



ドクタートーク

スポーツ整形外科について



田島 卓也



みなさんこんにちは。整形外科非常勤医師の田島卓也です。2006年3月まで橘病院常勤として勤務していましたが、現在は宮崎大学医学部付属病院整形外科で勤務しており、毎週火曜日の午後に(関節鏡手術があるときは午前から)、橘病院で外来業務をおこなっております。専門はスポーツ整形外科で、小学生から高齢者まで、レクリエーションレベルからトップアスリートまで個々の状況に合わせた治療を行っております。現在は小学生のスポーツ少年団や中高年のスポーツ活動が盛んになってきており、スポーツに関するケガや障害が年々増加傾向にあります。一概にスポーツでの傷害といっても、ケガの重症度はもちろんのこと、競技種目や競技レベルそして患者さんを取り巻く環境(たとえば試合・大会が近いのか、進路がかかるのかなど)によって、治療法は異なります。なるべく安静期間を少なくし、試合や大会などに出場することを目標に治療したいと考えていますが、ケガの種類や重症度によっては試合などを断念せざるをえないケースも出てきます。また、同じケガでも同じように治療しても、回復具合には個人差がありますので、早く復帰できるひと・遅くなってしまふひと様々です。また、同じケガでも競技種目によっては早く復帰できるケースとそうでないケースが出てきます。なるべく患者さんの希望に沿うように、早め

に復帰できることを心がけて治療していきたいと思えます。

また、中にはどうしても手術が必要なケースも出てきます。現在は関節内のケガであれば7ミリほどの傷で手術可能な関節鏡手術も発達してきております。半月板損傷等の治療はもちろんのこと、靭帯再建術なども関節鏡で可能となっておりますので、スポーツ外傷に限らず、関節の痛みがあれば相談してみてください。

婦長さん・主任さん

2階病棟

看護主任 郡田 真由美

皆様こんにちは。

2階病棟で主任をしております郡田真由美です。「こおりだ」と読みます。



橘病院には、平成16年12月に入職し外来で2年4ヶ月勤務

後、2階病棟に異動して1年半が経ちます。病棟勤務は10年以上離れていたため、不安と緊張の連続でしたがようやく慣れてきたところです。

2階病棟は、当院に入院される患者様が最初に入られる病棟です。患者様は、入院による不安やストレスを色々抱えておられることと思います。患者様の不安やストレスが少しでも軽くなり、入院後の生活を快適に送れますように、やさしさと笑顔での対応を心がけていますがまだまだ足りない事ばかりです。何かお気づきの事がありましたらいつでも声をかけて下さい。

また、当院は2階に一般病床と亜急性期病床、3階に回復リハビリテーション病棟を併設していることもあり、部屋移動が多く患者様にはご迷惑をおかけしています。できるだけ少ない回数での移動で済むように日々努力していきたいと思えます。

薬剤科だより

今回はお薬手帳について説明します。

薬局や病院で「お薬手帳はお持ちですか？」と聞かれることがよくあると思います。

薬が処方されるとその薬の名前、効能、注意しなければならないこと、副作用等をお薬手帳に記入します。また、前回処方された薬の内容と比べて内容に代わりがないか、変わっていたらそのことについて患者様がどのように病院の先生から説明をうけられたかを確認したり間違いではないかなど病院へ直接聞いたりして処方箋とお薬手帳でよく吟味します。さらに他の病院にもかかっている場合、同じような効能の薬がでていないか(重複投与の確認)、飲み合わせはどうか(相互作用の確認)などいろいろとチェックします。患者様にもいろいろな質問をして副作用が現れていないか確認したりします。患者様が安全に効果的に薬を服用する為にお薬手帳は使われています。



そこで、『お願いその1』

「毎回同じことをこの薬剤師はきいてるな～」とか「そんなこと聞く必要あるのかな？」と思われることもあるかと思いますがそれは患者様のお薬に対する薬剤師の義務であり又薬を安全に、効果的に使うために必要なのできちんと答えてください。

『お願いその2』

病院受診の際や薬局でお薬を貰うときはお薬手帳を必ずお持ちください。たまに1人で何箇所も病院をかかっているその病院の薬局毎にお薬手帳をもらっていてその病院の薬しか記入されていない手帳を見かけますが、何箇所病院にかかってもお薬手帳は1つにしてもらってください。他の病院の薬が書いてあってもかまわないです。それどころかその方がチェックできてかえってよいのです。

