

仲間

nakama

第2号

平成23年
7月10日
発行

回復期リハビリテーション病棟を開設致しました



院長

森 孝志

本誌の創刊号でもお知らせしましたが、当

病院は3月1日熊本市出仲間に移転し、4月1日には平成とうや病院と改称致しました。以後、近隣の医療機関、施設の皆様と連携させて頂きまして、6月1日、4階に回復期リハビリテーション病棟55床を開設致しました。また3階には、一般病床40床のほか、亜急性期病床10床を開設しました。

回復期リハビリテーション病棟とは、脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患や大腿骨頸部骨折など(対象疾患・入院期間は限られています)の急性期の医療が終了したあとの患者様に対して、日常生活動作能力の向上による寝たきりの防止と家庭復帰を目的とした集中的なリハビリテーションを行う病棟です。医師、看護師、介護士、リハビリテーションスタッフ、栄養士、医療ソーシャルワーカーなどがカンファレンス(検討会議)を行い、それぞれの患者様に合ったプログラムを作成し、実生活での自立を

目指したりリハビリテーションを行います。さらに、介助方法などの説明や指導を行ったり、ご自宅の改修などにつきましてもアドバイスしたりすることで、ご本人、ご家族様がより快適に過ごせる方法を一緒に考えていきます。

回復期リハビリテーション病棟へのご入院・転院の御相談は、当院の地域医療連携室にお電話にて御相談下さい。入院される皆様にとって病院の内容や入院手続き、費用、入院状況等、様々な疑問や不安がつきまとうものです。そのような疑問や不安を少しでも解消していただければと思います。3階に相談窓口を設けております。ご不明な点、ご要望などお気軽に御相談下さい。また、一般病棟、回復期リハビリテーション病棟、リハビリテーション室の見学も行っております。

浅学非才な私でありますので、この間の実績に関しましては、近隣の医療機関、施設の皆様の御協力のもとより、当院の中・長期計画を理解し一丸となって取り組んでくれております全ての部署の職員のお蔭であると感じております。今後も努力を継続していききたいと思いますので、御指導の程宜しくお願い致します。

基本方針

- 1.全ての職種において、基本理念の理解と実践に情熱を持って取り組み、患者さまへの質の高い医療サービスの提供、職員の職場環境の向上を目指します。
- 2.地域の皆さまが安心して過ごしていただけるよう、日々の研鑽に励み技術と知識の習得に努め、信頼される病院作りを目指します。
- 3.環境に配慮しエコを心がけるとともに、災害時にもハード、ソフトの両面で医療を提供できるよう病院機能を維持します。
- 4.良質な医療サービスを提供するために健全なる経営活動を行い、安定した経営基盤を構築します。

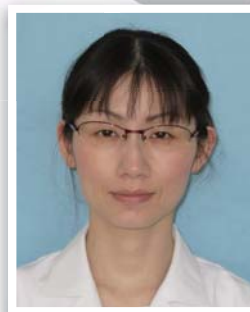
基本理念

IDENTITY
個人の尊重

新しい先生のご紹介

profile

卒業大学 熊本大学医学部
所属学会 日本内科学会（認定医）
日本呼吸器学会（専門医）
日本肺癌学会
日本結核病学会
日本サルコイドーシス / 肉芽腫性疾患学会



呼吸器内科医長
増永愛子

6月から平成とうや病院に赴任しました、内科の増永愛子と申します。専門は呼吸器内科です。今までは熊本中央病院、済生会熊本病院、熊本市民病院等に勤務し、この5月までは熊本大学病院で勤務していました。

近年の高齢化社会は、医療の現場でも大きな問題となっております。呼吸器疾患分野でも、患者さんの高齢化に伴い慢性閉塞性肺疾患（COPD）や誤嚥性肺炎、肺癌等の疾患が増え、われわれ呼吸器科医は今後ますますニーズの高い領域になっていくことを日々の診療の中で感じています。

今後は、専門の呼吸器疾患を中心に、総合病院での勤務経験を活かしながら、少しでも地域医療に貢献できるように頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

