

《沖縄協同病院の理念》

- 人権といのちの尊厳を守る、無差別平等の医療を行います。
- 地域と共に平和で健康に暮らせる、まちづくりを行います。



沖縄協同病院・病院広報委員会

那覇市古波蔵4丁目10番55号

TEL.(098)853-1200

FAX.(098)853-1212

http://oki-kyo.jp

発行責任者 仲程正哲

被曝医療と被曝者検診

東日本大震災による福島第一原発事故から約1年半が経過しました。目に見えない放射能の恐怖から逃れるために現在数万人の方々が住み慣れた地域を離れ、日本各地で避難所生活を送られています。7月5日の新聞で九州では沖縄に避難している方々が最も多く、1,010人と報道されました。

今年になって沖縄医療生協に福島から避難されてきた方々が組合員となってくださり、健康相談やバザーへの協力等行いました。こうした関わりのなかで、経済的問題と並んで、健康被害に対する相談、とりわけ子どもたちの内部被曝の影響に関する相談と検診の要望がありました。福島県が実施している「県民健康検査」に準拠する方法で検診を行い、移住してきた避難者の健康不安に寄り添う対応が急務の課題です。

「ゼロ線量が最良の閾値推定値であった」と放射能影響研究所の報告がある以上、低線量被曝の問題にも慎重な対応を行うなど後年に生じ得る健康被害にも備えた目と構えが重要と思われまます。長期間に及ぶ被曝医療を支えて行くためにも医療従事者だけでなく幅広く放射線の健康被害について全国的に学習を深めて行く必要があるのではないのでしょうか？

8月10日には京都民医連の先生方をお招きして、検診の具体的な方法を学びました。来る9月28・29日に元全日本民医連会長の肥田舜太郎先生が来沖され、被曝医療について講演する機会を頂きました。多くの皆様のご参加を期待しておりますのでよろしくお願いたします。

沖縄医療生協 理事長 上原昌義

肥田舜太郎医師の講演会



日時：9月28日(金) 午後6時 (医師・職員向け)
場所：沖縄協同病院 3階講堂

日時：9月29日(土) 午後2時 (組合員・職員向け)
場所：JA 真和志 3階 (予定)

主催：沖縄民医連被ばく対策委員会

新しい分娩台が入りました

待望の新しい分娩台が入りました。緑を基調にした目に優しい外観。いろんな体位での分娩が可能な機能的な分娩台です。緊急の帝王切開も可能です。

新しい病院になって当院産婦人科の分娩数も飛躍的に伸びました。とは言っても月平均30件くらいです。トイレ、シャワー付きの個室が9室あり、すべて差額ベッド料の徴収はありません。分娩費用も他施設の産婦人科に比べ安いし、組合員になればさらに安くなります。

多くの妊婦さんが、より快適な出産を迎えられるようこれからも産婦人科スタッフ一同、いっそう精進していききたいと思います。

産婦人科 島袋隆



病院の活動状況 <7月度>

- ・外来一日平均患者数：757人 (前年同月比+3人)
- ・入院一日平均患者数：280人 (前年同月比+11人)
- ・組合員利用率：50.5% (前月比-3.0%)

肥満は万病の元

7月診療 内科



沖縄県が長寿日本一の座から陥落してしまつたニュースは皆さん存知だと思ひます。特に男性では一気に26位まで低下してしまいました。本土の医療保険関係者からは「沖縄クライシス」と呼ばれ「沖縄の二の舞いはなるな」と不名誉なモデルになっています。長寿県から陥落した原因としては、全国の肥満度(男46.7%、女39.4%)が問題だろうとされています。

●肥満が病気を引き起こす

- ・肥満によって引き起こされる病気はさまざまあります
- ・内分泌系：糖尿病・高脂血症・高尿酸血症・痛風・乳がん
- ・神経系：脳梗塞・脳出血
- ・循環器系：高血圧・心肥大・狭心症・心筋梗塞
- ・呼吸器系：睡眠時無呼吸症候群
- ・消化器系：脂肪肝・胆石症・すい炎・大腸がん・胆のうがん
- ・生殖系：卵巣機能異常・子宮がん・前立腺がん・妊娠中毒症・不妊症
- ・筋骨格系：変形性膝関節症・腰痛症

日本人の「3大死因」である「心筋梗塞、脳卒中」はもちろん「がん」にも関連しているのです。肥満者は通常者に比べて糖尿病の発病率が5倍、高血圧が3.5倍、胆石症が3倍、痛風が2.5倍、心臓病が2倍もリスクが高くなっています。

●肥満は心臓に負担をかける

肥満になると動くのにエネルギーを多く要し、心臓に負担がかかります。脂肪組織も増えたとそれを養うための血管がふえ、血管抵抗が増すため血圧が上がり、いっそう心臓に負担がかかるようになります。

●糖尿病への近道

インスリンはすい臓から分泌され、血糖を肝臓や筋肉、脂肪細胞にとりこむことによって血糖の上昇を防ぎます。体脂肪が多いとインスリンの働きが悪くなり、血糖が上昇しはじめます。すると、それを正常値に戻すためにインスリン分泌が増加し続けます。ところが、インスリンを分泌し続けることによりすい臓が疲弊し、今度はインスリンの量が少なくなつていきます。こうなると高血糖の状態となり、やがて糖尿病へと移行することになります。

●腰や膝に悪影響

太っていると、腰や膝の骨、筋肉、関節に大きな負担がかかります。特に膝は、長い年月の間に骨と骨の間のクッションの役目をする軟骨がすり減っていきます。やがて炎症をおこして歩くのが辛くなり、ますます運動不足になります。こうなるとさらに太るといふ悪循環に陥ります。命に関わる病気ではありませんが、生活に大きな支障をきたすこととなります。

