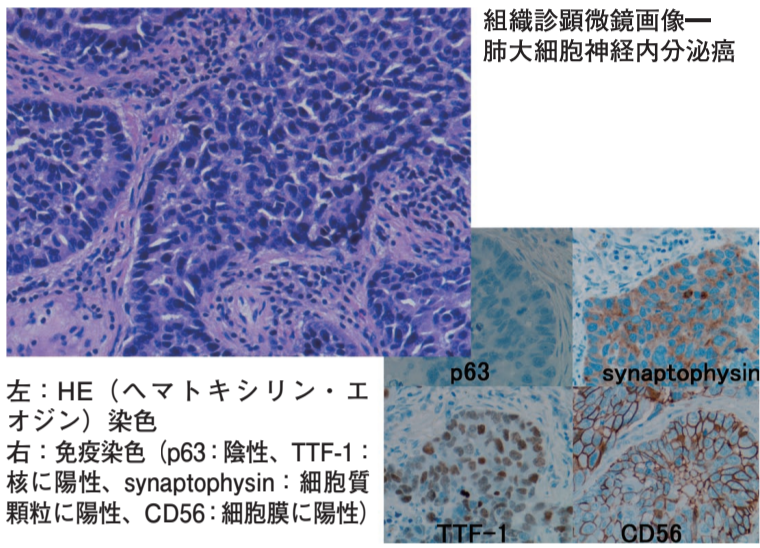
組織診では、各種内視鏡検査や皮膚組織の生検検体、手術切除検体、凍結切片で行う術中迅速組織診、及び他院からの借用標本の診断を行います。検体を必要に応じて切出し、ホルマリン固定後にパラフィンブロックを作成したものをから薄く切った切片をヘマトキシリン・エオジン染色で顕微鏡観察します。同一のパラフィンブロックから複数の切片を作成できるので、補助的に特殊染色や免疫染色を行うこともあります。病変の詳しい組織型や、手術検体では病変が取り切れているか、リンパ節転移の有無などを診断します。

術中迅速組織診では、固定を省略し、検体を凍結してブロックを作成します。水分や脂肪の多い検体は標本作製が困難ですが、手術中に手術方針の検討に必要な情報を提供することが可能です。少数ですが、当院では近隣他施設で行われる手術検体の術中迅速組織診も行っています。



細胞診顕微鏡画像—Class V (悪性腫瘍)

左：気管支擦過細胞診—腺癌  
右：胸水細胞診—腺癌



組織診顕微鏡画像—肺大細胞神経内分泌癌

左：HE（ヘマトキシリン・エオジン）染色  
右：免疫染色（p63：陰性、TTF-1：核に陽性、synaptophysin：細胞質顆粒に陽性、CD56：細胞膜に陽性）



検体切出し—診断に必要な部分を採取し、パラフィンブロックを作製



組織診報告書と病変部位の mapping

病理解剖

病理解剖では、ご遺族の承諾のもとに、病死されたご遺体の各種臓器を摘出し、死因の究明、病変の進行の程度や治療効果の評価を行います。外からは分かりにくいように切開し、ご遺体は清拭されてご遺族のもとに戻されます。開頭しない方法や、特定の臓器だけを摘出する部分解剖などもあります。事故や犯罪のからむ法医学解剖や、医学教育のために献体して頂く系統解剖とは異なるものです。

厚生連スポーツ医学セミナー報告書

2010年8月21日・土曜日・午後4時より茨城県J A 会館4階大会議室にて厚生連スポーツ医学セミナー（主催：総合病院水戸協同病院・筑波大学付属病院水戸地域医療教育セミナー・なめがた地域総合病院）が開催され、参加者は医療関係者や野球指導者を中心として150名を超え、大盛況のうちに幕を閉じた。内容としては小中学生の野球に対して、頻繁する傷害に関して医学の視点から、また練習メニューの作り方や技術指導に関してコーチングの視点からの実技指導および講演であった。

