

# かっ とっ ぽ

2018  
10月

平成30年10月1日号 毎月発行No.156

## 目次

- P1~2・・・気をつけるべき頭痛
- P3・・・ジェネリック医薬品について
- P4・・・災害対策本部訓練が行われました
- P4・・・病院フェスタの開催について
- P5・・・外来担当医一覧
- P6・・・特診外来予定表
- P7・・・あしがき／マンガ ター坊



10/1 災害訓練(本部の様子)



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981

# 気をつけるべき頭痛

## ◎はじめに

15歳以上の日本人のうち、3人に1人は「頭痛もち」で、3000万人以上が悩んでいると言われています。このように頭痛はとても一般的な「よくある症状」です。しかし、頭痛の中にはしばしば怖い病気が隠れていることがあります。救急受診が必要な「怖い」頭痛とはどのような頭痛なのでしょうか？



起きたその瞬間に何をしていたか覚えているくらいに突然に発症して一気に強くなる」ということが挙げられます。また、「人生最大の頭痛」「金槌やバットで殴られたような痛み」などの表現が当てはまる場合も、くも膜下出血の疑いが濃厚です。他にも、麻痺もしくははしびれなどの神経症状を伴う頭痛は脳出血の前駆症状（前兆として現れる症状）であることがあります。



## ◎頭痛の分類

頭痛は「一次性頭痛」と「二次性頭痛」の2種類に分類されます。

一次性頭痛は「原因となる病気がない頭痛」のことであり、片頭痛、群発頭痛、緊張型頭痛などのことを指します。QOLは損なわれますが（生活の質には悪い影響がありますが）、すぐに治療をしないと死に至るようなものは含まれません。

二次性頭痛は「原因となる病気があり、それにより引き起こされる頭痛」です。その原因には、くも膜下出血などの危険な病気も含まれます。二次性頭痛こそが非常に危険であり、注意しなければならない「怖い」頭痛なのです。

## ◎「怖い」頭痛の症状—こんな症状があったら注意

「怖い」頭痛である「二次性頭痛」が疑われるのはどのような頭痛なのでしょうか。特に注意しなければならないのは、くも膜下出血を疑わせるような頭痛です。その特徴として、「頭痛が

## ◎「怖い」頭痛に伴う症状

頭痛に伴ってめまいがあるときは、小脳出血・小脳梗塞などの可能性も考えられます。血液をさらさらにする薬を飲んでいる患者さんは注意が必要です。

吐き気だけが頭痛と一緒にあるという状況は、一次性頭痛である片頭痛でもよくあります。ただし、繰り返す嘔吐に加えて頭痛があると危険な印象があります。何度もゲーゲー吐いてしまう、吐きすぎて辛いという場合は、危険な頭痛である可能性が高いです。





### ◎くも膜下出血について

くも膜下出血は二次性頭痛の中でもとりわけ怖い頭痛です。発症すると死亡率が約50%と言われています。処置が遅れると再出血の危険性もあり、また後遺症などのリスクもあります。頭痛、繰り返す嘔吐で発症することが多く、その頭痛の特徴は先に述べた通りです。くも膜下出血の原因はほとんどの場合、脳の動脈にできた動脈瘤というコブ(脳動脈瘤)が破裂することによって生じます。

### ◎こんな人はとくに注意(リスク要因)

くも膜下出血の二大リスク要因が、高血圧と喫煙習慣です。高血圧の人は、そうでない人と比較すると、くも膜下出血による死亡リスクが約3倍も高くなります。血圧が高いと、動脈瘤にかかる圧力も常に高い状態にあり、それだけ破裂の危険性も高くなるためと考えられています。喫煙との関連性については、さまざまな調査が行われていますが、喫煙者のリスクは非喫煙者の2.2倍～3.6倍にもなります。1日の喫煙量が少なめの人(10本未満)であっても、20本以上吸っている人とリスクは変わりません。喫煙そのものが、リスクを高めているといえます。その他、親や兄弟などの家族に、脳卒中(脳出血、くも膜下出血、脳梗塞)の体験者がいる場合にも要注意です。



### ◎くも膜下出血・予防の原則

くも膜下出血は、日常での予防対策が大切です。高血圧と喫煙が二大リスク要因ですので、血圧をきちんとコントロールしたり、食事に

気をつけたり、禁煙を心掛けたり、といった今からでも始められることが予防につながります。



### ◎さいごに

くも膜下出血を予防することは他の多くの疾患の予防にもつながります。普段血圧が高いのに治療をしていない方や、なかなか禁煙できない方、そのような方がいらっしゃいましたらぜひ病院で相談してみたいはいかがでしょうか。

(内科 平山 航輔)

