

Tana Medical Clinic & Naha Nishi Clinic
Information magazine "NINUFABUSHI"



ニヌファブシ

田名内科クリニック
那覇西クリニック
共同発行情報誌

3

2004.4

はじめに

本誌是那覇西クリニック・田名内科クリニックが共同で作成している広報誌「ニヌファブシ」の第3号です。

これまでに2回発行しております。これまでの1号、2号ともにお蔭様で好評頂きました。

これからも地域の方々への健康情報誌として活用されるよう役割を担って行きたいと思っております。

「にぬふあぶし」とは沖縄の方言で北極星の意味です。「ていんさぐの花」にも歌われるように、灯りもない昔、人々は北極星を道しるべにしていました。そんな北極星のように、田名内科・那覇西両クリニックとも、地域に根ざし皆さまから慕われるような病院でありたいという思いを込め名付けました。

那覇西クリニックトピックス

みなさん お待たせしました。“ニヌファブシ”の第3号ができました。4月という新しい年度のはじまりに発行できたことをとても嬉しく思います。これからもみなさんに、愛読して頂けるようがんばります。そして、みなさんにも参加して頂けるよう、作品など募集していますので、宜しくお願ひします。まずはじめに、当クリニックの近況など…何があるかな？

ついに“ゆいれーる”が昨年12月に開通しましたね。

みなさんはもう乗りましたか？当クリニックへ来院の際は、是非ご利用ください。赤嶺駅からは徒歩1～2分です。(最近駐車場が混んでいるので助かります)

外来の待ち時間を短縮するため、昨年11月より時間予約制を導入しました。

すべての外来が予約制になっていますので、事前に電話予約をしてください。予約外だと…大分待ちます。(ごめんなさい)



モノレール周囲の緑化推進運動に賛同し、当院の屋上も緑あふれる広場へとかわりました。

どうぞよろしく!

新しいメンバーが仲間入りしました。

那覇西クリニック
最高だネ♡

宮城 舞子(医療事務)

昨年の10月に就職しました。初めての就職でしたが、わりとおちついていて、あまり緊張はありませんでした。なぜかという、就職する前の1ヶ月間、実習でお世話になっていたからです。職員の方々にはすごく助けてもらい、これで実習も終わりだと思っていた矢先に、就職の話があり、この時は本当にうれしかったです。実習とは違い、就職となると不安がいっぱいでしたが、那覇西クリニックに就職できて本当に良かったです。楽しい先輩方に指導してもらいながら、これからもっと成長していきたいと思ひます。



源河 留美(放射線技師)

2月から勤務しています。これまでの技師としての経験を活かしながら、さらなる技術の向上に励み先生方へ良い画像の提供ができるよう頑張っています。

上原 健治(臨床工学士)

入社して半年がたちました。那覇西初の臨床工学士として透析室に勤務しています。他に技士がいまないので、最初は戸惑うこともありましたが、先生をはじめ周りのスタッフもみんな明るく、とても協力的なので、楽しく仕事をすることができます。まだまだ未熟ですが、これからも頑張っていきたいと思ひます。宜しくお願ひします。



「チーム医療」 理事長 玉城 信光

先日、福岡でチーム医療研究会が発足しました。九州で乳がんの診療をしている病院のスタッフが300名余り参加して「患者さんを中心にしてどの様に関わって行くか」が話されました。私たちも5名参加しました。

大変有意義であったが、ふと考えたのです。あるがんの専門病院では「私たちのチーム医療も3ヶ月前から始まったばかりです」とのこと。それでは那覇西クリニックのチーム医療はいつから始まったの？答えは簡単です。開業以来、すなわち8年前から患者さんのためにスタッフ一同頑張ってきたのです。もちろんいたらないことも多いのですが、少しずつ改善してきました。

大きな病院は皆をまとめるのが大変だなと思いました。乳がんの専門の看護婦さんが育ってきても勤務の移動があります。私たちは8年間も新しい情報を取り入れながら毎日乳がんの診療をしているのです。レントゲンの技師も他の病院では1週間に2-3名程しかマンモグラフィ（乳房のレントゲン写真）をとらないのですが私たちの技師は1週間で他の病院の1年分を検査するのです。自然に乳がん専門のレントゲン技師になります。超音波の人も看護婦さんも薬局も皆同じように知識を共有して患者さんのために使っているのです。

チーム医療ではお互いの連絡がスムーズに行くことも大切です。「患者さんが昨日こんな事をいってたよ」翌日のミーティングではこの問題に対して皆で答えを見つけるのです。チーム医療を育てるのは患者さんの声なのです。広報誌を読んでいただいて那覇西クリニックのチームをすてきなチームに育ててください。

