

おかなみ



OKANAMI
vol.66
2023/4

老健おかなみから

介護老人保健施設 おかなみ 施設長 中川 洵

新病院・新老健への
安全な患者移送を行うことができました

健康管理センターのご案内

老健おかなみから 介護老人保健施設 おかなみ 施設長 中川 洵

今年の1月1日に岡波総合病院の移転に伴い病院の入院患者さんと老健の入所者さんの引っ越しがありました。患者さんと入所者さんの移動については「安全」が絶対テーマで各職場の職員が何回もシュミレーションを行いました。9時開始、12時終了の予定でしたが昼過ぎには見事安全に終了しやっとお正月を迎えた気分でした。多くの職員も今年は家でなく新病院でお正月を味わったことと思います。老健は最上階の8階にありとても見晴らしの良い場所です。私、勤続30年にして岡波総合病院のトップに立つことになりました、まあ老健職員はみんなトップに立っているんですが…。

環境が新しくなり、気持ちも新たに介護・看護・医療の仕事に励んでいます。変わった点をいくつか挙げると、今まで2つの階に分かれていた居室がワンフロアになったため動ける範囲が広くなり、皆さま自主トレしやすくなりました。もう一つは部屋のトイレが無くなり廊下にくつもトイレが並んでいることです。部屋を出て廊下を横切るため運動量が増えトイレに行くのもリハビリになります。転倒事故が増えるのが心配でしたが大丈夫、部屋は広くなりすっきりして居室らしくなりました。ただ介護士さんのお世話の仕事は少し増えています。もう一つはセキュリティが厳重になったことです。院内を移動するのにカードキーが必要です。現在面会は基本リモートですが、特別な場合は直接面会をしていただいています。とくに時間外

となると旧施設なら老健の窓口で顔を合わせてのご案内でよかったのですが今は違います。病院の時間外窓口でキーを受け取り院内移動、キーを使い中央エレベーターで8階まで来ていただきます。これを電話で説明するのが難しい、職員も不慣れで本来の介護や看護の仕事しながらのご案内になります。利用者さんやご家族さんから「どうなっているの?」というお言葉をいただくようになりました。この文をお読みいただく頃には完璧に近い対応ができるようになっていくと思います。ご不便をおかけしますが、深夜誰でもがフリーに出入りできる病院は安全面で問題です、お許してください。

5月にはコロナは2類感染症から5類へ変更になります。感染予防は変わらず厳重に行いますが、面会制限はもっと緩めていけるといいなと思っています。ご家族の皆様が近くにおられると入所者さんは元気になります。面会緩和になりましたらどんどん来ていただいて8階からの眺めを楽しんでください。

最後に自慢を一つ。何人かの職員に「老健おかなみのいいところは?」と聞きました。それぞれが「職種間の距離が近くて誰とでもなんでも話します。それと仲がいいこと」と言ってくれました。すごいでしょ、とてもうれしくなりました。こんな仲間たちとこれからも「老健おかなみ」をつくっていきます。よろしく願います。



訓練室からの眺め



音楽療法のようす



集団レクリエーションのようす



広々としたフロア・廊下でリハビリ中

血管の病気あれこれ

心臓血管外科部長 神原篤志

岡波総合病院心臓血管外科の神原です。伊賀・名張エリアで心臓血管の外科手術ができるのは当院だけであり、いろいろな心臓や血管の病気を持つ患者様が紹介受診されます。血管の病気と一口に言っても、人間の身体には大小様々な血管があり、部位によって起こってくる病気も異なります。

まず心臓を栄養する血管を「冠動脈」と言いますが、これが狭くなると「狭心症」、詰まってしまうと「心筋梗塞」という病気が起こります。悪玉コレステロールが高く、善玉コレステロールが低い方に起こりやすい病気です。緊急性が高い場合には、カテーテル治療が効果を発揮しますし、何れ所も病変があるようであれば、冠動脈バイパス手術の効果が高いとされています。

体で一番太い血管と言えば、「大動脈」ですが、大動脈が異常に太くなると「動脈瘤」と診断され、大きくなればなるほど、破裂の危険が生じてきます。高血圧の方や喫煙者に起こりやすい病気です。破裂を予防するためにバネ仕掛けの人工血管を中に血管内に入れ込んだり（ステントグラフト治療）、外科手術により人工血管を縫い付ける手術（人工血管置換手術）のようなことを行います。治療の確実性は、人工血管置換手術の方がやはり高く、追加治療が必要となることも非常に少ないので、当院では人工血管置換手術を第1選択とし、通常の外科手術に適さない患者様に対しステントグラフト治