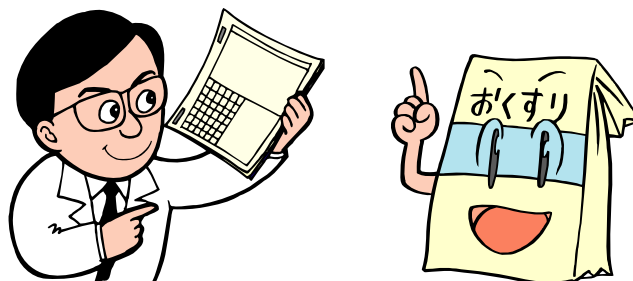
『お願いその3』

病院やクリニックだけではなく「薬局、薬店、ドラッグストアなど」で一般の薬等を購入する時もお薬手帳をだして病院の薬と影響がないか薬局の薬剤師に見てもらってください。お薬によっては病院の薬とのみあわせが悪い場合や同じような作用のものもあります。時には思わぬ副作用がでることもあるのです。そして購入し、服用している薬、健康食品もお薬手帳に記入してもらってください。

最後に

当院の薬剤科は薬剤全般に関わっています。が、その活動は縁の下の力持ち的な部分が多く患者様にも時々看護婦さ～んと呼ばれることもしばしば。緑色の上着に白色のパンツの制服を着ていますのでお薬に関することはなんでも聞いて薬剤師をもっと活用してください。

橘病院薬剤科長 長 貴子



院内研修発表会

平成20年10月11日(土)第6回院内研究発表会が100名の職員参加により行われました。各部署とも色々な角度から調査をしたり、データを集めたりして準備をしてきました。

当日は工夫を凝らしたスライド等を使用し、発表者は緊張の中すばらしい発表が出来たように思います。今後その結果が私たちの力になれば良いと思います。



① 3階病棟	人工膝関節症術後の在院日数短縮にむけて
② リハビリ	精神機能と日常生活動作の能力の関係性についての一例
③ 事務室	受付業務の現状把握及び業務改善について
④ 手術室	術前訪問の充実化
⑤ 放射線科	立位膝関節正面撮影の意義～特に内側型変形性膝関節症末期について～
⑥ 検査科	整形外科の血管エコー
⑦ 外来	外来における注射業務の安全性にむけて
⑧ 薬剤部	TKA患者のヘモグロビン値の変化について
⑨ 2階病棟	アリクストラを導入して

院内研修会

11月22日(土)

「インフルエンザ予防」について院内研修会
参加者 53名

(職員アンケートより)

- ・予防対策をしっかりと実施していきたい。
- ・手洗い、うがいを十分注意したい。





『膝人工関節手術を受けて』

小松 キク子



数年前から、膝の痛みに悩まされてきました。そのせいで、自分の身体がうまく動くことが出来ず、歯痒い日々が続いていました。

あれは忘れもしません、平成18年11月23日、腰に激痛が走ったのです。とうとう1人では立つことも出来なくなってしまったのです。以前から、あちこちの整形外科には通っていましたが、一向に良くなりませんでした。

その時、友人から橘病院の柏木先生の話聞き、診察に行ってみようと思いました。

手術を決断するまでに時間がかかりましたが、手術を受けた方々や、先生の分かりやすい説明を聞いて理解することができ、不安が吹き飛び、先生にお任せしようと思いました。

今では本当に手術を受けて良かったと実感しています。以前のようなあの痛みが嘘のように消えたことが幸せでなりません。今後、もう片方の手術も是非お願いしたいと思っています。迷いはありません。柏木先生ですもの!!

入院中は、柏木先生やいつも笑顔の看護師さん、頑張る勇気をくれたリハビリの先生、その他たくさんの方々に支えられながら過ごせた日々、とても感謝しています。今は、入院中にできた友達と連絡を取り合い頑張っています。本当に有難うございました。

『前向きな人生』

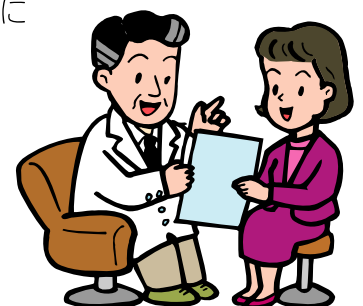
川口 厚子



病院から届いた広報誌、楽しく読ませていただきました。思いもかけない右股関節の手術、それから4ヵ月後、またしても左股関節の手術と、何と不幸な人生かと。今まで病院とは縁の無かった私が、1年に二度までも入院生活を余儀なくされ、痛みと情けなさに涙した私でした。

