



お元気ですか

第57号

第6回健育会グループ TQM活動発表セミナー



テーマ

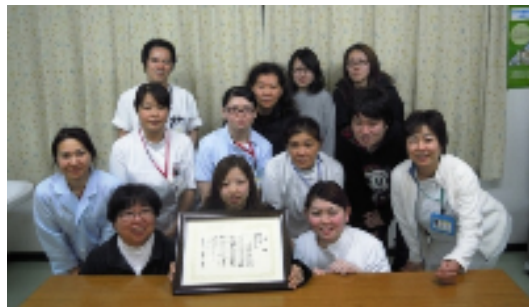
『地震発生直後！安全確認の確立！！』
3階病棟 一人でも多く助け隊

【活動内容】

東海地震はいつ起こってもおかしく
ないと言われています。昨年の東
日本大震災を目の当りにして、もし
この地域で起こったら・・・スタッフの
大きな不安と患者さまの安心のため
に、地震発生直後に何をすべきか、
スタッフの少ない夜間を想定し、マ
ニュアル作りとスタッフの教育に焦
点をしぼり活動しました。活動前
は70%近くのスタッフが、何を
したらいいかわからないと答えて
いましたが、活動後には、全員が
指揮できるようになりました。また、
5分で津波がくると言われているた
め、初期対応の工夫がありました。

健育会グループの施設・病院では、毎年、質の向上や業務改善を目標に様々な活動を展開しています。

西伊豆地区大会では西伊豆病院7チーム・しおさい4チーム・土肥クリニック1チームが活動内容を発表し、3階病棟チームが地区代表となりました。健育会グループの発表では、3階病棟チームを含む選抜13チームが発表し、その中から『優秀賞』『最優秀賞』が各1チーム選出されます。3階病棟「一人でも多く助け隊」が『優秀賞』を獲得しました。



2月から3月の面会制限について

県東部・賀茂地区は2月に入ってからインフルエンザ患者数は増加傾向にあり警戒レベルに達していました。

入院患者さんの多くは抵抗力が低下しており、感染の危険性が非常に高いので、病院感染を防ぐため最低限の方のみの面会と面会時のマスクの着用、手指の消毒をお願いしました。なかには、遠方からお見舞いに来られた場合であっても面会をお遠慮いただくこともありました。

おかげ様をもちまして3月13日には、制限解除となり通常の面会体制に戻ることができました。入院患者さんのご家族、並びにご親族の方々には大変ご迷惑をおかけしましたが、快く理解して頂きご協力頂きました。まことに有難うございました。

入院患者さんを守ることも、私達の仕事です。これからもご協力のほど宜しくお願い申し上げます。



院内感染対策委員会

第2回 松崎・西伊豆 医療勉強会の開催

テーマ 『高齢者の薬について』
講師 内科 瀬野尾 医師

松崎・西伊豆両町健康福祉課のご協力の元、第2回医療勉強会を開催しました。

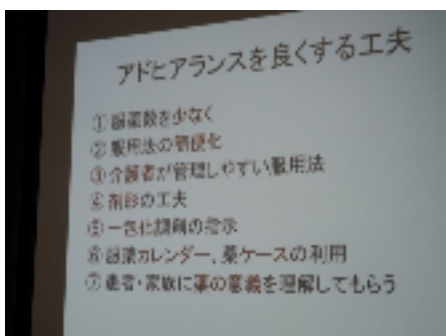
参加者は約30名 西伊豆町・松崎町の介護施設・診療所・居宅支援事業所・訪問看護ステーションなど、主に介護に携わっている方々が参加されました。

内容は、前回アンケートの意見の中にもありました『高齢者の薬について』です。

5つのグループに分かれて頂き、高齢者の服薬について、日頃どのような工夫をしているか、グループ内で話し合い発表して頂きました。様々な工夫や苦勞が伺え、新たな発見もありました。

このように地域の方々と共に勉強し情報を共有することによって相互のレベルアップが図れます。また、日頃からのコミュニケーションがスムーズな施設間の連携へとつながっていくものと考えます。

