



広報

平成24年7月1日発行

たちばな

第21号

(財)日本医療機能評価機構認定病院

橋病院

整形外科専門病院

TACHIBANA HOSPITAL

<http://www.tachibana-hospital.jp>

通所リハビリ紹介

理学療法士 阿蘇品 裕

皆様 こんにちは。通所リハビリテーションに平成22年7月から勤務しています。阿蘇品裕です。橋病院に併設する介護施設「通所リハビリテーションたちばな」についてご紹介します。当院の通所リハは、平成20年9月に始まり、今年で4年が経ちます。場所は橋病院旧館一階の北側。西口の玄関を入れて左に進めば見つかると思います。「通所リハビリテーションたちばな」は介護保険を利用する施設になります。ここでは利用者の方々が日々、汗を流しリハビリに取り組まれています。

通所リハビリテーションの効果



一人一人の状態に合わせた個別リハビリやマシンによる筋力訓練により、転倒予防、体力維持・向上等の効果を得ることができます。

週に1~2回程度利用することで他の利用者や通所リハビリスタッフとの交流を持つことにより気分転換や精神面でのリフレッシュを図り、閉じこもりを防ぐ効果が期待できます。



これらのことが結果的に外出の機会を生み出すことに繋がり、普段の生活における活動量の維持・増大が期待されます。介護保険更新時に介護度が軽くなる。あるいは変化は無かったが、自分に自信を持つことにより、通所を卒業され、自分らしく生活を楽しまれるという方も年に数名ずついらっしゃいます。全ての利用者様が3ヶ月に一度基本としている測定を行い、利用者様は現在の状況を確認することが出来ます。その結果をもとに利用者様各個人の目標を設定することで運動の張り合いを持たれています。

「通所リハビリテーションたちばな」では利用者の皆様にご利用して良かったと思って頂けるよう努めていきます。この広報をお読みになられて「通所リハビリテーションたちばな」に興味を持たれた方は是非体験に来てください。

主治医の先生や病院内のスタッフに気軽に声をかけていただければ体験の日程など調整いたします。今後とも「通所リハビリテーションたちばな」をよろしくお願いいたします。

薬剤科紹介

皆様、こんにちは！今回は病院の薬剤師の仕事について紹介したいと思います。

薬剤科では、医師・看護師等に対する医薬品情報提供にも積極的に取り組み、チーム医療における「薬のスペシャリスト」として、調剤や製剤はもとより薬物動態に関する知識、及び最新の薬剤を提供しています。また、患者さまの健康の維持管理及び向上に貢献するため、常に医薬品の品質、有効性及び安全性の確保に努め、安全かつ適切な薬物療法が提供できるよう努力しています。また、薬剤師の活動は病院の中だけではなく、他の調剤薬局と情報を共有し、連携して患者様が安全安心にお薬を使用できるように努めていきます。お薬について心配なことがありましたら、ご遠慮なく薬剤師にご相談下さい。



業務内容

薬剤科は名前の示すように薬に関する次のような様々な業務を行います。

■ 調剤業務

入院患者様の内服薬（飲み薬）、外用薬（シップや塗り薬、坐薬等）、注射薬を医師の指示の元、患者様ひとり分ずつ準備し払い出します。このとき、薬の相互作用（飲み合わせ）や重複投与（同じ作用の薬が出されていないか投与量は適切か）、患者様が以前アレルギーや副作用を起した薬でないかなど様々なことをチェックします。

入院された患者様が当院を含めて今現在服用中のお薬は全て薬剤科でチェックします。手術をする場合にはさらに手術に影響する薬剤がないか確認し必要に応じて服用を一時中止していただく場合もあります。最近では健康食品やサプリメントなどを利用されている方も多いのですが成分によっては手術に影響したり他の薬との飲み合わせが良くない場合があります。入院時にはお薬だけでなくサプリメントなどの確認も行いますので、服用している方は必ずお知らせください。

