

なかま

Vol.9 春号



【写真】リハビリの職員（言語聴覚士）と患者さまの笑顔が素敵な1枚です。（2016年1月7日）

- Contents*
- 新年度のご挨拶
 - NST回診始めました
 - 看護部通信～口腔ケア実践研修
 - 腰痛体操
 - お仕事紹介～放射線技師

新年度を迎えました

寒かった冬もやっと終わり、桜舞う春がやってきました。皆様には如何お過ごしでしょうか。

平成とうや病院が当地に移転して5年、私が院長に就任して1年が経過しました。昨年度は急性期の医療機関との連携を主体に、回復期リハビリテーション病棟56床、地域包括ケア病床40床、一般病床14床とともに90%以上の稼働率を維持でき、充実した1年でした。また昨年9月に立ち上げた「通所リハビリテーションセンター」も順調に利用される方が増えております。

この4月の診療報酬改定では急性期病院入院の厳格化とともに、より在宅

に向けた方向性が示されており、今年度はより急性期病院と在宅、施設等との橋渡しに貢

献するとともに、重症でない患者さんのクリニックの先生方からの紹介入院も充実できればと思っております。入院依頼をできるだけお待たせしないように入院リハビリの効率化を図ってまいります。

当院では210名以上のスタッフが清和会グループの共通理念であります「IDENTITY（個人）の尊重（For You）あなたのために」を念頭に日々の研鑽に励み、患者さ

らへの質の高い医療の提供と地域医療への貢献を目指してがんばっております。



今年も希望に満ちた新人さん達が入ってきました。若い人たちのパワーと意見を多く取り入れ、いつまでも新鮮な平成とうや病院であり続けたいものです。

本年度も宜しくお願いたします。

院長 岡嶋 啓一郎



入職おめでとう

熊本市内で桜が満開を迎えた4月1日(金)、清和会にも新しい仲間が加わりました。新入職員全体54名のうち、当院への入職者は23名でした。新しい仲間を迎えて、当院にもまた活気が満ちています。

2016年

診療報酬改定

どこが変わったの？



日本の保険診療は、診療内容によって細かく診療報酬点数数が決められており、2年に1回見直しが行われていきます。本年4月にも改定が行われました。身近なものを一部ご紹介します。

入院時の食事負担額が

変わります！

入院すると、1食あたり640円の給食が行われますが、この費用は保険給付と自己負担によって賄われています。(下図参照)

一般の所得者の場合、平成28年3月までは食料費の260円が自己負担額となっていました。平成28年4月1日からは260円(食料費)に100円(調理費/光熱水費)を加えた360円が自己負担額となり、保険給付と自己負担の割合が変わることになります。また平成30年4月1日からは、さらに100円を加えた460円が自己負担額となります。

あくまで保険給付と自己負担の割合が変わるだけになりますので、給食内容は今まで通りとなります。

なおこの改定は一般所得者のみ対象で、低所得者は据え置きとなります。

入院時食事療養費の負担割合の改定



今回の改定により、湿布薬(消炎鎮痛貼付剤)は1処方につき原則70枚までの投薬となりました。対象：外来受診時に湿布薬の投薬を受けている方。
※2種類の湿布薬を投薬の場合も、合わせて1処方70枚が上限です。

湿布薬の処方枚数上限が

設定されました。

お薬のおはなし

薬と運転について

薬剤科 主任 小島里美子

皆さんは、ニユースなどで「薬を服用中に自動車を運転して事故を起こした事件」を耳にしたことがあると思います。その中には、死亡事故も起きています。

風邪薬を服用して眠くなったことがありませんか？このように、眠気を引き起こす副作用がある薬があります。その他にも、注意力が低下する、反応が遅くなる、眼がかすむ等の副作用がある薬もあります。

このような副作用は、薬の説明書(添付文書)に運転に関する注意事項の記載があります。病院で薬を処方された時は、薬剤師が薬の説明をする際に、自動車の運転についても説明をします。渡される薬の情報提供書にも運転に関する記載がありますので、必ず読んで下さい。

副作用は、病院で貰う薬だけではありません。薬局で購入する薬にも

あります。市販の薬にも薬の説明書がありますので、しっかりと読みましょう。

運転禁止・注意の薬は、風邪薬、鼻炎の薬だけでなく、痛みを取る薬、筋肉を弛緩する薬、腹痛の薬、頻尿の薬、抗真菌薬、抗パーキンソン病薬、抗てんかん薬、抗精神薬など、たくさん種類の薬があります。

自動車の運転をしたいからといって、運転を禁止している薬の服用を勝手にやめてはいけません。病気が悪化することがありますので、必ず医師に運転について相談して下さい。

また、「近くだから」「眠くないから」「今まで、この薬を服用して眠くなったことがないから」などと思って運転をするのはやめましょう。運転中に突然眠くなる、意識を失う等が原因で重大な事故を起こすことがあります。

