

おかなみ

広報誌
第33号

社会医療法人 畿内会 岡波総合病院
平成27年1月発行

伊賀の中核病院として

副院長 麻酔科部長 中川 洵

いつまでも元気であるために

整形外科部長 横井 一之

伊賀の 中核病院として

副院長 麻酔科部長 中川 洵



岡波総合病院にとって昨年の最大の出来事は「地域医療支援病院」に指定されたことでしょうか。私たちが伊賀の医療に真剣に取り組んできた結果と言えます。

そして今年「病院機能評価」の認定(更新)を受ける年になります。病院機能評価といっても患者さんにとってはあまりなじみのない言葉だと思いますが、簡単に言うと「病院が患者中心の良質な医療を行っている」ことを日本医療機能評価機構が公平に科学的に判断し、基準を満たしているか、改善点があるかを評価するものです。

病院は基準を満たすべく努力し、医療の質が向上することを目的としています。また患者さんにとっては病院を選ぶときに「この病院は基準以上!」という目安にもなります。もちろん評価を受けない病院はダメということではありませんが、全国で約3割の病院が認定を受けています。そして社会情勢の変化や医療の進歩に合わせ5年ごとに認定を受け更新する必要がありますが、今年がその年となります。当院では昨年の秋から更新に向け動き始めたところです。

ところでこれまで2回の受審には外部の専門家に入ってもらい、かなり細かい点にまで指摘や指導を受けて準備を進めました。しかし、3回目となる今回は専門家に入ってもらうずにやることになりました。そうなると問題点がどこで、どう改善していくかというのを自分たちで考え、実行していくこととなります。言ってみれば前は頼まれ仕事でしたが、今回は「自分たちが何とかしないと何ともならん」という感じです。

多くの職員がかかわって進めています。ただあまり多人数でもまとまらないので項目毎に少人数グループにわかれて進めています。私のグループは医師2名、看護師2名、事務3名、施設課1名で総員8人です。会議の様子ですが例えば、「患者さんのプライバシーは守られているか?」の項目では「科によっては患者さんへの説明をたくさんの方がいる看護師詰所の隅でしているがどうなのでしょう?」という意見が出ます。医師からは「説明用の部屋は離れているし、ご家族や同席看護

師も入るとなると狭い、カルテも見て欲しいので…。でも確かに問題ですね、何とかできますかね?」と返されて「部屋を詰所の近くにつくりましょう」「そしたら入院ベッドが減ります」「工事が…」「お金が…」「あれやこれや…」まあこんな調子です。始める前は皆で「今日は30分で」などと言っていますが、いつも盛り上がってしまい2時間近くかかることもあります。でもみんなの話を聞かせてもらうのは楽しいです。

そして先日は、現状視察ということでグループで院内パトロールをしました。我々職員にとって「これが当たり前」と思っていたことを「患者さんにとってこれでいいのか?」という目で院内を視察しました。新鮮な感じがしました。そして同じものを見ても立場や人によって気になるところがまるで違うのがとても面白かったです。「患者さん用口ビニーが物置に!」、掲示物が…、湯沸かし器が…、洗濯機が…、などなど「今日は見るだけ!」と責任者がいくら言っても終わりません。



こんな具合ですが、これからも伊賀の地域医療の中核病院として患者さんから信頼され、私たち職員にとっても働きやすい病院を目指して頑張っていきます。皆様も岡波病院のこれからを楽しみにしてください。

● 岡波総合病院の理念 ●

人々の健康と幸せのために、『人間としての愛』の精神をもって心からの医療と福祉を提供していきます。

● 岡波総合病院の基本方針 ●

1. 私達は、「至誠・注意・満足」の院是の基に、患者様と信頼を共有できるように心の通じた医療サービスを実践いたします。
1. 私達は、医療水準の日々向上をめざし、高度適正な医療を実践いたします。
1. 私達は、患者様に心温まる細心の看護と介護の提供を実践いたします。
1. 私達は、地域の医療福祉機関との連携を密接にとり、患者様すべてに公正な医療の提供とプライバシー保護を実践いたします。