当院では、ほとんどの患者様の服用する薬は1回分ずつ分包（パックづめ）します。分包機を使い患者様の名前、服用する日付を印字してお薬を服用しやすくしています。

■ 服薬指導

入院患者様のお部屋に伺ってお薬の効果や必要性、服用方法、副作用の有無の確認、服用する際の注意点などの説明などを行います。

■ 医薬品管理

お薬の品質を保つ為に保管状況の管理（温度、湿度の管理）や使用期限の管理、在庫の管理などを行います。

■ 医薬品情報業務

お薬に関する様々な情報を収集、整理し必要な内容を医師や看護師、患者様へお知らせします。医療は日々変化し進歩しています。お薬も新しい薬が発売されたり、今まであった薬でも新たな効能が認められたり、使用方法が変わったりすることがあります。又逆に、今まで効能があると思われていたものが効果が少ないと判断され使用できなくなったり、副作用が追加されたり、削除されたりします。それらの情報をとらえ皆様の治療に役立てられるように、いろいろな方法で情報を入手したり、研修を行ったりしています。

■ 血液の管理

当院では手術予定の患者様の中で輸血が必要な場合、患者様自身の血液を事前に採取し（脱血）専用の冷蔵庫で適切に保管しています。自己血を使用しない場合には日本赤十字センターより血液を取り寄せて輸血します。その血液の発注と保管管理を行います。

主任紹介

外来主任
山下 理恵

皆様、こんにちは。

H22年10月より外来の主任をさせて頂いている“山下 理恵”です。橘病院へはH17年5月に入职し、早いもので6年が経ち7年目を迎えようとしています。

入职から現在までの6年の間に結婚・出産をし、今では5歳(長女)・3歳(長男)・1歳(次女)の母となりました。仕事と家事・子育ての両立は忙しくもありますが、かわいい子供たちの笑顔や理解ある夫の協力に支えられ毎日楽しく過ごしております。



私は、入职時外来に6ヶ月、その後2階病棟勤務を経てH21年4月より外来勤務へ…

外来では、診療補助業務や処置介助、人工関節のパンフレット説明、入院案内などを通し来院された患者様に関わらせていただいています。まだまだ経験も浅く主任として、至らない点も多いですが、毎日来院される沢山の患者様の痛みや不安などが一つでも解決また軽減できるよう医師とともに何かお手伝い出来ればと思い、できるだけ多くの患者様へ声かけすることを心がけ、毎日奮闘中です。診察・治療内容、検査などについて何かご不明な点や待ち時間等についても遠慮なく声をかけていただけたら幸いです。また診察や処置などの待ち時間が少しでも短縮できるよう外来スタッフ一同努力していきたく思います。

2階病棟主任 尾園 仁郎

こんにちは。平成24年4月1日より、2F病棟の主任となりました、尾園仁郎と申します。主任となり、まだまだ勉強不足な私ですが、他のスタッフに協力をもらいながら、日々の業務に取り組んでいます。いつも笑顔で、優しく対応するということを念頭に置きながら、頑張っている私ですが、時には厳しくなる面も出てくるかもしれません。その時は、優しく見守ってください。2F病棟は、急性期(術前・術後 入院初期)の患者様が多い病棟ですので、バタバタとしている時があるかもしれませんが、優しいスタッフばかりですので、どんなことでも気軽に声をかけてください。



私のことを少し紹介したいと思います。1つの趣味として、社会人サッカーをしています。サッカーを見るのも大好きですが、実際にサッカーをするのがとても面白く社会人リーグに参加し、月1回程度試合にも参加しています。好きなことをしている時間はあっという間に過ぎますよね？何か趣味があると生きがい感じますよ。身体を動かす事はとても大切な気がします。

今年の4月に、第2子も誕生し、嫁・子供2人の家族4人で暮らしています。子育てに悪戦苦闘しながらも、日々子供の成長を見るのは、とても嬉しく楽しい日々を過ごせています。ちなみに娘は嫁には出しません！とすでに考えていたりします(^^;)。