服用している薬について分からないことがあれば、医師・薬剤師に相談してください。





より適切な口腔ケアのために

私達は1日に1〜3回ほど歯を磨きますが、お口からご飯が食べられなくなったりも、同じように歯を磨く必要があります。食べかすだけが歯を汚すわけではなく、元々口の中にいる細菌は、歯を磨かなければドンドン増えていくのです。

近年、適切な口腔ケアが求められている一方で、食べては歯を磨くといった一連の生活動作が思う様に行えないなど、身体の制約等で十分に口腔内を清潔に保てず、誤嚥性肺炎などを引き起こすといった問題が、全国の病院や施設などで起こっています。

入院中の患者さまのお口の中を清潔に保つことで、お口の細菌による発熱・肺炎などの予防につながられるよう

口腔ケア実践技術講習の流れ

- STEP①見学・研修
- STEP②各自での実践演習
評価表を用いた自己評価
- STEP③歯科衛生士による
修了評価



歯科衛生士による実際の患者さんへの口腔ケアを見学し、ケアのポイント等を教えてもらいます。



解るまで何度でも見学ができます。各自での実践演習を重ね、自信がついたところで、歯科衛生士による終了試験(評価)を受けます。



に、今年2月中旬から歯科衛生士による看・介護職員を対象とした口腔ケアの研修を開始いたしました。
スタッフ全員が適切な口腔ケアを行うことで、患者さまの^{*}全身状態の改善につなげることができればという思いで、日々活動を行っています。

^{*}全身状態：患者さんが自分で身の回りのことをどこまでこなせるかを表す尺度。

東條 嘉子(看護師)
古嶋 暁子(歯科衛生士)



看・介護職員の口腔ケアの実践技術習得と、ケアの標準化に向けて指導しています(古嶋)



歯科衛生士から合格と認められた職員には、口腔ケア技術習得の証として、シールをもらいます。(名札に貼っています)

写真ではわかりにくいですが歯のイラストのシールを選びました



今回の修了生に感想をインタビューしました。

「今まで業務に追われてゆっくりケアが出来ませんでした。今回の見学や講習を通して口の開け方から手技まで身に着けることができ、今までよりも口腔内の観察・ケアに時間をつくるようになりました。」

口腔ケアの重要性・ポイントを知り、自信をもって口腔ケアを行う職員が増えることを期待します。

ぎっくり腰は癖になるとよくいいますが、どうしてだと思いますか？本当は癖ではなく、生活習慣や、何気なくとっている姿勢によって、腰痛になりやすい体になっているのです。



今腰が痛い人も、まだ痛くない人も、これから痛い思いをしないよう、普段の生活を見直してみましょう。

やってみよう！

腰痛体操

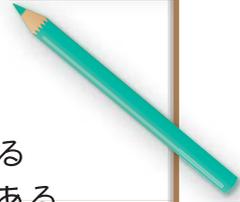
リハビリテーション科

腰痛チェック

あなたは腰痛になりやすい？

- 前傾姿勢でいることが多い
- やわらかい布団で寝ている
- 肥満体型、お腹が出ている
- 湯船に浸かると腰が楽になる
- 歩くのが嫌い
- きつい下着をつけている
- いつも同じ肩にバッグをかける
- 椅子に座るとき足を組む癖がある
- 長時間座りっぱなしのことが多い
- 重い荷物を持つことが多い

⇒ 3つ以上当てはまる方は要注意！



寝ながらストレッチ



腹筋を強くするストレッチ

- ①軽く膝を曲げて仰向けになります。
- ②ゆっくりと上体を起こし、そのままの姿勢で5秒間保ちます。
- ③ゆっくり上体を戻します。これを5回行います。

5秒キープ



腰を伸ばすストレッチ

- ①仰向けになり、片方の膝を両手で抱えます。
- ②胸に膝を引き寄せ、5秒間姿勢をキープします。
- ③はじめの姿勢に戻ります。これを5回行います。

5秒キープ



椅子でストレッチ



5秒キープ



お辞儀ストレッチ

- ①膝の上に手を置き、息をゆっくりと吐きながら上体を前に倒します。
- ②無理をしない程度まで前に倒し、その姿勢を5秒間保ちます。
- ③ゆっくりと元に戻しましょう。これを5回行います。

腰回しストレッチ

- ①腰に手を当て、上体をゆっくりと息を吐きながらねじります。
- ②その姿勢を5秒間保ち、息を吐きながらゆっくり戻します。

左右交互に10回行いましょう。
※既に腰痛をもっているという方は、無理に行わないでください。



5秒キープ



NST回診 始めました!

毎週
水曜日

NST委員会

NST回診は毎週開催に!