● 患者様の権利 ●

1. 患者様は、だれでも良質な医療を公平に受けることができます。
1. 患者様は、病気・検査・治療などについて理解しやすい言葉や方法で十分な説明と情報をつけることができます。
1. 患者様は、十分な説明と情報提供を基に治療方法などを自らの意思で選択することができます。また別の医師の意見を求めることもできます。
1. 患者様は、自分の診療記録の開示を所定の手続きを経て求めることができます。
1. 患者様は、個人の情報やプライバシーについて保護されます。
1. 患者様は、健全で良質な医療水準を確保するため医療サービスについて提言することができます。

いつまでも元気でいるために

整形外科部長 横井 一之



寒い日が続きますが皆様はいかがお過ごしでしょうか？

岡波総合病院のかかりつけ医推奨にご理解いただき誠にありがとうございます。おかげさまで本年の手術症例数は昨年より大きく上回り、(手術数が多くなっていることはある意味残念なお話ではあるのですが) 多くの患者様の治療にあたる事ができております。ひとえに患者様の御理解、開業医の皆様のお協力の賜物であります。この場を借りまして御礼申し上げます。

さて昨今日本の平均余命は上がり止まりを見せてきており、現在の医学では寿命を延ばすことに関しては限界に近づきつつあります。そのため現在は健康寿命を如何に伸ばすかということが言われつつあります。

聞きなれない言葉ではありますが、健康寿命とは、健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間のことです。平均寿命から健康寿命を引くと、なんと男性は約9年、女性は約12年となります。これは晩年の9~12年は何らかの病気やけがを抱えながら過ごすということです。いつまでも健康でありたいものですね。

日本整形外科学会 理事の岩本教授は、整形外科学会ホームページ内で“整形外科医は、患者さんに運動療法や薬物療法などの保存療法、そして手術療法などの適切な医療を提供し、運動器機能の維持・改善の手助けを行っています”と紹介しております。腹部外科などは生命外科であり命を助ける治療を行います。我々整形外科は機能外科といい機能回復に努めることが使命です。

ただ、いくら進歩したといっても残念ながら今の医学では正常と同じように回復させることは難しくまた確実に維持させることも困難なことは多々あります。それでも少しでも患者様の健康寿命を長くする事が出来たらと全国の整形外科医は日々研鑽を積んでおります。当科で治療にあたる病気・怪我で健康寿命が短くなる一番の原因は何といっても高齢者の脆弱性骨折でしょう。脆弱性骨折とは軽微な外傷にもかかわらず起こしてしまう骨折のことで、その原因は骨粗鬆症にあることが多いといえます。代表的なものは大腿骨頸部骨折、脊椎圧迫骨折、橈骨遠位端骨折があります。骨粗鬆症は20歳平均の骨密度に対して70%を切ると診断できます。

また骨密度の低下を来していなくても、軽微な外傷での骨折の既往がある方も場合によっては診断される事があります。

ひとたび骨折をおこせばその治療は我々整形外科医の独壇場ですが、治療を行ったとしてもADLの低下は避けられないことが多く健康寿命が損なわれます。

現在骨粗鬆症の治療薬で骨折予防効果のある薬剤が多々開発されてきており、患者様の状態などに応じて使い分けも出来つつあります。ある薬剤では骨折発症リスクが50%減るというものもあります。心当りのある方は是非治療を始めることをお勧めします。

骨粗鬆症の治療は主に内服薬であり、注射剤も最近では増えつつあります。何れにせよかかりつけの医院(開業医)などでご相談されても十分治療が行えるものです。骨粗鬆症は骨だから整形外科という既存概念にとらわれず、ぜひかかりつけ医にご相談ください。

これからの時代は、いかに骨折を治すかも大切ですが、いかに骨折を予防するかの時代なのです。

公開講座のお知らせ

テーマ

骨粗鬆症とロコモティブシンドローム

講師 整形外科部長 横井 一之 医師

テーマ

転倒予防とロコモ体操 ～転倒しにくい環境と身体づくり～

講師 リハビリテーション科副技師長 山内 雅之 作業療法士

日時

平成27年 2月28日(土)

・開場 13:30
・開演 14:00~
15:30終了予定

会場

岡波総合病院 2F講堂

申し込み不要・参加無料

今回は介護を必要とせず、いきいきとした生活を送るためにはどうすればよいかについて、整形外科とリハビリテーションの立場からのお話になる予定です。興味のある方は是非ご参加ください。

