

VOL.21 2021.10

MISAWA

病院だより

【特集】

すべての女性が安心
できる環境づくり
のために

- 3階西病棟のご紹介
- 三沢市立病院業務委託施設
「竹の子保育園」
- 病院からのお知らせ



すべての女性が安心できる 環境づくりのために

三沢市立三沢病院産婦人科

産婦人科の診療は、「産科」と「婦人科」に分かれ、子供から高齢者までの幅広い年齢の女性を対象としています。

「産科」の役割

「産科」では、妊娠、分娩、産褥期までを診療し、新しい命の誕生をサポートします。妊娠・出産は、大きな喜びであると同時に、環境の変化や身体的・精神的な変化により不安が募る時期でもあります。そのような中、自宅から近い病院、実家から通うことのできる病院があることは心強いものです。近年、地方での分娩取扱い病院は減少し、お産を取り巻く環境は厳しい状況となっていますが、三沢病院では、青森県上十三地域保健医療圏において周産期医療を扱っている唯一の公立病院として、この地域に住む妊婦さん、里帰りを希望する妊婦さんが少しでも安心した環境でお産ができるよう、24時間365日サポートできる診療体制を整えています。例えば、母体胎児集中監視システムを導入し、周産期情報を院内すべての電子カルテや携行しているタブレット端末で情報を共有することができるため、産婦人科医が分娩室外で業務を行っている最中であっても迅速に判断・指示・対応を行うことが可能です。また、心疾患や不整脈がある方、甲状腺機能の異常や妊娠糖尿病・糖尿病合併の妊婦さんは内科と、分娩時にリスクがある場合や分娩後に異常が見つかった新生児に対しては小児科と連携して、フォローアップを行うなど、妊娠・出産・産後の継続的なケアを一層強化しています。

<助産師外来について>

同意された妊娠20週、25週、31週、35週、36週に行っています。助産師外来では、医師と連携しながら、助産師が妊婦健診、保健指導を行います。1人あたり30分程度の予約時間を取っており、妊娠に関わる様々な不安やトラブルを解決できるよう、また新型コロナウイルス感染症対策で中止となっている母親学級の代わりにじっくりと質問や相談ができるようになっています。

<栄養指導について>

妊娠中と産後のお食事は、お母さんの健康と赤ちゃんの成長にとってとても大切な時期です。体重管理や血糖コントロールが困難な方は、管理栄養士が栄養指導を行います。1日3食規則正しく食べる、毎食「主食・主菜・副菜」をそろえる、間食の摂り過ぎに注意するなど食生活のポイントをおさえてしっかり食べることを心掛けましょう。

一般的な妊婦健診の内容

(※状態により健診内容が変更になったり、検査が追加になることがあります)

- 13週
腹部・経膈超音波検査（胎児の大きさ、子宮頸管の長さ、卵巣腫瘍の有無を見ます）、クラミジア、膈内細菌培養検査
- 17週
腹部・経膈超音波検査（胎児の大きさその他、子宮頸管無力症のチェック）、膈内細菌培養検査
- 23週
経膈超音波検査（子宮頸管無力症のチェック）、貧血検査、妊娠糖尿病検査
- 27週
経膈超音波検査（子宮頸管無力症のチェック）
- 29週
経膈超音波検査、膈内細菌培養検査
- 33週
貧血検査、妊娠高血圧症候群採血検査
- 37週
NST検査、内診、膈内細菌培養検査
- 38週
NST検査、内診、腹部超音波検査（胎児、胎盤の状態チェック）
- 39週
NST検査、内診、妊娠高血圧症候群採血検査
- 40週
NST検査、内診
- 40週（2回目）
NST検査、内診、腹部超音波検査（胎児、胎盤の状態チェック）、採血検査
- 41週
予定日より1週間過ぎるので、入院管理となります

産婦人科外来診療日時

平日 月～金曜日（毎月の最終金曜日は外来休診日となります）
受付時間 8時15分～11時 予約制

※予約の変更は平日13時～16時の間、電話でも対応しております。

「婦人科」の役割

「婦人科」では、女性特有の内分泌や悪性腫瘍に関することや、生理不順や更年期障害について治療を行い、生涯を通じて女性の健康をサポートします。時に子宮筋腫、子宮内膜症など女性特有の病気の治療には手術が必要なが、あります。手術は妊娠するための大事な器官である子宮、卵巣などをできるだけ損なわないように細心の注意を払って行われます。また、患者さんの状態に応じて、子宮がんなどの骨盤腔の狭く奥まった場所にある病巣に対して、人の手では取りにくい場所にあるリンパ節を切除したり、癒着した組織を剥離したりする際には、患者さんの身体に負担の少ない術式である手術支援ロボット「ダヴィンチ」を用いる場合もあります。