HEISEI
Nurse!
看護部通信

小さな“ごだわり”

看護部長 北川ふみ



こんにちは。平成とうや病院の看護部のご紹介をさせていただきます。

まず、2枚の写真をご覧ください。何か違いを感じ取っていただけたでしょうか？

当院は、3病棟が一般病棟、4病棟が回復期リハビリテーション病棟となっています。一般病棟は、急性期を乗り越えた方が多く、医療の必要性の高い方が入院されます。回復期リハビリテーション病棟は、在宅に向けたリハビリテーションを行っていく病棟となります。

そこで、回復期リハビリテーション病棟で働く看護師の気持ちを「医療中心」から「生活中心の看護・ケア」に切り替えるために、白衣という選択をやめました。

写真ではわかりにくいのですが、襟元に小さな花柄が入っていて、柔らかい印象を持っていただけのようになっています。そんな、小さなこだわりをもった看護部です。

ご意見

祭日に見舞いに来ましたが、売店が開いていなかったのが残念。休日にしか面会に来れないので日曜、祝日も売店をあけてほしいです。

回答

ご意見ありがとうございます。売店を営業している会社と話し、7月より土・日・祝日も営業していただくこととなりました。

売店の営業時間

平日… 9:00～16:30
土日祝日… 11:00～14:00

※土日祝日は営業時間が異なりますのでご注意ください

ご意見

入院患者のベッドわきに、一個ずつ椅子を必ず用意ください。パイプいすではなく、食堂にあるような椅子を用意くださればありがたいです。

回答

ご意見ありがとうございます。個室にはご要望のような椅子を設置していますが、2人部屋や4人部屋はスペースが限られています。移動の際の車椅子や歩行器の使用等を考え、スタッフで話し合った結果、使用しないときには折りたためるパイプ椅子をすべてのベッド横に設置することにし、5月に設置を完了しました。

改善部会より
ご意見ありがとうございます！
ございます！

病院内の6か所に『ご意見箱』を設置しています。日頃病院に対して感じていること（問題点・要望・意見・苦言など）をご意見カードに書いて、入れてください。いただいたご意見は、院内の『改善部会』にて話し合わせ、改善のために活用させていただきます。どうぞお気軽にご利用ください。

平成とうや病院リハビリテーション部です

皆様初めまして。平成とうや病院リハビリテーション部です。

4月1日より、ここ出仲間の地にて「あなたのために」という部の基本方針のもと、患者さま一人一人との心の触れ合いを大切にしながら日々頑張っています。

平均年齢28歳という若さ(?)で、常に皆様に笑顔と元気をお届けすることができるよう、日々精進してまいります。どうぞよろしくお願い致します。

(6月現在 理学療法士(PT) 11名・作業療法士(OT) 7名・言語聴覚士(ST) 6名・リハビリ助手 2名の総勢26名)

よろしく
お願いします



理学療法士…紺色
作業療法士…水色
言語聴覚士…ピンク
リハビリ助手…黄色

Q: どんな訓練してるの?



◎言語聴覚療法

病気の後遺症や加齢に伴って言葉が出にくくなった、食べ物が飲み込みにくくなったという方に対して、再び会話ができるようになるための口の体操や発声訓練、口に入れた食べ物を嚥んだり、飲み込んだりする機能を回復させるための訓練を行います。



◎理学療法・作業療法

身体障害(けがや病気)により、日常生活が不自由になった方に対して、寝返りを打つ・起き上がる・座る・立つ・歩く等の日常的な動作が自分で出来るようになるために、また、食べる・服を着る・トイレに行く・お風呂に入る等の日常生活動作を出来るだけ自身で行えるようになるために、筋力訓練やバランス訓練・歩行訓練・日常生活動作訓練等を行います。

リハビリという言葉に耳にされる事も多いと思いますが、いったいどんな事をするのか良く解らないという方もおられると思います。そこで今回は、それぞれの療法士たちが行っている訓練内容について、簡単ではありますが説明をさせて頂きたいと思います。

