



菅原神社 (宝達志水町菅原)

新年のご挨拶

院長 西澤 誠

あけましておめでとうございます。昨年中、当院をご利用いただきましたことにお礼申し上げます。新病院となり二度目の新春を迎えますが、昨年は今後の病院のあり方がある程度定まった一年でありました。特に、現在構築されつつある地域包括ケアシステムの中で、病院が果たすべき役割がしつかりと見えてきたと感じております。

地域包括ケアシステムについて少しご説明させていただきます。近年、高齢者のみの世帯が増えており、住み慣れた家・地域で最後まで過ごすことが難しくなっております。その生活を支えるために福祉・介護・医療に加えて地域の皆さんのサポートする力を結集し、それぞれが繋がりを持つて、住み慣れたところで最後まで生活できることを目的とした仕組みが地域包括ケアシステムです。その中で当院が求められる役割は大変大きいと感じております。

病院は、これまでの病気になったときの医療の場としてだけでなく、介護している人が不在になる時や生活維持が困難になっている場合などの患者さんの一時的な受け入れ（前者の場合をレスパイトと言います）といった、病状の悪化に関係しない緊急の入院にも対応しており、その受け皿として地域包括ケア病床を開設しております。

また、前院長の京井先生の時から力を入れている在宅医療も積極的に取り組んでおり、自宅で過ごされるがん患者さんの訪問診療の依頼も徐々に増えております。さらに、健康に役立つ情報の提供活動といった住民の皆さんの生活維持に関わる様々なことに積極的に取り組んでおり、病気の無い人にとっても利用できる病院に変わりつつあります。

病院の理念は、「患者さんに優しく信頼される病院づくり」であります。そのために、求められる医療を可能な限り提供したいと考えております。一方、限られた病床数において、緊急の入院に対応するため退院を早めていただくことも必要であることをご理解いただければ幸いです。まだまだ力不足ですが、私たちにできる医療の限界を広げ、そのことを目標に努力を続けております。今年もご支援をよろしくお願い申し上げます。

第16回 宝達志水病院 医療マネジメント研究発表会開催

平成30年11月24日、宝達志水病院医療マネジメント研究発表会が開催されました。発表会では、各部署や委員会などから日頃の業務における取組や研究、活動の成果が発表されました。

今年度の演題は次のとおりです。

発表演題

◇緩和ケアにおける多職種連携について今後の課題を考える

～緩和ケア満足度調査の結果から～

(緩和ケア委員会)

◇内科外来受診患者の待ち時間に関する実態調査

(外来看護部)

◇診療報酬請求につなげるためのポイント

(二 ち イ)

◇当院にて経験した重症イレウス症例

(医 局)

◇当院における手指衛生遵守にむけての取り組み

(感染対策小委員会)

◇認知症ケアとしての院内ディケア(おたっしゃサロン)についての振り返り

～2病棟職員の聞き取り調査からみえた課題～

(2病棟看護部)

◇能登摂食嚥下^{えんげ}プロジェクトの紹介

～当院の今後の摂食嚥下についての展望～

(栄養管理委員会)



質疑応答の様子

認知症に関する研修会が開催されました！

「認知症の人を理解しよう」というテーマで院内研修会を開催しました。講師に県立高松病院院長の北村立先生を招き、「認知症の治療とケア～特に薬物療法の基本的な考え方について～」と題して講演していただきました。

認知症の行動心理症状(B P S D)により急性期での入院継続が困難になるケースがあります。今回の研修は、認知症に対する理解や基本的知識の習得により不適切な身体拘束や薬物鎮静を避け、その対応能力の向上を目的として開催されました。

認知症の患者さんが安心、安全に入院生活を送り、1日も早く退院するための支援、患者さんや家族に寄り添う医療・ケアを提供する体制を整えていかなければなりません。

認知症の人にやさしい病院を目指して、病院全体で取り組んでいきたいと考えています。



多くの職員が参加しました

変形性膝関節症について

整形外科医長 土屋 雅信

主な症状は膝の痛みと水がたまることです。初期は立ち上がり、歩きはじめなどの動作の開始時のみに痛み、休めば痛みがとれます。中期になると、正座や階段の昇り降りが困難になります。末期になると安静時に痛みがとれず、変形が目立ち膝をピンと伸ばすことができずに歩行が困難になります。

次に原因と病態についてです。変形性膝関節症は関節軟骨の老化によることが多く、肥満や素因（遺伝子）も関与しています。また骨折、靭帯や半月板損傷などの外傷、化膿性関節炎などの感染の後遺症として発症することがあります。加齢によるものは関節軟骨が年齢とともに弾力性を失い使いすぎによりすりへり、関節が変形します。

診断方法についてです。問診や診察、時に触診をすることで膝の内側の圧痛の有無、関節の動きの範囲、腫れやO脚変形などの有無を調べ、X線（レントゲン）検査で診断します。また必要によってMRI検査も行います。

では、進行を予防するにはどうすればいいでしょうか。

日常生活での注意点は以下のようなものがあげられます。

- ・太ももの前の筋肉（大腿四頭筋）を鍛える
- ・正座をさける
- ・肥満であれば減量する
- ・膝をクーラーなどで冷やさず温めて血行をよくする
- ・洋式トイレを使用する