され、小中学生の障害は親や指導者の対応が傷害助長の一因になりうる場合もあると、非常に興味深く、野球指導者にも刺激的な内容であったと思われる。

最後に筑波大学硬式野球部監督であり、筑波大学大学院人間総合科学研究科准教授でもある川村卓先生からは科学的検証の下、野球初心者に必要な指導に関する講演が行われた。川村卓先生は小学生から大学生に至る指導者でありながら、野球に関する幅広い研究も行っている経緯から、野球初心者に対し、どのように分りやすく段階的に技術を指導すればよいか、どのように練習メニューを作るべきか、実際に現場で検証した経験も踏まえながら話が進んだ。非常に具体的かつすぐに実践できる内容であり、講演後も多くの参加者が川村卓先生へ質問を投げかける様子が見られた。

スポーツ医学セミナーにおいて、スポーツ傷害に関する知見だけでなく、今回のように実際の傷害予防や効果的な技術指導に至るまで、実践的かつ幅広い内容の講演は非常に珍しい。参加者も各分野の方々が一同に集まり、小中学生の野球を多方向から考える機会となり、非常に有意義な会であったと思われる。野球に限らず、今後も様々なスポーツを取り上げることで、水戸地域のスポーツに携わる選手および関係者の意見交流会にもなり、水戸地域のスポーツの発展に更に貢献できるものと



思われ、次回の開催を大いに期待している。

水戸協同病院リハビリテーション科  
理学療法士 芋生祥之

次に筑波大学硬式野球部チームドクターであり、筑波大学付属病院水戸地域医療教育センター講師でもある馬見塚尚孝先生からは当院野球外来を訪れる選手の障害の傾向を踏まえながら、その原因と対策に関しての講演が行われた。特に臨床で得られた分析結果と現在でも続けている野球の経験とを混ぜ合わせ、痛みを訴える選手に対して適切な治療を行うために早い段階で医療機関を受診し、患部を安静にする必要性が提唱

# くも膜下出血は予防できず

筑波大学附属病院

水戸地域医療教育センター

水戸協同病院 脳神経外科 柴田 靖

遠藤 聖

くも膜下出血とは、突然起こる激しい頭痛の代表的疾患で、大部分が脳動脈瘤という血管のコブが破けておこる病気です。高齢者に多いですが、若い人にも起きます。典型的には「突然ハンマーで頭を殴られたような」と表現されるような、これまでに経験したことがないほどの突然の激しい頭痛です。多くの方は初回出血で死亡あるいは重症後遺症を残すという怖い病気です。ごく最近も有名スポーツ選手がこれが原因で急逝されました。頭痛の他に吐き気・嘔吐や意識障害、麻痺症状などをきたすこともあります。

くも膜下出血の原因の大部分は脳血管の一部が風船のように膨らんだ脳動脈瘤が破裂することによるものです。発生頻度は年間人口10万人あたり20人前後で、一個だけでなく多発する場合もあり、やや女性に多い傾向があります。

発症の状況や脳神経学的検査、頭部CT検査などで大部分は診断されます。その後原因検索のためカテーテルを用いた脳血管造影や最新型CT装置を使用した3D-CTAを行い、脳動脈瘤の部位・形状などを確認します。(原因が脳動脈瘤以外のこともあります)

治療法として主に外科手術と血管内手術があります。手術の目的は第一に再出血(再破裂)を防ぐことにあります。手術は全身麻酔をかけ、開頭後、顕微鏡を使用して脳動脈瘤の頸部をクリップしたり(クリッピング)、動脈瘤を包み補強して、再出血を防止します。また血管内手術はカテーテルという細い管を動脈を通して、動脈瘤の