サプリメントについて ご存知ですか？



薬剤部長 齊藤 美保

● ● サプリメントとは ● ●

日本でサプリメントといえば、一般的に栄養補助食品をさします。アメリカの「ダイエタリー・サプリメント」を略した言葉で、良好な健康状態を維持するのに食事では十分に摂取できない栄養素を補うための食品ということです。

ライフスタイルの変化で加工食品を多く利用するようになり、ミネラルが不足したり、栽培方法や土壌の変化で野菜の栄養価の低下や、食事だけでは十分な栄養素を摂取することが難しくなったりで、サプリメントが利用されるようになってきました。

日本では、健康食品といえばどちらかというとシニア世代が身体の不調に対応するためや長寿のために利用するものというイメージがありました。最近では若い世代まで利用され、日常の健康

管理にサプリメントは欠かせないものになりつつあります。



● サプリメント (健康補助食品)の定義 ● ●

アメリカの「ダイエタリー・サプリメント」は、DSHEA（ダイエタリー・サプリメント健康・教育法 1994 年制定）という法律で「薬と食品の中間のもの」と定義されており、ビタミン、ミネラル、ハーブ、アミノ酸などの栄養素を 1 種類以上含み、形状は、「錠剤、カプセル、粉末、液体など、通常の食品とは違うもの」とされています。

日本では、健康補助食品は食品に分類され、医薬品に分類される原料を含んでいなければ、特別な承認が必要なく製造販売できますが、病気の予防、治療を目的とした効能を表記することは禁止されています。

健康食品、サプリメントは効能表示を禁止されていますが、健康食品の中でも一定の基準を満たしている栄養機能食品、審査を通過した特別健康食品（トクホ）などは保険機能食品とされ、機能表示をすることができます。

家庭でできる 食中毒予防のポイント

栄養部



梅雨の時期から夏にかけては、食中毒に注意が必要な季節です。食中毒は一年中発生していますが、暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になるため、食中毒が発生しやすくなります。

食中毒の原因になる細菌やウイルスは、私たちの周りの至る所にあります。食中毒を防ぐ基本は、そうした食中毒の原因となる細菌やウイルスを「付けない」「増やさない」「やっつける」ことです。家庭でも、食材を買うときから、保存・下準備、調理、そして食べるときまで、各段階で、細菌やウイルスを「付けない」「増やさない」「やっつける」ことを実践することが大事です。今回は、それぞれの段階で実践すべきポイントを紹介します。

1 買い物をする時

- ◆肉・野菜などの生鮮食品は新鮮なものを選ぶ



WANPUG

3 料理を始める前

- ◆こまめに手を洗う
- ◆包丁やまな板は肉や魚を切った後に一度熱湯で洗う

4 調理する時

- ◆作業前には必ず手を洗う
- ◆加熱する時は、食品の中心部分まで十分加熱（目安は75℃以上1分間）

2 食べ物を保存する時

- ◆要冷蔵冷凍食品は帰ったらすぐに冷蔵庫・冷凍庫に保存（詰めすぎに注意！7割程度）
- ◆冷蔵温度は10℃以下、冷凍温度はマイナス15℃以下を目安に

5 食事する時

- ◆調理済の食品を室温に長時間放置しない
- ◆温かい料理はいつも65℃以上で、冷やして食べる料理はいつも10℃以下が目安



WANPUG

6 残り物が出た時

- ◆残った食品は早く冷えるように浅い容器に小分けする
- ◆時間が過ぎたり、ちよつとでも怪しいと思ったら思い切って捨てる
- ◆温め直すときは75℃以上を目安に十分加熱

細菌やウイルスがもし、まな板に付いていたとしても肉眼では見えません。しかし目に見えなくても簡単な方法をきちんと行えば細菌やウイルスによる食中毒を予防することができます。

廃用症候群と生活不活発病を知っていますか？

みなさんは廃用症候群と生活不活発病という病気をご存知でしょうか？

言葉としては Hirschberg^{※1}が「過度の安静による二次的障害」を廃用症候群と報告したのが最初で、ここでいう廃用とは「使わないこと」を意味し、不必要な安静や不活発な生活により生じる二次的な合併症を総称して、「廃用症候群」と呼んでいます。

