



当院の基本理念

- ●生命を安心して預けられる病院
- ●健康と生活を守る病院

当院の基本方針

- ●「年中無休・24時間オープン」で、救急医療を提供します。
- ●病気の治療だけでなく、健康増進と病気予防を推進します。
- ●安全管理の徹底に努め、安心できる医療の提供を目指します。
- ●医療技術・診療態度の向上に絶えず努力します。



当院は健康増進法第25条に基づき、

「館内・敷地内全面禁煙」です。で協力をお願いいたします。





病院長より新年のごあいさつ

謹んで新年の お慶びを申し上げます。

令和元年は皆様にとってどのような年でしたでしょうか。

世の中では、5月に今上天皇陛下が即位され、時代が「令和」となったことはやはり大きなことでしょう。また9月にはラグビーワールドカップ大会で日本チームが大活躍し、多くの国民が興奮したことも記憶に新しいと思います。10月からはいよいよ消費税が10%に上がり、家庭の支出が増えることに不安を覚えていらっしゃるかと思います。一方、医療においては春頃に日本水泳界のホープの池江璃花子さんが白血病を公表し、現在治療中であることも報道されていましたし、最近では全国424の公立病院が再編を視野として厚労省から実名で発表されたのは驚きでした。

札幌東徳洲会病院では、4月に待望の外傷センターが開設されました。外傷センターとは手足のケガを中心に治療する科で、主には骨折や四肢の切断の治療などを得意としています。24時間365日にわたりいつでも緊急治療を施すことができ、当院自慢のセンターのひとつです。従来からの診療科もさらに充実し、心臓疾患、各種がんや炎症性腸疾患などの専門的疾病から、急に体調が悪くなり運ばれてくる様々な救急患者さんの治療まで、すべての職種のスタッフが総力戦で治療にあたっています。

7月には日本病院機能評価の受審を行い、しっかりと更新認定を取得して質の高い医療が提供できる病院のお墨付きもいただきました。技術を高めて高度医療を導入することはもちろん大事なことですが、医療の質向上に取り組むことも極めて重要であると私たちは考えています。今後も皆様が安心して受診でき、またご自分の大切な家族や親戚、ご友人へも当院を力強くお薦めしてもらえるような、そのような病院でありたいと思っています。

最後になりますが、今年は子(ね)年です。また新しい十二支が始まりました。わたしたちも初心に返って地域の皆様のための医療をご提供できるよう今後も努力してまいりたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

病院長 太田 智之

地域の医療だより

健康友の会日帰り親睦旅行開催!!

2019年10月17日(木)に健康友の会の日帰り親睦旅行が開催されました。毎年1回開催されているイベントで、今回の旅行先は今まで実施したことのない苫小牧方面となりました。病院を8時30分に出発し、高速道路で一路苫小牧に入ります。最初の見学地の苫小牧市科学博物館では、ミール展示館で施設ガイドに説明いただき、世界初の長期滞在型宇宙ステーション【ミール】を見学しました。各所に階段があり、見学に難儀された方も見受けられましたが、近場だけど来る機会がなかなか無いので良かった、との声もありました。次に向かったのは苫小牧市美術博物館です。施設愛称は「あみゅー」、一般公募で選ばれたアートとミュージアムの融合を意味しているとの事。こちらでも施設ガイドによる案内で北海道の自然・文化から近代アートまで、幅広く見識を深められたようです。

ランチタイムは苫小牧温泉ほのかです。おいしい昼 食と入浴を楽しんでいただきました。お借りした休憩室 にて談笑される皆さんや、出発ぎりぎりまでお風呂を堪 能される方など楽しい時間を過ごされたようです。午後 は海の駅ぷらっとみなと市場にて買い物をお楽しみい ただきました。おいしそうな海鮮食堂も多数営業中でし たが、あいにくの昼食後というタイミングでしたので、次 回はぜひ食事に来たい、というご意見もありました。お 土産袋を片手に笑顔でバス集合いただき、全行程を 終え帰路につきました。万一に備えて救護班として当 院看護師が同行しましたが、心配した怪我や体調不 良の方もおらず、16時45分に無事病院に到着しまし た。このようなイベントもありますので、入会しているが まだ旅行に参加したことのない会員の皆さん、是非参 加してみてください。また健康友の会に興味ある方は、 ぜひ入会をご検討くださいませ。





