

まいづるきょうさい

5 May 2011

Vol.14

<http://www.maiduru.com>



「新茶」 北川 マユミさん (ICU・CCU)



「燕」 足立 篤子さん (舞鶴共済病院OG)

目次 Contents

📖 ごあいさつ P2

📄 活動レポート P3

💊 お薬のお話し P4

💖 理念・基本方針 P4

🏥 看護部だより P5

👉 PICK UP P6

📅 THE 旬ネタ 話題のコラム P6

🍴 食に関する豆知識 P7

🏠 すこやか森ニュース P7

🕒 診療時間・外来各科診察担当医 P8



「雨降り」 山崎 幸子さん (新館5階)



「クレマチス」 森川 素子さん (舞鶴共済病院OG)



ホームページも
ご覧ください

舞鶴共済病院

検索





診療部長
竹内 一雄

診療部長就任にあたって

このたびの東北地方太平洋沖地震におきましては、被災された多くの方々に心からお見舞い申し上げます。被災地の一日も早い復興をお祈り申し上げます。

さて、私は平成23年4月1日付をもちまして、舞鶴共済病院診療部長の職を拝命いたしました。平成14年4月に外科部長として当院に赴任いたしました。今年で10年目を迎えております。今年で50歳(!)となります。

当時は、当院の部長職の中では現整形外科主任部長の野口先生とともに若手部長としてホープ(?)の1人であり、周囲の期待に応えるべく日夜外科診療に専念しておりました。外科には「手術＝怖い」というイメージがありますので、患者さんに安心して受診いただくためにはどうすれば良いかを考え、我々外科のスローガンを「愛される外科」といたしました。それから今日まで、患者さんやそのご家族、医院・診療所の先生方、そして当院の職員からも愛されるようにと、赴任当時の初心を忘れずにそのスローガンを守り続けている次第です。

では、どうすれば「愛される」ようになるのか？それはとても難しいことだと思います。我々医療者の仕事は患者さんの病気を治癒せしめることであり、即ち、「病」を「治」し「気(心)」を「癒」すことであります。そのためには、自分たちが愛情をもって接するということ、言い換えれば、相手を大切に思う心を持って接するということで愛されるようになるのではと、思っております。例えば、患者さんに手術が必要となった際、我々はその必要性等を説明(インフォームド・コンセント)いたします。その時私は、もし自分が患者さんの立場であったなら、また、患者さんが自分の親兄弟や妻や我が子であったならという気持ちを持って行うことを心がけています。

結果的に我々は患者さんに愛されるようになったのか、それは未だに私にはわかりません。しかし、最近患者さんから「先生と話していると安心や」とか「先生の一言で救われる」という言葉をいただきます。その時私は本当に嬉しく思い、同時に私の心も癒されていることに気づきます。今後も患者さんに愛される診療に取り組んでいきたいと思っております。

さて、舞鶴市では、慢性的な医師不足をはじめ救急医療体制など医療に関してたくさんの問題を抱えております。当院においても、内科医師などもう少し医師の数が増えれば更に幅広い医療を提供することができると考えております。しかし、この問題は直ちに解決できるものではありません。地域の病院や診療所、舞鶴市などの行政とが一体となって取り組むべき問題であります。一致団結し、議論を重ね、方法を提案し、地域住民の方々の理解を得ることによって、少しずつ解決していけるのではないかと思っております。

舞鶴共済病院は布施病院長代行を中心に、今後も「良質で安心していただける医療の提供」に邁進する所存でございます。そして、私個人としては、他人を思いやる気持ちを忘れず「愛される舞鶴共済病院」を目指して、この地域の医療の一翼を担っていきたいと思っております。今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。



被災地での災害医療活動を終えて

被災地医療救護チーム 循環器内科 臼井 公人

平成23年3月11日、東北地方太平洋沖地震の悲報が繰り返し報道されたとき、被災地外の私たちは何を感じ、何を思ったか覚えていますか？哀しみ、憂い、不安などの負の感情を抱いた人も少なくなかったと思います。しかし、そのような感情の中から被災者の方々の思いやりの感情が芽生えていたことも同時に感じたのではないのでしょうか。

