



コスモスだより

独立行政法人 地域医療機能推進機構 天草中央総合病院

令和2年7月発行
編集:天草中央総合病院広報委員会

マスクに効果はあるのか？

院長 芳賀克夫

数年前、東京に出張に行き、その帰りに品川駅から羽田空港に向かう電車に乗りました。その電車の中で、たまたま旅行中のイギリス人夫妻と話す機会がありました。旦那さんは70歳代ぐらいで、奥さんは60歳代後半の感じでした。丁度冬場で、電車の中では多くの人がマスクをしていました。旦那さんは、「なぜみんなマスクをしているのですか？感染予防のためにマスクをしているのですか？」と尋ねてきました。私はげげんな顔で、「多くの日本人は感染予防のためにマスクをしています」と答えました。すると旦那さんは、「人に感染をうつさないようにマスクをしているのですか、それとも、自分がうつらないようにマスクをしているのですか？」と尋ねてきました。「マスクの効果は人に感染をうつさないためのものですが、多くの人は自分がうつらないようにと、マスクをしています」と答えました。よく話を聞いてみると、この男性は退職したばかりの医師でした。退職記念に、ご夫婦で1ヶ月間の日本旅行に来られたそうです。

一般に、欧米人はマスクをしません。このイギリス人夫妻は、日本人のマスク姿がよほどふしぎに見えたのでしょう。そう言えば、アメリカのトランプ大統領も決してマスクを着用しません。これが彼らのスタイルなのです。しかし、この習慣の違いが大きな差を生んだのかもしれない。今回の新型コロナウイルス感染症で、欧米では多くの人の命が失われました。死者数は、アメリカでは11万人を超え、イギリスでも4万人を超えています。我が国の死者数が900人台であるのとは、文字通りケタが違います。なぜ多くの欧米人が亡くなったのか、その理由ははっきりとは分かっていません。しかし、最近イギリスのケンブリッジ大学が興味深い研究成果を発表しました。新型コロナウイルスの感染防止策として、国民全体でマスクを着用すれば、ウイルス感染を「劇的に」抑えられると発表したのです。さらに、イギリス政府は6月15日から公共交通機関に乗るときに、マスクなどで顔を覆うことを義務付けると発表しました。大きな政策転換です。

我が国でマスク着用が一般化したのは、大正時代に起こったスペイン風邪の流行の時だそうです。我々は先人の知恵のお陰で、命が救われたのかもしれない。



独立行政法人地域医療機能推進機構 天草中央総合病院

〒863-0033 熊本県天草市東町101番地

TEL 0969-22-0011 FAX 0969-24-2105

ホームページアドレス <http://amakusa.jcho.go.jp>

【新任医師のご紹介】

呼吸器内科 小松太陽

2020年5月から内科に赴任しました小松太陽と申します。出身は天草市の倉岳町であり、町医者として働く父の元で育ちました。中学から熊本市にうつり、熊本大学を卒業後は熊本中央病院での研修を経て熊本大学呼吸器内科に入局、これまで熊本大学病院、熊本労災病院、球磨郡公立多良木病院、熊本再春荘病院(現・熊本再春医療センター)、熊本市民病院など、県内の様々な病院で呼吸器内科医として勤務して参りました。天草から2時間かけて通院している患者さんとも多く出会い、一部の方からは天草の病院で診断・治療を完結させてほしいという声も聞かれました。また、現在社会問題の中心となっている新型コロナウイルスに関しても、この先いつ第二波、第三波がきてもおかしくないと考えられます。このような背景の中で、呼吸器内科医として力を発揮できる最適なタイミングで地元天草に戻ってこられたことを大変嬉しく思います。同時に赴任後は呼吸器以外の内科疾患を診させて頂く機会も多く、勉強不足を痛感しているところです。百川学海、ようやく辿り着いた天草の地で精進して参りますので、どうぞ宜しくお願い致します。

呼吸器感染症、喘息・COPD、間質性肺炎、肺癌、気胸、睡眠時無呼吸症候群など、呼吸器疾患で何かお困りのことがございましたら、いつでもお声かけください。



《栄養管理室のご紹介とお知らせ》

管理栄養士 城下勝孝

私たちのいる栄養管理室は併設されている老健の1階にあります。

病院に3人、老健に1人勤務しています。主な業務は病棟での入院患者さんの栄養管理と栄養指導が主で、栄養指導は年間460件ほど行っています。また、大学からの臨地実習の受け入れを行い育成にも力を入れています。今回は栄養指導を実施して日頃感じることを掲載したいと思います。外来指導で多いのはやはり脂質異常症です。脂質異常症とは血液に含まれるLDLコレステロール(悪玉)や中性脂肪が一定の基準よりも多い方またはHDLコレステロール(善玉)が低い方をさします。

じつは悪玉も善玉も全く同じコレステロールです。コレステロールは血液に溶け込めないため、リポタンパクに包まれて血液中を移動します。体の隅々まで運ぶ働きのあるものをLDLコレステロール(悪玉)、反対に体から余分なコレステロールを回収する働きをしているものをHDLコレステロール(善玉)と呼んでいます。悪玉が多いとコレステロールがたまりやすく、善玉が少なくても回収されるコレステロールが少ないので、たまりやすくなり脂質沈着などのプラークを形成します。さらにLDLコレステロール(悪玉)が小型化すると血管壁に入り込みやすくなり血管壁に入ると酸化されて、動脈硬化を進行させる一因となるとされています。そうなる心筋梗塞や脳卒中などのリスクが高くなるわけです。

