



臨床研修医 2年・1年



## ご挨拶

看護部長 横山 晶子

4月より看護部長として赴任いたしました横山晶子と申します。私は、中央看護専門学校、柏崎総合医療センター、小千谷総合病院、本部人事部で勤務し、当院での勤務は14年ぶりになります。この間、HCU (High Care Unit) の開設、放射線治療棟の増築、地域がん診療連携拠点病院、地域医療支援病院の認可を受け、より地域ニーズに応えられる病院になったと感じております。

当院は、地域の中核病院として良質で心温まる医療の提供を病院の理念とし、看護部もその旗のもと「私だったら、私の家族だったら、どんな看護を受けたいのかを考えて看護を提供する」を理念としております。地域での病院の役割と機能を発揮するためには、看護職員個々が専門的な知識と技術、思いやりのある対応を身につけ、看護することが求められます。そのため、ともに学び、ともに成長できるように教育体制を整えています。

私たち看護部は、一緒に看護する仲間を歓迎しています。現在看護を学んでいる学生さん、1ターン・Uターンをご検討中の看護師さん・助産師さん、しばらく現場から離れている方も病院に興味をお持ちいただけましたら、是非遠慮なくご連絡ください。どうぞよろしくお願いいたします。



## 保険診療でも白い歯にできる？

金属冠にかわるCAD/CAM冠の保険適応が拡大しています



歯にかぶせる材料としては、従来から金属が多用されてきました。「鋳造」というアナログ技術で製作される金属冠は、形態を正確に再現することができ、強度や耐久性にも優れているため、歯の機能を回復するためにはとても有効な方法だったのです。一方で、天然歯とは似ても似つかない金属の色調は、治療を受ける患者さんには大不評で、どうしても白い歯を希望されるケースでは、セラミックなどを用いた自由診療で対応するしかなく、歯の治療費は高額なものというイメージが広がる原因となっていました。

こうした状況を打開するため、金属に匹敵するほどの物性を備え、白くて安価な素材として、プラスチックにセラミックを混ぜた「ハイブリットレジン」の研究が続けられてきました。さらに、コンピューターと精密機械を組み合わせ、設計と生産を一貫して行うCAD/CAM (computer assisted design / computer assisted manufacturing) システムの発達もあり、規格化されたハイブリットレジンのブロックを切削加工して製作する「CAD/CAM冠」が、2014年に保険診療に導入されました。しかし、当時のCAD/CAM冠が金属冠より優れていたのは、「白い」、ということだけで、強度、精度、価格の面では金属冠に及ばなかったため、保険の適応範囲は、前歯の後方で口元から見えやすく、大白歯よりも咬合圧負担が少ない小臼歯に限られていました。

その後、世界情勢の不安定化に伴って、金属冠に含まれる金やパラジウムの価格が急激に上昇した結果、金属冠とCAD/CAM冠の製造コストの差が縮小しました。高騰した貴金属価格が高止まりとなっているため、いくつかの条件付きではありますが、2020年以降は、前歯と大白歯にもCAD/CAM冠を保険診療で装着できるようになっています。

今後、歯科医療全般のデジタル化がさらに進行し、金属の代替材料が進化していくと、一歯ごとの単独冠だけでなく、多数歯を連結した大規模な歯の修復にも、保険診療で「白い歯」が装着できるようになるかもしれません。そんな時代が来たとしても、やはり歯の治療はしないに越したことはありません。歯みがきを基本とする口腔ケア、むし歯や歯周病になりにくい食習慣、禁煙、定期的な歯科検診を心がけ、自分の歯を長く健康に保ちましょう。



記事担当

歯科口腔外科部長 山賀 雅裕



## 4 階西病棟

4階西病棟は、産科・婦人科・乳腺外科の40床の混合病棟です。入院患者様が0歳の新生児から100歳以上の方まで、看護の対象は幅広い年齢層になっています。

産科では、陣痛開始から産後まで同じ部屋で過ごせるLDR設備があります。ベッドの移動がなくお産ができ、個室のような環境で産後まで過ごせることが特徴です。当院は、地域周産期母子医療センターの役割を担っており、近隣の病院・産院からの紹介入院を受け入れています。少子化の影響から分娩件数は減少していますが、精神疾患を抱える方や、育児におけるサポートが不足している方など、継続的な支援が必要な方は年々増えています。安心して産み育てていけるよう、近隣市町村の母子保健担当者と、産科外来・産科病棟と、定期的に情報交換を行い、切れ目のない支援を行っています。出産は人生の一大イベントであり、どの方にも「この病院で産んでよかった」と思ってもらえる看護を目指しています。

