



BベEテLルH通E信

2026年5月号（第274号）

松山ベテル病院 松山市祝谷6丁目1229番地 Tel089-925-5000
ホームページ <https://www.bethel.or.jp/>

実体験から学んだ「手当て」の原点

先月のことです。ある土曜日のこと、突然しゃっくりが出始めました。夕方になっても寝る前になっても止まりません。眠っている間は不思議と治まっているのですが、翌朝の食事を機にまた始まる。止まったかと思えば再開する、その繰り返しでした。症状が激しくなると胃が痙攣するような感覚に襲われ、呼吸すらままならず、息を吐ききることさえ困難な状態に陥りました。

日中の会議では静まり返る室内に私の「ヒック、ヒック」という音が響き渡り、皆の視線が集中します。意識すればするほど症状は悪化し、事前に事情を説明していても、申し訳なさで会議に集中できなくなりました。

外来を受診して漢方薬を処方されましたが、改善の兆しは見えません。むしろ午後の痙攣は「ヒクヒクヒク」と連続的なものに酷くなっていきました。食事や排便も普段通りで、他に自覚症状といえば老眼が進んだことくらいです。しかし、この状態が十日も続くと心身ともに疲弊し、自分自身がうつ傾向に陥っていくのを感じました。

再度受診し、採血やCT、そして初めての胃内視鏡検査を受けました。結果は良性のポリープこそあったものの、医師から「きれいな胃です」と言われ、ようやく胸をなで下ろしました。結局、二週間私を悩ませたしゃっくりは、いつの間にか自然に止まりました。

季節の変わり目、いたって健康だった私が、しゃっくり一つでこれほど心身を揺さぶられるとは思いませんでした。同時に、心配してくれた方々の言葉や、検査時に背中をさすってくれた看護師の手が、どれほど心強かったか身に染みしました。

昨今、医療DX、電子カルテの導入により業務の効率化が進んでいます。しかし、どんなに時代が進んでも、私たちが行う「手当て」は手でしか行えません。額に触れて熱を測り、手首に触れて脈を感じ、不安な手に触れ、涙する方の背をさす。そんな手のぬくもりこそが看護の原点です。今回、医療を受ける側になったことで、その意味を改めて心に刻むことができました。





その難聴、実は「脱水」が関係しているかも？



松山ペテル病院で働き始めて、早くも3年目に入りました。病棟を歩いていると、スタッフから「めまい、難聴、のどの違和感」など、自身の健康相談を持ちかけられることがたまにあります。今回は、有名な急性難聴の一つである『突発性難聴』についてお話しします。なお、後半は私の研究結果に基づいた考察が強くなりますので、一つの視点として参考にいただければ幸いです。

突発性難聴とは？

日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会によると、突発性難聴は「明らかな原因もないのに、ある日突然、片方の耳の聞こえが悪くなる原因不明の疾患」とされています。有名人の公表などで耳にする機会も増えてきましたが、医学的な診断基準は意外と厳格です。

診断基準：純音聴力検査で、隣り合う3つの周波数で各30dB以上の難聴が、72時間以内に生じたもの。耳鼻科に駆け込んだものの、「突発性難聴ではない」「突発性難聴ほど悪くない」と言われた方が多いのは、この定義の厳しさも一因でしょう。有病率は10万人あたり60.9人と、それほど高くはありません。治療はステロイドや血流改善薬、ビタミン剤の投与が中心で、重症の場合は入院が必要です。しかし、**完治する人は約3割**にとどまり、残りの方は後遺症が残るか、改善が見られないのが現状です。

「脱水」と難聴の意外な関係

原因は未解明ですが、循環不全やウイルス感染、ストレスなどが有力視されています。私は「脱水による循環不全」に着目し、2023年に「脱水傾向(BUN/Cre比が高い状態)にある患者さんは、治癒率が著しく低い」という研究結果を発表しました(図1参照)。また脱水の程度がひどくなるほど、治癒率が下がることも判明しました(図2参照, Otol Neurotol Open. 2023)。

さらに、2025年の最新論文では興味深い報告がなされています。健常人の1日の飲水量が約2,400mlであるのに対し、突発性難聴を発症した人は約1,100mlと、日常的な水分摂取量が大幅に少ないことが示されたのです(Front. Neurol. 2025)。

予防は治療に勝る

突発性難聴に限らず、脱水は万病の元です。特に病院や介護現場で働く皆さんは、室内を動き回る過酷な環境にいます。活動中はアドレナリンの影響で血管が収縮し、脱水を自覚しにくいのですが、一息ついた瞬間に体は一気に脱水状態へと傾きます。「予防は治療に勝る」と言われます。スタッフの皆さんがこまめに水分を摂れるような業務体制の整備と、一人ひとりの意識付けが、自身の健康を守る第一歩になると考えています。

