

お元気ですか

【第34号】

第8回 合同事例発表会



毎年恒例の研究発表会が松崎町の環境センターの会議室で開催されました。

西伊豆病院から4チーム、しおさいから2チーム、今年は熱川温泉病院から1チーム加わり、計7チームの発表が行われました。



各チームの発表所要時間は約7分。

1年間の研究内容をパワーポイントを使用し、分かりやすく発表します。

発表が終わると、質疑応答が行われ意見交換をします。様々な方からの意見や質問が次の研究への意欲やステップアップにつながります。

参加チームの発表詳細は2ページです。

第8回 合同事例発表会

参加チームの発表内容を簡単に紹介致します。

【西伊豆病院 透析室】

透析治療中のEMSを使った 下肢筋力up大作戦

我が国の透析患者数は平成16年末の統計で約24万人に達し、それに伴い高齢化も進み、骨・関節の痛み・筋力の低下などが原因で歩行障害を訴えるケースが多く透析医療のなかで大きな問題になりつつあります。

そこで当院では、透析中でもできる筋力低下予防法としてEMSに着目し、筋力低下が見られる9名の方に約2ヶ月間実施してみました。使用前と使用後を調査した結果、EMSによる透析中の大腿四頭筋刺激は歩行動作改善に効果があると考えられ、今後予防医学の分野で発展する可能性があると考えられました。

(EMS・・・電気刺激によって筋肉を収縮させる機械。筋肉の増強やシェイプアップ効果があるといわれています。)

【西伊豆病院 看護科】

固形化経腸栄養を実施して 離床時間の拡大をはかった試み

厚生労働省では「寝たきりは寝かせきりから作られる」と述べられています。当院でも安静をよぎなくされるケースが少なくありません。そこで、ほとんど寝たきりで、管からの食事をされている方で意思の疎通が可能である患者様に対して、長い時間かけ寝た状態での管からの栄養投与を、固形化(ゼリー状)栄養を口から摂る事に試みました。その事によって離床時間の拡大と下痢の改善につながり、表情も穏やかになり1日の生活のリズムが付き、生活の向上にも発展しました。この試みには栄養科スタッフの協力と、何より家族の協力が得られた事は大きな収穫でありました。固形化栄養を調理する手間は増えるものの、介助の負担は軽減すると考えられ、1つの選択肢として今後提案していきたいと思えます。

【西伊豆病院 外来】

外来業務改善

- コスト表・記録物の共有を目指して -

職員同士の情報の共有を目指して、表の作成と配布、セミナーの開催、医事課との話し合い等を行いました。表の活用と浸透状況を把握するために、看護師にアンケート調査を行い6割の方には浸透されつつあるという結果がでました。今後も表の活用方法など、より良いものへ改善していきたいと思えます。

【熱川温泉病院 看護師】

重度意識障害患者一事例を通して 奇跡的に自立レベルまで回復した症例

くも膜下出血発症より9ヶ月の患者様で遷延意識障害・四肢マヒ・拘縮の2次障害がある患者様に対しあきらめる事なく可能性をもち、患者様の変化に的確にアプローチを続けた事が、患者様中心のチーム医療の実践となり奇跡的な回復につながったと考えられた。今後も今回のケースに限らずあきらめる事なくケアを行っていく事で、愛は脳を賦活させると確信できました。

【しおさい】

食べた！ 話した！ 立った！

- チーム医療、介護の実践で
医学の常識を超えて回復した症例 -

リハビリ病院で、リハビリは終了と言われ、全介助で入所されてきた方が奇跡ともいえるほど回復できた経過の紹介。
家族も介護者も「あきらめない心」を持つ事によって、患者さまへの働きかけが有効に進み、レクリエーションに参加できるようになり、管からの食事だったのが、口から食べる事ができるようになり、孫が抱けるように...と意欲も生まれた。スタッフが共通意識を持ち一丸となって取り組めば、良い結果が得られるという経験をもとに、しおさい利用者さまがどのような人生生活を生きるのが良いのか考えながら毎日のケアにあたりたい。

【西伊豆病院 薬局・検査室】

オーダーリングシステム及び 看護支援システムにおける問題点

昨年、オーダーリングとリスクマネージメントについての問題点を挙げましたが、今年は、それに加え一歩進んだ看護支援システムの問題点についてズバッと指摘され、今後の課題提議をしました。

亜急性期病室



この11月より、3階病棟に「亜急性期病室」を10ベット開設いたしました。
(308号室・310号室・313号室・315号室)