では廃用症候群にはどのような症状があるのでしょうか？我々が臨床でよく目にするのは、単なる筋萎縮や骨萎縮だけでなく皮膚の萎縮や褥瘡、心拍出量の低下や起立性低血圧、誤嚥性肺炎や肺換気障害、深部静脈血栓症、食欲低下や便秘、尿路結石や尿路感染症、抑うつや認知症などです。すなわち廃用症候群は身体にも精神にも様々な症状を同時に引き起こす病気の総称なのです。さらに廃用は加齢因子の影響が大きいため、同じようにベッド上安静が続いても、高齢者ではリスクが高くなります。

またひとたび廃用症候群になると、廃用症候群→活動制限→不活発（不動）→廃用の進行という悪循環にはまり、なかなか抜け出せなくなります。もちろん疾患の治療には安静が重要なのですが、安静は最良ではなく廃用症候群を引き起こす危険性も持ち合わせていると言えます。

したがってリハビリテーション医学では廃用症候群は生じてから治療するよりも予防することが最良の方法であると考え、急性期の患者様でも全身状態が運動に耐えられると判断されればベッドサイドでの運動や精神賦活^{※2}などを行っています。

また廃用症候群は「生活不活発病」とも呼ばれています。人間の筋力の維持には最大筋力の25%の筋収縮が必要であると言われています。これは一般的な日常生活を営んでいれば十分使用される筋力ですが、言い換えれば私たちは日常生活においては最大筋力の25%しか使っていないことになります。



リハビリテーション科長
嘉村 雄飛
(リハビリテーション専門医)

ここでとても心配に思うのは、東日本大震災で被災された方々のことです。本日（H23年6月5日時点）までに98,505名の方が避難生活を強いられています。そしてその中でも避難所での生活を余儀なくされている被災者の方々に「生活不活発病」の症状が現れています。避難所の住環境は徐々に改善してきたとはいえ、今後も避難所での「生活が不活発」な状態が続けば筋力は徐々に低下し、結局は廃用症候群と同じ症状が現れてくるであろうことは十分に予想できます。

現実、行政のリハビリテーションに対するニーズが無いという判断で適切な生活不活発病予防のリハビリテーションが避難所や病院、介護保険施設などで提供できていないそうです。

また他県からのボランティア医師と現地医療スタッフ、被災者の方々との認識の違いから生じる軋轢など、テレビなどでは一切報道されない問題も起きているそうです（東北大学 上月正博先生の講演：H23年6月3日より）。

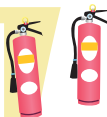
したがって、今後熊本においても災害時対応を想定し私たちリハビリテーション関連職種（リハビリテーション医師、訓練士、看護師など）と行政が連携を図っていくことが重要だと考えます。

そして今健康である皆様も、日頃から適度な運動を行い生活不活発病から寝たきりにならないように気をつけて頂ければと思います。

最後になりましたが、今回の震災で被災された皆様に心よりお見舞いを申し上げますと共に、早期の復興を祈念申し上げます。そして私も地域リハビリテーションを担う一人として、よりよいリハビリテーション医療を提供できるように精進して参りたいと思います。

※1：Gerald G.Hirshberg（ヒルシュバーク）… 1964年、早期リハビリテーションの要を述べた。

※2：精神賦活…声かけなどにより刺激を与えて精神的な活動性を起こさせること。患者さまの好きなことなどを聞き、意欲を上げるなどの働き。



移転後初の消防訓練



5月18日（水）14時より健軍消防署の指導課予防係の3名の方に来ていただき、消防避難訓練を行いました。
東日本大震災の直後ということと、病院移転後のリスク管理という視点からも早めに消防訓練を行いたいという思いがありました。

発生を自動放送で行うシステムとなっており、実際の消防訓練では、火災報知器の音声想像以上に大きかったことや、屋内消火栓のホースが15mに設定してあることなど、訓練を行ったことで確認できたことが幾つかありました。今回の訓練で得た教訓を活かし、「大難を小難に、小難を無難に」出来るように、日頃より安全管理に努めて参りたいと思います。