今後も定期的な勉強会を計画し、地域に少しでも貢献していきたいと思います。



当院では、昨年「ホスピタリティ委員会」を立ち上げ、活動を行っています。

ホスピタリティとは、「思いやり」「心からのおもてなし」という意味です。形や行動などで示す「マナー」は、相手に不快感を与えないための最低限のルールです。そこに「相手を思いやる気持ち」が加わるとホスピタリティになります。このことを踏まえコミュニケーションや接遇面での改善と強化の必要性を感じ、それをいかに身につけるかを考えています。

「ありがとうという言葉を意識しよう」「会話の始めに相手の名前をつけよう」などをポスター掲示啓蒙し、接遇面では、専門的な知識のある方に講師を依頼しロールプレイを取り入れ体験しながら学んでいます。ロールプレイは、様々な場面を設定し実際にやってみる、他者のやり方を見て学べるという利点があります。繰り返し行うことでスキルアップにつながり、実践にも役立っています。相手に対する優しさ・思いやりが、安心感や信頼につながると思います。

今後も西伊豆病院＝安心 を目標に励んで参りたいと思います。



今年に入ってから院内で接遇教育を担当させて頂いております。職員は元々病院で働こうと思った人達ですから「人のお役に立ちたい。」という優しい心の持ち主です。しかし日々の忙しさの中ついつい言葉足らずになったり笑顔が消えてしまったりしがちです。これでは患者さんにご迷惑をおかけしてしまいます。皆がこの仕事に就いた時のことを思い出し、優しい笑顔と礼儀正しい態度で患者さんやご家族に接することが出来なくては真に信頼される病院にはなれません。そのためにしっかり学び直そうとホスピタリティ委員会という組織を作り取り組んでいます。私はその手助けをさせて頂いています。気持ちの良い挨拶や清潔感のある身だしなみなど、そして「スマイル、スマイル！」の声かけです。

まだまだ始まったばかりです。患者さん及び地域の皆様にもお育て頂きたいと思います。私達にお叱りのお言葉やご指導頂ければ幸いです。どうぞよろしくお願いします。

〈 仲田慶枝 〉



講師・仲田慶枝さんは、日本商工会議所 販売士検定 1級販売士 を取得されています。

静岡伊勢丹で婦人服販売員の教育担当をされており、接遇のエキスパートとして、ホスピタリティ委員会の要望や希望を聞いて頂いたうえで、講師をお願いし、引き受けて頂きました。



【胃癌の傾向】

胃癌にかかる人の傾向は40歳以降に顕著になります。胃癌にかかる人の数は高齢化のために全体数は横ばいですが、一昔前の同年代の人々と比較すると、男女とも大きく減ってきています。がんで亡くなった人の数では、2009年時点で男女とも第2位となっています。ちなみに第1位は肺癌です。統計的にみると死亡率は減少してきています。

それは胃癌の発生に関わっているといわれた高塩分食が減ったことと、ピロリ菌の除菌が減っているためといわれています。



【胃癌とは】

胃癌は、胃の壁の最も内側にある粘膜内の細胞が、何らかの原因で癌細胞になって無秩序に増殖を繰り返すものです。胃癌検診などで見つけれられる大きさになるまでには、何年もの間かかるといわれています。

大きくなるに従って癌細胞は胃の壁の中に入り込み、胃の壁を突き破って、近くにある大腸や膵臓にも広がっていきます。癌がこのような広がることを浸潤といいます。

癌の種類によって、胃の内腔へも突出するような成長を示すものと、主に水平方向に浸潤していくものがあります。後者の場合、まだ早期胃癌の時期に、その部分に潰瘍を合併することがしばしばあります。これは癌の部分が胃液でただれやすいためと考えられており、消化性潰瘍とまったく同様の症状を起こすため、早期発見の大事な徴候となります。

癌細胞は、リンパ液や血液の流れに乗って他の場所に移動し、そこで増殖することもあります。これを転移といいます。最も多い胃癌の転移は、「リンパ節転移」で、リンパの関所のような「リンパ節」で増殖します。これは、早期癌でも起こることがあります。また、進行癌の一部では、肝臓などの他の内臓にも転移がみられます。