中に細い金属を詰める方法です(コイルング)。それぞれの治療法には利点、欠点があり、患者、動脈瘤ごとに、治療方法を慎重に検討します。

これまで多くの脳動脈瘤はくも膜下出血を起こした後(破裂後)に発見され、治療されてきました。しかし最近では脳の精密検査(脳ドック)を受診することで、くも膜下出血を起こす前に脳動脈瘤(未破裂脳動脈瘤)を発見して、治療することが可能となってきました。日本脳ドック学会の調査では、未破裂脳動脈瘤は受診者の2.7%に発見されています。脳ドックを受診することで予め未破裂脳動脈瘤を発見し、くも膜下出血を未然に防ぐ手段も発展しつつあります。未破裂脳動脈瘤の破裂する確率は部位や大きさによって異なります。未破裂脳動脈瘤が発見された場合には、脳動脈瘤の大きさ・部位・形態・年齢・全身合併症などを十分に考慮して、主治医とご本人の間で十分な理解と協力・相談の元に治療を決めます。

筑波大学水戸地域医療教育センター/水戸協同病院では複数の脳神経外科専門医で脳ドック結果を検討し、結果をお知らせします。動脈瘤が疑われた場合は最新式の血管造影やCTを使用して、詳細な検査を行い、必要であれば、根治術を行います。自分と家族のために、ぜひ本院の脳ドック受診をお勧めします。

詳細、お問い合わせはこちらまでお願いします。

水戸協同病院ホームページ

併設施設 健康管理センター

[http://www.mitokkyodo-hp.jp/02\\_anna/02-02.html](http://www.mitokkyodo-hp.jp/02_anna/02-02.html)

水戸協同病院 健康管理センター

TEL 029-233-9930

## 脳神経外科セカンドオピニオンの紹介

### 外来の目的

- セカンドオピニオン外来の対象となる方
- 患者さんご本人の相談を原則とします。
- やむを得ず患者さんご本人が来院できない場合は、相談同意書をお持ちになればご家族だけでも相談可能です。
- 患者さんが18歳未満の場合には、必ずしも相談同意書を必要としませんが、続柄を確認できる書類(健康保険証など)をお持ちください。

### 相談内容

- 現在の診断・治療法に関する専門医としての意見提供
- 今後の治療法や見通しに関する専門医としての意見提供

### お受けできない場合

- ご本人・ご家族以外からの相談。ご家族

でもご本人の相談同意書をお持ちでない場合(ただしご本人が18歳未満の場合を除く)。

- セカンドオピニオン外来相談時に、当院での治療など診療行為を希望される場合
- 最初から転医、転院をご希望の場合
- 主治医に対する不満、医療過誤および裁判係争中に関する相談
- 死亡した患者さんを対象とする場合
- 医療費の内容、医療給付に関する相談
- 主治医が了承していない場合

### 外来の疾患

- 脳梗塞・脳出血・脳動脈瘤・くも膜下出血・脳腫瘍・頭部外傷・頭痛・てんかん水頭症など
- 完全予約制です。
- 相談時間は、30分を原則とさせていただきます。相談内容により最長60分まで延長いたします。なお、お持ちになった資料を拝見する時間も、相談時間に含まれますので、ご承知おきください。
- 相談時間終了後、主治医への返信を作成し、患者さんにお渡しします。
- ご相談は診療科の診察室で実施します。

### 料 金

- 30分単位10,500円。30分超60分まで21,000円(最長60分です)
- 全額自費で、健康保険は適用されません。
- 相談料金は、ご相談が終了した後に会計窓口でお支払いただけます。

### 当日持参していただくもの

- 診療情報提供書
- 当院から指定されたデータ、資料
- 病気の状態に応じて必要な資料は異なりますが、具体的には次のようなもの



です。

- 血液検査記録
- 生理検査の結果(心電図、呼吸機能、脳波など)
- レントゲンフィルム
- 超音波検査の結果と画像
- MRI検査、CT検査のフィルム
- 病理組織検査の報告書・内服薬一覧など

\*当日、主治医からの情報や検査資料をお持ちでない場合は、一般的なお話しができません。有効なセカンドオピニオンは提供できないため、ご予約いただいても、ご相談に応じられない場合があります。あらかじめご了承ください。