婦人科・乳腺外科は、手術目的の方、化学療法や放射線治療といった手術後の治療を受けている方、終末期のケアを行っています。看護部の理念である「私だったら、私の家族だったら、どんな看護を受けたいのかを考えて看護を提供する」を基に、病棟では「1人1人の想いに応える看護」を目指し実践していきます。

4階西病棟 看護師長 高野千代子



栄養科  
ワンポイント  
コーナー



### 食欲の秋、体重増加に気を付けよう！

食欲の秋と呼ばれる季節になりました。秋はつい食べ過ぎてしまうなんて方も多いのではないのでしょうか。秋に食欲が増す理由として、過ごしやすい気候や旬の味覚がたくさんあることが考えられます。

体重が増加し肥満になると糖尿病や脂質異常症・高血圧症・心血管疾患など生活習慣病をはじめとして数多くの疾患のもとになる可能性が高まります。肥満度の判定としてBMIという肥満度を表す体格指数が用いられており、男女ともに標準とされるBMIは22.0です。日本肥満学会が定めた基準ではBMIが18.5以上、25.0未満で普通体重、25.0以上で肥満というカテゴリーになります。算出方法を示したのでぜひ計算してみてください。

$$【BMI(kg/m^2)】 = 【体重(kg)】 \div 【身長(m)^2】$$

体重(kg)	身長(m)	身長(m)	BMI(kg/m <sup>2</sup> )
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

(例)身長170cm、体重65kgの場合  
 $65(kg) \div 1.70(m) \div 1.70(m) = 21.5(kg/m^2)$

肥満を防ぐためには、①食事は1日3食規則的に摂ること、②食事のバランスを整えること、③間食は適量におさえることが大切です。秋に旬を迎える食材は沢山ありますが、特に野菜類はいも類、かぼちゃ、れんこんなど、野菜の中でもエネルギー量が高い食材が多くあるため、食べる量に注意しましょう。

記事担当：管理栄養士 高木 なつみ



# 病院からのお知らせ

## ✓ 『病院の理念』

地域の中核病院として  
皆様の健康を守る為  
良質で心温まる医療を提供し  
予防・保健・福祉活動を  
積極的に推進いたします

## ✓ 『患者の権利』

当院では、医療行為が患者さん中心に行われるべきものであると深く認識し、以下の五項目を患者の権利と制定し、これを日常の医療行為の規範とすることを宣言いたします。

1. 個人の尊厳を尊重される権利
2. 良質の医療を平等に受ける権利
3. 十分な説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人のプライバシーが守られる権利

## ✓ 循環器内科・消化器内科 外来からのお知らせ

循環器内科外来および消化器内科外来は、混雑状況により、新規で受付をする方については、診察までかなり長い時間、お待ちいただく場合がございます。

受診当日は、余裕をもってご来院ください。  
なにとぞご理解とご協力をお願いいたします。

## ✓ 写真展のお知らせ

8月に内視鏡室前の廊下で、丘の森写真研究会様の写真を展示させていただきました。廊下が華やかになりました。多くの方が足を止めて見ておられました。感謝申し上げます。

また、10月2日から長岡写真クラブ様の写真を展示させていただいております。ぜひご覧ください。



長岡中央総合病院

## 公式Instagram 開設しました

様々な情報を  
お届けします！  
ぜひ気軽に  
フォローしてください！



Instagram(インスタグラム)アプリの  
インストールはこちらのQRから

iOS

Android



## ✓ 中央看護専門学校 令和5年度オープンスクールを開催しました

令和5年7月26日、8月5日、19日、26日の計4日を使用し、校内にて『オープンスクール』を開催しました。4日間で総勢195名の来校者（保護者を含む）をお迎えしました。

本校学生より、学校生活について丁寧に説明させていただき、来校者の皆様にも有意義な時間を過ごしていただけたと自負しております。