これからも仕事・子育てに取り組んでいきますので皆様何卒よろしく申し上げます。

『膝人工関節手術を受けて』

香川 和子

私は、23年1月と2月に両膝の人工関節の手術を受け、3月末に退院することができました。自宅で運動と筋力の増強を考えながら頑張ってきました。リハビリの先生の所に週1回通っています。

10月と11月に車で主人と友達、妹と四国八十八箇所霊場へんろに行きました。自分の足で歩くことのうれしさ、だいじょうぶでした。柏木先生、スタッフの皆様のおかげでございます。心から感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

『主人が左右の人工膝関節を手術して』

後藤 重隆

早いもので5年経ちました。手術前は痛くて顔をしかめて、歩くことも出来ず、笑う事もなく苦しんでおりました。膝関節の手術のおかげで2ヶ所の病気が見付き、その病気の手術もして元気に成りました。本当に良かったです。今では毎日歩いたりグランドゴルフ行ったり又自転車で遠くまで行くようです。今は普通の人と変わらない位歩けるようになりました。5月20日宮崎でねんりんピック大会があります。それに主人がグランドゴルフに参加します。楽しみにしているようです。

これも柏木先生始め、病院スタッフの皆様のおかげです。本当に感謝しております。

本当にお世話になりました。

主人が書きませんので私が書きました。代理ですみません本当に感謝です。

(後藤様の奥様より)

『人工股関節の手術を受けて』

吉永 教子

私は12年前に人工股関節の手術をしました。柏木先生のやさしい言葉に何の不安もなくすぐ手術をして下さいとお願いしました。リハビリも順調に進み2ヶ月位で退院する事ができました。病院の皆様には大変お世話になり本当にありがとうございました。

退院後、3ヶ月目には職場に復帰し毎日の立仕事にも足の痛いことはありませんでした。64歳まで仕事を続ける事が出来ました。それからは、犬を連れて毎日1時間近く散歩をしています。まったく痛みはありません。年1回の検査でもなんの異常もなく1mmのズレもないとの事。先生の言葉にそのつど大変喜んでおります。

これからも年1回よろしく申し上げます。

『人工関節手術を受けて』

市成 ミヨ子

貴院の広報誌を拝読させていただきました。私は、始良市在住ですが、柏木先生の名声は存じ上げておりましたので左膝が痛くなり、22年9月入院し人工関節の手術を受けました。術後は痛みもなく、少し不謹慎と思いますが、上膳下膳でのリハビリの合間には読書をしたり自由な時間を楽しみました。入院のことを秘密にしておりましたので見舞客の差入れも無く病院食だけにしたので約2ヶ月で6kg減、良かったかな、退院後に週2回のグランドゴルフに復帰し23年2月には偕楽園梅の花見に行くことができました。

今寿を過ぎて、痛いところもなく野菜作り・薩摩狂句教室・旅行等好きな事ができる日々を感謝しながら過しております。

これも柏木先生や皆様のお蔭と感謝申し上げます。有難うございました。

(薩摩狂句)

お題 抵抗=むこつ

なでしこが アメリけ抵抗つ 世界一
(なでしこは世界一になった月の席題です)

お題 鈍い=ぬり

短気亭主 調子が合わん ど鈍り女房

『膝への想い』

牧寄 和子

久しぶりに橘病院に行きました。なぜか、柏木先生やスタッフの方にお会いするとホットします。待ち時間が長いのは少し気になるけどそれはそれなりに面白いこともあります。例えば看護師さん方の呼び声、語尾が上がったり下がったり。風邪のせいとか、かすれ声だったり等々…話は変わりますが、私は終戦直前の3月10日の東京大空襲、8月6日の広島原爆投下、更には尾道での夜間空襲、いずれも列車での通過中かその近くにいました(音大の疎開先への移動中)。その度に列車から飛び降りて防空壕に駆け込んだり、更には教職時代には夏季行事で浅間山をはじめ色々な山に登りました。その為に膝に多大な負担をかけたことはいなめません。その膝に何かと手をつくして下さる先生始めスタッフの方に心から感謝しています。もう私は85歳、いやまだ85歳、先日も音楽会を行なったばかりです。まだまだやりたいことがいっぱいあります。今後共に何かとお世話になることと思いますがよろしくお願い致します。