### 問い合わせ先

お申し込みには所定の「セカンドオピニオン外来申込書」のご提出が必要です。「セカンドオピニオン外来申込書」は、当院ホームページの下の申込書リンクからダウンロードいただくか、お電話でお申し付けください。

申込書は、所定の申込書を使用しただき、必要事項をご記入の上、FAXまたはメールに添付ファイルとして送信してください。

TEL 029-231-2371 (内線2130)

FAX 029-233-9916

E-mail [mito@mitokkyodo-hp.jp](mailto:mito@mitokkyodo-hp.jp)



# なぜ薬を飲むのでしょうか？



はじめまして。昨年の9月から働きはじめました薬剤部の望月です。日々の業務に追われてあわただしい毎日でもまだまだ駆け出しですが、見かけたら暖かい目で見守ってください。

今日はなぜ薬を飲む必要があるかお話ししたいと思います。

「私は血圧が高いけどなんで下げなければいけないの？」

「この薬を飲めば病気がきれいさっぱり治るんだらう？」

「先生からお薬を出されたけど、もう一生のみ続けなきゃいけないのかしら？」

病気を「治すため」の薬ですが、完全に病気を治す薬ばかりではありません。血圧を下げる薬を例にとってみましょう。

う。血圧を下げなければならぬ理由は、血圧が高いままだとさまざまな合併症を引き起こすかもしれないからです。

血管が血圧に耐え切れず破れてしまい、その破れた箇所が脳だと脳内出血となり大変危険です。医療が進歩してきているといっても寝たきりや言語障害などの後遺症にみまわれたり最悪死亡してしまうケースもあります。

そうならないように血圧を下げるのですが、どのようにして血圧を下げるのでしょうか？

さまざまな薬がありますが、血管を広げることによって血管内の抵抗を下げて血圧を下げる。心臓の働きを抑えて全身に送る血液量を下げることによって血圧を下げる。血管をちぢめる酵素を作らせない、または血管をちぢめてしまうスイッチをオフにする。などいろいろな作用の薬があります。

でも、血圧が上がる原因を治すものではありません。どれも薬の力で一時的に血圧を下げるために途中で薬を飲むのをやめてしまったら、血圧が元に戻ってしまうことがほとんどです。そういった理由から、薬は飲み続けなければなりません。

でも、先生の指示を守って血圧のコントロールが良くなってきたら薬を減らして、さらになくなるかもしれない。治療には根気が大切ですね。

ただし一生必要な薬もあります。たとえばI型糖尿病の患者さんのインスリンなどです。

糖尿病にはI型とII型がありますが、生まれつきインスリンを自分の体の中で作れないI型糖尿病の方はインスリンの自己注射が絶対に必要になってきます。それに対してII型の方では血糖コントロールがよくなればインスリン注射をとめられる場合があります。

現代の医療でも根本的に治すことは難しい病気もたくさんありますが、お酒の飲みすぎで血圧が高いならば飲むのを控える。塩分の取りすぎならば塩分を控えるなどの

を十分に引き出し、目標を定め達成するための支援を行います。

実際には、高齢者や病気に伴う障害のための介護の問題や、医療費や生活費に関する経済的な問題などの相談が多いのですが、その他のお困りのことに関しても、相談に応じておりますので、お気軽にお声かけください。一緒に解決に向けて考えて行きましょう。

医療ソーシャルワーカー 富田明子



## 医療ソーシャルワーカー(MSW)の役割

当院では医療ソーシャルワーカー(MSW)が配置されてから11年になります。最近、県内でもMSWがいる病院が増加しています。また「ソーシャルワーカー」という言葉をご存知の方も多いことでしょうか。しかし、どんな仕事をする人なのか、詳しく知っている方は少ないと思います。

医療ソーシャルワーカーとは、主に病院において『疾病を有する患者等が、地域や家庭において自立した生活を送ることができるよう、社会福祉の立場から、患者や家族の抱える心理的・社会的な問題の解決・調整を援助し、社会復帰の促進を図る』専門職を指します。『社会福