* 新任医師の紹介 *

平成26年9月1日



眼科 一尾 享史 医師

専門領域：眼科一般

平成26年9月から岡波総合病院に赴任致しました。患者様の「みえない」を「みえる！」にできるよう真摯に取り組んでまいります。私事ですが、第一子ができました。公私共に充実し、頑張らせて頂きますのでよろしく願い致します。

12月4日 第7回 伊賀名張地区褥瘡 勉強会を開催しました



外来看護師
佐藤 千鶴子

今年度は、「在宅医療と褥瘡」をテーマに当院訪問看護ステーション山内看護師とコラボレーションした形で当院で関わった事例を発表しました。さらにポスター展示を行いながら、事例を通して普段疑問に思っていることや悩んでいることなどをクイズをまじえながら発表を進めました。

多職種の方から実際に現場で苦慮されている意見や質問を活発にいただきました。「在宅医療」と一言で言ってもまだまだ医療の現場では課題とする部分も多く、地域の医療介護関係者との連携を密接にとったチーム医療の必要性を強く感させるものとなりました。



第2部では「褥瘡予防に欠かせないポジショニング」を実技を踏まえて行いました。エアマットも最近では自動体位変換をそなえたものがあり、実際ベッドの上でエアマットをつかい、クッションや枕といった用具を用いながら患者さんの気持ちを理解できるよう体験を行っていただきました。

参加いただいた方からは、「寝ると気持ちがいいけど長時間になるとどうなんだろう」などの声をいただき、体験して感じた患者さんの気持ちを現場に持ち帰っていただけたのではないのでしょうか。



栄養・除圧・清潔の重要ポイントから次年度は褥瘡予防法の一つでもある栄養のことや褥瘡治療を計画しております。伊賀名張地区の勉強会を通して交流がもて「褥瘡0」を目指していけるようがんばっていきたくて考えております。

糖尿病患者の集い 『ブルーリングの集い』 を開催しました

糖尿病教育委員会 佐小 真生

拡大を続ける糖尿病の脅威を踏まえ、2006年12月20日国連総会議において、11月14日は“世界糖尿病デー”と指定されました。当院でも糖尿病の予防、治療、療養を喚起する啓発運動として、糖尿病患者の集い『ブルーリングの集い』を開催しました。

今回は、近年合併症として問題視されている「糖尿病と歯周病の関係」について、口腔外科の稲掛先生が講演を行いました。また、事前のアンケートから食事療法についての質問が多かったため、管理栄養士による勉強会を開き、約20名の方がご参加されました。

口腔外科稲掛先生による講演



参加者へ健康チェック



食品サンプルの展示



管理栄養士による食事指導



糖尿病外来の矢野先生による
開会の挨拶



世界糖尿病デーの
上野城ブルーライトアップ

🚩 専門看護師、認定看護師の活動

ICT(感染対策チーム)



いきいき健康教室

当院には、がん看護、老人看護、感染看護、脳卒中リハビリテーション看護を極めた看護師が勤務しています。日々ベッドサイドでケアを行ったり、ケアの質向上のための教育や研究の指導を病院や介護老人保健施設の看護職、介護職を対象に行っています。感染対策チーム、緩和ケアチームなど多職種で活動をし、よりよいケアが提供できるよう取り組んでいます。また地域住民の方々の健康を守るため、週2日外来の待ち時間を利用した健康教室を開催したり、看護外来を行っています。

学会で発表したり、研修の講師をしたりと院外での活動も積極的に行っています。

外来、地域連携室、医療安全管理室、脳外科病棟で勤務していますので、ご相談などあればいつでもお受けします。



看護外来



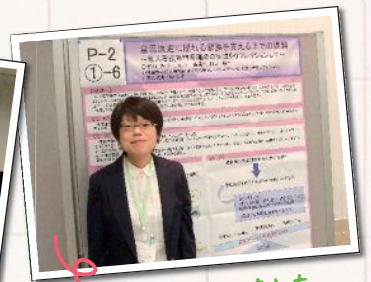
院内にいきいき健康教室を案内しています



脳卒中リハビリテーション看護認定看護師によるケア



院外でも講演をしています



学会で発表しました

🚩 感染管理者のワンポイントアドバイス



ノロウイルス



感染管理認定看護師 村田 幸

どんな症状？

下痢、発熱があり特に嘔吐が突然強烈に起きるのが特徴です。腹痛、頭痛、悪寒、筋肉痛、咽頭痛なども伴うこともあります。通常、これらの症状が1~2日続いた後、病気は治って後遺症もありません。