地域の皆さまの健康と生活の増進を目的として発足いたしました。 健康友の会に入会すると様々な特典があります! また、日帰り旅行を通して他の会員の皆さんとの交流もできます! 会員になられる資格は老若男女年齢を問いません!

~健康友の会に入会してみませんか~

札幌東徳洲会病院・健康友の会をご存じでしょうか? この会は地域のみなさまが徳洲会の理念のもとに活動している当院にご賛同していただいた有志の集まりであり、当院と連携して、会員の医療・保健・福祉の向上とともに地域社会の健全な発展に寄与することを活動目的とした内容を実施しています。

- ①会員の健康維持・増進に関する情報提供
- ②会員の相互交流と親睦はかるための活動
- ③その他目的達成に必要な事業活動
- ●人間ドック(1泊2日・日帰り)受診料2割引
- ●文書料(診断書等)1割引
- ●徳洲新聞、院内広報誌(年4回)、医療公開講座のご案内の無料送付
- ●日帰り旅行の開催(年1回)・総会の開催(年1回)

年会費
1,000円

(健康友の会事務局ます)

(現場所できない)

【お問い合わせ】地域広報室(事務局):011-722-1168 代表:011-722-1110

今をより大切に生きる

~私たちの"いつか"を "いま"考えよう~

厚生労働省は、2019年11月25日に、人生の最終 段階を見据えて、今のこの時間をどう使いたいか、ある いはどんなふうに最期を遂げたいか、ということに対し て、身近な方や医療者と繰り返し話し合う「人生会 議しの啓発ポスターを発表しました。しかし、抗議の声 を受けて、わずか1日でポスターを却下するという騒動 に発展しました。

「人生会議」とは、アドバンス・ケア・プランニング (Advance Care Planning:ACP)の愛称です。 ACPとは、患者さま本人と家族が医療者や介護提供 者などと一緒に、現在の病気だけでなく、将来の意思 決定能力の低下に備えて、あらかじめ、終末期を含め た今後の医療や介護について話し合うことや、意思 決定が出来なくなったときに備えて、本人に代わって 意思決定をする方を決めておくプロセスを意味してい ます。

「人は、いつ死ぬか分からない」。誰でも、いつでも、 突然に、命に係わる大きな病気やケガをする可能性

があります。平均寿命からすれば、あと何十年くらいは 生きられるからまだ大丈夫と思っている方もいますが、 本当は何も約束されていません。平均寿命とは、単な る統計的な数字です。20歳の方であっても、明日で 人生が終わるかもしれない。交通事故で、若くして命を 失う方もいるのです。命の危険が迫った状態になる と、約70%の方が、医療やケアなどを自分で決めたり 望みを伝えたりすることができないと言われています。 だからこそ、年齢・病気の有無関係なく自分自身で前 もって考え、周囲の信頼する方たちと話し合っておくこ とが大切です。例えば、「事故で意識がなくなって、回 復する可能性が低い」というシチュエーションを想定 し、次の治療を希望するかどうかについて、話し合って みましょう。「自分ならどうしたいか?」「家族ならどうして ほしいか?」「なぜそう考えるのか?」。ここで一番大事 なことは、「なぜそう考えるのか」言い換えれば死生 観、人生観について語ってもらうこと、そしてそれをお 互いに話し合いしっかりと理解してもらうことです。