国の施策による基準で、集中的な治療を終え症状が安定している患者様に対して、通常は退院して頂きますが、リハビリテーションの継続や施設待ち、その他の理由から入院の長期化が予測され、すぐに退院が難しいと医師が判断し、患者様が納得した場合、入室していただく病室です。期間は最長3ヶ月と決められております。

この病室では、医師・看護師はもとより、理学療法士やソーシャルワーカーが連携を取り無理のない退院にむけての計画を立て援助をすることになります。

なお、通常の入院費用とくらべ、割高になる可能性があること、室料差額が発生することをご了解いただいております。

院長 仲田 和 正

事務長 石原好樹（北海道苫小牧出身）

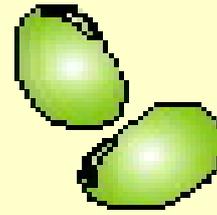
高校卒業後、大学進学のために上京し、明年3月で38年になります。(光陰矢のごとしを実感いたします)

さて、この度12月1日より西伊豆病院の事務長として、勤務する事になりました。

職歴は病院の事務職34年間ですが、人相学上及びガニ股歩きのため事務員には、なかなか見られませんが、事務長職15年のキャリアです。皆様と職員との潤滑油として頑張っておりますので、お気付きの点がありましたら、お気軽に声をかけて頂ければ幸いです。宜しく願いいたします。



そらまめ



じんぞう は腰のあたりに左右1つずつあり、

『からだのなかの **いらなくなったものをおっこにする**』

という大切な働きをしていて **そらまめ** の形をしているこぶしくらいの
大きさの臓器です。

じんぞうがわるくなって機能しなくなってしまうとかわりに

人工的にからだのなかをきれいに しなければなりません。

そのことを **透析治療** といいます。

現在、人工臓器のなかで一番普及している治療法といわれ、治療法の発達により、

最長37年 25年以上の長期透析患者数は6,800人以上、平成16年末で

約25万人 の方が全国で透析治療を受けています。

今年合併した新沼津市の人口が21万3千人ですから、透析を受けているかたのほうが
多いこととなります。

こんなに多くのかたが全国で透析をおこなっているのに、まちがった理解をされている

かたが少なくありません。これから **お元気ですか** の誌面を借りて、

みなさんに透析のことを、少しずつ知っていただきたいと思っていますので

よろしく願います。

透析室職員一同

なかなか止めることができない「タバコ」。診察の際、「喫煙していること」をちゃんと医師に伝えていませんか？
 喫煙は体に様々な悪影響を及ぼすだけでなく、おくすりの効き目にも作用します。「禁煙」を始めた時にも必ず医師に伝えましょう。

喫煙の害

非喫煙者を1とした時、喫煙者の死亡率は...



- クモ膜下出血 1.8倍
- 虚血性心疾患 1.7倍
- 肺がん 4.5倍
- 胃潰瘍 1.9倍

母親が喫煙していると幼児が有
 喘息様気管支炎になる割合は
2.9倍 (非喫煙者を1とした時)

夫が一日に20本以上吸っている
 ときの妻の肺がん死亡率は
1.91倍 (非喫煙者を1とした時)

循環器、呼吸器の疾患のある方はすぐにタバコをやめましょう！

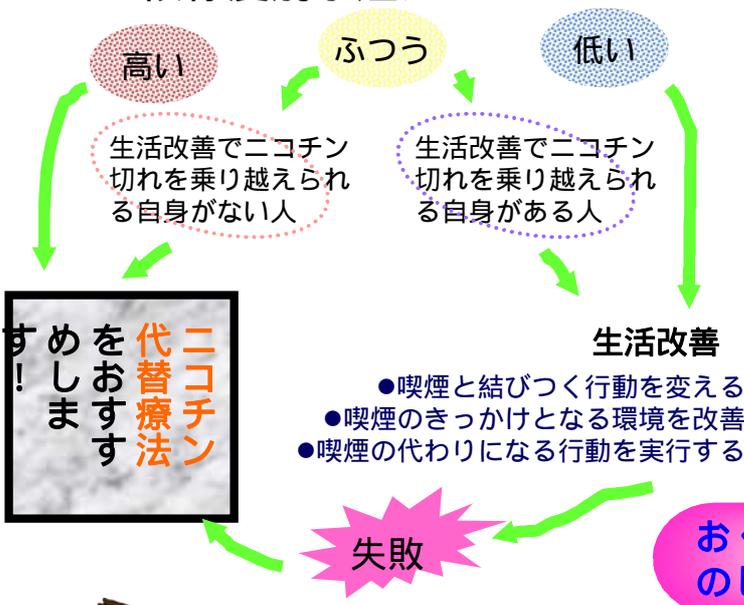
あなたの「たばこ」依存度チェック

(ファガストローム依存度指数)