# ジェネリック医薬品について

国の方針のもと、当院でも積極的にジェネリック医薬品への移行を進めています。上五島病院は現在数量ベースで85%前後を推移しています。では、そもそもジェネリック医薬品とはなんだろうとの疑問にQ&A形式で簡単にお答えします。



## ■ジェネリック医薬品ってどんなお薬？

ジェネリック医薬品とは、新薬（先発医薬品）の特許期間の切れた後に他社が製造する新薬と同一成分の薬（後発医薬品）です。品質、効き目、安全性は新薬と同等です。厳しい試験に合格し、厚生労働大臣の承認を受け、国の基準、法律に基づいて製造・販売されています。

さらに、製品によっては、服用しやすいように大きさや味・香りなどを改良したジェネリック医薬品もあります。新薬に比べ開発費が少ないために、新薬より低価格なおくすりです。



## ■ジェネリック医薬品と新薬の成分で、何が同じで何が違うの？

ジェネリック医薬品は新薬と同じ有効成分を使っています。有効成分以外の添加剤が異なる場合があります。

## ■ジェネリック医薬品は安いというけど、安心して服用できるの？

ジェネリック医薬品が低価格なのは、開発費用が少なくて済むからです。品質は新薬と同等であり、安心して服用していただけます。



## ■新薬とジェネリック医薬品は、効き目も副作用も同じなの？

ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分を同じ量含有し、効き目も安全性も同等です。添加剤の違いや、色や形が違うものがありますが、効き目や安全性に違いはありません。

副作用は新薬、ジェネリック医薬品に関係なく起こる可能性があります。体調に異変を感じたり、不安になることがあったりしたときには、医師や薬剤師にご相談ください。

もっともっといろいろなことを知りたい方は病院薬局や自分のかかりつけ薬局の薬剤師にご質問ください。

(薬局長 湯川 浩一)





# 災害対策本部訓練を行いました

7月3日（火）14時13分から2時間程度、台風7号の影響により上五島病院で停電が発生しました。来院中や入院中の患者さんには大変ご迷惑をお掛けしました。

停電中、病院2階事務室では院内災害対策本部が設置され、本部長（院長）の指示により、スタッフの役割分担、患者さんの安全確保、院内外の情報収集・発信、備品確保・配布などが行われました。

この停電の経験から災害時に本部が担う役割が大変大きいと改めて実感した災害対策委員会の発案により、10月1日（月）災害対策本部訓練が行われました。訓練は、台風による停電を想定しており、島内で起こった土砂崩れで負傷者もいる、という設定でした。

実際に停電を経験していたこともあってか、割とスムーズに本部の活動が行えていたと思います。災害時は人員も物資も限られているので、よりよく活用するためには本部での正確な情報の把握が重要だと感じました。



## 上五島病院フェスタが開催されます！

平成30年11月4日（日）、第7回上五島病院フェスタが開催されます。内容は以下のとおりです。スタッフ一同、多くの皆様のご参加をお待ちしております。

日にち：11月4日（日）

時間：10:00～13:30

- オープニングセレモニー 10:00～10:30
- 上五島病院内ブース 10:30～13:30（13:00受付終了）
- フードコーナー 10:00～10:30



（イベント内容）

- ・スタンプラリー&抽選会・手術室見学（予約制・小学生以上）
- ・内視鏡について
- ・キッズセミナー（年齢制限あり）
- ・沐浴体験
- ・妊婦服体験
- ・訪問看護紹介
- ・血管年齢
- ・MRI体験
- ・身体年齢測定
- ・お菓子で調剤体験
- ・インスタントシニア体験
- ・禁煙外来
- ・骨粗鬆症
- ・腎臓病について
- ・おむつ体験
- ・バルーンアート
- ・就職相談
- ・消防本部救助実演 など