伝えましょう

話し合いの内容を医療・介護従事者に 伝えておきましょう

5

考えてみます 回復が難しい状態になった時のことを 「治癒が不可能な病気」になり 話し合いましょう

〜どのような治療やケアを受けたいか、 受ける場所について信頼できる家族や そして受けたくないか、治療やケアを 友人とともに考えていきます。

3

(現在病気療養中ではない方はこの項目は省略して下さい) 病名や病状、予想される今後の経過 治医に質問 してみましょう

②必要な治療やケアについて

考えてみましょう あなたが信頼していて、いざという時に ケアについて話し合ってほしい人 あなたの代わりとして受ける治療や

|頼できる人は誰

か

考えてみましょう ~大切にしていることは何かを考える

話し合いの進め方(例

希望や思いは時間の経過とともに変化したり、健康状態によって変わる可能性があります。 何度でも繰り返し考え、話し合いましょう。

とはいえ、ACP のかたちは、人それぞれに違うものです。「今は決めたくない」「考えたくない」という選択だって尊重されるべきです。今回、人生会議のポスターをめぐって騒動が生まれたのは、急激に進む社会の変化の中で、それぞれの死生観がぶつかり合った側面もあるのではないでしょうか。

死生観とは、生きることと死ぬことに対する考え方、または判断や行動の基盤となる生死に関する考えのことです。人は必ず死ぬもの。概念としては理解しているものの、あまりピンと来ない方も多いのではないでしょうか。かつて日本では、自宅で亡くなるのが当たり前で、死は日常でした。ところが、時代は変わり、病院での死が日常となり、死が別世界のものとなってしまいました。近年では、自分の死に備えて活動する終活を行う方も多く見られますが、まだまだ死ということに対して、漠然とした不安や恐怖を抱き、そこから逃れるように、その時が来たらじつくりと考えればいい、ともすれば関わりたくないと死を無意識に避けている方が多いのだと思います。

私たちは、日常生活の中で、あえて死について考える機会が与えられなければ、または自分や周りの人の死に直面しなければ、死について考えることはないでしょう。しかし、死を考えないところに生はありません。人は、必ず死を迎える存在であって、生を享けた瞬間から、死に向かって確実に歩み続けているという





「人生会議」の愛称浸透に向けて厚生労働省が定めたロゴマーク

事実を自覚しなければなりません。本当の意味で生きるということは、死を考えながら生きるということではないでしょうか。なぜなら、どのように生きるかということは、どのように死ぬかということと表裏一体だからです。そして、死を考えることによって初めていかにより良く生きるかということを本当の意味で考えることができるのではないでしょうか。命が有限であるということを考え始めると、そこから様々なことを深く考えるようになります。すると、自分だけの死生観をもつことができるはずです。死を日常で語ることをタブーとするのではなく、自身の問題として捉えなおすことが大切です。

私たちは、人生において身近な人の死、自身の 死に必ず直面しなければなりません。死生観を持つ と、自覚を持って自分や家族の死と向き合えます。ま た、死を意識し、自分の生きる時間が限られている ことを自覚することで、人生の貴重さや、やりがいに ついて改めて認識し、残された時間をより充実したも のにしようと努力することができるでしょう。さらに、残 される家族を困らせないということもできます。

かといって、もちろん常に死のことばかり考える必要はありません。たまに、でいいのです。そういえば人間って寿命があって、いつかは死ぬんだよな、という感じでいいのです。ACP以前に、そのことがきっと皆さんに今を生きる上で大切な"何か"をもたらしてくれるのではないかと考えます。

『僕が死を考えるのは、死ぬためじゃない。生きるためなんだ。』

アンドレ・マルロー



外科 肝臓外来のご紹介



「沈黙の臓器」

肝臓は、しばしばこのように表現されます。肝臓はおなかにある臓器のなかで特異な存在です。約1.5kgもある大きな臓器で、体に必要なものを作ったり、不要なものを分解したりと、体を維持するうえで重要な役目を担っています。一方で、肝臓は痛んでいてもなかなか症状をだしません。耐え難きを忍び、黙々と自分の仕事を続けている「昔堅気の職人」といったところでしょうか。だからこそ耐えきれず悲鳴を上げる前に、気にしてあげること、気づいてあげることが大切です。検診を受診した方の4~5人にひとりに非ウイルス性肝障害が、3~4人にひとりに「脂肪肝」が見つかります。「脂肪肝」の3人にひとりにメタボリックシンドローム(いわゆる「メタボ」)を合併しています。

検診は大切です。ちょっとした異常を放置しないように!!