女性の身体には、年代ごとに様々な変化が訪れます。しかし、気になる症状や心配事があっても、日々の忙しさや疾患の繊細さから、すぐには受診しづらいと感じる方も多いと思います。しかしながら、婦人科系の病気も他の疾患と同じように、早めの受診と定期検診が何より重要なことは変わりありません。女性特有の疾患にはどのようなものがあるのか、また、気をつけたい年齢や症状など、基本的なことについて知っておくとともに気になることや心配な症状がある場合はお気軽にご相談ください。



婦人科手術の様子



<知っておきたい婦人科疾患>

更年期障害

更年期障害の三大症状は、ほてり（ホットフラッシュ）、冷え性、のぼせです。その他にもめまい、むくみ、肩こり、動悸、頭痛、便秘、腰痛、疲労倦怠感、不眠などさまざまな症状があります。原因は閉経前後の女性ホルモンの低下であり、女性ホルモンの値は血液検査で求めることができます。女性ホルモンが低下している場合は、ホルモン補充療法が有効な治療方法となります。薬剤には飲み薬、張り薬、塗り薬などさまざまな種類があり、これらを症状に合わせて使い分けることができます。

子宮頸がん

無症状であっても、早期発見のため、検診をお勧めしています。検診方法は擦過（さっか）細胞を採取して調べる『細胞診検査』で、検査は短時間で終わります。細胞診検査で異常が認められた場合は、『コルポスコピー下組織検査』などの精密検査が外来で行われます。症状のない早期がんはこの段階で確定され、当院では原則2泊3日で子宮を残すことのできる子宮頸部円錐切除術を行っています。たくさんの円錐切除術が行われましたが、術後に再発した症例は見られていません。また、円錐切除を受けた症例のうち妊娠・分娩に至った例もあります。

子宮体がん

子宮体がんは女性ホルモンの異常によって発症すると言われています。症状は不正性器出血や帯下（おりもの）の異常増加です。近年、子宮体がんは増加傾向にあり、最近では子宮頸がんよりも多くなったとされています。不正性器出血、帯下の異常増加などの症状がある場合、早めに婦人科を受診することが大切です。まず子宮体部の細胞診検査が行われます。早期に診断することにより早期の治療が可能となります。

産婦人科医長

丸山 英俊

HIDETOSHI MARUYAMA



1984年 弘前大学卒業

得意分野：

産婦人科一般、婦人科腫瘍学、周産期医学、婦人科病理細胞診断学

専門医・認定医：

日本産科婦人科学会専門医、日本臨床細胞学会細胞診指導医専門医、母体保護法指定医、日本がん治療認定機構 暫定教育医、国際細胞学会フェロー（FICA）、日本女性医学学会認定女性ヘルスケア専門医

他：

弘前大学医学部臨床教授、岩手医科大学非常勤講師、日本サイトメトリー学会認定サイトメトリー技術者、青森県臨床細胞学会副会長、青森県臨床産婦人科医会理事、診療情報管理士

3階西病棟 の ご紹介



3階西病棟は、産婦人科・小児科・内科・外科（乳腺）の混合病棟です。病棟には助産師11名、看護師17名が在籍しています。小児科を除く入院患者さんは全て女性なので、女性ならではの不安や悩みに寄り添いながらケアすることを心がけています。

妊産褥婦さんへは、健康状態・合併症・生活環境・社会背景にあるリスクを早めに把握し、産婦人科医・小児科医・内科医等と情報共有し連携を図り、必要時は地域へもつなげています。妊娠・出産の各段階においては安全で安心な出産ができるように、産婦さんがもつ『産む力』と赤ちゃんのもつ『生まれる力』を引き出し、その力を発揮できるようにお手伝いさせてもらっています。また、産後のお母さんはかわいい赤ちゃんとの生活を喜んでいる一方、慣れない授乳や育児に困っている方もおり、その方らしく育児できるように援助しています。さらに、産後2週間健診を行い乳房ケアや悩み・育児不安に対しての相談や指導を行っています。

小児科の患者さんへは、乳児から思春期の子供まで幅広い発達段階に応じたケアを心がけています。また、子供の



新生児沐浴指導

入院生活では保護者の方が動揺したり、痛みを伴う治療を自身の痛みとすることも少なくありません。保護者の心と体調を気遣いながらサポートしています。

手術や化学療法・放射線治療などの様々な治療を受けられる方へは、苦痛を少しでも和らげるように患者さんやご家族のニーズに寄り添った看護を提供するために、スタッフ並びに多職種・地域と情報共有し連携を行っています。命の誕生と死が隣り合わせだからこそ、様々な角度から命と向き合うことができる病棟です。それでも笑顔になる瞬間や小さな命と触れあう機会も多いので癒される病棟でもあります。新型コロナウイルス感染に伴ってご家族の面会が制限され、不安に感じている患者さんのために、安心して入院生活がおくれるように、スタッフ一丸となってサポートしていきたいと思っております。