療を勧めるようにしております。

血管も下流になればなるほど、だんだん細くなっていますが、細い血管は狭窄や閉塞を起こすことがあります。これが「閉塞性動脈硬化症」という病気です。糖尿病の方や喫煙者では、脚の血管に狭窄や閉塞が起こりやすく、痛みや冷感の原因になることがあります。痛みのために歩けなくなってくると、体力が無くなり、全身がどんどん弱ってきてしまいます。異常を感じたら早めに相談することをお勧めします。

あれこれ血管の病気の話をしたのですが、では血管の病気にならないようにするにはどうするのが良いのかというと、体調管理を行い、食事に気を付け、運動を定期的に行うことが大切となります。高血圧や糖尿病も症状がないからといって放置せず、かかりつけ医に相談し、継続した治療を受けることが大切です。

健康維持のための運動がわからない、食事の何に気を付けたらいいのかわからないという方もいるかもしれません。そういう方のために岡波総合病院には、心臓リハビリテーション外来があります。必要に応じて相談を受け付けておりますので、窓口までご連絡ください。

治療の確実性は、人工血管置換手術の方がやはり高く、追加治療が必要となることも非常に少ないので、当院では人工血管置換手術を第1選択とし、通常の外科手術に適さない患者様に対しステントグラフト治



手術



心臓リハビリテーション



フットケア

■ 就任医師



介護老人保健施設第2おかなみ施設長

ひらいし ゆう
平石 友 医師 4月1日就任

初めまして、平石 友と申します。令和5年2月から第2おかなみでお世話になっております。約45年小児科医をやっておりましたので、老健施設は全くはじめての経験で戸惑っており、慣れるのに少し時間がかかりそうですが、なんとか頑張りたいと思っています。和歌山県新宮市の出身で群馬大学卒業後、群馬、埼玉、長野などで勤務のあと三重大小児科へ入局し、松阪市民病院のあと、縁あって伊賀で小児科(上野こどもクリニック)を開業しておりました。特に人に誇れる趣味などはありませんが、時間を見つけては、国内・海外旅行、スポーツ観戦、落語鑑賞をしております。今後ともよろしく申し上げます。

■ 退職

令和5年3月31日 生駒興平 医師
令和5年3月31日 水元啓太郎 医師
令和5年3月31日 西澤伸泰 医師
令和5年3月31日 樹田慎一 施設長
令和5年3月31日 大賀天弘 医師
令和5年3月31日 前阪郁賢 医師

■ 新任医師



眼科
やまがuchi かなこ
山脇佳奈 医師
令和5年1月1日 採用

1月より眼科に赴任しました。山脇佳奈と申します。地域の皆様のお力になれるよう精進します。よろしく申し上げます。

眼科 三羽晃平 医師
令和5年4月1日採用
泌尿器科 藤井光英 医師
令和5年4月1日採用

令和5年3月31日 崔 仁哲 医師 研修医
令和5年3月31日 永田卓也 医師 研修医

おすすめ整形外科

2006年4月から伊賀市柏野で開業しております。主に整形外科一般診療を行っております。生物学的製剤・JAK阻害薬を使用した関節リウマチの治療も行っております。リハビリテーションは牽引、ウォーターベッドなどの消炎鎮痛治療に加え理学療法士や作業療法士らによる運動器リハビリテーションも行っております。手術室がありますので伝達麻酔、局所麻酔できるような簡単な手術は可能です。



- 医師名 大角秀彦 医師
- 住所 〒519-1415 伊賀市柏野600番地の1
- TEL 0595-45-1200 FAX 0595-45-1300
- MAIL MAIL ohsumi@ict.ne.jp
- 診療科目 整形外科 リハビリテーション科 リウマチ科
- 診療時間 月・火・水・金曜
9:00～12:00 15:30～18:30
木曜9:00～12:00
土曜9:00～13:00
- 休診日 日曜・祝日

医療法人友和会 竹沢内科歯科医院

当院は2014年9月 伊賀市丸の内から小田町へ移転開業いたしました。一般内科・腎臓内科、人工透析、歯科を併設しています。内科や歯科治療中の方、また、腎臓に関する不安のある方、慢性腎臓病と診断された方、維持透析中の方など、なにか気になることがありましたらご相談ください。気軽に相談、受診ができるよう、あたたかい雰囲気、気のクリニックづくりを心掛けております。



- 医師名 竹澤有美子 医師
- 住所 〒518-0825 伊賀市小田町749番地の1
- TEL 0595-23-5553 FAX 0595-23-3668
- 診療科目 一般内科・腎臓内科・人工透析・歯科
- 診療時間 内科:9:30～12:30、16:00～19:00
(火曜午後腎臓専門外来15:00～18:00)
歯科:9:00～12:00、15:00～19:00
透析:午前・午後・夜間
- 休診日 内科:水曜と土曜の午後・木曜・日曜・祝日
歯科:木曜・土曜午後・日曜・祝日