当院では、2013年11月より月1回(第1週火曜日13時～)NST回診を行っていましたが、2016年2月より、週1回(毎週水曜日13時30分～)開催しています。



NST 回診の対象となる条件

- 栄養状態の指標である、アルブミン値が3.0g/dl以下
- 経口摂取または経腸栄養への移行を目的とし、現在、静脈栄養法(点滴)を実施している
- 経口摂取への移行を目的とし、現在、経腸栄養法(経鼻・胃ろう)を実施している
- NSTが栄養治療により改善が見込めると判断した
…上記の条件に当てはまる方が対象となります。

主な活動内容

- 週1回の栄養カンファレンスと回診の開催
- 栄養治療実施計画の策定と
それに基づくチームによる診療



患者さまの栄養状態を評価し、栄養不良をきたしている場合には、NSTメンバーが集まり、チーム全体で、栄養状態を良くするための方法を検討します。

病気のために口から十分に栄養がとれない場合は、食事内容の工夫や、栄養剤(経腸栄養)や点滴(静脈栄養)の追加・変更を主治医に提案します。



当院のNSTメンバー

医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士など

患者さまの栄養状態を判定し、他職種チームにて最もふさわしい栄養管理法を検討・提言することで、治療や退院に向けたお手伝いをさせていただけるよう、頑張っております。

あくまでも、患者さまが中心…患者さまに寄り添った介入を心がけていきます。(NST委員会)

お仕事紹介 放射線技師

当院の放射線科には診療放射線技師 2 名が勤務しています。放射線科では、手術後の経過観察やリハビリの効果確認のため、放射線や超音波を使って画像検査を行い、診断に必要な画像を提供しています。今回は、その仕事の一部をご紹介します。



一般撮影

肺炎や骨折などの診断、リハビリの経過観察のために、一般 X 線撮影装置による胸部、整形領域（手、腰、股関節、膝など）の撮影を行っています。



左：嚥下造影検査
下：喉の X 線画像

X 線透視検査

X 線透視装置にて、バリウムなどの造影剤を使用し消化管造影検査、嚥下状態の観察の VF（嚥下造影）検査、腰痛治療のための神経根ブロックを行っています。

超音波検査

超音波を用いたエコー検査では、腹部と下肢静脈の検査を行っています。

これらの検査・装置により、患者さまに安全で質の高い画像を提供できるよう日々努めてまいります。検査での放射線被ばくについて身体への影響や不安の相談にもお応えしますのでお気軽にお声掛けください。

放射線科 藏原 正裕



CT 検査



CT装置にて X 線の吸収差から患者様の断面像をはじめとした 3 次元画像を作成します。お腹周りの内臓脂肪の量を計ることでメタボリックシンドロームの診断も行えます。検査時間は約 5 分です。

普通のお寿司に飽きたあなたへ・・・裏巻き寿司

【材料】（巻き寿司 4 本） 1 切れ分の栄養量：47kcal 塩分 0.17g

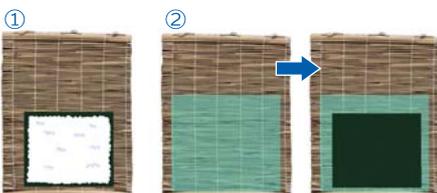
白米……2 合
昆布……2 cm 四方
すし酢 { 酢……80ml
砂糖……40g
塩……5g
寿司のり（全形）…4 枚
お好みの具材 { スモークサーモン…100g
アボカド……………1 個
クリームチーズ……100g
青じそ……………8 枚
マヨネーズ、ごま…適量

【下ごしらえ】

A.（すし酢）酢に砂糖と塩を入れ、溶けるまでよく混ぜる。
B. 米を研いでザルに上げ、水と昆布を入れて固めに炊く。炊きたてに A を混ぜる。
C. アボカドとクリームチーズは細長く、青じそは縦半分に分ける。のりは 2/3 の大きさに切る。

【作り方】

①巻きすの上にのりを置き、酢飯をのりの端まで広げる。



②のりごはんを一旦お皿へ移し、巻きすの上にラップを敷いて、ラップの上にのりごはんを裏返してのせる。（下からラップ、ご飯、のりの順番）

③中心より手前に青じそを並べ、マヨネーズを細長く塗る。

④サーモン、クリームチーズ、アボカドを並べる。

⑤ラップを一緒に巻かないように、手前から巻く。

⑥巻き終わったら一端ラップをはがし、ごまをふる。ラップを戻して 15 分程置く。

⑦よく切れる包丁でラップの上から切り、お皿に並べたら完成！

裏巻き寿司は、寿司ご飯が外側にくる巻き方です。カリフォルニアロールという別名もあり、海外では普通の巻き寿司より人気があります！酢には殺菌効果があるので、お花見やピクニックのお弁当にいかがでしょうか！