医療支援活動の話があったのは、舞鶴の八重桜も散り晩春を感じる頃でありました。テレビでは、福島原発の放射線被害以外には被災地の状況を報道する回数も徐々に減少し、復興の兆しが見えてきたような印象を感じていました。そのような中、私



を含め、薬剤師の伊藤公博さん、看護師長の榎本由美子さん、看護師の水野博之さん、そして国家公務員共済組合連合会本部から同行された並木健一さんの5人で医療支援チームを編成し、平成23年5月3日に被災地に向かいました。我々の活動拠点は、津波の被害が甚大であった南三陸沖に面する気仙沼市であり、災害医療対策本部を中心に様々な地域からの医療チームが活動しておりました。そこで目にした光景は、一生忘れることのできないものでありました。震災直後と変わらぬ瓦礫の山、陸に鎮座する大型船、ありえない角度で湾曲した線路、魚が腐敗したような異臭、陥没と隆起が続く道路、すれ違う緊急車両と霊柩車、半壊家屋で生活をする老夫婦、段ボールで仕切られた避難所生活、体調が悪くても仕事を探す人々、過労働を強いられる現地医療スタッフなど復興のイメージなど感じることができない光景でありました。そのとき私は、このような中で歯を食い縛り必死で生きてこられた方々に普通に暮らしていた私なんかは何ができるのだろうと疑問を感じ、医療従事者として被災地で役に立てると自負していた自分の愚かさを知りました。しかし、戸惑いながらも被災者の方々と接することで、たくさんの感銘をうける出来事と出会いました。避難所の狭い通路で92歳のおばあちゃんと2歳くらいの女の子が一緒に並んで歩く訓練をしている姿を被災者の方々が笑顔で見守っている光景。同じ被災者であるにも関わらず認知症の方々に笑顔で丁寧に対応される特養職員の方々。圧迫骨折で立てなくなった奥様のリハビリを献身的に支え、笑顔でがんばりますとおっしゃった御老人。被災者の方々は、想像を絶する負の感情を乗り越え、お互いを思いやり、笑顔

で生活していっていました。私はそこに明らかな復興の兆しを感じることができました。その後は、私たちのチームは医療人としてではなく、人としてできることを、思いやりを持ってお手伝いさせていただき、桜の咲く春の気仙沼で貴重な時間を共有させていただきました。

今回の東日本大地震でお亡くなりになられた方々にはご冥福をお祈り申し上げるとともに、被災地の一刻も早い復興を心より祈っております。また皆様にも被災直後に感じた思いやりの感情を忘れることなく見守っていただきたいと思います。

最後にこの場を借りて、共に気仙沼で活動したメンバーに感謝とお礼を綴らせていただきます。自分一人では気付けなかったことも、みんなが行動してくれることでいろいろなことを感じることができました。本当に感謝しています、ありがとうございました。





高血圧のお薬



今回は、お薬の中でも多く服用されている高血圧のお薬のお話です。

現在、日本の高血圧人口は、4,000万人とも言われています。

血圧は、体中に栄養素、酸素などを送り、老廃物を外に出すため、血液の流れをつくります。しかし、通常必要以上の圧力がかかることで、血管の負担が多くなり、様々な病気の原因となります。例えば、脳卒中、心筋梗塞、腎臓病などです。一般的に、高血圧は、140mmHg/90mmHg(収縮期血圧/拡張期血圧)以上とされ治療が必要となります。治療は、年齢、糖尿病・腎臓病がある場合や脳卒中・心筋梗塞を起こしたことがあるかなどをもとに考えなければなりません。まずは、生活習慣を正して血圧が適正になるか確認します。それでも血圧が下がらない場合は、お薬の服用が必要になります。しかし、血圧の程度、糖尿病、心臓や血管の病気、腎臓病がある場合に生活習慣を改善していくと同時に薬を開始することもあります。