うえなみ内科クリニック

名張市鴻之台のうえなみ内科クリニックです。当院は2021年にリニューアルいたしました。新たに最新のCTを導入し、これまでの胸部レントゲン検査では発見が困難な早期の肺がんのスクリーニング検査(低線量)もできるようになっております。院内は感染対策をしっかり行い、カフェのように快適にお過ごしいただけるように工夫しております。これまでのかかりつけ医としての役割を担いつつ、地域の呼吸器診療も充実させてまいります。この度の岡波総合病院さん移転で、距離的にも近くなり、さらなる連携強化にて地域の皆さまのお役に立てればと存じます。よろしく申し上げます。



- 医師名 上浪 健 医師
- 住所 〒518-0702 名張市鴻之台2番町29-1
- TEL 0595-63-9321 FAX 0595-63-9331
- MAIL uenami.internal.medicine.clinic@gmail.com
- 診療科目 内科・呼吸器内科・アレルギー科・放射線科
- 診療時間 月・火・水・金曜日
9:00～12:00 15:00～18:30
土曜9:00～12:00
- 休診日 木曜・土曜午後・日曜・祝日

平沢歯科診療所

当院の治療コンセプトは「患者さんがなんでも気楽に相談できて、納得した上で治療する」という事です。まずスタッフやドクターと十分コミュニティをとってから、どの歯がどう言う状況で、どのような治療が必要で、どれくらい費用がかかるのか、を解ってもらった上で治療を始める様に心がけています。みなさんも歯科にかかるときは、自分の希望をストレートにドクターに話した方が満足のいく治療が受けられると思います。



- 医師名 平澤正之 医師
- 住所 〒518-0725 名張市元町430番地
- TEL 0595-63-0209 FAX 0595-48-7335
- 診療科目 一般歯科 小児歯科
- 診療時間 9:00～12:30 最終受付12:00
14:30～18:30 最終受付18:00
- 休診日 木曜・日曜・祝日



新病院・新老健への 安全な患者移送を行うことができました

令和5年1月1日移転当日、すべての入院患者様・老健の入所者様を無事安全に移送することができました。医師15名、看護師113名、その他の職種99名、総勢227名の職員を役割ごとのチームに分け、旧病院、新病院に配置。9時00分に最初の患者様がスタートし、「重症」「ストレッチャー」「車いす」など状態に応じた方法で、順次搬送を行いました。大きなトラブルもなく、14時にすべての患者様を新病院へ運び終えることができました。



病棟のすべての患者様の状態を確認し出発可能か判断している間、搬出班、移送班が待機しています。

患者様の状態の最終確認を行ない、病棟看護師から移送班にチェックリストをもとに申し送りを行います。



患者移送名簿の順に従い、約3分おきに患者様が計画的に出発していきます。



新病院に向け、旧病院を出発



県内の介護移送業者17社が福祉車両の応援に来ていただきました。



すべての移送を終えた旧病院玄関ホール



新病院到着



伊賀市救急隊とともに医療機器類の補助を行いながら安全に降車を行います。

患者様の状態の申し送りを行い、乗換班4名と移送班2名によりストレッチャーからベッドへ乗せ換えを行います。



新病院の真新しい病室へ到着



おかなみ出前講座

令和4年12月9日 諏訪社会福祉会様



テーマ

病気は「治す」より「ならない」がいい!

講師

外来看護師
界外睦子
谷口育代

令和4年12月21日 川東老人クラブ 天寿会いきいき教室様



テーマ

介護予防教室
認知症の予防

講師

作業療法士
秋田祐香
中森愛理

令和4年12月22日 島ヶ原町区クラブ様

テーマ 認知機能を維持するために

講師

老人看護専門看護師
市川智子

令和5年3月2日 伊賀上野ライオンズクラブ様



テーマ

最新の消化器内視鏡
検査、治療について

講師

消化器内科
今井元部長

令和5年3月14日 柘植下町区寿楽会様



テーマ

骨粗しょう症予防
～じょうぶな骨を作りましょう～

講師

管理栄養士
伊藤陽世

お申し込み、お問い合わせは、岡波総合病院地域医療連携室
(直通電話0595-21-3154)まで。



健康管理センターのご案内

健康管理センターでは、人間ドックをはじめ各種オプション検査をご用意しております。

- 人間ドック(日帰り)
- 定期健診
- 膵臓検査(超音波内視鏡検査)
- 婦人健診
(子宮がん検診、乳がん検診)