「肝臓の病気」ってどんなものがあるの?

肝機能障害を引き起こす原因として、「B型・C型肝炎」、「アルコール(常習飲酒)」が有名です。肝炎を引き起こして、進行すると肝臓が硬くなって肝硬変となり、「肝臓がん」を発生する原因となります。最近は、「脂肪肝」が注目されています。「脂肪肝」の中には肝炎から肝硬変・肝臓癌に至る重症のもの(「NASH」といいます)もあることから、「単純性脂肪肝」とあわせて「非アルコール性脂肪性肝疾患(NAFLD)」として注目されているのです。



「肝臓がん」の治療は、内科的治療と外科手術治療を上手に使い分けることが大切です。そのためには、「指揮者」になる主治医をもつことが必要!!

ポイント

当院では肝臓専門医が「指揮者」になり、内科的治療から外科手術治療まで、患者さんごとに最適な治療を提供させていただく体制をとっています。「検診で肝臓の数値がひっかかった」、「脂肪肝といわれた」、「いわゆるメタボですねといわれた」、「ここ数年太ってきた」、「親兄弟に肝臓病のひとがいる」、「毎日お酒を飲む」・・・肝臓は気にしてあげること、気づいてあげることが大事です! まずはお気軽に受診してみてはいかがでしょうか?

肝臓外来のご紹介



外科部長 吉川 大太郎

【経歴】

H.9年~ 旭川医科大学卒業後、第二外科入局

H.11年~ 札幌厚生病院にて消化器科研修

肝臓病の世界に触れ、漠然と肝臓外科医師を目指す。

H.16年~ 旭川医大第二外科において、肝臓外科手術を修業。

H.21年~ 日本大学消化器外科において、肝臓外科手術を修業。

H.26年~ 札幌東徳洲会病院 外科部長

資格・専門

肝臓手術執刀数 約220例

日本肝臓学会 肝臓専門医

日本消化器病学会 消化器専門医

日本消化器外科学会 消化器外科専門医

日本肝胆膵外科学会 評議会

H.24年夏

自ら「メタボ&脂肪肝」から脱すべく、近所の 空手道場に入門し修行中。

肝臓外来 受付・診療時間	受付時間	診療開始時間	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
	13:00~15:30	13:00						

北海道テレビ(HTB)で当院の

"国際医療支援室"が紹介されました

【医療のミカタ】どうなる?外国人医療の最前線

去年、北海道を訪れた外国人観光客は、およそ312万人、前年より32万人も増加しています。それに比例して増えるのが、外国人の患者数。今回の「医療のミカタ」は、外国人が予期せぬ事故や病に倒れた時に立ちふさがる様々な問題について、外国人医療の最前線を紹介します。

外国人患者の受け入れを進める「東徳洲会病院」

言語、宗教などの壁がある中、札幌市東区の「東徳洲会病院」では、6年前から「国際支援室」という外国人患者のための部署を設け、様々な国籍の通訳スタッフが8人常駐し、待合室の案内も多言語で表記しています。対応言語は、英語、中国語、ロシア語、ポルトガル語、マレー語、インドネシア語、スペイン語、韓国語と8か国語にわたります。国際支援室のスタッフは、受付、診療だけではなく、会計、薬の受け取りまで付き添い、薬の飲み方も丁寧に説明し、混み具合によっては、2時間以上付き添うこともあります。「東徳洲会病院」を訪れる外国人患者は年々増加し、去年はおよそ1500人にのぼりますが、外国人患者の救急搬送が最も多くなるのは、「さっぽろ雪まつり」の時期だそうです。