特殊な胃癌として、胃壁の中で広がって粘膜の表面には現れない「スキルス胃癌」があります。診断がついた時点で60%の患者さんに転移がみられます。

【胃癌の症状】

胃癌は進行の程度にかかわらず、症状が全くない場合もあります。逆に早い段階から胃痛、胸焼け、黒い便がみられることもあります。これらの症状は胃炎や胃潰瘍などにもみられる症状です。

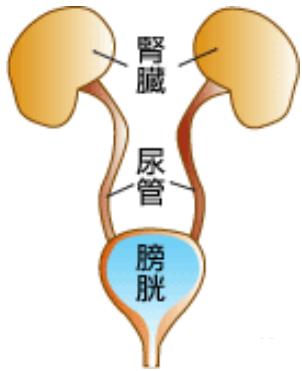
定期的な検診を受けることはもちろん、症状が続くときには早めに受診することが、胃癌の早期発見につながります。



診断や治療の進歩により、胃癌は治りやすいがんの1つといわれています。胃癌の治療は、胃癌の大きさや広がりなどによって細かく決められていますが、進行した状況で発見された場合、治療が難しいこともあります。



膀胱炎 ぼうこうえん



膀胱は、厚い筋肉の壁でできているおしっこを溜める袋で、容量はおよそ300～400ml、骨盤内にある臓器です。

働きは、腎臓で作られたおしっこを一時的に溜めます。おしっこが溜まったら、膀胱の筋肉が収縮して無理なくおしっこを出します。

どのようなときに膀胱炎になるか？

- * 体が冷えたとき
- * 排尿をがまんしすぎたとき
- * 疲れたとき
- * 性交後



上記のような時に起こることが多いと言われています。
また、女性は尿道が短いので膀胱炎になりやすいとも言われています。

症状は？

- * 尿が近くなる
- * 排尿時の痛み(特に排尿の終わりに痛みを自覚することが多い)
- * 排尿してもすっきりしない
- * 尿に血がまじる
- * 尿がにごっている

膀胱炎の症状があり発熱を伴う場合は膀胱より上方の腎盂腎炎を起こしている可能性があります。

診断・治療は？

病院(泌尿器科)を受診すると、診断は自覚症状と尿検査で診断します。
尿検査では、尿中に炎症反応を証明する白血球があるかどうかをみます。
どの種類の菌によって発病しているか菌の種類を検査(顕微鏡で確認)する場合もあります。



治療は抗生物質の服用と水分を多くとること。
抗生物質の服用で尿中の菌は消失すると言われています。
数日中には改善します。

膀胱炎かなと思ったら？

すぐに受診できない場合は、まず水分をよくとりましょう。
尿が近くて痛いから水分を控えてました…と言われる方が結構います。
水分を多くとるだけで改善する方もいます。
膀胱炎をよくおこす方は普段から水分を多くとり、おしっこを我慢しないよう心がけて下さい。

治りにくい場合は？

治療で症状はいったん改善しても、すぐもとどおりを繰り返す、あるいは治療効果がない場合は、何かしらの病気が隠れていることがあります。
結石や腫瘍など、本来膀胱に存在しないものがある。あるいは膀胱の機能低下や前立腺肥大(男性)によって排尿しても出し切れない。など これらが原因で膀胱炎がおこっている場合は、原因を解決しないと治らないため、泌尿器科に受診して検査をする必要があります。