高血圧のお薬には、尿の量を増やし、体内の余分な水分等を排泄して、むくみを取り、血圧を下げる利尿薬。血管や心筋を収縮させるカルシウムの働きを抑え、または、血圧を上げるホルモンを弱めて血管を拡げるなどの作用で血圧を下げる血管拡張薬。心臓の働きをゆっくりさせて、血圧を下げる交感神経抑制薬などがあります。どのお薬を服用するかは、年齢、高血圧の程度、高血圧以外の病気があるか、それがどのような病気かによって選択されます。お薬1種類では、血圧を適正にすることができない場合も多く、2・3種類服用されていることがあります。しかし、最近では1日1回の服用で済むものも多く、1錠で2種類の薬剤が入った合剤と呼ばれるものもあります。

このようなお薬で血圧を適正に保つことで、脳卒中、心筋梗塞、腎臓病などの発症の確率を下げるができます。また、血圧を下げるだけでなく、心臓や腎臓を保護する作用があると言われていたお薬もあります。

一方で、服用時、副作用にも注意が必要です。具体的には、動悸、頭痛、ほてり感、むくみ、咳などがあります。利尿薬では、脱水症状、交感神経抑制薬で徐脈などがあります。食品などの飲み合わせとしては、血管拡張薬の中には、グレープフルーツと相性が悪く、薬の効果が強く出るものもあります。

基本的には、過剰な塩分の摂取を控え、適正な体重を保ち、また野菜や魚中心の食生活にする。可能であれば適度な運動を行なうなどの生活をおくることが大切です。しかし、それでも血圧が高い場合には、お薬が必要になりますが、血圧を適正にすることで様々な病気の予防にもつながります。

このように、高血圧のお薬には、数種類のものがあり、それぞれ特徴があります。お薬を効果的・安全に使用するには、用法・用量を守り継続することが必要です。副作用や飲み合わせに関しては、医師・薬剤師にご相談ください。

薬 剤 科



Idea of Maizuru Kyosai Hospital

舞鶴共済病院 理念

当院は患者様に良質で
安心していただける医療を
提供いたします

Basic Policy

基本方針

1. 良質で安全な医療

私達は安全で質の高い医療をめざし患者様の信頼を得るよう全力を尽くします

2. 患者様を中心とした医療

私達は患者様の人格・権利を尊重し充分な説明を行うとともに
患者様の了解のもとに医療を行います

3. 地域との積極的な連携

私達は地域の医療ニーズに応え地域と密接な連携を大切にします

maizuru kyosai hospital



透析センターの紹介

慢性腎臓病(CKD)とは?

Chronic Kidney Diseaseの略語

2002年に提唱された新しい病気の概念です。

定義

- ① 3か月以上続くタンパク尿など、腎臓病を疑う所見。
- ② 3か月以上糸球体ろ過量が60ml/分未満
- ①②のいずれかを満たす状態

CKDは糸球体ろ過量の値によりステージが分類されます。ステージによって透析や腎移植が必要になってきます。

CKDの症状……

初期にはほとんど自覚症状はありません。定期的に尿検査や血液検査を受け、定期的な受診と必要に応じて腎臓専門医の診察が必要です。

腎不全とは?

腎臓の働きが正常の15%~30%以下になり、体内の老廃物や余分な水分を排泄できない状態をいいます。急性腎不全(大けがやショックなどで数時間から数日で腎不全になる場合)と慢性腎不全があります。治療は透析療法のほかに、腎移植という方法もあります。

透析療法

腎臓の働きが正常の10%以下になると、透析療法が必要になります。透析療法には血液透析・腹膜透析があり、患者さんの病状やライフスタイルに応じて何れかを選択できます。

施設概要

- ベッド数: 29床
- 稼働日: 月曜日~土曜日 8:00~18:00
- スタッフ: 医師…………… 4人
看護師…………… 11人
メディカルクラーク…………… 1人
臨床工学技士…………… 3~5人
- 透析患者様の数: 約130人

