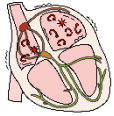




発行：山口県厚生農業協同組合連合会長門総合病院広報委員
〒759-4194 長門市東深川85番地 TEL0837-22-2220
FAX0837-22-6542

令和6年4月

長門総合病院 検索

ホームページアドレス <https://www.nagato-hp.jp>

心房細動の話

循環器内科 高橋 規文



1) 心房細動とは

心房細動とは、心臓内の心房と言う部分が細かく動くことにより生じる不整脈の一種です。加齢に伴い増加する傾向があり、当地域ではよく診察する不整脈の一つです。

2) 症状・合併症

I) 不整脈症状

心房細動は絶対的不整脈とも呼ばれ、脈拍がばらばらになる事が特徴です。最も多い自覚症状は高度の頻脈によるどろきや胸痛ですが、徐脈発作で失神原因になる事もあります。

II) 心不全

心房細動症例は2割程度心機能が低下しています。また、頻脈発作を契機に心不全が悪化する症例も、特に高齢者では多く経験します。比較的稀ですが徐脈が原因で心不全となる事もあります。

III) 脳梗塞

心房細動では心房内に血流の淀みがあり、心臓内に血栓が生成されます。この血栓が一部の脳梗塞の原因になります。頻度は脳梗塞全体の2-3割程度と言われています。

3) 治療

心房細動の合併症を防ぐため、主に薬物による治療が行われます。

脈拍が多い症例では抗不整脈薬や脈拍を抑える薬が使用されます。

塞栓症対策としてはいわゆる「血液がサラサラになる薬」で血栓が出来ないようにします。かつては主にワーファリンを使用していましたが、近年は食事や他薬物の影響を受けにくい経口抗凝固薬の使用が増えています。

(以下の治療は当院では行っていませんが)、徐脈症状がある症例ではペースメーカー治療が行われます。脳梗塞予防について外科手術やカテーテル治療を行う施設があります。また、色々条件がありますが、心房細動自体を治療できるカテーテルアブレーションも大学病院を始めとして行われています。

最後に

厄介な合併症の多い心房細動ですが、**早期発見・早期受診**で合併症を起こす前に対処する事が大切です。健診での心電図が最も基本ですが、心房細動は常に起こっているとは限らず、自己検脈や血圧測定時に脈拍数も意識するなどの習慣付けも大切です。一部のスマートウォッチには不整脈を検出する機能があり、助けになる可能性があります。

また、**心房細動の発症リスク**には高血圧、糖尿病、高尿酸血症、喫煙、アルコール摂取、肥満などの生活習慣に関するものも多いので、**健康的な生活習慣**を心がけましょう。

マイナ保険証について

令和3年10月20日からマイナンバーカードの健康保険証利用（＝マイナ保険証）が本格運用となり、マイナンバー法等の一部改正により令和6年12月2日付けで健康保険証の廃止が決定しています。既に発行済の健康保険証については施行後1年間（先に有効期間が到来する場合は有効期間まで）は有効となります。

※マイナ保険証を保有していない方については当面の間、申請によらず「資格確認書」が交付されます。

参考：発行済の健康保険証の取扱いについて マイナンバー法等の一部改正法

○ 発行済みの健康保険証については、健康保険証廃止後、1年間（有効期間が先に到来する場合は有効期間までの間）、有効とみなす経過措置を設けている。

公布日：令和5年6月9日
施行日：公布日から1年6月以内の政令で定める日

廃止から最長1年間有効

施行日（令和6年秋） 施行日から1年目の前日まで（令和7年秋）

国保の保険証の有効期間は1年又は2年
後期高齢者医療の保険証の有効期間は1年※

【令和6年8月発行の例】
8月発行の保険証 → 発行時の有効期間が1年の場合 → 令和7年7月末まで有効期間を令和7年秋まで延長して発行した場合

【令和6年6月発行の例】
6月発行の保険証 → 発行時の有効期間が2年の場合 ⇒ 令和7年秋まで

被用者保険の保険証は有効期間の設定がない ⇒ 令和7年秋まで

（注）短期被保険者証、被保険者資格証明書も同様とする
※一部の後期高齢者医療広域連合では、2年

引用：令和5年6月29日 社会保障審議会医療保険部会資料

マイナンバーカードは本人確認のための身分証明書として利用できるほか、自治体サービス、e-Tax等の電子証明書を利用した電子申請等、様々なサービスにもご利用できます。また、先日、令和8年に導入予定の次期マイナンバーカードについて最終案が取りまとめられたところです。当院では、令和4年7月からマイナ保険証の体制を導入しております。