合計点数	タバコ依存度
0～3点	低い
4～6点	ふつう
7～11点	高い

質問	0点	1点	2点
朝目覚めてから何分くらいで最初のタバコを吸いますか？	30分後	30分以内	
映画館や図書館など禁煙と決められている場所にいる時、タバコを吸うのをがまんすることが難しいと感じますか？	いいえ	はい	
一日の中でいつどのようときに吸うタバコが最もやめにくいと思いますか？	右記以外	朝起きたときの目覚めの一本	
一日何本吸いますか？	15本以下	16～25本	26本以上
午後と比べて午前中の方がより多くタバコを吸いますか？	いいえ	はい	
かぜで一日寝ているような時にもタバコを吸いますか？	いいえ	はい	
タバコを肺まで吸い込みますか？	吸い込まない	時々吸い込む	いつも吸い込む
いつも吸っているタバコに含まれているニコチン量はどれくらいですか？	0.9mg以下	1.0～1.2mg	1.3mg以上

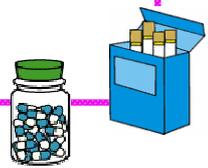
依存度別禁煙メニュー



たばこには4000種以上の化学物質を含みそのうち200種以上が有害物質です。中にはお薬の効き目に作用を及ぼしているものもあります。特に次の薬を服用している時には、喫煙していることはもちろん、**禁煙した場合にも必ず医師に伝えて下さい。**

- 高血圧**：インデラル、ロプレソールなど
 喫煙により薬の効果が弱められる
- 糖尿病**：インスリン注射
 インスリンの血糖効果作用が喫煙で弱められる
- 気管支炎、喘息**：テオロンゲ
- 他：ワーファリン、メキシチール

おくすりとタバコのピミョーな関係



ニコチン代替療法とは...
 禁煙によって生じる様々な症状を和らげるためにニコチンをガムやパッチで補充する方法です。ガムは市販されていますが、パッチは医師の処方箋が必要となります。心臓疾患がある場合など危険がありますので、代替療法をお望みの方は必ず一度は医師にご相談下さい。尚、保険適用はありません。

シンポジウムに参加して！

「みんなで考えよう
支えあう街づくり」

住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるために

町役場福祉課長様より、介護保険サービスの利用状況、制度改正の内容と、これからの見通しについて講話があり、その後パネル討論が行われました。

院長の仲田もパネリストとして参加され、当院がこの西伊豆地区で住民の強い要望から造られた病院であること、当院の医師の紹介・毎年来られている研修の先生方の受け入れ・職員の行っている勉強会(ランチョンセミナー・イブニングセミナー・BLS・ACLS院外への講習会)・夜間救急外来の受け入れなど、この地域における高度な医療の提供に努めている当院の役割をアピールしました。

全体を通して、これからは介護制度だけでなく、地域で支える仕組みが必要で、多様なサービスをボランティアなどの住民自らつくる主体性がとても大切な事であると感じました。今回このシンポジウムに参加して、これからの私たちは、この地域の人たちの様々な要望に応えていくように、専門性を活かし、日々勉強していかなければと思います。毎日の業務を振り返る事ができました。ケガや病気で入院しても寝たきりになる事なく、1人でも多くの方が、入院前と同じ生活ができるようになって退院されていかれる事を願い、仕事に勉強に頑張っていこうと思いました。

西伊豆病院 介護福祉士 鈴木常美



* 親睦会 *

透析室では年に一度、患者様との交流を深める為の親睦会を行っています。

行き先は、その年によってまちまちですが、今年は『ホテル三四郎』にて、入浴と昼食会を行いました。

食事は事前にメニューを調べて栄養士にチェックして頂き、いつも食事には気を配っている患者さまが、安心して食べて頂けるようにホテル側にも協力をお願いしました。



ゆっくりと温泉に入り、美味しいお食事をいただきながらビンゴゲームなどを行い、楽しいひと時を共に過ごしました。



こういった会を開く事によって、病院から離れ、患者さまと先生・スタッフ、そして患者さま同士の話ができる機会がもてるので、病院とは違った雰囲気の中で、普段聞けないような事も聞く事ができました。患者さまからの評判も良いので、これからも続けていきたいと思えます。