外来よりお知らせ

平成28年3月より外来診療は午前中のみ行います。午後の診療は特殊外来・完全予約制となりました。また5月連休中は、5月2日(月)と6日(金)は診療いたしません(土日祝日のみ休診)。ご不明な点がありましたら、お気軽にお問合せください。

ご意見ありがとうございます

ご意見箱に投函されたご意見から

ご意見

3病棟の〇〇号室ではリハビリの理学療法士・作業療法士により日程表が掲示されます。毎日大変だと思えますが感謝しています。負担軽減のため週計画にして変更等は斜線にしたらと思います。

回答

貴重な御意見、またご配慮をいただきありがとうございます。スタッフの勤務状況により週単位でリハビリを計画するのは難しい状況にあります。また患者さまの病態は日々変わりますので、きめ細かな対応ができるよう1日単位で計画を立てております。今後も患者様へのサービスの質は落とさない様しっかりと対応していきたいと思えます。

(リハビリテーション科長 有川 卓見)

病院実績

2015年12月
～2016年2月

- ・外来患者延数 1,579人 (一日平均 26.3人)
- ・入院患者延数 9,044人 (一日平均 99.4人)
- ・一般病棟平均在院日数 20日
- ・在宅復帰率 地域包括ケア病床 …85.7%
- 回復期リハビリテーション病棟 …70.5%



診療科目 ▶▶ 内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・神経内科・リハビリテーション科
受付時間 ▶▶ 午前 8:30～11:30
診療時間 ▶▶ 午前 9:00～12:00

平成28年3月より
午後は特殊診療・完全予約制になりました。

お問い合わせ・外来予約は ▶▶ 096-379-0108

〒862-0963 熊本市南区出仲間8丁目2-15
E-mail:heisei@tohya.or.jp ホームページ:http://www.tohya.or.jp

【外来担当医師表】

平成28年4月10日現在

	月	火	水	木	金
午前	循環器内科・内科	リハビリテーション科	脊髄外来	消化器科	脊髄外来
	齊藤 忠興	依光 茂太	岡嶋 啓一郎	有田 哲正	岡嶋 啓一郎
	消化器科	呼吸器内科・内科	循環器内科・内科	リハビリテーション科	神経内科・内科
	有田 哲正	永野 潤二	齊藤 忠興	依光 茂太	岩谷 奈緒
	循環器内科・内科	神経内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科	呼吸器内科・内科
熊本大学	岩谷 奈緒	増永 愛子	永野 潤二	増永 愛子	
リハビリテーション科				リハビリテーション科	
児玉 香菜子				児玉 香菜子	
エコー	熊本大学			光山 華央留	
午後	リハビリテーション科			循環器内科・内科	呼吸器内科・内科
	児玉 香菜子 (15時まで)			光山 華央留	熊本大学
				リハビリテーション科	児玉 香菜子 (15時まで)

- 診察券に記載されている予約日をご確認の上、ご来院ください。
- ご質問や気になることはお気軽にご相談ください。
- 企業様の健診も行っております。●産業医お引き受けいたします。



最寄りのバス停	① 田迎小学校前 (旧浜線沿い)	徒歩 5分
	② 田迎 (東バイパス沿い)	徒歩 1分
	③ 幸田市民センター入口	徒歩 5分
JR	南熊本駅または平成駅	車 10分

【医療法人清和会】

- 水前寺とうや病院
内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・神経内科・リハビリテーション科
- 老人保健施設シルバーピア水前寺
- 在宅ステーション水前寺
居宅介護支援事業所
訪問介護事業所
訪問看護事業所
訪問リハビリテーション事業所
通所リハビリテーション事業所
地域交流推進室
- 特定施設シルバーピアグラウンド通り
- 熊本市高齢者支援センターささえりあ江津湖

基本方針

IDENTITY 個人の尊重
FOR YOU あなたのために

1. 私たちは、すべての職種において、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. 私たちは、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. 私たちは、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に病院機能を維持します。
4. 私たちは、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。

患者さまの権利

1. 公平で適正な医療を受ける権利
2. 医療上の情報、説明を受ける権利
3. 十分な説明のもと自分自身の治療を決定する権利
4. プライバシーが保障される権利
5. 個人の尊厳が保障される権利

編集後記

今回は特集テーマを設けず、院内の取り組みを中心に記事にしました。歯科衛生士による口腔ケアの実践講習は、看護師と歯科衛生士の“もっと環境を良くしたい”という気持ちが一貫して始まったものです。自主的な昼食時勉強会なども行われていますので、そのうち記事にしたいと思えます。今年度も新入職員が入りましたが、一緒に良い環境を作っていけたらいいなあと思えます。(平成とうや病院 広報部会)