（事務部長 茨木國隆）

もっと素早く連絡できるよう手順を書いて貼るといいですね



アレ！ホースが届かない！



なるべく大きな声を出して避難してください！



平成とうや病院 自慢のレシピ！

栄養部

千辛二南蛮

材料（4人分）

鶏もも肉	1枚	卵	1個
小麦粉	大さじ4	揚げ油	適量

～南蛮酢～

酢	大さじ3
濃口しょうゆ	大さじ1
薄口しょうゆ	大さじ1
砂糖	大さじ2

～タルタルソース～

マヨネーズ	大さじ4
卵	1個
らっきょう漬	4粒

作り方

- ①南蛮酢の材料を合わせ、軽く煮立たせる。
- ②鶏肉は適当な大きさに切り分ける。
- ③鶏肉に小麦粉をまぶし、溶き卵にくぐらせ、油で揚げる。
- ④熱いうちに南蛮酢に漬け込む。
- ⑤タルタルソースの卵は茹で卵にし、刻む。
- ⑥マヨネーズ、刻んだ卵、刻んだらっきょう漬を混ぜる。
- ⑦南蛮酢に漬け込んだ鶏肉にタルタルソースをかける。

* お好みで季節の野菜を素揚げにして南蛮酢に漬け込むとおいしいですよ！

お酢の主成分の酢酸は、体内でクエン酸に変わります。

このクエン酸が、疲労の原因となる乳酸を分解してくれます。お酢を使った料理で夏の疲れを吹き飛ばしましょう！



お仕事紹介! 清和会 地域健康増進室



土曜健康サロン

水前寺とうや病院の松永診療部長による健康サロン。
(水前寺とうや病院にて毎月開催)



江藤 奈美

室長 河内 悟

久保田 昭美

地域健康増進室は水前寺とうや病院の隣、老人保健施設シルバーピア水前寺の事務室内にあります。
地域のイベントに参加したり、また病院スタッフと連携して健康イベントを企画したり、清和会と地域の皆さまとをつなぐ重要な役割を持つ部署となっています。

地域健康増進室は、医療法人清和会の「基本理念」に基づき、地域の皆さまが高齢になっても生きいきと、安心して地域で過ごしていただけるよう、信頼される病院・施設を目指し、様々な活動のお手伝いをさせていただいております。熊本市東部地域でのいきいきサロン活動への協力、老人会への参加、地域イベントや地域のリサイクル運動などへの活動支援を積極的に行っており、今後は平成とうや病院地域での活動も行つてまいります。

平成とうや病院は開設されたばかりですので、施設は新しく明るい雰囲気です。地域交流室や4階のホールなどを地域の方々、ボランティアの皆さまにご活用いただき、患者さまやスタッフとの交流を通し、病院・そして地域が生きいきとなる働きかけを行っていきたく考えています。

地域健康増進室 室長 河内 悟

地域の皆さまと清和会との交流に活躍する『地域健康増進室』をご紹介します。



託麻原5町内サロン



砂取コミセンまつり

たくさんの地域のイベントに参加しています。



レクリエーション(囲碁ボール)



帯山6町内ふれあい会



一人暮らしの高齢者の集い

こんなこともやってます...



ぼっぼちゃん一座

職員が劇団員となり、老人を狙った詐欺の予防などをわかりやすくよびかけます。



出水校区サロン



リサイクル活動支援



地域交流餅つき

	月	火	水	木	金
午前	神経内科・内科 岩谷 奈緒	呼吸器内科・内科 森 孝志	神経内科・内科 岩谷 奈緒	呼吸器内科・内科 増永 愛子	呼吸器内科・内科 森 孝志
		リハビリテーション科 依光 茂太			リハビリテーション科 依光 茂太
	呼吸器内科・内科 増永 愛子	循環器内科・内科 齊藤 忠興	消化器科 前田 圭介	循環器内科・内科 齊藤 忠興	消化器科 前田 圭介
午後				整形外科 熊本大学	