どのように感染するの？

ノロウイルスに汚染された食品や飲料水の摂取による経口感染や手指、衣服、物品等を触ることによって接触感染します。

また、ノロウイルスに感染している患者の嘔吐物や下痢便が床や周囲に飛び散り、その飛沫を吸い込むことによる飛沫感染や嘔吐物や下痢便が乾燥すると風に乗って舞い上がり、近くを通った人が吸い込むことによって空気感染します。

ノロウイルス感染予防のポイント

手洗い

(手指アルコール消毒剤は効果が少ない)

こんな時手洗いを

- ①外出から帰った時
- ②調理の前
- ③食事前
- ④トイレの後
- ⑤感染者の汚物処理をした時
- ⑥手指が汚れたと思った時
- ⑦赤ちゃんのお世話をする前(おむつ交換)

！ 感染者の吐物・排便処理時の取り扱い

取り扱い時には使い捨てのマスクと手袋(又はエプロン)等を着用し、次亜塩素酸ナトリウムでふき取りましょう。塩素濃度が吐物は0.1%、トイレの汚染(便座、手すり、ドアノブ等)は0.02%を用いて消毒し、最後に手洗いをしっかり行いましょう。また部屋の換気にも注意しましょう。

希釈液の調整例…次亜塩素酸ナトリウム(ハイター)をペットボトル500mlに対し、ペットボトルのキャップ1/2杯(0.02%)、キャップ2杯(0.1%)の分量で使用します。

！ 食中毒予防(85℃以上1分間以上の加熱)

加熱が必要な食品(ハマグリ、あさり、カキなど)は中心部までしっかり加熱しましょう。また、調理器具などからの二次感染を防止しましょう。



お薬の包装シートの誤飲が重大な障害に!



薬剤部
上窪 淳子

お薬の錠剤の包装は、プラスチックにアルミなどを貼りつけたPTP(Press Through Package)包装シートと呼ばれるものが主流です。以前より、お薬を包装シートのまま誤って一緒に飲み込んでしまう例が報告されています。

包装シートのミシン目を1方向のみにして、手で1錠ずつ切り離さないようにする工夫がなされても、依然として、誤飲事故は後を絶ちません。携帯しやすくするため、1回分を取り出しやすくするため、介護者が薬を配りやすくするため等の理由で、ハサミで1錠ずつに切りはなしてしまい、これが誤飲の一因となっています。

飲み込んだ包装シートが、食道や、胃などに突き刺さって穴をあけるなど重大な障害を招くことがあります。さらに、PTP包装の素材はレントゲンで写しだされにくく、発見が遅れると重篤化する恐れもあります。

当院では、PTP包装シートを誤って飲まないように、「お薬を服用される皆様へ」というお知らせをお配りし、啓蒙活動を行っています。



誤って飲み込んでしまうと
重大な障害に!

誤飲を防ぐために

- 包装シートは1錠ずつ切り離さないで、その都度お薬だけを服用しましょう。
- 薬を飲むことに集中しましょう。会話をしながら、テレビを見ながらの服用は避けましょう。
- 明るい照明の元で、ひとつずつ確認しながら服用しましょう。また、自ら薬を管理するのが困難な方は、家族や介護者の協力が必要となります。
- お薬を飲み終えるまで、側を離れないようにしましょう。
- 飲み終えた薬の空は、すぐに処分するようにしましょう。
- 必要に応じて錠剤の1包化調剤を医療機関に依頼しましょう。

☆うっかり誤飲を避けるためには、
1錠ずつ 小さく切り離さないで下さい!