透析センターでは、月曜日~土曜日の8:00~18:00まで、午前午後の2クール(透析時間は3~4時間)で、約130人の患者さんの血液透析(約100人)と腹膜透析(約30人)を行っています。他にも、除水目的のECUM、高脂血症に対して選択的LDL吸着除去法、また血漿交換などの治療や、ICUへの出張透析・CHDF、エンドトキシン吸着などを臨床工学技士と共に行っています。

29床で、1日50~58人の患者さんの透析を行っているため、透析の終了と開始が重なる時間帯は大変複雑ですが、「安全・安心な透析」を部署目標に掲げ、医師をはじめスタッフ全員が最大限協力して安全確保に努めています。また、若い患者さんから高齢の患者さんまで、それぞれのライフスタイルに合った日常生活が送れるよう、QOLの向上を目指して患者さんと共に工夫を重ね、より良い看護が提供できるよう頑張っています。

看護の質の向上を目指して看護研究や業務改善にも積極的に取り組み、毎年開催される透析学会ではその成果を発表しています。





臨床工学技士の仕事

臨床工学技士は、近年の医療機器の目覚ましい進歩に対応するため、1988年に制定された新しい医療技術職で、当院には11名在籍しています。

臨床工学技士の仕事は、「生命維持管理装置の操作及び保守点検を業とするもの」とされています。生命維持管理装置とは、呼吸(肺)・循環(心臓)・代謝(腎臓)の機能の一部を代行する装置です。

具体的には、

1. 人工呼吸器…呼吸の補助(呼吸不全・心不全など)
2. 人工心肺装置…心臓・肺の機能代行(心臓を止めて行なう手術で使用)
3. 経皮的な心肺補助…心臓・肺の機能代行(心筋梗塞・重症心不全)
4. 大動脈内バルーンポンピング…循環補助(心筋梗塞・心不全)
5. 人工透析…腎臓機能代行(腎不全)

などがあげられます。これらの装置の操作や保守点検を行なうのが主な仕事であり、働く場所は手術室であったり、心臓カテーテル室であったり、透析室であったりと様々です。

このほかにも、病院内で使用する数多くの医療機器の点検やメンテナンスを行う機器管理の仕事も行っており、誤作動防止や事故防止等、医療機器の安全使用に寄与しています。



人工呼吸器



血液浄化



人工心肺

平成23年度 新入職員歓迎ボウリング大会

去る5月14日(土)に、マリンボウル(舞鶴市北吸)にて「平成23年度 新入職員歓迎ボウリング大会」が開催され、新入職員を含む総勢58名が日頃の運動不足解消と職員間の親睦を深めるべく、集結いたしました。今回は、その結果をご報告したいと思います。

大会は、4人(または3人)を1チームとし、団体の部と個人の部での成績を競います。ボウリング大会の風景。皆さん楽しそうです。

団体の部では、草刈恵美江さん(治験管理室長)・田村淳さん(医事課)・明尾美幸さん(新館3階)・森川美奈子さん(新館3階)チームが優勝。中でも、草刈室長と田村さんは第1フレームから第4フレームまで全てストライクというハイレベルな競演を見せ「夢の300点」へ周囲の期待も高まりましたが、途中でレーンが故障するというハプニングもあり、敢え無く失速(><)!しかし、充分すぎる活躍でチームを優勝に導きました。また、草刈室長は個人の部でも優勝し、見事二冠を達成!そして、新入職員の間で競われた「新人賞」は、栄養科の藤井静さんが栄

冠を手に入れました。

毎年思うことですが、職員の皆さんが楽しそうにボウリングをしているのを見ると、このような催しが職員同士のコミュニケーションや仕事への活力を生むことに一役買っていると感じました。

最後になりましたが、企画・運営を担当いただいた眼科・小林久人体育部長、本当にご苦労様でした。今後も楽しい行事を期待しています!(^^)!

広報委員会



団体の部、優勝!!
右から、草刈室長、森川さん、明尾さん、田村さん
(息子の侑太くんを肩に乗せてガッツポーズ!)。おめでとうございます!!