内科 照屋富士巳



画：内科医 上原和博

原水爆禁止世界大会 in 広島へ参加して

初めての原水爆禁止世界大会への参加で期待と少し緊張を抱えて、広島に到着しました。

会場に着くと、参加者の多さとその熱気に圧倒されてしまいました。世界各国の方々が次々に壇上で原水爆のことを真剣に考えようと述べ、開会宣言がありました。

次の日は分科会があり、私は被爆された方から直接お話を聞くことができる分科会へ参加しました。直接聞く被爆者本人の体験談はとても生々しく、痛々しいものでした。

とても貴重な体験ができ、この体験を周囲の人たちに伝えていこうと思いました。

総務課 新垣駿



虹の箱とは患者さまの声を医療活動に反映させていくための投書箱です。

ご意見・ご要望

- ・洋服のサイズ、Sサイズはないのですか。Mサイズだと素肌が見えてしまいます。検討をお願いします。
- ・部屋が暑いです。ただでさえ熱がでていのに、暑いと熱が上がりてしまいます。

ご返事

パジャマ(病衣)のサイズはS、M、L、LL、3Lまでありますが、Sサイズの準備ができず、ご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。サイズと枚数の確認を行い、いつでも対応できるようにしたいと思います。

病室は4人部屋や個室がありますが、クーラーの苦手な患者様もいる為、それを考慮した温度調節をしていきたいと思っております。
7階病棟師長 御手洗保子

かりゆし会

夏の料理試食会を開催しました

去る8/4(土)、午後12時より沖協大会議室にてかりゆし会(糖尿病患者会)恒例の「夏の料理試食会」を開催しました。お盆前の忙しい時期にも関わらず、22名の患者様が参加してくださいました。

久しぶりに参加される患者様もあり、ヘルシーな、夏野菜を使った色とりどりの料理に各テーブルで会話もはずみ、終始にぎやかな雰囲気ですすめる事ができました。

質問コーナーでは、「玄米は糖尿病にいいの?」といった意見もいただき、今後の試食会の企画やメニュー作りの参考にしたいと考えています。

栄養管理室 平原貴久乃



〈メニュー〉

- ・白身魚の南蛮風
- ・イタリアン照り焼きチキン
- ・赤瓜のわさび漬け
- ・ザクロゼリー

メンタルヘルス学習会

8月9日に、産業医の辻田医師による「職場のメンタルヘルス」についての講話が職責者向けに開催されました。

まず、労働者の自殺の現状、どんな状況下で増加するのかについて、ストレスの要因・原因を分かりやすく話してくださいました。そして、職場におけるストレス対策の必要性、個人に出来る対処法や上司の役割の重要性等、部署運営の参考になる内容でした。

参加者からも『自己ストレスコントロールの参考にしたい』、『若い人達の職場なので、職員の体調に気をつけて目配りしたい』、『かけてあげたい言葉(好ましい表現)がとても参考になりました』等の感想があり好評でした。

部署長は、スタッフの心身の健康状態にも目を配り、健全な部署運営を行う事も重要で、それが結果的には患者様の健康を守る事に繋がるのだと考えさせられました。

衛生委員会 学習係 玉城和美



皮膚科外来

※予約制を廃止し受付順に診療を行います。

9月3日(月)より皮膚科外来体制が下記の体制に変更になります。

	月	火	水	木	金	土
午前	○			○		
午後					○	

小児科外来

9月18日(火)より小児科夜間外来体制が下記の体制に変更になります。

	月	火	水	木	金	土
夜間一診	尾辻健太	なし	比嘉千明	なし	雨積涼子	
夜間二診			(神経外来) 喜納初子		(アレルギー外来) 尾辻健太 ※予約のみ	

おきなわの自然

台風のおいし

今回の台風15号は、初めて市から緊急時避難情報メールが届く程、記録史上最大と予測された。しかし、去つてみれば、北部に「過去にない大雨」をもたらしたが、最大瞬間風速は38mだった。大事にしていただきた大きな木々を泣く泣く丸坊主にしたのでホッとする。同時に拍子抜けしてしまった。私は暴風雨の2日間、揺れる街路樹を眺め、ソーメンチャップルを食へながら幼い頃の台風を思い出していた。

子どもの頃は、台風前になると、父の雨戸の補強から始まった。必ず停電するので、母は明るいうちから夕飯の準備をする。定番はソーミンチャップルとヒラヤーチーである。(ソーメンとメリケン粉はこの家でも保存食として常備していた)。夕食は家族そろって口ウソクノの周りに集まり、暴風でガタガタする戸の音にオバーの戦争話が追い打ちをかけ、恐怖の夜を過ごした。翌日、子ども達は台風で落ちたパンシルーやシークワサーを拾いに飛んで行った。大人達は覚悟はしていても毎年のようになぎ倒されたサトウキビ畑、泥に埋まった野菜畑を見て落胆した。しかし、大きな台風が来ない年は「台風が来ないから、害虫が吹き飛ばされずに今年は害虫が多い」と嘆くので、勝手なものである。一番の思い出は、父の肩車で増水した川に行き、糸にイカを結び付けて流れてくるカニを橋の上からカシガール袋のいっぴい釣ったことだ。シンメナービいっぴいの赤いカニは台風の恵みだった。

さて、8月に香港と台湾の活動家が尖閣諸島に、韓国のイ・ヨンバク大統領が竹島に上陸した。民間で上陸合戦が始まっているが、政府には感情的にならずに、平和的で大人の対応を望みたい。一番の解決策は、台風が両島を持ち去ってくれたら、ほんこの意味で「領土問題は存在しない」のにな。

とよみ生協病院 事務課長 金城稲子