万が一、包装シートごと服用してしまったら、
速やかに医療機関へ受診して下さい。

リハビリ通信

慢性閉塞性肺疾患と 口すぼめ呼吸



作業療法士
伊藤 仁

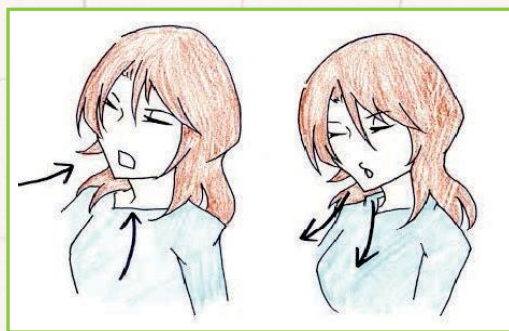
皆さんは慢性閉塞性肺疾患(COPD)という言葉をご存知ですか?ここ数年でよく聞く言葉となってきました。別名タバコ病とも言われています。2020年には欧米で死亡原因が第3位にもなると予想されている怖い病です。

タバコを吸っている方の肺は、酸素を取り込むことはできませんが、うまく吐くことができない状態です。呼吸の苦しみの出現もこれが主な原因となっています。症状として少しの運動で息切れが起きてくることで、活動範囲が徐々に減っていきなごがあります。



今回は、このCOPDに効果があると言われている口すぼめ呼吸についての説明をさせていただきます。方法としては簡単です。鼻から息を吸い込み、口先をとがらせて息を吐く。たったこれだけです。しかし、このCOPDにかかっている方はこの方法が行いにくいのが現状です。イメージとしてはろうそくを吹き消す様に吐く。この時にできる限りゆっくり吐く様にしましょう。理想としては吸った時間の2~3倍の長さで吐く事です。そうすることで、肺にたまっている酸素を出し切ることができます。

ちょっとしたことで生活を拡大・維持できることが多くあります。最近息切れがあると思われる方は是非試してみましよう。





院内保育所なみっこルーム なみっこだよ

9月は、介護老人保健施設おかなみの敬老会に参加し発表会を行いました。おひさまのお面を付けて、歌とダンスを披露しました。老健のご利用者様には「可愛いわ～」と声援をいただき、暖かく見守っていただくことができました。



10月は、ハロウィンで魔女やかぼちゃに変身したこともたちがリハビリ病棟へ行き、お菓子をもらいました。お菓子は布で作ったものでしたが、園に帰り本物のお菓子に変えとこどもたちは大喜びでした。



11月は、運動会ごっこを行いました。かけっこ・玉入れ・綱引きをし、元気いっぱいの子どもたちは、どの競技も楽しく取り組むことができました。



看護学校より 平成27年度 学生募集



学校長
谷 瑞穂

“看護にはちからがある
～患者さんに笑顔が出てきた。
少しずつ言葉が増えてきた。～
そんな瞬間が嬉しい”

看護師はやりがいのある仕事。そして生き生きと働くことのできる仕事として、日々学生は実感して看護を楽しく学んでいます。100年余りの伝統ある歴史を継承し、そして未来へはばたく、創造性のある看護師に育てたいと思っています。看護に対して熱い思いがある人、本校で学びませんか？

社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校 平成27年度入学試験のお知らせ

入学試験日	平成27年2月21日(土)
願書受付期間 (締切日必着)	平成27年2月2日(月)～ 平成27年2月14日(金)
合格発表日	平成27年2月25日(水)
試験科目	・基礎試験3教科 【国語総合(古文・漢文を除く)】 【数学Ⅰ】 【英語Ⅰ・Ⅱ】 ・面接
試験会場	社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校

※その他受験資格など詳細につきましては、ホームページをご覧ください。岡波看護専門学校に直接お問い合わせください。

みんなで楽しい看護を始めましょう!!
看護の道を一步步歩んでいる
私たちの仲間になりませんか?
看護の素晴らしさが実感できる学校です



今年も頑張りますので、よろしくお願い致します。

看護師のたまごたちが、講義や実習等でお世話になり、ありがとうございます。心より御礼申し上げます。



社会医療法人 畿内会 岡波看護専門学校
〒518-0842 三重県伊賀市上野桑町 1734 番地
TEL&FAX 0595-21-3138
E-mail oka-ns@ict.ne.jp
URL <http://okanami-kango.ac.jp/>