

連載
連携医のご紹介

連載
呼吸器によく
ある疾患



新しい命の誕生を支える産科の仕事

～妊娠期から出産後までのサポート～

新しい命を迎えることは、ご家族にとって大きな喜びの瞬間です。その背後には医療チームの力強いサポートが欠かせません。当院の産科病棟(新棟4階病棟)では、妊娠

中から出産、そして産後の生活まで、お母さんと赤ちゃん、そのご家族を支える大切な役割を担っています。今回は、産科病棟の仕事についてご紹介します。



マタニティクラスでの分娩についての説明

● 妊娠期のサポート

妊娠期は女性の体に大きな変化をもたらす時期です。定期健診を通じての赤ちゃんの発育や母体の健康状態を確認し、母子の健康を守ります。また、助産師外来では個別に生活のアドバイスや様々な相談にも対応し、安心して出産を迎えられるよう支援を行います。

そのほか、妊娠前期と後期に「マタニティクラス」を開催しています。健やかな妊娠期を過ごせるよう栄養士や医師による専門的な講義をはじめ、ストレッチ体操やゲームなどを取り入れ、妊娠・出産を楽しく学べる内容となっています。

● 出産のサポート

出産は人生の中でも特別な瞬間です。その瞬間を安全で安心なものにするため、日頃からスタッフ一同万全を期して備えています。

当院は地域周産期母子医療センターに指定されており、通常分娩だけでなく、合併症があるハイリスクの分娩も扱っています。緊急時には迅速な判断が求められるため、日頃から、緊急帝王切開時の対応の訓練や、NCPR(新生児蘇生法)の訓練などを実施し、母子の命を守る体制を強化しています。

また分娩の際、胎児の健康状態が懸念される場合は小児科医師の立ち合いのもと分娩が進められ、赤ちゃんに治療が必要な場合には速やかにNICU(新生児集中治療室)へ入院となります。NICUは病棟内にあり、医師の許可があればお母さんが授乳を行うこともできます。

①



②



① 沐浴中の様子

② NCPRの訓練

● 産後のサポート

出産後は、母体の回復を最優先にサポートします。授乳や育児についてアドバイスをし、お母さんの体調管理を支援します。また産後はホルモンバランスの変化によって、精神的に不安定になりやすい時期です。特に出産直後は心身ともに疲れが出やすいため、精神的なサポートも非常に重要です。お母さんの気持ちに寄り添いながらコミュニケーションを大切に、安心して赤ちゃんとの生活を楽しめるよう心がけています。

出産を迎えられたお母さんへの労いを込めて、当院では今年度より産後のお祝膳をリニューアルし、「ROCK FIELDのRF1」のお食事を提供しています。

さらに産後のお母さんにアロマを用いた乳房・背部マッサージを実施しています。主に母乳の分泌促進を目的としていますが、リラックス効果も抜群で、お母さん方から好評を頂いています。



産後のお祝膳

● 退院後のサポート

当院では、出産後の新しい生活がスムーズにスタートできるよう、退院後もさまざまな支援を提供しています。

産後2週間健診

産後2週間健診では、産後間もないお母さんの健康状態や赤ちゃんの発育状態などを確認しています。母乳のトラブルや体調の不良、育児に対する不安など、早期に対応することで、安心した産後の生活を送れるようサポートしています。

母乳外来

毎週月曜日・水曜日に母乳外来を実施しています。「母乳の量が足りているか心配」「授乳がうまくできない」といったお悩み、また離乳期や卒乳に関する相談も受け付けています。

インファントマッサージ

新型コロナウイルスの流行により一時中止をしていましたが、今年9月より再開しました。インファントマッサージとは、親子の絆形成を目的として、親御さんが赤ちゃんへ行うマッサージです。国際インファントマッサージ協会の資格を保有した当院助産師がインストラクターを担当しています。

産後ケア

産後ケアとは、出産後のお母さんへ心身のケアや育児サポートなどの支援を行う公的事業で、指定された市町村在住の方がご利用いただけます。当院では、利用者にアロママッサージなどを行い、リラックスした時間を提供しています。また安心して育児に取り組めるサポートとして、保育士も育児相談を行なっています。

すべての新しい命が健やかに育ち、笑顔あふれる未来へと続きますように・・・その願いを胸に、これからも私達は心を込めた支援を続けていきます。

アドバンス助産師 鈴木景子



アロママッサージ



インファント
マッサージ



保育士による
サポート

連載

呼吸器によくある疾患

呼吸器内科部長 山下 高明

間質性肺炎(1)

「間質性肺炎」について、今月と来月の2回に渡って掲載します。

●ふたつの肺炎

なかなか聞いたことのない病気だと思えます。最近ですと歌手の八代亜紀さんがこの病気で亡くなりましたのでテレビで見たこともあるかもしれません。毎年2万人ほどが亡くなっており日本人の死因としては11位(2022年)です。今回はちょっと難しい話になります。

「肺炎」には二つあると思ってください。一つは「感染性肺炎」もう一つは「間質性肺炎」。医学の教科書ではこれほど単純ではないのですが、今日は思い切って単純に話します。「肺炎」とはざっくり言うと、肺に異物が侵入し、それに対して免疫細胞が反応して炎症を引き起こす病気です。