図1

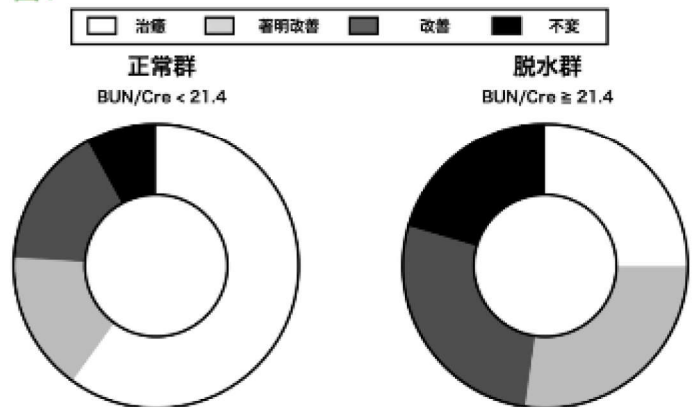
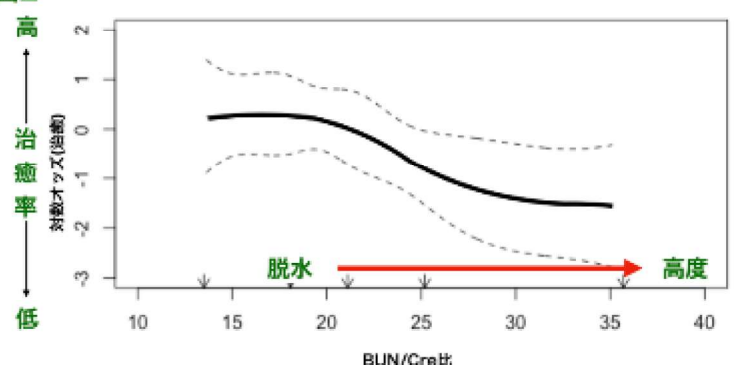


図2



(ホスピス/えんげ外来医師 阿部 康範)



バテル
医療相談室
地域医療連携室から



前号では“社会福祉士”についてご紹介しました。
今回は、医療機関で働く医療ソーシャルワーカーについて
ご紹介いたします。



ご存じですか？

医療ソーシャルワーカーとは

当院にもいます！



病院内の「医療相談室」「患者支援センター」「地域連携室」といった
部署で、患者さまやご家族の抱える、経済的・心理的・社会的問題の
解決、調整を援助し、社会復帰の促進を図る業務を行っています。
そして、院内スタッフや院外の医療機関と連携をとり、病院と地域
を繋ぐ役割を担っています。

病気やケガをすると様々な心配や困り事が出てきます。
こんな時、ご相談ください。

どこに相談すれば・・・

介護ができるかな・・・

利用できる制度が知りたい
どうやって利用するの？

医療費や生活費の支払いが苦しい・・・

入院の相談がしたい・・・

病気を受け止めきれない・・・

病院に通うのが大変・・・

退院後の生活が不安・・・

● ゆっくりとお話を伺い、一緒に考えます

● 秘密は守ります

● 必要に応じて関係機関と連携を図ります



「医療相談室・地域医療連携室」では関係機関との連携をとり相談をつないでいます。
お気軽にご相談下さい。

日本医療ソーシャルワーカー協会 HP 参照

(医療相談室 社会福祉士 弓達 尚子)

外来診療日のお知らせ

◎ 豊田 泰孝 医師（精神科・心療内科）

5月13日（水）、5月27日（水）

◎ 5月の休診はありません。（4月23日現在）



松山ベテル病院では、接遇目標・医療安全推進目標をかかげています

5月接遇目標

二〇二六年 五月の接遇目標

『あいさつ』は
信頼関係の入口です。
明るく丁寧に声掛けしましょう。

聖愛会 接遇委員会

接遇委員会

5・6月 医療安全推進目標

確認作業を怠らず、
事故を予防しよう



医療安全委員会

新任医師紹介

やまし ゆうき
山西 祐輝 医師

診療科目：脳神経内科
出身大学：佐賀大学

プロフィール

- <略歴>
- 2015年 愛媛大学医学部附属病院 研修医
 - 2017年 愛媛大学医学部附属病院 臨床薬理神経内科助教
 - 2026年 済生会松山病院 脳神経内科医長
 - 2026年 現在に至る

神経内科では手足の痺れや動かしにくさ、ふるえ、歩きにくさなど様々な症状に対して診療を行っております。お気軽にご相談ください。よろしくお願いいたします。

- 投句箱を外来・各病棟に設置しています。皆様のご投句をお待ちしております。
- 『ベテル通信』について、ご意見やご要望を「ご意見箱」へお寄せください。
- 掲載中の写真についてはご本人、ご家族の許可を得ています。

新人紹介

まつむら ゆうき
松村 結希



配属部署：リハビリテーション課
職 種：理学療法士
抱 負：一日でも早く業務に慣れ、戦力になりたいと思います。ご指導やご指摘などよろしくお願いいたします。

ベ
テ
ル
旬
会

桜が
一
枝
咲
き
し
今
日
の
日
(宮崎 史江)

さ
く
ら
さ
く
ベ
テ
ル
の
庭
に
春
が
来
る
(東 425号トシ)

応
援
歌
も
大
き
な
声
で
歌
い
た
い
(小池 ミチ子)

発行日 2026年4月23日