高額な医療費の 窓口負担を軽減できます！

限度額適用認定証

従来の入院に加え、**平成24年4月1日から外来診療**でも利用できます。

70歳未満の方でも加入保険者から限度額適用認定書を交付されると、病院窓口で支払う金額が月単位で一定の限度額にとどめられる制度があります。

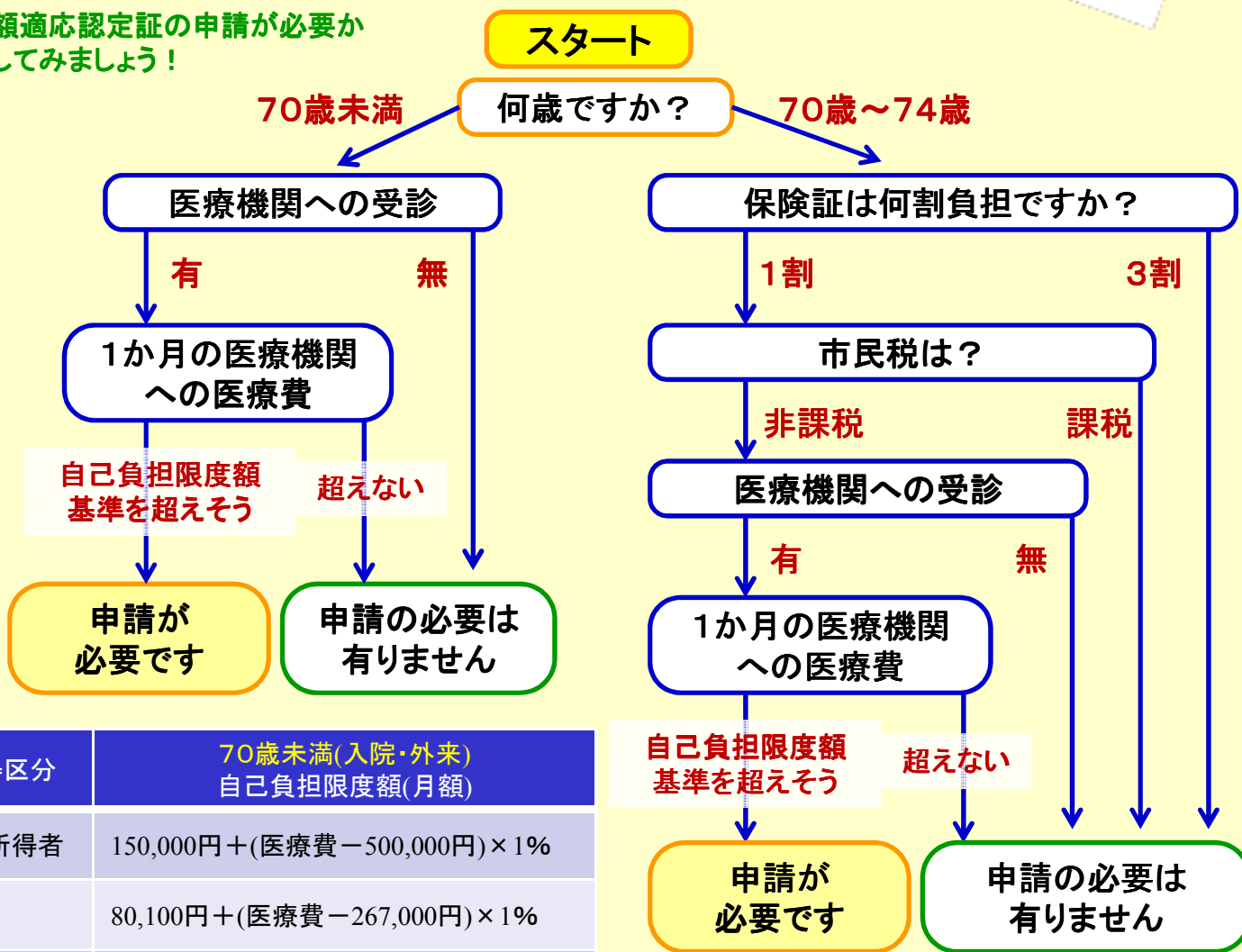
これは平成19年4月から始まっていますが、入院費に限ったものでした。

この制度が平成24年4月より**外来費**にも使えるようになりました。

1か月の外来の自己負担額が限度額を超えると見込まれる方は、申請をお進めします。



限度額適応認定証の申請が必要か
判断してみましょう！



所得区分	70歳未満(入院・外来) 自己負担限度額(月額)
上位所得者	150,000円+(医療費-500,000円)×1%
一般	80,100円+(医療費-267,000円)×1%
低所得者	35,400円

所得区分	70歳以上(入院含) 自己負担限度額(月額)	70歳以上(外来のみ) 自己負担限度額(月額)
現役並み所得者	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
一般	44,400円	12,000円
低所得Ⅱ	24,600円	8,000円
低所得Ⅰ	15,000円	8,000円