●感染性肺炎

「感染性肺炎」とはこの異物が「病原性微生物」すなわちウイルス・細菌などの場合を指します。ばい菌が肺に侵入して増殖し害をなしたら生存が危機にさらされますので、それに対抗するわけです。対抗するのは小さな細胞たちです。「疫病から免(まぬか)れる」ということから「免疫細胞」といいます。血液中や体の組織など、あらゆる場所に存在して常に外界から侵

入者がこないか見張っているのです。番犬が泥棒を攻撃するようなものです。

●間質性肺炎

一方で『間質性肺炎』とは何かといいますと、別に大して生存の危機をもたらすわけではない異物に対して、免疫細胞が過剰に反応して攻撃する病気を指します。免疫細胞もつねに賢いというわけではないのです。言ってみれば番犬が郵便配達のおじさんを攻撃するようなものです。

問題なのは免疫細胞が異物に攻撃するのが肺という場所なので肺に障害が生じてしまう。つまり『肺炎』が生じてしまうところです。

* 次回は間質性肺炎についてももう少し詳しく説明します。

ばい菌



免疫細胞



連携医のご紹介

あだち歯科



当院は取手駅と藤代駅の間あたりの国道6号から近く、田んぼに囲まれたのどかな場所にあります。小さなお子様からご年配の方まで幅広い年代の方が来院され、おかげさまで開業から今年6周年を迎えました。女性医師ならではの丁寧さと優しい対応、安心して受けられる治療を心掛けております。生まれ育った取手市にて皆様の健康づくりのお手伝いを出来ますことを大変嬉しく思います。

院長 安達 真由美

診療科目 歯科・小児歯科・歯科口腔外科

診療時間

	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	○	○	休	○	○	○
14:30~19:00	○	○	休	○	○	休

*土曜日 9:00~13:30

休診日 水曜日・日曜日・祝祭日・土曜日午後

連絡先 〒300-1537 茨城県取手市毛有361-4
☎ 0297-86-8481

*急患随時受け付けております。まずはお電話でお問い合わせください。

ライフステージに合わせて口内環境も変化しますので、治療だけでなく予防にも力を入れ、末長くかかりつけ医院としてお付き合い出来たらと思います。JAとりで総合医療センター口腔外科、高齢者歯科には日頃から多くの患者さんを連携により、協力して頂いています。

医療の技術は日々進歩しますので、これからも自己研鑽を続けて、皆様の日常生活をより快適に過ごせるようお口の健康づくりに貢献出来ようと思っております。

新人のご紹介

臨床工学部



7月に入職した渡邊君です。教えたことをすぐ覚え、要領よく実践できるのが、今後、即戦力になってくれることを期待しています。一年目の今年は透析業務に従事しており、遅番と早番が担当する仕事も覚えていくところです。スタッフや患者さんとコミュニケーションを取りながら、現在は透析患者さんの穿刺業務を中心に修行中です。

今後、病棟での技士業務や人工呼吸器など各部門の業務も担っていきますのでよろしく願います。

渡辺 優

全国厚生連栄養士協議会 全国統一献立

おすすめ郷土料理

静岡県

静岡おでん

令和6年11月15日の昼食に
患者さんにお出ししました



小鉢に入っている粉をかけて食べる

材料 4人分

作り方

静岡おでん

・大根4個	200g
・ゆで卵4個	180g
・がんも4枚	100g
・板こんにやく4枚	160g
・黒はんぺん4枚	240g
(いわしのつみれでも可)	
・醤油	30g
・みりん	15g
・酒	15g
・粉末ダシ	2g
・水	1ℓ
・鰹節	0.4g
・あおさのり	0.8g

静岡おでん

- ① 固めにゆで卵を作り、殻をむいておく。
- ② 大根は皮をむき、2cm幅に切り、表面に隠し包丁を入れる。
- ③ 大根のみ下茹でをしておく。
- ④ 板こんにやくは40gずつ三角形になるように切る。
- ⑤ 鍋に水と粉末ダシ、醤油、みりん、酒を入れて混ぜ、具をいれて2時間ほど煮込む。
- ⑥ 鰹節はミキサーにかけて粉々にし、あおさのりと混ぜる。
- ⑦ 皿に1種類ずつ具を盛り付けて、⑥の粉を上からかけたら出来上がり。

1人分の栄養価

エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
215	17.2	11.0	2.4

オーラルフレイル予防について出前講座

10月18日、取手市の桑ちゃんクラブの皆さんを対象に、「歯と口の健康づくりについて～オーラルフレイルを予防しましょう～」というタイトルで当院の歯科衛生士の野島矩子

さんが出前講座を行いました。嚥下体操や歯ブラシの使い方などを説明し、出席者からは歯ブラシの交換時期や電動歯ブラシなどについての質問が出されました。



出前講座の様子



講師の野島歯科衛生士

小野医師が守谷市保健センターで講演

11月10日(日)に守谷市の保健センターで小児外科科長の小野健太郎医師が講演しました。タイトルは「これって病気？パパにもきいてほしい おとこの おちんちん講座」です。昨年度、取手市内の子育て支援センター4カ所で小野医師が講演し、守谷市保健センターでも保健師の皆さんを対象に行いました。今回は、守谷市の育

児支援の一環として講演会を開催したいとご要望を頂きました。30組、71名の方々が出席され、講演後にお父さん方から「精索捻転を見分けるポイントは何でしょうか」といった具体的なケースについての質問が出ていました。また小野医師は個別の相談にも応じ、皆さんホッとしたような表情で帰られていました。



守谷市保健センターでの講演会



講師の小野医師