【ご予約】

健康管理センター
TEL. 0595-24-2555(直通)
電話受付時間
10:00~17:00 土日祝除く



検診で異常が指摘された方は、岡波総合病院の受診予約をお取りいたします。
お気軽に地域医療連携室(Tel0595-21-3154)までご連絡ください。

■脳ドック

「2022年4月より当センターは伊賀・名張において唯一日本脳ドック学会認定施設になっております」

日本脳ドック学会認定施設とは

- 1)最新の『脳ドック』ガイドラインに準じていること
- 2)血液検査、心電図、頭部、MRI・MRA、頸動脈超音波検査、認知機能検査を一連に行う受診コースがあること
- 3)脳動脈瘤や脳梗塞など症状のない微小病変を検出するために十分な性能を持つMR機器を設置・使用していること
- 4)脳神経外科医・放射線科医の専門医が常駐していること
- 5)豊富な実績がある専門医が画像読影を実施していること
- 6)面談による結果説明及び定期的なフォローを行っていること

など、脳ドックの質の向上を目的とし、脳疾患の予防と早期発見を一定水準で有効に行い、かつ認知機能検査も合わせて実施できる施設に認定されます。



薬剤部も新しく生まれ変わります

薬剤部

内服・外用薬を調剤する部屋、注射薬を準備する部屋、抗癌剤を調製する部屋等が、ワンフロアになり効率良く仕事ができるようになりました。

薬剤指導室

製剤室の一角で、外来患者様に自己注射や吸入薬等の使い方を説明していましたが、専用の薬剤指導室に練習用キットなど関連するグッズを取り揃え、パソコン環境を整備しました。説明書や動画を見て理解いただき、体験していただくことで安心して薬を使用していただけると考えています。

注射薬混注監査システムを活用した抗癌剤の調製

今回導入した注射薬混注監査システムは、バーコードを読み取る事で調製時の患者間違いのリスクを回避します。また、バーコード読み込み、画像取り込みと電子天秤による秤量監査を行い、調製履歴のデータ管理を行います。このシステムを活用して、人とシステムのダブルチェックによる効率化、正確化が図れると期待しています。



薬剤部のスタッフは、自己研鑽に励み、チーム医療を推進して、患者様が安全な医療を安心して受けられるように努めます。



第15回 子ども応援！わくわくフェスタ 令和5年2月4日

みえ次世代育成応援のフェスタに「看護師のお仕事体験」を出展致しました。子ども達は白衣を着て、包帯や消毒の仕方、聴診器で自分の体の音を聴くなど看護師の仕事を体験しました。また、聴診器で自分の心臓やお腹の音を聴いてびっくりしたり、楽しみながら包帯を巻いたりしてくれていました。今後も子ども達に看護師の仕事を体験してもらえ

このような機会に積極的に参加していきたいと思えます。



伊賀地区駅伝に 参加しました！

令和5年1月29日 第63回伊賀地区駅伝競走大会に今年も男女1チームが出場！

男子の部では『MOVE 岡波さん』が38チーム中15位。女子の部では『岡波総合病院陸上競技部』が4チーム中3位。

3年ぶりの開催、元気に走れることに感謝して、チームみんなでたすきをつなげました。ご声援ありがとうございました。



肩関節周囲炎について

リハビリテーション科
理学療法士 清水恒良

今回のリハビリ科のお知らせは肩関節周囲炎についてです。主に50～70歳代に好発し、いわゆる五十肩と言われています。肩の筋肉や靭帯などの炎症が主な原因とされています。肩の痛みや動かしにくさを主症状とし、時には眠れない程ズキズキと痛んだりする場合があります。注意点として肩の筋肉が切れている場合（けんぱんだんれつ腱板断裂といいますが）もあるため、長期間痛みが続く場合は我慢せず、病院（整形外科）の受診をおすすめします。

痛みが落ち着いてきたら、関節が固まってしまふのを防ぐために運動を行い、肩周りを柔らかくしていくことが大切です。また、姿勢が悪いと痛みの原因にもなるため、普段の生活から姿勢を正すように心がけましょう。自宅でできる運動をご紹介します。背筋を伸ばして座り、棒またはタオルを持って腕を上げ下げする運動（図1-1,2）、体の後ろで棒またはタオルを持って肘の曲げ伸ばしを行う運動（図2-1,2）、肩に手を置いて、肩甲骨を動かすように腕を回す運動（図3-1,2）、などがあります。また就寝時に肩が痛む場合は、肩とひじの下にタオルやクッションを入れて調節するようにしましょう（図4）。



図1-1

背筋を伸ばして座ります。棒またはタオルを持って腕を上げ下げします。



図1-2



図2-1

体の後ろで棒またはタオルを持ってひじの曲げ伸ばしをします。



図2-2



図3-1

肩に手を置いて腕を回します。ひじが肩より高く上がるように回します。



図3-2

就寝時の注意点

肩とひじの下にクッションなどを
入れて調節しましょう。



図4