外国人患者と外国人スタッフへの配慮と、札幌市との協定

「東徳洲会病院」の国際支援室のスタッフは、外国人患者が訪れない時間帯では、日本語で通常の受付業務を行い、さらに、普段は看護師として働きながら、必要に応じて通訳の仕事もするというスタッフもいます。インドネシア出身のシャウキさん(29歳)は、「東徳洲会病院」で3年前から働き、インドネシア語とマレー語を担当しています。

今年の1月には、インドネシアの方が入院された際には、シャウキさんが対応しました。国際色豊かな「東徳洲会病院」では、外国人患者に配慮したラウンジや、宗教的な配慮として、イスラム教徒のための礼拝室まで設けられており、2016年からは夜間や土日祝日の外国人患者の救急受け入れを行う協定を札幌市と締結しています。



当院の専門外来

予約制 不整脈外来

[每週月曜日] 受付/07:00~11:30 診察/09:00~ 担当医/谷 友之 [每月第1.3.5水曜日] 受付/07:00~11:30 診察/09:00~ 担当医/谷 友之

予約制いびき・無呼吸外来

 【毎週月・金曜日】
 受付/13:30~15:00
 診察/14:00~
 担当医/後平 泰信

 【毎週土曜日】
 受付/07:00~11:30
 診察/09:00~
 担当医/後平 泰信

鼠径ヘルニア外来

【毎週水曜日】 受付/07:00~11:30 診察/09:00~ **担当医/深堀 晋**

予約制 補聴器外来

【毎月第2.4火曜日】 受付/13:00~15:30 診察/13:30~ **担当医/外来担当医**

予防講座 ~肩こりの予防と改善~

年齢とともに増えていく肩こり。肩こりを放っておくと慢性化してきたり、痛みとして感じてきてしまったり・・様々な 問題が起こります。肩こりの改善には、首や肩の筋肉をほぐしリラックスさせることが大切です!そこで、ご自宅でも簡 単にできる肩こり体操をご紹介します。

1 ●肩の上げ下げ(10回)

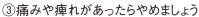
リラックスした状態から息を吸いながら 肩をすくめ(両肩を両耳に近づけ)、 次に息を吐きながら両肩を降ろしてリラックスします。



2 ●背伸び(10回)

腰の後ろで両手を組んで息を吸いながら後方に引き胸を張り、 次に息を吐きながら両肘を体の前で合わせ頭を前方に倒します。

- ①ゆっくり行いましょう
- ②息を止めずに行いましょう









3 ●肩甲骨周囲を伸ばす運動(10回)

両腕を外側に広げ肩の位置まで上げます。 手でこぶしを作りそのまま腕を小さく回し、 前回し後ろ回しそれぞれ行います。



●首の運動(静止5秒×2回)

座って軽くストレッチを加えながら 頭部を左右に倒します。



作業療法士 吉川 健太



生姜の佃煮で身体の冷えとさようなら

★材料

・酒 大さじ1 ・みりん 大さじ1 ・砂糖 大さじ1/2 ・醤油 大さじ2 ・水 200ml



★作りかた

- ◯ 生姜は良く洗い、皮のまま千切りにする。
- 5りめんじゃこはお湯を通す。
- ③ 小鍋にAの調味料を入れ、沸騰したら生姜、 ちりめんじゃこを入れて煮る。

ご飯に合うおかずの1品です。

場内環境改善でお腹スッキリ の豆知識

生姜には血行を良くして冷えを解消するショウガオールという成分が含まれています。

このショウガオールは加熱する事で効果が高まるため、煮物やスープなどの調理法にする事でより生姜の効果が期待できます。

生姜を選ぶポイントは、皮に傷がなく、ハリやツヤがあり切り口が乾燥していないものを選ぶと最適です。丸ごと新聞紙



で包み、風通しのよい冷暗所で保管すると長持ちします。切ったものは新聞紙で包み、ポリ袋に入れて袋の口を軽く閉じ、野菜室で保存すると良いでしょう。

生姜を食べて身体を温め、寒い冬を乗り越えましょう!!