でも、術後、毎日笑顔で回診してくださる柏木先生、また多くのスタッフの皆さんの優しい言葉、日一日と足が良くなるにつれて、皆さん方の温かい気持ちに接して、入院生活の楽しさを味わうことが出来ました。

あれから二度目の冬を迎え、日ごとに良くなる自分の足に感謝しながら、今では仕事にも復帰。大好きな趣味にも汗をかき、有意義な日々を送っております。これも先生始め、多くの皆さん方の支えがあつてのこと、うれしさと感謝でいっぱいです。本当に有難うございました。年に一度の検診日にスタッフの皆様方に逢える日を楽しみにしております。





ご意見箱コーナー



当院では、より質の高い医療サービスをご提供できるよう、また、ご来院いただいた皆様にご満足いただける病院づくりのため、皆様からのご意見・ご要望・苦情をお聞かせいただく『ご意見箱』を設置しています。

いただいたご意見につきましては、理事長、院長、職員全員が拝読し、“患者様に満足して頂く為にどうすれば良いのか？”“どのように改善すべきか？”などを検討しています。

★いつ来ても、待ち時間が長い。リハビリの老人を分けて欲しいと思う。足や手を傷めた患者から見ると、健康に見える年配の方が多すぎるように思えてならない。

★毎日大人数の患者を診て大変かと存じます。ありがとうございます。お願いの件です。会計の時間が長すぎます。毎回30分以上です。改善してもっと早く出来るように希望します。私一人の意見でなく、多くの皆様の意見です。

★リハビリにきていますが、診察までに1時間まっています。まだ呼ばれません。改善が必要なのは……

■ 回答 ■

待ち時間短縮のために、それぞれのスタッフが協議しながら改善を図っていますが、今後も出来るだけ短くしていくよう努めます。(柏木 輝行)

★リハビリ前の診察はいかがなものか？何の意味があるのでしょうか？

- ・診察を希望するものだけでよい
- ・せめて1ヶ月に1～2回にして欲しい。
- ・時間の無駄 診察を受けて何のメリットもありません。中止して欲しいです。

■ 回答 ■

担当医がその日の血圧や顔色、表情に加え症状を確認しなくては、リハビリは出来ないと思います。(柏木 輝行)

★最近のシステムについて意見させて下さい。私は、ほとんど毎日リハビリに来ていますが、今診察をしてから4Fリハビリ室に上がっていますが、予約の時間に間に合う様に来院しているのですが、どうしても1時間近く、ひどい時は1時間以上待たされます。ただ、だからリハビリに来ているわけではなく、1日でも早く治りたいがため、こつこつと通いつけているのです。午後2時からの診察も始まりが2:20とか早目早目に始めることもなく、問診の内容も「昨日と変わらないですか？」だけで終わって、何も無いにこしたことはないのですが、1時間以上も待っている間がとてもストレスを感じます。仕事をしながら通っている患者さんはもっと困ると思います。リハビリの診察だけでも、もっとスムーズに行く様にできないものでしょうか？いざ4Fに上がっても、時間の調整がとれず、メニュー通りに運びません。考えて欲しいです。

■ 回答 ■

リハビリの予約に間に合うよう、受付、外来看護師、担当医が時間配慮するように頑張ります。(柏木 輝行)

★薬だけもらうのに診察を受けなければならないのが一番苦になります。

■ 回答 ■

薬の処方が必要かどうか、処方の内容が適切かどうか、症状と経過をみて行わなくてはなりません。(柏木 輝行)



アメリカ生活 ⑧ (前回のつづき)

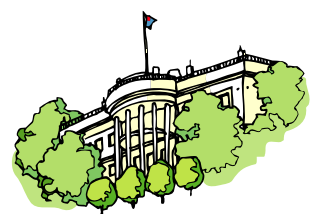
アメリカの生活もあと5ヶ月という時でした。はずれたさし歯を見つめながら、考えました。前歯がないまま過ごそうか、恐ろしいけどまた歯医者に行こうか……。

