

お元気ですか [第31号]

西伊豆地区 研究発表会



毎年行われる**健育会 合同事例発表会**に先がけ、しおさいと一緒に西伊豆地区研究発表会が開催されました。
 西伊豆病院では色々なセクションで研究が行われています。ただ与えられた仕事するだけでなく、自分たちで勉強し、改善し、より良いものを目指しています。優れた1チームだけが、健育会の合同事例発表会に参加します。
 今回は病棟から『口腔ケア委員会の取り組み～口腔清掃を定着させるために～』が選ばれました。

口腔ケア委員会の取り組み ～口腔清掃を定着させるために～



松崎環境改善センターにて

口腔ケア委員会メンバー
 池本優子(看護師)
 船津ゆみ子(ヘルパー)
 萩原寿仁(ヘルパー)
 増山まり子(看護師)

《 研究内容を簡単に紹介します 》

医療現場で見落とされがちな「口の中」、口は単に呼吸や食事だけでなく会話や表情を表すなど、その人らしさを表す重要な部分です。口腔機能の低下は、その人らしさを奪い生きる喜びや希望を失わせてしまいます。

そこで、入院患者様の口腔環境を調査し、食後に食べかすが残っていたり、痰が多く付着しているなど、けっして良い状態とはいえない結果から『口腔ケア委員会』を立ち上げました。まずは、口腔清掃を日常業務として定着させる事を目標に取り組みました。

食後のケアはヘルパーらの積極的な協力も得られ準備から後片付けの手順ができ、記録用紙へ記入するようにした事から主治医への情報提供へもつながりました。

何より患者様から「気持ちがいい」「さっぱりした」などの言葉や表情に喜びを感じ、今では皆が当たり前の日常業務として定着しつつあります。

口腔清掃が単に保清だけが目的ではなく、誤嚥性肺炎の予防や口腔リハビリの意義がある事をふまえ、委員会活動をさらに広げていきたい。

口腔ケアって、どんな事をしているの？

患者様それぞれに合ったケアを行います。

- * 歯みがき うがい
- * ガーゼで口の中を拭き取る
- * 入れ歯洗浄
- * 舌のブラッシング
- * 乾燥予防の保湿剤を塗る (オーラルバランス)

状態によっては、一日に何度も行います。



他チームの研究発表の内容も簡単に紹介します。2ページへ

西伊豆地区 研究発表

参加チームの発表内容を
簡単に紹介致します。

しおさい テイケア再挑戦の園芸療法

花や野菜を育てる事によって得られる、やりがい・生きがい・達成感・満足感や、また相談・報告しあう事から生まれるコミュニケーションを目的とし、種まきから水くれ・観賞・収穫・味わい・押し花にするまでを利用者様と共に行いました。昨年の管理不足の失敗から役割分担をして最後まで狙いどおりに進みました、花壇・農園の位置的な問題をクリアすればさらに良い農園効果が期待できると思えます。

今回、職員と利用者様で目的をもって育てる喜びを分かち合えたのが一番の収穫となりました。

透析室 業務改善

患者様が当施設やスタッフに対して抱いている事を調査し、生活の一部である透析療法が少しでも楽な気持ちで受けられるようできる限りの業務改善を図り、また患者様が自分の病気・透析についてどの程度理解してるかを知り、知識を高める事によって合併症などの早期発見・予防につなげていく事を目的として活動しました。

調査の結果から自分の病気や薬に対しての知識は理解してると思っている様なので、確実な指導が行える様にチェックリストと透析案内を作成した。また職員に対しての貴重な意見が聞かれスタッフ間・他部署との意思の疎通が円滑にする事の必要性を感じ業務改善に努めていきたと思えます。

オーダーリングシステム及びリスクマネジメントシステム導入における問題点

現在、西伊豆病院では入院患者様への医師の指示は、オーダーから実行されて保険請求までを全てコンピューターで管理しています。日頃の仕事の中で、些細な事から大きなミスにつながる事を事前に防ぐために、実際の例を挙げながら業務改善への問題提議をズバツと示しました。

外来業務の合理化を目指して 一伝票類・記録物の見直し

入院患者様についてはオーダーリングシステムが稼動している中、外来・入院時・救急対応時には28種類もの伝票類を手書きで行っています。そこで、無駄をはぶき合理化をはかり、今まで記入に費やしていた時間を短縮して、患者様に目を向ける事を目的として活動しました。たくさんある伝票の整理として、4種類あったものを使いやすく2種類にまとめました。医事課との連携で、はぶける物は記入しない様にしました。

新しく作成した伝票についても実際使用してみたの感想を職員に聞き意見を聞きながらより良いものにしていきたい。そして、記録に費やす時間が短縮された時間を患者様に目を向ける時間にするという意識を持つことを継続させていきたい。