マイナ保険証用の「顔認証機能付きカードリーダー」は初診窓口にありますのでご利用ください。

とっても簡単! **マイナ保険証**
受診の際は毎回お持ちください

1 来院
マイナンバーカードをカードリーダーに置いてください。



2 本人確認
顔認証または4桁の暗証番号を入力してください。



3 同意の確認
診療・服薬・健診情報の利用について確認してください。

過去の情報を利用いたします

過去1年以内の診療・服薬・健診情報（処方箋）を診療に活用させていただきます。ご同意いただくと、より適切な診療・服薬・健診が可能となります。

同意しない 同意する

（40歳以上対象）過去の情報を利用いたします

過去1年以内の診療・服薬・健診情報（処方箋）を診療に活用させていただきます。ご同意いただくと、より適切な診療・服薬・健診が可能となります。

同意しない 同意する

4 受付完了
診察までお待ちください。



カードを忘れずに!

※顔認証機能付きカードリーダーは、顔認証機能付きマイナンバーカードが必要です。

厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

あなたの骨を守るために



骨粗鬆症 マネージャー 米原みほ子

現在、日本における65歳以上の高齢人口は増加の一途をたどっています。総人口における割合は2018年で28.1%でしたが、2040年には35.3%になると予想されています。ちなみに長門医療圏では2022年で44.1%で、全国平均を大きく上回っています。

健康上の問題で制限されることなく日常生活を送ることができる期間のことを「健康寿命」といいます。日本人の平均寿命は2016年では男性81.0歳、女性87.1歳でした。しかし、平均寿命と健康寿命の差は、男性で8.9年、女性12.3年です。健康寿命を延ばし、平均寿命に近づけることが重要です。そのなかでも要支援・要介護となった原因を調査した結果によると、骨折・転倒が12.5%、関節疾患が10.8%でした。要支援・要介護となった5人に1人は、「骨折・転倒、関節疾患」が原因です。



骨折の原因の1つに骨粗鬆症があります。骨密度の低下が骨折リスクに影響を及ぼします。骨密度が10~12%以下になると大腿骨近位部の骨折のリスクは2.6倍となることが示されています。男女とも50歳を目安にまずは自分の骨密度を知ることが大切です。骨密度の検査をご希望の方は主治医にご相談ください。

脆弱性骨折とは骨粗鬆症を背景とした、立った姿勢からの転倒かそれ以下の外力によって発生する骨折をいい、特に腕の付け根（上腕骨近位端骨折）、背骨（椎体骨折）、手首（橈骨遠位端骨折）、足の付け根（大腿骨近位部）の骨折が重要です。世界では3秒に1件のペースで起こっているといわれ、一度でも脆弱性骨折を起こすと二次骨折を起こすリスクが高まることが分かっています。特に大腿骨近位部骨折では二次骨折のリスクが高まり、骨折したことの無い女性の16.9倍に上ります。二次性骨折を未然に防ぐことは患者さんだけでなく、「ご家族」「地域社会」、また「医療経済の面」からも重要です。そのため欧米では「stop at one」というスローガンで最初の骨折を最後の骨折にするという取り組みを行っています。

当院では2022年に骨折リエゾンサービス（FLS）を開始しました。FLSはさまざまな職種の連携により、脆弱性骨折患者に対する「骨粗鬆症治療開始率」「治療継続率」を上げるとともに転倒予防を実践することで二次性骨折を防ぐ取り組みです。


Nagato General Hospital

長門市東深川85番地
山口県

7594194
Japan

<https://www.nagato-hp.jp/>

1年間の取り組みで大腿骨近位部骨折と椎体骨折の入院患者の骨粗鬆症薬開始率を約20%から約60%に上げることができました。また山口県で初めて、国際骨粗鬆症財団のCapture the Fracture®で銅賞を認定されました。

これからも地域の患者さんの骨を守るため、整形外科を中心に活動を続けていきたいと思っています。

むらまつ院長の医学ちょっと良い話コラム

「最後は、情熱だ。」

ある Media 関係の方より、人を動かす一言



先日、息子から相談されました。今度社内で昇級のプレゼンテーションがあるのだが、どの様に話をしたらいいかわからないと。私は一言だけ助言しました、「最後は情熱だよ」と。実はこれは私の言葉ではなく、ある Media 関係の方からお聞きしました。選挙の演説で、有権者に自分の気持ちを訴える。最後にもっとも大切なのは「情熱」であると。