表彰式的一幕。
新人賞の藤井さん(写真右)は、
管理栄養士として活躍中です(^^)

食に関する豆知識

子供の日〈端午の節句〉

五月五日は子供の日、別名・端午の節句といわれています。
端午とは、月の初めの午の日の意、古来中国では、午(うま)の日を忌み嫌い、その日は葉草を用いて身を清めけがれを払いました。

家の門口には、蓬(よもぎ)で作った人形をつるし、菖蒲(しょうぶ)を入れた酒を飲み、鬺を浮かべたお湯に身を洗って、午の日のけがれを払ったとされています。

午の字は五の意味にとられ、五と五が重なる五月五日にこの厄除けを行うようになりました。

この風習が伝わったのは奈良時代で、厄除けと言う意味から男子の健康と成長を祝う日として五月五日が定着していったようです。

また、この日にちまき(茅巻)や柏餅を食べる由来も、中国故事にもとづいているようです。

昔、中国の楚(そ)の国の詩人・屈原(くつげん)は、告げ口によって、王にうとまれ、自分の潔白を証明するために川に身を投げ、それを可哀相に思った姉は、弟・屈原を弔うために茅巻を作って川に投げました。それにより、村の人々が毎年、屈原の命日である五月五日に茅巻を供えて供養したと言います。

茅巻は、もち米やくす粉などで作った餅を、茅(ち)という草の葉で巻いたものですが、現代では、茅の代わりに笹の葉や柏(かしわ)の葉で巻くので、柏餅と呼び習わすようです。



国家公務員共済組合連合会 舞鶴共済病院
介護老人保健施設

すこやか森 ニュース



桜が咲き、散っていきました。3月11日に起こった東北大震災によって日本中が凍りついたようになりました。季節は巡りますが、まるで日本中の人の心が何か今までと別の世界に入ったようになってきたように思います。三陸海岸を襲った大津波、人知と科学の粋であるといわれた原子力発電所の重大事故、これからの文明の在り方、日本の国の在り方も問われることになりました。「ひとはどこから来てどこに行くのか」、一人ひとりの中で深く考えなおすときが来ているようです。

散る花の 涙の中に たたすみで

施設長 松本 繁世

第9回 「一歩の会」 「なごみの部屋」 作業活動紹介

長い長い冬が終わり、心も明るくなる春がやってきました。

作業の会では、寒い間も、編み物や縫い物、俳句など様々な活動をしてきました。

「わかば振興協会 冬期俳句コンクール」

に2名応募したところ、1000通の応募の中から、約70位までの佳作入選1名、また奨励賞1名、という嬉しい結果を受け取りましたので、ご紹介いたします。お二人に大きな拍手を送りたいと思います。

富子様作品

雪と
今年く
目を細め

雪晴れと
云う美しく
有難く

林様作品

非常時に
我不甲斐なき
涙する
(地震のニュースを見て)

目が覚めて
妻の移り香し
今ほりなし

如月に
入れば過ぎにし
日よ恋し

俳句

すこやか農園

冬の間も、白菜やレタス、イチゴなどなど、松本先生が丹精込めて育ててこられたすこやか農園。やっと待ちに待った春が来て、利用者様も一緒にできる季節となりました!



今年度の記念すべき第一弾は、「じゃがいも植え」です。

皆様、水を得た魚のように、畑で生き生きとした姿が見られました。大きく育ちますように!

レクリエーション行事 お花見

今年の開花予想はどんどん遅れていき、4月1日にはまだほころぶ気配すら感じられませんでした。

「せっかく行くのに、花が何もないなんて!!」とあせる職員!!

急遽、いろいろな人からの情報を集めて、綾部の「松原梅林」に行き先変更しました。

当日は、お天気に恵まれ、お出かけ日和となり、利用者様も、久しぶりの日光浴に心も体もポッカポカ。綾部のおいしい空気をたくさん頂きました。



編み物

皆様ご存じのアクリルたわし。

施設の厨房のシンクや、利用者様が使用される洗面所を磨く際にとっても役に立っています。

棒針・かぎ針の得意なほうで編んで頂いています。

短時間で完成するので人気の作業です!