しおさい 回想法～おもいでぽろぽろ～

福祉活動の中に『回想法』というのがあります。これは、昔の遊びなどをする事によって、昔の事を思い出したり、またそれを話したりする事によって脳に刺激を与えるものです。

この回想法を通じて、いつも孤立がちな利用者様が他者とのコミュニケーションを取れる様にならないかと考え取り組みが始まりました。開始当初は拒否や無関心な様子でしたが、回を重ねるうちに、自身の事を話すなどみんなの輪の中に溶け込んできました。回想法によって交流の輪が広がり参加者同士と職員との信頼関係も生まれました。今はまだ「小さい輪」ですが今後より多くの「コミュニケーションの輪」を広がるよう取り組んで行きたいと思えます。



各チーム発表の後には、質疑応答が行われ、意見交換を積極的に行っています。視点を変えた様々な意見が次回の研究につながっていきます。。。

防災訓練！



当院では、防災訓練を年2回行っています。
特に今回は中越地震の後なだけに、訓練にも力が入ります。
地震、そして火災発生を想定して行った今回の防災訓練は職員だけでなく、入院患者様で動ける方も希望により参加し増築工事の工事関係者の方にも参加協力していただきました。
東海地震は、いつ来てもおかしくない状況にあると言われています。
実際、火災や災害にみまわれた場合どれだけ職員が効率良く動けるかが、大きな鍵になる事でしょう。
いざという時、冷静に対応できる様に、訓練をかさねていかなければなりません。



歩呼爪手！



トリアージ

毎回、防災訓練と平行して行っている『トリアージ』の訓練。
大きな事故や災害などで、患者様が多数来院された場合の対処法が『トリアージ』です。
患者様を効率良く診ていく方法です。
仲田院長の指導のもと、看護師だけではなく各部署からも多数参加して訓練を行っています。

いざ！とうい時の救急通報



事故に遭遇してケガ人を前に・・・あるいは、倒れている人を発見！ さて、あなたは、どうしたらいいの？

- 1、安全の確認 ケガ人(倒れている人)と救助者がいる場所が安全かどうか確認する。
- 2、意識の確認 肩をやさしくたたき、「大丈夫？」と声をかける。
声かけに答えるか、答えないかで、意識があるか、無いかを判断する。
- 3、通報と召集 周りに人がいたら協力をお願いする。
救急車を呼ぶ。ここで大事なことは、あわてずに、なるべく多くの情報を伝える事。
今いる場所は？ 男か女か？ 何歳くらいか？ 意識はあるか・ないか？
ケガの場所は？ どこから血が出ているか？ などを救急隊へ伝えます。

- ★救急車を呼んだ方の状況説明で病院へ通報があります(これが第一報)
- ★その後、救急隊から現地到着した状況説明の通報が入ります(これが第二報)

第二報は必ず入るとは限りませんが、場所が近く通報しているより先に病院へ到着してしまったり、重症な患者様ほど通報する事が出来ない場合もあります。

病院では、救急隊から通報を受けると内容によって、受け入れ準備をします、予測できる範囲で点滴や医療器具もそろえておきます。より明確な通報が受け入れ体制を左右しています。
実際、現場に遭遇したら、慌てない人はいないと思いますが、なるべく多くの情報を伝える事を心がけておくとよいと思います。

栄養らんど

西伊豆病院 栄養科

もつとごはんを食べないとPFCバランスが悪くなります



PFCバランスとは

P : たんぱく質(肉・魚・豆腐・卵)から摂取するエネルギーの割合
(12%~15%)

F : 脂質(食物油・バター・ベーコン)から摂取する割合
(20%~25%)

C : 糖質(米・パン・いも等)から摂取する割合(55%~60%)

国民栄養調査の結果をみると、昭和10年代と現在の食事内容の変化では、一日の総カロリーは変化がないのに対して、いも類・穀類が半分に減って、動物性食品が5倍に増えています。

【減ったもの】

芋類
127.5g → 62.5g

穀類
385.3g → 153.7g

【増えたもの】

動物性食品(魚介・肉・卵)
40.4g → 202.2g

油脂類
2.2g → 10.9g

このように米の摂取量が減りつづけると糖質(C)の割合が減り、動物性食品や油脂類などが増え、たんぱく質(P)の割合や脂質(F)の割合が増え、生活習慣病にかかりやすくなります。健康のためには、主食として米をもっとたくさん食べられる様にしなければなりません。



もつとご飯を食べよう！

おとなの茶碗一杯は食べましょう。



ひとくちメモ

体ほかほか、かぜ知らず **しょうが紅茶**

しょうがには、血管を拡張して血流を良くする『ジンゲロン』、紅茶には、体を温めたり殺菌効果のある『テアフラビン』という成分が含まれています。これら二つの相乗効果によって体温が上がり免疫力を高めます。

作り方

カップにおろししょうがをティースプーン一杯、唐辛子の小口切りを少量入れ、熱い紅茶を注ぎます。好みで砂糖やハチミツをくわえても…。
空腹時には胃を荒らす場合もあるので食事中や食後にお飲みください。

やっきよくかわらばん

平成十七年壺月

ノロウィルスに気をつけて！の巻

巷で集団感染が問題となっている「ノロウィルス」。この聞きなれない病原菌による感染性胃腸炎は、初冬から春先にかけて発症する「お腹にくる集団風邪」として以前から知られているものです。

ノロウィルスとは...