祉の立場』についてお話をさせていただきます。

困っているけど誰に何を相談していいかわからないということはありませんか。「こういうことはこの人に聞けば間違いない!」とわかっている人は少ないと思います。

ソーシャルワーカーは、まず何について困っているのか、その困っている原因は何かを明確にします。そしてどうしたら解決できるのかを相談者と共に考えます。解決方法として様々な機関や職種と連携し、適当な社会資源と相談者をつなぎます。つまり、漠然とした悩みを明確にし、患者や家族が持っている解決能力

よい食事や、日々の中での適度な運動、よく寝て体を休めるなど、ちょっとしたことが日々の健康の秘訣だと思います。薬を飲めばもう何をやっても大丈夫というものはありません。

薬の前には大事なことがたくさんあります。薬が始まってもやはり大事なことに変わりはありません。

私もアルコール多過、塩分多過でまった運動せず、睡眠不足で偏った食事ばかりしているので大きなことは言えませんが…

お薬が続くことには訳があります。「なぜ？」と思ったら声をおかけください。

薬剤部 望月 暁



## 健康管理センター

4月から健康管理センターに配属になりました。保健師の成田優子と申します。いつも笑顔をもって、健康増進や疾病予防の大切さを伝え、保健師として皆さまのより良い生活を目指して、健康管理のお手伝いができるよう頑張っていきたいと思っております。まだまだ保健師として勉強中の私ですが、これからもどうぞよろしくお願いたします。

健康管理センター 成田優子

## 東棟建築のお知らせ

東棟が新しくなります。平成23年3月の完成に向けて、ただいま工事中です。

地下2階地上4階建てで、完成後は手術室やリハビリ、医局等が移る予定です。

異例の猛暑・残暑が続く中、汗をかきながら皆さん頑張っております。(写真は平成22年8月現在)

まだまだ工事が続きます。騒音や振動で大変ご迷惑をおかけすると思いますが、何卒ご理解ご協力よろしくお願いたします。

施設課



# 職場体験・見学

7月に入り三の丸小学生9名が保護者とともに病院見学にきました。質問事項は個々様々で病院の歴史・仕事のこと・来院患者数・他に思わず返事に困ることもありましたが、元氣な声での質問が飛び交いました。施設見学では職員に質問したり、医療機器の説明を受けたり、小林先生から聴診器を使って自分の心臓やお腹の音を聞きて驚いたり、短時間でしたが不思議な体験をしていただきました。かわいなお客様に職員も笑顔が倍になっておりました。将来を担う医療従事者になっていただきたいと心から願いました。

また先日は、教室では出来ない体験を通じ職業観を身につけ、自己の進路設計を具体化する場、人々の出会いから人間としてのあり方や生き方に触れるなどを目的に緑岡中学・那珂第一中学校2校が、職場体験にみえました。緊張した面持ちでオリエンター

シオンを受け、その後看護体験では、血圧測定・車椅子の押し方・足浴や清拭を看護師と一緒にに行ない「終わった後にお礼を言われたことがとてもうれしかった」「拭いているときは本当に看護師さんになったような気がした」「看護師さんの仕事がこんなに大変だったとは思わなかった、でもとてもよい経験になり将来は看護師になりたいという気持ちが強くなりました」という、うれしい声を聞きました。

事務部長からも「いろいろ経験して自分の進路に役立ててくれればうれしいです」とのコメントをいただきました。身近で働く医療者を見て将来のどのような仕事に向いているのか真剣に考える良い機会になったことでしょう。将来看護師になっていただけることに願いを託し短時間の職場体験を終了しました。