外来診療表 内科 月 \pm 火 水 木 余 受付/16:00~19:00 │診療/17:00 循環器内科 受付/16:00~19:00 |診療/17:00 消化器内科 |BD(炎症性腸疾患) ▲ 受付 11:30 まで 呼吸器内科 * * * 受付/16:00~19:00 |診療/17:00[,] ▲ 肺がん・肺腫瘍専門 ※ 予約患者のみ 血液·腫瘍内科 小児科 受付/16:00~19:00 診療/17:00~ 外科

※ 予約患者のみ 乳腺外科

受付/13:00~15:30 | 診療/13:00

リハビリテーション科

受付/13:00~16:00┃診療/14:00~ 受付/16:00~19:00 診療/17:00

※都合により診療時間・担当医の変更や休診となる場合がございます。ご了承ください。 ※健康診断・人間ドックにつきましては、「完全予約制」をとっております。 お電話にてお問い合わせください。



急病の方はいつでも受け付けております

*

形成外科 火 月 水 木 金 土

脳神経外科

▲ 物忘れ外来のみ

泌尿器科

眼科

* * 受付/13:00~16:00

▲ 第2・第4のみ ※ 予約患者のみ

耳鼻咽喉科·頭頸部外科

受付/13:00~15:30 診療/13:30

※ 予約患者のみ

整形外科

心臓血管外科

皮膚科

放射線外来

放射線治療外来

受付/13:00~16:00

※ 予約患者のみ

外傷センター外来

** * * * **※**

※ 予約患者のみ

麻酔科

歯科口腔外科

受付/08:30~11:30	診療/09:00~		*	
受付/13:00~16:30	診療/13:00~		*	

※ 新患受付は午前 11:00 / 午後 16:00 まで。



医療法人 徳洲会

札幌東徳洲会病院



〒065-0033 札幌市東区北33条東14丁目3-1

Tel.011-722-1110 (代表)



ACCESS



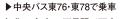
🔲 地下鉄 東豊線 新道東駅 5番出口より 徒歩約5分



中央バス

南北線 北34条駅にて





▶北34条東12丁目駅で下車 徒歩約1分

▶伏古インター / 札幌北インター 約5分 駐車場180台収容可能(一部有料)



*

国際医療施設認証(JCI)



に継続した改善活動が行われる仕組みを有すかを評価する認証機関 です。世界中で最も厳しい基準をもつ医療施設評価機構とされており、 3年毎に行われる審査はその都度内容が厳しくなります。当院は、自 分達の視点だけで病院運営を評価するだけではなく、世界で最も厳し い基準を持つ認証機構の評価を受ける事により、患者さんやご家族 の方々へ、安心、安全で質の高い最善の医療が提供できることを今 後も目指してまいります。

※JCIホームページ: ia.iointcommissioninternational.org

JCIとは、患者さんの安全性の担保、高品質な医療の提供、院内

日本医療機能評価



日本医療機能評価機構

当院では、患者さんへ安全かつ高度な医療を提供するため、継続的 に改善する取り組みの一環としてこの「病院機能評価」の認証を利 用しています。病院機能評価とは日本の病院を対象に、組織全体運 営管理および提供される医療について、日本医療機能評価機構が中 立的、科学・専門的な見地から評価を行うツールで、患者中心の医 療の推進、良質な医療の実践、理念達成に向けた組織運営から構 成される評価項目を用いて評価され、一定の水準を満たした病院は認 定病院となります。

※日本病院機能評価機構ホームページ:icghc.or.ip