健康情報

乳がん検査の方法は自己触診（第2号で紹介）に始まり、医療機関において行われるいろいろな検査があります。ここでは、当クリニックでの検査方法を紹介します。

1. 問診

問診票に月経や妊娠歴など、また現在の乳房の症状などを記入します。それらは検査と同じように大切な情報です。

2. 視触診

視診では皮膚の状態や、乳房の左右差、乳首の状態などをみます。触診ではしこりの有無やしこりの状態をみます。

3. 画像診断

①マンモグラフィ

乳房をはさんでレントゲン写真を撮ります。腫瘍や石灰化などがいないかをみます。乳房をはさむので多少痛みはありますが、数分で終わります。

②超音波検査（エコー検査）

ゼリーを皮膚に塗り、プローベというもので乳房をなぞりながら腫瘍の有無、乳腺や乳管の状態、リンパ節の状態をみます。上記の検査の結果で異常が疑われる場合は、細胞検査や組織検査を行います。

細胞検査

穿刺吸引細胞診 → 超音波でみながら細い針を刺し、細胞を取って検査します。

組織検査

①針生検 → 超音波でみながら針を刺し、組織を採取します。

細胞診より少し針が太いため局所麻酔をしてから針を刺します。

②切開生検 → 小手術で腫瘍を取ります。手術室で局所麻酔のもとで行います。

③マンモトーム生検 → 超音波またはレントゲンをしながら組織を採取します。腫瘍や石灰化を確認しながら何度も連続して採取でき、また傷あとも小さくすみます。



お知らせ

次回 乳癌市民公開講座開催予定

平成16年4月25日（日）午後1：00～3：00 / 与那城町公民館 / 講師 宮良 球一郎

素敵な贈り物をありがとう。

治療の副作用により脱毛で悩んでいる方のために、毎月素敵な手作りスカーフが送られてきます。それは、当院の患者さんからの贈り物で、以前にその方達も当院で治療を受けられ、同じように副作用に悩みながら頑張っていました。脱毛した頭を悲しみ悩むのではなく、「今だからできるおしゃれを楽しもう」と前向きに考え、試行錯誤しながら作ったスカーフです。

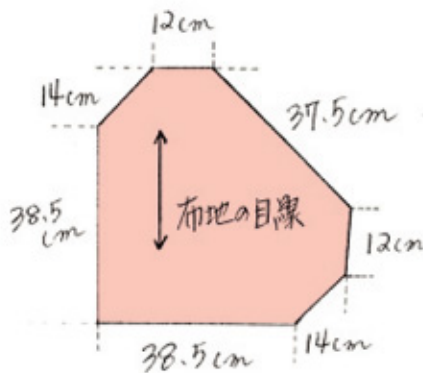
一枚一枚手作りされたスカーフは、彩り鮮やかで肌触りも良く、何よりも現在治療中の方への応援メッセージが込められた温かいスカーフです。今回デザインされた方の協力もあり、作り方をご紹介します。みなさんも一緒に作ってみませんか？



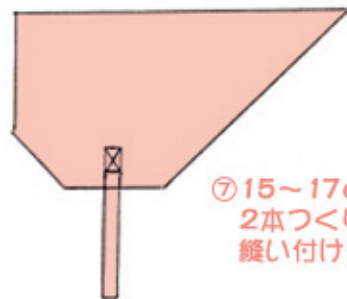
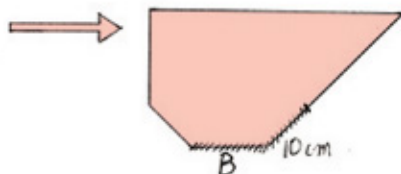
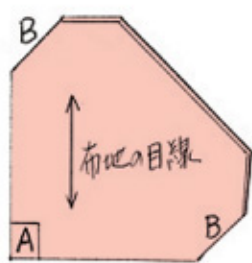
【NISHIOスカーフの作り方】

材 料(2枚分)

- 110cm幅布を50cm・針・糸
- ★ひも部分は取れるところ取るように。
- ★縫いしろは含んでいません。



- ①まず型紙を作り、それに合わせて裁断します。
- ②縫いしろを全体に1.5~2cm取ります。



できあがり!!

- ③みみ以外の布端を全部三ツ折り縫います。(布のみみは縫わずにそのまま使います。)
- ④=の部分はみみでも三ツ折縫いに。
- ⑤中表で両方のBを合わせます。
- ⑥Bの部分から後方10cmまで縫い合わせます。

- ⑦15~17cmのひもを2本作り、図のように縫い付けます。

なんだか
ちよっぴり
心に毛が生えてきたような
そんな気がします。

頭に生えていた毛は
抜けてしまったけれど
元気に年が越せそうです。
おかげさまで
ありがとうございます。

「おかげさまで」
はとぼっぼ
今年もいろいろ



若夏に
桜のこり
でいご咲き
塩屋橋
昔はのどかに
渡し舟
水不足
すずめも軽く
羽ぬらし

私も見習いたい
生きているその姿
自分の力の限りをつくし
与えられた環境の中で

空の太陽の
その光の恵みを受けようと
枝を広げ
葉を茂らせ
精一杯生きている

待合室から見える
中庭の植物は
みんな鉢植えで
自分が思うように
根を伸ばすことは
できないかもしれないけれど

「鉢植え」

はとぼっぼ

★みんなの広場★
外来の患者さんからの作品を募集しました。
今後も続けていきますのでよろしく願います。