SLR運動（脚あげ体操）



5秒間止める

では、変形性膝関節症と診断されたらどのように治療するかについてです。

症状が軽い場合は内服や湿布を用いたり、膝関節内にヒアルロン酸の注射をします。

また大腿四頭筋強化訓練、関節可動域改善などの運動器リハビリテーションを行ったり、膝を温めたりする物理療法を行います。サポーターや足底板、膝の装具を作成することもあります。

これらの治療で治らない場合、手術治療も検討します。関節鏡（内視鏡）手術や骨を切って変形を矯正する手術、人工膝関節置換術などがあります。

新病院になってからMRIが導入され、より細かく膝の痛みを診断できるようになりました。

膝の痛みにお困りの人がいらっしゃいましたら是非当院を受診してください。

糖尿病の食事療法～合併症を防ぐ～

糖尿病委員会

■なぜ食事療法が必要なの？

食事療法は、運動療法、薬物療法とともに糖尿病治療の3本柱のひとつです。その中でも食事療法は糖尿病治療の土台であり、インスリン注射をしている人や飲み薬を飲んでいる人でも行う必要があります。というのは薬の量は食事療法が守られていることを前提に決められているからです。そのため、食事療法がおろそかになると薬の効果が強すぎたり弱すぎたりしてしまい、血糖値（糖の血中濃度）が安定しなくなります。薬の効果を維持するためにも、食事療法をおこないましょう。

■食事療法のコツ

食事療法では毎日のちょっとした心がけが大切です。

- ★ゆっくり、よく噛んで食べる
- ★一日3食、規則正しく食べる
- ★バランス良く食べる
- ★食事は腹8分目でやめておく
- ★夜遅く、寝る前には食べない

■糖尿病には食べてはいけない物はない

糖尿病だからと言って食べてはいけないものはありません。

ただし、高血圧のある人は減塩することが大切です。

また、糖尿病で腎臓病が進行すると量を控えた方が良い食べ物があります。

★当院では、毎週金曜日糖尿病教室を開催しております。

栄養に関するお話は第1・2金曜日です。興味のある人はどなたでもご参加ください。

★必要に応じて栄養指導も承っております。ご希望の方は予約が必要です。



宝達志水町マスコットキャラクター「ほっぴーさん」

火災想定で消防訓練を実施

平成30年11月1日、3階2病棟病室のコンセントが燃えているとの出火想定で、消防訓練を行いました。出火した病室の患者さんを隣接区画の安全な場所に一時避難するためシーツなどで搬送しました。初期消火、早期通報及び早期避難を行うため、職員一人ひとりが防火意識や危機管理意識を高く持つことの大切さを再確認しました。



シーツを利用した搬送訓練

火災発生時初動対応研修会を実施

消防訓練に先立ち、平成30年10月25日に宝達志水消防署職員を講師に招き、防火安全教育の一環として火災発生時初動対応研修会を開催しました。病院内の消防用設備の設置位置、使用方法について説明を受けた後、病室から出火した場合、患者さんを安全な区画まで避難誘導する方法や手順について理解を深めました。



火災発生時の対応を事前に学びました

宝達志水病院 外来診療体制

平成31年1月時点

科・診察開始時間/曜日		月	火	水	木	金	土
内科	午前 8:30 ~	西澤 石田 神経・長山 (9:00 ~)	石田 京井	西澤 升谷	京井 呼吸器・長内(9:00~)	升谷 循環器・高村 (9:00 ~)	(第2、4)西澤 (第2) 升谷 (第4、5)石田
	午前 新患/検診/救急	新患/検診/救急(升谷)	新患/検診/救急(西澤)	新患/検診/救急(石田)	新患/検診/救急(升谷)	新患/検診/救急(石田)	
	午後 2:00 ~	京井	升谷 (1:30 ~ 2:30 禁煙外来 2:30 ~ 一般外来)	石田		西澤	
皮膚科	午前 木 9:00 ~				楠木 (9:00 ~)		
	午後 月 2:00 ~ 木 3:00 ~	楠木 (2:00 ~)			楠木 (3:00 ~)		
外科	午前 8:30 ~	菅谷	菅谷	菅谷	菅谷	消化器・三浦 (10:00 ~)	菅谷
	午後 2:30 ~	菅谷	菅谷	*(手術予定)	菅谷	(第2、3、5) 菅谷	
整形外科	午前 8:30 ~	土屋	土屋	土屋	土屋	土屋	土屋
	午後 1:30 ~ 2:30 ~	市堰 (1:30 ~) 土屋 (2:30 ~)	*(手術予定)	*(手術予定)		市堰 (1:30 ~) 土屋 (2:30 ~)	
眼科	午前						
	午後 2:15 ~	(第1、3) 岡山 (第2) 中澤 (第4、5) 若江				清水	
歯科	午前 8:30 ~	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋	高橋
	午後 2:00 ~	高橋	高橋	(検診予定)	高橋	高橋	

- 日曜、祝日、第1、第3土曜日は休診です。
- 受付時間 月曜日～金曜日 午前8時15分～11時30分 午後1時～4時30分
土曜日(第2、4、5) 午前8時15分～11時30分
- 歯科は予約制です。事前にお問い合わせください。
- 急患、その他やむをえない時は、この限りではありません。

お知らせ



禁煙外来あります

喫煙をやめたくてもやめられない人、当院にご相談ください。
 受診は予約制なので、まずは宝達志水病院へお問い合わせください。

お問い合わせ 町立宝達志水病院 ☎(0767)29-3121

町立宝達志水病院ホームページ

<http://www.hodatsushimizu-hp.jp/>

検索