# 高校生1日看護体験

1日看護体験は、日々看護ケアを通じて人々の勇気づけや、かけがえのない命を守り、「人の心」に触れることの出来る感動ある仕事であることを感じてもらう事が目的で、県内の高校生1,400人が看護協会主催で県内の医療施設で看護体験を行なっております。当院は8月18・19日の両日開催し高校生29名が体験に訪れました。血圧測定、足浴・車椅子の使用などの看護ケアの体験、患者さんからは「こ

んな若い子に足を洗ってもらいたい」「観察を見学し「大変な仕事だと思いましたが、でもやりがいがある、人の役に立っている仕事だと思いました」「臨床で関わった看護師より、健康に気をつけて自分の夢に向かって頑張ってください」とのコメントをいただきました。

多くの学生に看護の喜びを感じていただけたことに感謝するとともに、将来医療の場で一緒に働くことを願ってやみません。



# 市民健康フォーラム

あなたの肺は健康ですか?

あなたの肺年齢、呼気中一酸化炭素、血管年齢、血圧を測定してみませんか?

平成22年 **10月16日** 土

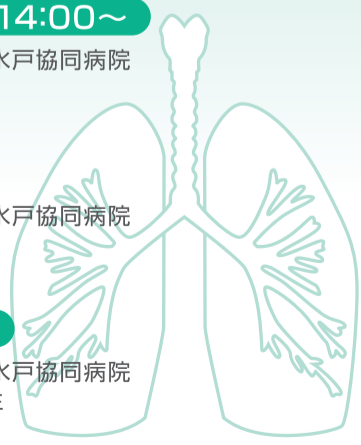
13:00~16:00 駐車場無料(約50台)

茨城県JA会館4階 大会議室  
水戸市梅香1-1-4 TEL:029-232-2260(代)

**タイムスケジュール**

- 13:00~ 健康測定ラリー
- 14:00~15:30 講演
- 16:00 終了

- 講演プログラム**
- 講演1 肺の役割と疾患について 14:00~**  
筑波大学水戸地域医療教育センター 水戸協同病院 呼吸器内科 教授 佐藤 浩昭 先生
  - 講演2 禁煙について 14:30~**  
筑波大学水戸地域医療教育センター 水戸協同病院 呼吸器内科 講師 籠橋 克紀 先生
  - 講演3 日常生活のコツ 15:00~**  
筑波大学水戸地域医療教育センター 水戸協同病院 看護部 看護主任 佐々木 良枝 先生  
看護師 千田 隆広 先生



FAX送信方向

**お申し込み方法**  
**FAX 029-232-3265**

●住所・氏名・電話番号・年齢・性別をご記入の上、ハガキまたはTEL・FAXにてお申し込み下さい。

**お申し込み先**

「市民健康フォーラム」事務局

〒310-0026 茨城県水戸市泉町1-1-4 水戸フコク生命ビル8F  
TEL:029-232-3261(土日を除く9:00~17:00まで) FAX:029-232-3265  
総合病院水戸協同病院 庶務課 TEL:029-231-2371

## 参加申込用紙

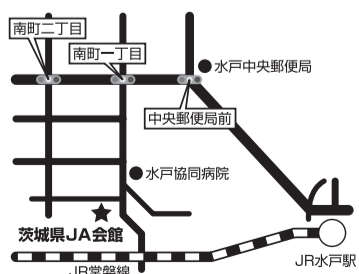
フリガナ	年齢	性別	参加人数
代表者氏名	歳	男・女	人
住所	(〒 .. )		
連絡先 (電話またはFAX)	TEL	FAX	

ご応募いただいた皆様の個人情報の取り扱いには最大限の注意を払い、本会の目的以外には使用いたしません。なお、人数制限の場合のみご連絡させていただきます。

市民健康フォーラムに参加するにあたって、ご意見などがございましたらご記入ください。

### 会場案内図

茨城県JA会館 水戸市梅香1-1-4  
水戸駅北口より徒歩15分 駐車場有(約50台)



共催 JA水戸、ファイザー株式会社

後援

茨城県、水戸市、水戸市医師会、茨城県看護協会、フクダ電子南関東販売株式会社(順不同)