※自己負担限度額は
受診者の年齢及び
所得区分によって
分類されます。

仁科小学校へ 生活習慣病の講師として

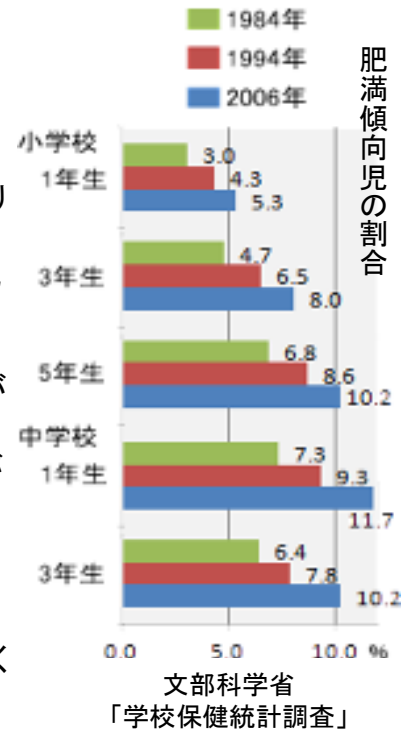


仁科小学校6年生の保健学習で、生活習慣病について学習し、そこへ内科医「吉岡亜以子」がゲストティーチャーとして授業を行いました。

内容は『生活習慣病の予防』について、どうすれば予防できるのか、みんなで考え、教えられるのではなく、生徒自ら意見を出すことができました。自分の生活を見直す良い機会となったことでしょう。

今や生活習慣病は大人だけの病気ではありません。

食生活の欧米化にともない子供の体に変化が起きています。文部科学省の最近の調査では、肥満傾向児の割合は男子では9歳から17歳で10%を超えており、女子でも12歳が9.8%と高く、親世代に比べ1.5倍から2倍に増えています。また、現代社会では活動が24時間化し、全般に生活は夜型化し、伴い子供の生活リズムも年々夜型になり、睡眠時間は減少する傾向にあると言われています。現状の肥満問題とあわせて子供の規則正しい生活習慣を、親子で真剣に考えて行く必要があります。



お手軽レシピ

まるで菜の花畑のよう！ 炊きたてごはんには混ぜ合わせます。



材料《2人分》

米・・・300g
水・・・1カップ
酒・・・大さじ1
塩・・・小さじ1/4
卵・・・2個

菜種ごはん（2人分）

グリーンピース・・・さやつき200g
湯・・・2カップ
塩・・・小さじ1/2



作り方

- ①米は洗って炊飯器の内釜に入れ、分量の水を加えて30分以上浸水させる。
- ②グリーンピースはさやから出して分量の塩湯で10分ゆで、ざるにあげてまめとゆで湯に分ける。
(ゆで湯はとりおく)
- ③ゆで湯と酒をあわせて190mlにして①に加え、塩を加え混ぜて炊く。
- ④卵は割ほぐして②のグリーンピースを加え、炊きあがったごはんにもわしかけて10分ほど蒸らす。
全体をほぐし混ぜて器に盛る。

1人分 326Kcal 塩分1.2g



西伊豆病院 栄養科

【関連施設 ～健育会グループ～】

熱川温泉病院



お問い合わせは TEL 0557-23-0843

自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。

豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心にした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協働し徹底したチーム医療を実践しています。

土肥クリニック



お問い合わせは TEL 0558-99-1234

土肥地区では、唯一入院施設を有しており、地域で開業されている先生方と連携して地域医療の質の向上に努めています。

西伊豆病院の医師も土肥クリニックで外来診療を行なっております。西伊豆病院 院長「仲田」は火曜日・午後外来を担当し、泌尿器科医師「吉田」は水曜日・午後外来を担当しています。

介護老人保健施設 しろさい 入所のご相談は TEL 52-3000（入所担当まで）



地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活が送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、これからの季節ですと、6月には「回転寿司」7月には「納涼祭」「七夕」といった四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。

ゆうあい訪問看護ステーション お気軽にお電話下さい TEL 52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。

居宅介護支援（ゆうあい訪問看護ステーション） お問い合わせは TEL 52-0555

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。

【お知らせ】 受診に際し、お電話での予約ができます。 0558-52-2366(代)

初めて受診される方も、全診療科において予約が取れます。是非、ご利用下さい。

『 お元気ですか 第57号 』

平成24年5月 発行

発行

医療法人社団健育会 西伊豆病院 医療連携室
〒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>