私事ですが、2023 年は多くの講演を依頼されました。人の心を 1 時間も自分に引き付けるのは難しい事です。あくびが出ちゃいます。私はプレゼンの前に必ず行う儀式がありまして、座長から名前が呼ばれる直前まで何回も「情熱だ」とつぶやきます。プレゼンの技術などは考えていません。私のつたないお話に 1 時間もの人生を費やして頂くので、何かを持って帰っていただきたい。だから、全ての情熱を傾けてお話しします。

患者さんに手術の説明をする時も同じです。患者さんが私に信頼を置いて手術を受けられるかは、私の言葉に情熱を感じるかどうかだと思います。情熱が響かないと、患者さんは他の先生を選ぶでしょう。「最後は、情熱」が、人を動かすのです。

医師異動のお知らせ

入会（令和 6 年 4 月 1 日）

【常勤医師】

| | | |
|------|------------|------------|
| 内科 | たけもと 竹元 | ひろき 裕紀 |
| 外科 | ますい 升井 | のりはる 規晴 |
| 整形外科 | うえだ 上田 | まさや 誠也 |
| 皮膚科 | すだ 須田 | あや 文 |
| 泌尿器科 | なかはま 中浜 | ゆう 雄 |
| 産婦人科 | まつお 松尾 | みゆ 美結 |

【非常勤医師】

| | | |
|------|------------|---------------|
| 内科 | ふじもと 藤本 | るりこ 留理子 |
| 内科 | うちだ 内田 | まさむね 正宗 |
| 小児科 | くぼ 久保 | ひなた 輝太 |
| 小児科 | ふるた 古田 | たかし 貴士 |
| 泌尿器科 | ひよし 日吉 | こういちろう 浩一朗 |
| 放射線科 | おの 小野 | たいき 太輝 |



全科休診日のご案内

6日(土) 21日(日) 二次救急
7日(日) 27日(土)
13日(土) 28日(日)
14日(日) 29日(月) 昭和の日
20日(土)

臨時休診・代診のご案内

【整形外科】

3日(水) 谷医師 休診
19日(金) 谷医師 休診

【泌尿器科】

24日(水) 松山医師 予約の方のみ
25日(木) 松山医師 学会の為休診

【産婦人科】

8日(月) 中島博予医師 休診 代診 中島健吾医師

【耳鼻咽喉科】

10日(水) 眞崎医師の診察、手術の為10時まで

病院内の出入り、面会について

【病院内への出入り】

感染防止策として、引き続きマスクの着用にご協力いただきますようお願いいたします。

【面会について】

14:00 ~ 20:00 面会時間は15分以内。

※小児科・産婦人科 14:00 ~ 17:00

(詳細はホームページ・院内掲示をご確認ください。)

※感染状況により急に変更することがあります。

給食調理員募集について

- ・給食調理員(随時 正職員)
- ・給食調理員(随時 臨時職員)
- ・給食調理員(随時 パート・アルバイト)

私たちと一緒に働きませんか？

お問い合わせは

電話番号：0837-22-2220

総務課担当(金子)まで



耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

○補聴器外来

[アリス補聴器センター]

第1・3・5 水曜日(14:00~)

[九州リオン、めがねセンター]

第1・3・5 金曜日(14:00~)

第2・4 金曜日(10:30~)

初めて補聴器をつけられる方はまず、通常外来診察時にご相談ください。

小児科特殊外来のご案内

○乳児検診(要予約)

【受付】13:00~14:30

【実施】13:30~

1ヶ月…月曜日 4ヶ月…火曜日

7ヶ月…木曜日

○予防接種(要予約)

曜日…水、金曜日

【受付】13:00~14:30

【実施】14:00~

BCG、おたふくかぜ、水ぼうそう、

ヒブ、日本脳炎、四種混合、麻疹・風疹、

肺炎球菌、ロタウイルス

○心臓外来(要予約)

外来日時は小児科へお問い合わせください。

対象…心疾患全般

○慢性疾患外来(要予約)

火曜日15:00~16:30

金曜日15:00~16:00

対象…喘息、低身長などの内分泌疾患、

脳波異常などの神経性疾患、その他腎

疾患など

産婦人科特殊外来のご案内

○母乳外来(要予約)

火、金曜日13:30~16:00

内容：母乳育児相談を行います。

(哺乳量測定、体重測定、乳房トラブルほか)

○母親学級(当院にて出産予定の方のみ)

第3水曜日13:30~16:00

内容：お産の経過と呼吸法、赤ちゃんの扱い

方、病棟・分娩室の見学など。

看護外来のご案内

○ストーマケア外来(要予約)

○がん看護外来(要予約)

○フットケア外来(要予約)

○リンパ浮腫ケア外来(要予約)