最近、マスコミを賑わしていますが、決して新しいものではありません。これまでは小型球形ウィルス(SRVs)と呼ばれ、感染性の胃腸炎を引き起こす病原菌です。感染源が食品の場合は食中毒とされることもあります。「二枚貝」の生食による食中毒はノロウィルスによるものです。感染性胃腸炎の原因としては他にロタウィルスやアデノウィルスといったものもあります。

感染してから24～48時間で発症します。

症状

下痢、嘔吐、吐き気、腹痛、38℃以下の熱など、風邪に似た症状です。通常は1～2日で治癒し、後遺症もありません。

ただ、抵抗力の弱い高齢者や乳幼児は重症化することもあり、注意が必要です。

感染源

- ・ノロウィルスに汚染された二枚貝を生で食べる
- ・ノロウィルスに汚染された食品取扱者が調理したものを食べる
- ・患者の嘔吐したものや便による二次感染
- ・人から人への直接感染

食中毒

感染予防

手洗い トイレの後、調理の前、食事の前、石鹸を使って念入りに

汚物の処理には気をつける 使い捨ての手袋を使う
使った道具類は塩素系の消毒剤で消毒する

入浴は最後に 症状のある人は最後に入浴しましょう

症状がなくなってもしばらくはウィルスの排泄が続くので注意が必要です！



治療

このウィルスに直接効果のあるおクスリはありませんので、対症療法となります。内服では整腸剤や吐き気止め。吐き気がひどくて内服できない場合は、吐き気止めの坐薬を使ったりします。

感染性の胃腸炎では基本的には下痢止めは使いません。脱水症状がひどい場合は輸液の点滴をします。

下痢症状のあるときには食べないほうがよいもの

- 冷たいもの（アイスクリームなど）
- 乳製品（牛乳、ヨーグルトなど）
- 脂肪の多いもの（揚げ物、バター、卵、肉類など）
- 繊維の多いもの（ごぼう、生野菜、豆類など）
- 糖分の多いもの



嘔吐、下痢症状があるときには体内の水分、電解質が失われ、脱水症状を起こすので、水分補給に気をつけましょう。スポーツドリンクなどもおすすめです。



賀茂地区 放射線技師 勉強会



賀茂地区の医療施設に従事している放射線技師が4ヶ月に一度、勉強会を開いています。今回は7施設8名の技師と薬品業者2名が参加しました。

今回参加施設

菊池医院
石田医院
共立湊病院
東部総合病院
熱川温泉病院
土肥クリニック
西伊豆病院



今回の勉強会のテーマは、前半CT検査における撮影技術及び読影(写真を見て異常を見つける)です。後半は各施設から持ち寄った症例の検討です。さらに、今回から土肥クリニック院長で、専門が脳神経内科の登木口医師が参加され、脳病変についてスライドを使った発表をしていただきました。後半の症例検討は、賀茂地区では小人数の施設が多いので、色々な施設の意見交換を行い、技術・知識の共有を行っています。そして、各施設の連携を向上させています。今後、医師も含めて活発に勉強会を行いたいと思っています。

放射線技師会 賀茂地区会長 谷本哲也

増築工事 進行状況！

患者様そしてご家族の皆様には、増築工事で大変なご迷惑をおかけしております。現在、写真のように新しい建物の土台を作っているところです。新しい建物は6月上旬完成、古い建物の改修は9月上旬に完了予定です。

新しい建物には、1階は透析室、泌尿器外来、調理場、MRI室などが、2階、3階は入院患者様のスペースが今までより広くご利用できるようになります。

3月下旬から新しい建物と古い建物をつなぐ通路設置のため、外来患者様の待合スペースや入院患者様のスペース、ご家族の待合室などが6月上旬まで狭くなり、工事の音などで不自由をおかけすることになります。

職員一同、患者様、ご家族へのご負担・ご迷惑を最低限にするよう努めてまいりますので何卒ご了承くださいませようお願い申し上げます。

なお、駐車場も6月上旬まで狭い状態が続きます。外来患者様におきましては、お気軽に事務職員にお声がけください。ご意見をもとに送迎の増便、新しい送迎場所を検討させていただきます。