LDR室



LDRは、陣痛（Labor）・分娩（Delivery）・回復（Recovery）の意味です。陣痛から産後まで移動する必要がなく広々とした環境中、ゆったりと新しい命の誕生を迎えることができます。

プレイルーム



医師から許可の出たお子さんが使用することができます。遊ぶことでストレスを軽減する、医療従事者、家族と子どもの間のコミュニケーションを図る役割があります。

三沢市立病院業務委託施設

竹の子保育園

運営：社会福祉法人 若竹会



三沢市立三沢病院の第二駐車場のすぐそばには、三沢病院内で勤務しているスタッフの就学前の子どもを、365日・24時間体制で預かる竹の子保育園があります。

「今を生きる元気な子。望ましい明日を創り出す力のある子」を理念とし、子どもの好きな遊びを一緒に楽しみながら、1人ひとりの性格、個性、発達段階に合わせた丁寧な関わりをするように努めています。

保護者の勤務体制に合わせて夜間保育も行っているため子どもたちの登降園時間はさまざまですが、毎月、誕生会やお楽しみ会の他季節の行事を取り入れ、楽しく、成長できる機会をつくるように心掛けています。

また、三沢病院の嘱託医と連携し、毎年健康診断を行うほか、発熱や風邪症状がある場合には、別室で病児保育を行うなど健康管理についても徹底しています。



【竹の子保育園のモットー】

- 安心・安全な保育をします
- 笑顔いっぱい丁寧な保育を心掛けます
- 生きる力を育む保育をします
- 今日楽しかったと思える保育に努めます

竹の子保育園では・・・



子ども施設業務支援システム「コドモン」を利用し、登降園の管理や子ども達の日常の様子を写真で保護者に配信しています。また、コロナ禍で保護者の方が参加出来ない行事に関しては、YouTubeを利用し動画配信も行っています。



運動会・お遊戯会の行事の他、子どもの日にちなんでお相撲大会や夏の縁日ごっこ、ハロウィン、餅つき会など季節の行事や日本の伝統文化を大切にしている行事を行っています。その他、夏には小さな畑で育てた野菜を使っのクッキングなどの食育活動やSDGs（国際社会共通で2030年までに達成すべき17の取り組み）にも積極的に取り組んでいます。



縁日ごっこ



クッキング

1日のスケジュール

6:30	一時保育受け入れ
7:00	開園（夜間保育順次降園） 視診・検温・自由あそび
9:15	排泄・おやつ
9:30	朝の会（挨拶・歌）
10:00	一斉保育（健康あそび・表現あそび・制作）
11:00	片付け・排泄・昼食準備
11:30	昼食
12:30	昼寝
15:00	排泄・手洗い・おやつ
15:30	夜間保育順次受け入れ
16:00	帰りの会（挨拶・歌） 自由遊び 日中保育順次降園
18:00	一時預かり・延長保育順次受け入れ
18:30	夕食
19:30	一時保育・延長保育順次降園
20:00	自由遊び・絵本・紙芝居
20:30	就寝準備
21:00	就寝

病院からのお知らせ

■ホームページをリニューアルしました



三沢市立三沢病院のホームページは、
R3年10月にリニューアルしました。

この度、患者さんにとって快適にホームページを使っていただけるようにデザインや構成を新しくしました。これまでに寄せられた、「情報が多すぎて、どこから探せばいいかわからない。」などの声にお応えするため、上段には目的別のページの入口を8つ設け、知りたい情報を探しやすいしました。

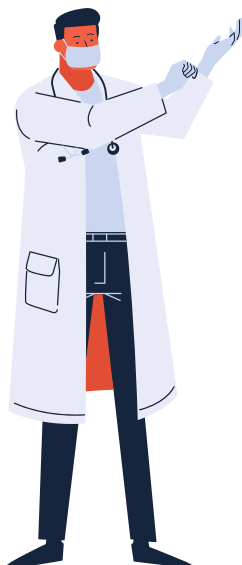
また、新たに料金のご案内やチーム医療の活動なども紹介していますので、ぜひご覧ください。

引き続き、地域の皆さまに広く当院の医療活動を知らせていただく大切な情報源として、日々発信してまいりますのでよろしくお願いします。

<http://www.hospital.misawa.aomori.jp>



三沢市立三沢病院



三沢市立三沢病院

☎033-0022

青森県三沢市大字三沢字堀口164番地65号

電話番号 : 0176-53-2161 (代表)

FAX番号 : 0176-53-2173

<http://www.hospital.misawa.aomori.jp>