（フードコーナー）

- ・ミスタードーナツ
- ・ケンタッキーフライドチキン
- ・五島うどん
- ・やきいも
- ・揚げ物
- ・カレーライス
- ・飲み物 など

※予告無く内容が変更になる場合がございます。ご了承ください。



# 外来担当医一覽

H30.10.1~

診療科		月	火	水	木	金
内科	1 診	山川	山口	井上	井上	井上
	2 診	岸川	岸川	岸川	高木	岸川
	3 診	平	平	平	小徳	平山
	4 診	室原	平山	山口	山口	山口
総合診療科	1 診	小徳	室原	小徳(第1,3,5)	室原	山川
	2 診	鈴木	高木	清水/研修医	渡邊/研修医	石川
内科 (午後予約)	1 診		山口			
	2 診	岸川		岸川		
神経内科(予約)		(月2回) 調/森				
循環器内科(予約)			(隔週) 長大			
腎臓内科(予約)			(隔週) 長大			
糖尿病外来(午後予約)						
高齢者総合、もの忘れ外来 (午後予約)					八坂/平山	
胃内視鏡(午前)		山口	見陣	山川	平	平
		井上、(第2石川)	(糸瀬)、小徳	高木	岸川、鈴木	糸瀬、室原
大腸内視鏡(午後)		山口	平	平	山口	(山口)、平
検診	1 診	高木	鈴木、(山川)	室原	平山	小徳
	2 診			薦田		
外科	1 診	糸瀬	八坂	見陣	糸瀬	見陣
	2 診	石川(第3,4)			石川	(第3週)堀川
小児科	午前	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地
	午後	小屋松、畑地		小屋松、畑地		小屋松、畑地
産婦人科	1 診	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松
	2 診		(助産師)	(助産師)	(助産師)	(助産師)
整形外科	1 診	鶴	鶴	鶴	鶴	鶴
	2 診	一宮	薦田(第2,4)	一宮	薦田	一宮
	3 診	薦田	岡本	岡本	岡本	薦田
泌尿器科	午前				長崎大学	長崎大学
	午後				長崎大学	長崎大学
精神科		○	○	○	○	○
		○	○		○	○
眼科	午前		長崎大学/遠藤	長崎大学/遠藤	遠藤	遠藤
	午後				遠藤	
耳鼻科	午前	長崎大学	長崎大学			
	午後	長崎大学				
皮膚科				長崎大学		
放射線科						第3週 長置



# 平成30年10月の特診外来予定

	泌尿器科	耳鼻科	神経内科	循環器科	皮膚科	眼科
10月1日(月)		松本先生 午前、午後	調先生 午前、午後			
10月2日(火)		松本先生 午前				前川先生 午前
10月3日(水)					岩永先生 午前	前川先生 午前
10月4日(木)	迎先生 午前、午後					
10月5日(金)	迎先生 午前、午後(~16時)					
10月8日(祝)						
10月9日(火)		高島先生 午前		土居先生 午前		山田先生 午前
10月10日(水)					鋤塚先生 午前	山田先生 午前
10月11日(木)	中村先生 午前、午後					
10月12日(金)	中村先生 午前、午後(~16時)					
10月15日(月)		渡邊先生 午前、午後	森先生 午前、午後			
10月16日(火)		渡邊先生 午前				前川先生 午前
10月17日(水)					竹中先生 午前	前川先生 午前
10月18日(木)	迎先生 午前、午後					
10月19日(金)	迎先生 午前、午後(~16時)					
10月22日(月)		吉見先生 午前、午後				
10月23日(火)		吉見先生 午前		土居先生・本田先生 午前		山田先生 午前
10月24日(水)					富村先生 午前	山田先生 午前
10月25日(木)	大坪先生 午前、午後					
10月26日(金)	大坪先生 午前、午後(~16時)					
10月29日(月)		中尾先生 午前、午後	調先生 午前、午後			
10月30日(火)		中尾先生 午前				前川先生 午前
10月31日(水)					村山先生 午前	前川先生 午前

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

※診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00~10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

# マンガ

## タ-坊

原作：ウゼ



## — あとがき —

日に日に秋も深まってまいりましたが、皆様いかがお過ごしですか。新年度が始まってから、早半年…あっという間にもう10月ですね。食欲の秋・読書の秋・スポーツの秋・実りの秋…楽しみの多い季節がやってきました。最近ではハロウィンも人気のイベントとなり、今では、10月31日付近のハロウィンの仮装イベントが、全国各地でとても盛んに行われています。

ハロウィン、あるいはハロウィーンとは、毎年10月31日に行われる、古代ケルト人が起源と考えられている祭りのことです。もともとは秋の収穫を祝い、悪霊などを追い出す宗教的な意味合いのある行事でした。カボチャの中身をくりぬいて「ジャック・オー・ランタン」を作って飾ったり、子どもたちが魔女やお化けに仮装して近くの家々を訪れてお菓子をもらったりする風習などがあるようです。

暑かった夏も終わり、過ごしやすい季節となりましたが、油断して体調を崩さぬよう、睡眠は十分にとりになって、おすこやかに過ごしてください。

(広報委員 H.K)



○基本理念  
地域と共に歩み、  
信頼され親しまれる病院

○5つの行動目標

- ①信頼と満足の得られる医療の提供
- ②地域の基幹病院としての診療機能の充実
- ③地域における保健・医療・福祉の連携
- ④IT化によるさらなる医療の効率化
- ⑤地域における疫学研究と医療従事者の教育・研究の推進



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院  
857-4404  
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11

電話 0959-52-3000  
FAX 0959-52-2981  
Email kamihp@gold.ocn.ne.jp  
URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>