西伊豆病院 事務長 間山文博



2月15日現在



院内エキシビジョン



* ランチョンセミナー *



「ランチョンセミナー」と言っても、週に一度、昼食を取りながらの15分間！看護師休憩室では簡単な勉強会をしています。

今月(2月)は食事療法についてや研修会に参加した方の報告と病院内で起こるアクシデントについてなどを行いました。

講師は、医師だけでなく看護師・技師・栄養士・看護補助者など多種多様です。

2月22日は看護師長によるアクシデントについてでした。

院内で起こった、ささいな事でも報告しあい、なぜ起こったのか、またその対処方法までを全員が共有しようよう

に、新しい報告書の書き方や考え方などを質問を受けながら話して頂きました。口を動かしながら・・・毎週火曜日のお昼は、有意義な時間を過ごしています。

* 西伊豆病院 恒例の新年会 *

芸達者が、かなり多い当病院。

ごちそうに舌つつみ！

ビンゴゲームに燃え！

隠し芸に笑い！

職員同士の親ぼくを深めた新年会でした。



クローズアップ 職員

《 当院には医療相談員がいます！ 》

医療相談員って？

患者様やその家族の相談にのる仕事ですが、入院患者さまが他の病院へ移る場合の段取りや、他施設からの入院などの問い合わせに答えたり、受け入れの情報収集や、担当医師との間に入り話をしたり、高齢者介護の問題の相談など、より良いアドバイスを致します。また、障害者手続きのお手伝い、介護保険の説明やケアマネとの話し合いなども致します。

医療相談員



今まで、病棟でクラークとして仕事をしておりましたが、このたび、医療相談員として働かせて頂く事になりました牛木まゆみです。

理念に基づき『信頼の地域医療』を目指します。

入院、入院外を問わず患者様やご家族からの相談に応じ、その解決・調整に必要な援助をしていきたいと考えております。その為に、私自身も勉強し知識の習得に励んでいきたいと思っております。

皆様に安心して相談して頂けるよう努力してまいりますので、

宜しくお願いいたします。

自己紹介

牛木まゆみ (西伊豆町田子出身) 通称 ウッシー

趣味 読書・映画鑑賞

特技 暗算

最近 当院のテニス同好会でテニスを少々！

図書館で無い本のリクエスト。。。



* 医師の紹介 *



毎週火曜日 午後外来担当
戸村 哲 医師 (順天堂大学伊豆長岡病院)

11月より西伊豆病院で勤務させていただく事になりました。
毎週火曜日午後の外来を担当させていただきます。
専門は、脳神経外科ですが内科的疾患も含めて診察させて頂いております。
少しでも、西伊豆の地域医療に貢献できればと思っております。
どうぞ、よろしくお願い致します。

松崎小学校6年生 心肺蘇生法の実技講習



先日、松崎小学校から『防災』についての総合学習の一環として、人工呼吸法の授業依頼がありました。
小学6年生にどこまで教えられるかと思いつつながら、講習をして来たのですが、生徒達の真剣な目の輝きや、本当に一生懸命な姿にとっても感動しました。欧米などでは、小学生が心肺蘇生法を学習するのは珍しい事ではありません。この授業で、命の大切さや助け合う事の大切さを学ぶ事ができればと思いました。
今回、私達は当院の理念でもある「信頼の地域医療」として地域住民の方達にお役に立つ事ができればと参加させて頂きました。
今後も何かのお役に立てればと思っております。〈看護主任 佐藤亜紀〉



《 子供達の感想の一部です 》

- ・人が倒れていたら、私たちも人工呼吸や心臓マッサージをしなければならないんですね。私たちが学ぶことで1人でも命が助かればいいと思いました。(藤井理嵯)
- ・心肺蘇生法をやる前は、すごく簡単そうに思っていたけどけっこう大変だったです。特に心臓マッサージは肘を曲げない所がとて難しかったです。(高橋勇太)
- ・緊張したけど、自分にできてよかったです。本当に自分がそうゆうことをやるようになったとしたら、ちゃんとできればいいと思いました。(齊藤菜未)
- ・ドラマなどで見たことがあったりしましたが、実際はぜんぜんちがいました。実際に人形を目の前にして私は頭が空っぽになってしまいました。(飯作真理恵)



大きな増築工事がはじまりました。
皆様には大変ご迷惑を、おかけしますが、しばらくの間ご協力をお願いいたします。



お元気ですか 31号
平成17年2月 発行
発行 医療法人社団健育会 西伊豆病院
〒410-3514 静岡県賀茂郡
西伊豆町仁科138-2
TEL 0558-52-2366
ホームページ
<http://www.nishiizu.gr.jp/index2.html>