各科外来窓口または地域連携室でお申し込み下さい。



| 診療科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|--|--------------------------------------|-------------------------|--|----------------|--|
| 内科 | 消化器 | 永富 裕二 | 三谷 伸之 | 永富 裕二 | 山口 裕樹 | 三谷 伸之 |
| | | 藤本 祐子 | 山口 裕樹 | 川本 大樹 | 竹元 裕紀 | 藤本 祐子 |
| | | 竹元 裕紀 | — | — | — | — |
| | 循環器 | — | 高橋 規文 | 高橋 規文 | — | 高橋 規文 内田 正宗 |
| | | 血液糖尿病 | 香月 憲作 | 藤本 留理子 | 秋山 優 | 香月 憲作 |
| 呼吸器 | — | — | 村田 順之 紹介のみ、完全予約制 | — | — | |
| 脳神経内科 | | — | 秋富 信人 (第1,3,5週、予約のみ) | — | 佐藤 亮太 | — |
| 【木曜日】初診は症状によっては翌週以降の診察予約となる場合がございます。 | | | | | | |
| 小児科 | ① | 青木 宜治 | 青木 宜治 | 青木 宜治 | 青木 宜治 | 青木 宜治 |
| | ② | 縄田 慈子 | 縄田 慈子 | 久保 輝太 | 縄田 慈子 | 縄田 慈子 |
| 外科 | ① | 久我 貴之 | 重田 匡利 | 重田 匡利 | 久我 貴之 | 久我・重田 (紹介のみ) |
| | ② | 升井 規晴 | 升井 規晴 | 池下 貴広 | 池下 貴広 | 升井 規晴 |
| 整形外科 | ① | 村松 慶一 | 村松 慶一 | 藤本 和弘 | 村松 慶一 | — |
| | ② | 谷 泰宏 | 谷 泰宏 (受付 10:00 まで) | — | 杉本 英彰 | 谷 泰宏 |
| | ③ | 上田 誠也 | 杉本 英彰 | 上田 誠也 | 上田 誠也 | 杉本 英彰 |
| 診察は事前予約を推奨します。※予約はメール、電話(14時以降)でお受けしております。 整形外科の毎週水曜日の外来診療開始時刻は9時30分からとなっております。 | | | | | | |
| リウマチ科 | — | — | — | 谷 泰宏 (要予約) | — | — |
| 脳神経外科 | — | — | — | 貞廣 浩和 診察 10:30~ | — | 河野 亜希子 診察: 11:00~ |
| 皮膚科 | — | 須田 文 | 須田 文 | 須田 文 | 下村 尚子 | 須田 文 |
| 泌尿器科 | ① | 北原 誠司 | 北原 誠司 | 松山 豪泰 | 松山 豪泰 | 中浜 雄 |
| | ② | 日吉 浩一郎 | 松山 豪泰 | 中浜 雄 | 北原 誠司 | 中村 公彦 |
| 産科 | — | 松尾 美結 | 中島 健吾 | 松尾 美結 | 中島 博予 | 中島 健吾 |
| 婦人科 | — | 中島 博予 | 高崎 ひとみ | 中島 博予 | 中島 健吾 | 松尾 美結 |
| 眼科 | — | 手術日/新井恵子 非常勤医師 | 新井栄華/ 非常勤医師 | 新井栄華/ 非常勤医師 (受付 10:00 まで) | 大学医師 | 新井栄華/ 非常勤医師 |
| | 眼科は初診の方は紹介の方のみとさせていただきます。再来は完全予約制となります。 眼科の新患の受付時間は10時30分(水曜は10時00分)までとさせていただきます。 | | | | | |
| 耳鼻咽喉科 | 午前 | 岡崎 吉紘 | 眞崎 達也 | 眞崎 達也 ※新患については、 受付終了時間が早く なる場合があります | 岡崎 吉紘 | 眞崎 達也 (第1, 3, 5金曜) 池田 卓生 (第2, 4金曜) ※完全予約制 |
| | 午後 | 岡崎 吉紘 受付 13:00~15:00 診察 13:30~ | — | — | — | 竹本 洋介 受付: 14:00~14:30 診察 14:30~ |
| 放射線科 | — | — | 須田 博喜 (紹介のみ) | — | — | — |
| 放射線治療外来 | — | 田中 秀和 (予約制) | 小野 太輝 (予約制) | — | 日山 篤人 (予約制) | — |
| 緩和ケア内科 | — | — | — | 小野 信周 (院内紹介制) 14:00~16:00 | — | — |

外来診療の受付時間は午前11時までとなっております。尚、急患はこの限りではありません。
土、日、祝祭日は全科休診となりますが、急患はこの限りではありません。お電話にてお問い合わせ下さい。