平成とうや病院 患者さまの権利

1. 公平で適正な医療を受ける権利
患者さまの経済的・社会的地位・年齢・性別・疾患の種類にかかわらず、平等で適切な医療を受ける権利があります。
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
患者さまが診療録の開示を求める権利、検査や治療の目的・方法・内容・危険性・予後および症状の経過に関して説明を受ける権利があります。
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
患者さまの自由な意思により、治療や検査を選択または拒否する権利があります。また、患者さまや家族の方が医師や病院を選び、セカンドオピニオン（主治医以外の医師に相談すること）を受ける権利を尊重しています。
4. プライバシーが保障される権利
患者さまの承諾なくして、患者さまに関する情報を診療に開示する医療従事者以外の第三者に開示されない権利があります。
5. 個人の尊厳が保障される権利
患者さまの個人としての人格、価値観は尊重され、その尊厳をもってその生をまっとうする権利があります。

編集後記

今回の震災により被災された方々、また福島原子力発電所の事故により避難を余儀なくされている方々へお見舞いを申し上げます。被災地の日も早い復興を祈念いたします。今年の夏は各地で電力不足となる可能性があり、熊本市役所でも、電力が不足した場合の段階的な対策が検討されています。

当院には自家発電装置があり、停電の際はこちらから電力が供給されるようになっていきます。

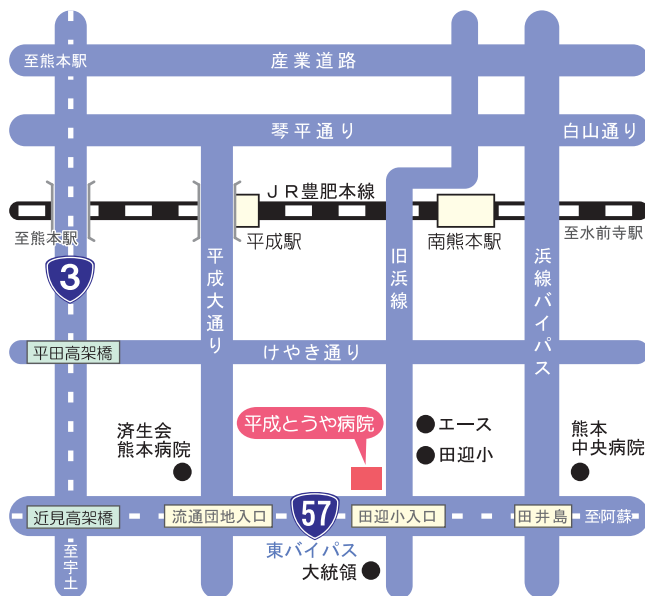
様々な節電対策商品も注目されており、いろいろな面からこれまでの生活を見直す夏となりそうです。



WANPUG

地域交流誌『仲間』
第2号
発行 平成とうや病院
広報部会

ご案内・お問い合わせ



診療科目

内科・循環器内科・呼吸器内科・消化器内科・
神経内科・リハビリテーション科

病床数

回復期リハビリテーション病棟	55床
一般病棟	40床
亜急性期病床	10床
合計	105床

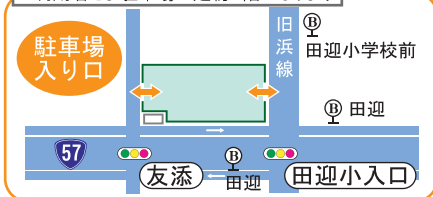
診療時間

平日のみ 午前9時～午後6時

休診日

土曜・日曜・祭日

ご利用者さま駐車場は建物1階になります



バスのご案内

熊本バス 南10・南14～15・南17～23（交通センター～中の瀬車庫・甲佐・城南方面）
熊本バス 南2（交通センター～御幸木部）
産交バス 県21（交通センター～松橋）
東バイパスライナー（長嶺団地～西部車庫）

【最寄のバス停】

田迎小学校前バス停（徒歩6分）・田迎（旧浜線）バス停（徒歩6分）
田迎（東バイパス）バス停（徒歩2分）・幸田市民センター入口バス停（徒歩6分）