食事療法・栄養管理は治療の基本となりますがその基本とはエネルギー量の適正化です。よく食事療法はどうすればよいかと迷いますが、伝統的な日本食は「飽和脂肪酸、総脂肪、コレステロールが少なく野菜、果物、不飽和脂肪酸、カリウム、カルシウム、食物繊維、たんぱく質が多い食事として特徴づけられさらには海藻類や大豆類を多く摂取することができます。塩分に気を付ければ理想的な食事といえます。それから食事と同様に重要なのはエネルギー消費をどう増やすのか、特に天草在住の方はことあるごとに車を利用されるので非常に消費量が少ない現状があります。歩く習慣が身につけていけばよいのですがそれがかなわない方はまず固くなっている関節を柔らかくするストレッチから始めてみてはいかがでしょうか。

【転入職員のご紹介】

リハビリテーション士長

作業療法士 米倉正博

リハ科に士長として着任しました。今までJCHO病院の湯布院・人吉と勤務し、山間部から海辺へ異動してきました。海の夕日や空の広さが印象的でワクワクしています。皆様と一緒に安心安全な医療に努めていきます。

副理学療法士長

平田晃久

今年度より天草中央総合病院リハビリテーション科に赴任しました平田晃久と申します。福岡県出身で、熊本県にあった西日本リハビリテーション学校を卒業し地元の医療機関に勤務しておりました。幅広く全般的なリハビリを行ってきました。天草の方々が健康に過ごせるように微力ながらお力添えさせて頂きたいと思っております。慣れないことも多くご迷惑をおかけすることもあるかと存じますがよろしくお祈りいたします。

手術室看護師長

園田喜子

国立病院機構との人事交流のご縁を頂き赴任しました。天草出身ですので、地元で働けることを大変うれしく思っています。早く当院に慣れるように頑張りますので、どうぞよろしくお祈りいたします。



【新人職員のご紹介】

看護師 永井主和子

2階病棟の看護師、永井主和子です。出身は天草市です。関西へ就職し数十年が経ち、昨年Uターンしてきました。初めての産婦人科病棟勤務で、正直驚きました。看護実習以来で、学習が中々追いついていませんが、周囲の方々に助けていただき楽しく勤務しています。これからも、患者さんに満足していただく看護を提供できるよう学習を深めていきたいです。

理学療法士 荒武優斗

4月より理学療法士として天草中央総合病院に就職いたしました、荒武優斗と申します。上司の方々や皆様にいろいろ仕事のことや天草のことを教えて頂きながら成長していきたいと思っております。よろしくお祈りいたします。

看護師 藤本胡桃

外科病棟に配属され約2ヶ月が経ち、様々な経験をさせていただきました。不慣れな部分がありますが、患者様・ご家族様が安心して治療を受けられるよう日々自己研鑽していきたいと思っております。今後ともよろしくお祈りいたします。

看護師 三井彩弥花

4月から看護師として働き出して3ヶ月目になりました。学校を卒業して日々の業務にあたる中、看護師としての責任の重み・知識・技術の未熟さを実感しています。患者様の「頑張ってるね」という温かい言葉かけや先輩方に支えていただき日々多くの学びや充実した日々を送っています。1つ1つの業務・知識を習得し大好きな天草の支えとなれるよう頑張っていきます。

看護師 池田真奈

住み慣れた天草で、幼い頃の夢だった看護師という仕事ができています。大変嬉しく思います。入職して約2ヶ月が経ちましたがたくさんの方々に支えていただき、充実した日々を送っています。これからも理想の看護師像に少しでも近づけるよう頑張ります。よろしくお祈り致します。

2020年 外来診療担当表(7月～)

受付時間: 午前8時30分～午前11時00分 (受付時間は診療科で多少異なります)

診療科		月	火	水	木	金
内科	新患・予約外担当	小松太陽			担当医	担当医
	呼吸器内科			金子篤志 小松太陽		金子篤志
	消化器内科				岩澤秀	岩澤秀
	腫瘍内科		熊野御堂慧 受付時間: 9:30～11:30		熊野御堂慧 受付時間: 9:30～11:30	
	血液内科		宮家宏定			大 学
	循環器内科				徳永信行(大学)	
	代謝内科	宮川展和(大学)				
備考	火・水は予約・紹介の方のみとなります。					
外科	診察	坂本慶太	藤川和晃	坂本慶太	村上聖一	村上聖一
	乳腺・その他検査	竹口東一郎	坂本慶太	村上聖一		藤川和晃
	備考	木は予約の方のみとなります(新患はお受けできません)。木は乳腺・その他検査が出来ません。火(午後)・木(午前・午後)は手術です。				
整形外科		木山貴彦	木山貴彦	森 修	木山貴彦	木山貴彦
		西野剛史	西野剛史		西野剛史	西野剛史
脳神経外科		矢野辰志		矢野辰志	矢野辰志	
産科		荒木真佐子	吉村早織 柴崎聡	荒木真佐子	吉村早織 柴崎聡	荒木真佐子
婦人科		吉村早織 柴崎聡	荒木真佐子	吉村早織 柴崎聡	荒木真佐子	吉村早織 柴崎聡
放射線科		担当医	吉住和弘	小林直樹	小林直樹	担当医
						東家亮(大学) (治療放射線科医)
皮膚科		江頭翔			本多教稔(大学)	
歯科口腔外科		田中拓也	田中拓也	田中拓也	田中拓也	田中拓也
		合屋健	合屋健	合屋健	合屋健	合屋健
午後は13:00～16:00の受付時間です。毎週水・木は午前中手術の為、午後からの診療です。						

◎火曜日、水曜日は予約・紹介の患者様のみの診察になります。

◎学会等により担当医師が変更になる場合や、休診となる場合がありますので御了承ください。

◎急患及び手術等で受付時間が変更になる場合がありますので御了承ください。