そんなことを考えていると、前の研究室のスタッフも、ワシントンのスタッフもみんな歯がやたらきれいなことに気づきました。そういえばアメリカの水道水には全てフッ素が混入されていて子供の虫歯発生率は低いと聞いたことがあります。スーパーの歯ブラシなどが売っている、デンタルコーナーは、どのスーパーでも日本の3倍から5倍ぐらいのスペースに大量に見られます。虫歯も痛みも無いのに定期的に歯のクリーニングに行っている人がいっぱいいてびっくりしました。そんな人たちの中では前歯のないまま過ごせないな、ということで歯科を紹介してもらいました。そこもやはり不器用で怖かったものの装着完了し、4ヵ月半は無事でした。研究も終了し、出国まであと2週間、ワシントンからハワイ経由で日本に帰国する予定でしたので、ホテルより

ハワイの歯科探しが先でした。しかし、もう歯科の予約も受付も問診表の記入も手慣れたもので、ハワイで最も歯科受診が得意な日本人になっていました。

帰国してからは、大嫌いだっただ歯医者さんに定期的に歯の手入れをしていただいています。虫歯なんかももちろん、歯と歯茎の間隙間は2mm以下、3mm以上あってはいけません。歯ブラシだけでなく、歯間ブラシやフロスもあたりまえ。歯周病が糖尿病などの成人病に関連しているという報告もあり、歯科受診は健康への第一歩です!

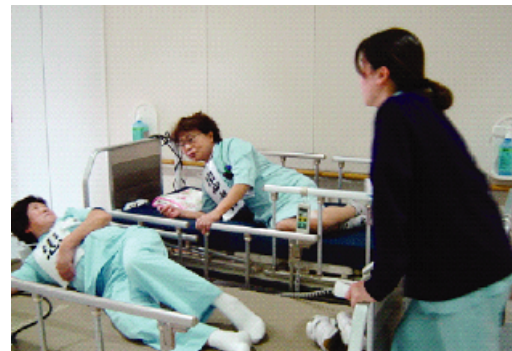
(スーパーでアメリカ人の店員さんに英語で、コショウ(料理に使う胡椒)はどこ？と聞いたら、文房具コーナーに案内されてしまいました。次回は発音の話です) つづく 柏木 輝行



防災訓練

10月30日(木)

夜間帯での火災を想定し、
防災訓練を行いました。



〔短歌〕

「腰痛に 痛みを胸に しのばせて
あざみの歌を 心のかたと」

「介護士に 支えられつつ 車椅子
満身こめて 立ち上がる意気」

「帰省せし 娘の介護に 安堵の日々を
去りし後 想いははせる」
鬼束 久代

「生きようか、自分の足で 歩けたら、
も一度生きて みようか。と言う。」

365日の何十年も、重い体重をささえて、それでも
尚も、全体重の一番下でがんばっている足のことを、
私は、「ハッ。」と一番大事と気がついたので。

もし、歩けなくなったら、まずお金を下ろす時、暗
証番号を誰に教えて下ろして来てもらえばいいの？
その時、残が少ないと笑われやしないだろうかと思
えたりしました。

ATMは、私の座位から高く、立てなかったら指が
届かないのです。座って下ろせるATMが無いと、や
はり人から下ろしてもらおうのです。そして、そして
笑われるのかも。この細い二本の足って、なんと
強く、偉すぎると、死ぬ前になってやっと恥ずかし
ながらわかったしだいであります。

大平 白沙

標語

9月

☆何事にも ありがたいの 感謝の心

10月

☆「危ない!」と感じた時に改善を
次に危険を持ち込まない

11月

☆思い込み 勘違い 作業の前にもう一度確認を!

12月

☆慎重で丁寧な作業 患者様への 安心に

1月

☆二重チェックと 心のゆとりで 医療事故防止!

橘病院の理念(私たちがめざすこと)

当院は「医療の質の向上」を追求し、患者様(家族)と職員・スタッフが
ともに「心ゆたか」になれる病院を目指します。

患者様の1日も早い社会復帰(家庭、就労、就学など)を願い、地域住民
から安心され、信頼され、共感を得られる病院づくりを目指します。

- 皆さんから何か疑問に思われることやご質問があれば、当院の医師、
看護師、理学療法士、栄養士、薬剤師、放射線技師、事務員がお答えい
たしますので文書や口頭、メールでかまいません。お寄せください。

(メールアドレス info@tachibana-hospital.jp)

広報委員

新留 ひとみ・森山 善子・中村 みゆき・池之上 浩紀・川崎 由紀子・山元 加代子
山下 みさ子・増田 真樹・山口 光生・小川 達矢・野口 勇樹・椎葉 まさみ
去川 望水・和田 麻衣・岩崎 綾・藤野 八百子