透析室スタッフ

院内エキシビジョン

* 保育室 クリスマス会 *



12月4日に、毎年恒例の西伊豆病院保育室クリスマス会がありました。保育士の出し物や父兄の出し物、ゲームをしたりダンスをしたり、最後にはサンタさんからのプレゼントを頂き、にぎやかに楽しい時間を親子で過ごしました。



クローズアップ 職員

新しく！広くなった **リハビリ科** の新しい職員を紹介します。



前市岡 直貴 (理学療法士)

今年の9月より西伊豆病院にお世話になっています。以前は東京の病院に勤めており、主に脳卒中・脳外科手術後・骨折の患者様を担当しておりました。現在は入院患者さまを中心に理学療法を行っています。目標は、当リハビリ室でしっかりとしたりハビリができ、また、急性期のリハビリがきちっと行える様に努力したいと思います。

出身は、下田市です。趣味は、読書！食べ歩き！西伊豆は食べものがおいしいです。少し体重が増えたのでダイエットでもと考えている毎日です。毎日の楽しみは、患者様に西伊豆の方言を教えることです。私を見かけたら方言で話しかけて下さい。



高橋 忍 (柔道整復師)

今年の6月よりリハビリ科に勤務しています。以前は茨城県の牛久市の接骨院に勤務していました。生まれは雲見で実家は民宿をしています。温泉に入りたい方は是非お出かけ下さい。趣味はスポーツで見るのも自分でやるのも大好きです。今はソフトボールをやっています。何かスポーツサークルなどありましたら声をかけて下さい。

今は不慣れな点も多いですが、皆さんに助けられて頑張っていますので、これからも宜しくお願い致します。

かぜ と インフルエンザ



内科 荒牧まいえ

今でもはっきりと覚えています。6年前の冬の午後4時過ぎ、急に全身がだるくなり、立っているのもやっとで病院を早退。高熱(測る元気もなかった)、強い倦怠感と関節痛のため布団の中で身動きとれない状態・・・インフルエンザと確信しました。

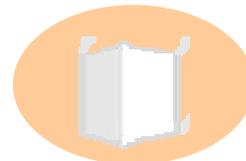
かぜもインフルエンザも感染症ですが、一般的にインフルエンザの方が普通のかぜと比べて症状が激しく、感染力が非常に強いという特徴があります。(なかにはインフルエンザでも普通のかぜと区別がつかないくらい軽い症状の方もいます。)

インフルエンザでは高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの激しい全身症状に加え、せき、鼻水、のどの痛みなどの気道症状がみられますが、ほとんどの場合大きな合併症を起こさず一週間ほどで軽快します。しかし高齢者や慢性疾患(心臓病、腎臓病、呼吸器疾患、糖尿病など)のある人は、肺炎などを起こし重症化したり命を落としたりすることもあるので注意が必要です。乳幼児では、まれにインフルエンザ脳症を起こす事があります。

インフルエンザ治療薬として話題の「ノイラミニダーゼ阻害薬」は発熱を1日早く改善させるといわれていますが、特に前述した合併症のリスクの高い人にとっては重症化を防ぐという点で恩恵があるようです。(ただし発症から48時間以内に内服しないと効果はありません)

薬は飲むけど養生はせず、なかなか治らないと言う方も多いですが、かぜでもインフルエンザでも重要なのは十分な休養だと思います。ウィルスは咳やくしゃみが飛び散り飛沫感染するので、マスクをして他人への感染を防ぐのも大切です。

6年前、一晚寝てすぐ解熱したものの、その後せきが続き、声がかすれてしまいました。ものすごいハスキーボイスで病状説明をした患者さんの家族に「先生、大丈夫ですか？」と逆に心配されてしまいました。それからはワクチン、手洗い、うがい、マスクで予防し、大勢のインフルエンザ患者さんを診察しても体調を崩すことはなくなりました。もしインフルエンザになったら？患者さんにうつしてはいけないので、きちんとお休み頂きます！



インフルエンザ予防接種

インフルエンザの流行は、例年ですと12月中旬からはやり始め、3月上旬が中心になります。インフルエンザワクチンは、摂取してから効果が現れるまで個人差はありますが、約2週間程度かかり、約5ヶ月持続すると言われています。早めに摂取する事をおすすめいたします。

『お元気ですか 第34号』

平成17年12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>