熱中症対策

皆様、熱中症対策は大丈夫ですか？

今年の夏も暑くなりそうですが、全国的に電力不足が懸念され、節電への協力も叫ばれています。節電に協力しながら熱さ対策を考えなければならず大変な夏になりそうです。

今回は熱中症対策についてお伝えいたします。

1、日常生活での注意事項

(1) 暑さを避けましょう

・日陰を選んで歩く、日傘・帽子を使用する ・ブラインドやすだれを垂らす

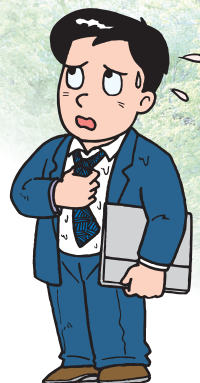
(2) 服装を工夫しましょう

皮膚表面まで気流が届き、汗を吸って服の表面から蒸発させることができるものが理想です。

(3) こまめに水分を補給しましょう

体温を下げる為には、しっかりと汗をかくことがとても重要です。暑い日には、知らず知らずに汗をかいていますのでこまめに水分を補給しましょう。人間は、軽い脱水状態のときはのどの渇きを感じません。そこで、喉が渇く前あるいは暑い所に出る前から水分を補給しておくことが大切です。

(4) 日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を身につけておくことで夏の暑さにも対抗しやすくなり、熱中症にもかかりにくくなります。



皆さん
今年の夏を元気に
乗り切りましょう!!



集団献血を実施しました!

6月6日に日本赤十字社の協力のもと、当院にて集団献血を行いました。当院職員は勿論のこと、外部の方にも協力を頂くことが出来ました。今回の集団献血では29名の献血を実施することが出来ました。当院で献血を実施するのは初めての経験でしたが、身近な社会貢献の一環として、また、当院でも輸血を使用する機会が多いので少しでも協力できたのではないかと思います。今回輸血に参加出来なかった方も、定期的に協力できるよう取り組んで行きたいと思いますので次回参加をよろしくお願いします。

痛く
ありません
ように…



ワンポイントアドバイス

【蒸しタオルを使った肩こり解消法】

蒸しタオルを作り、首から背中にかけてのせます。力を抜いて、そのまま顔を右向き、左向きに動かします。患部を温めることで、血行を促進させ痛みを和らげると共に、硬くなった筋を柔らかくする効果があります。



【テニスボールを使った肩こり解消マッサージ】

【側頭筋のマッサージ】

こめかみ付近にボールをあて、手のひらで軽く押さえます。手のひらを回しながらマッサージをおこないます。左右あわせて5分程度おこなってください。

※痛みやしびれがでた場合は、すぐに中止してください。



【肩・肩甲骨周囲のマッサージ】

両膝を立て仰向けになります。テニスボールをこっている部分に当て、上体の重みでボールを軽く押しつぶすようにし、前後左右に動かします。全体で10分程度おこなってください。



栄養科だより

夏期は食中毒の発生が一番多い季節でもあります。安心で安全な食事を頂くために、しっかり予防しましょう。

食中毒予防の三原則

『清潔』細菌をつけない

- ・手を洗う
- ・包丁・まな板、ふきんなどの殺菌
- ・調理場内の整理整頓
- ・ハエ・ゴキブリの駆除

『迅速』細菌を増やさない

- ・すみやかに調理してはやめに食べる

『加熱又は冷却』殺菌

- ・十分に加熱
- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下で細菌がふえるのをおさえる



旬の野菜 《きゅうり》

季節を問わずに手に入りますが本来の旬は夏の盛り。いぼがとがっていて、全体に緑色の濃い、みずみずしいものを選びましょう。

水分が多く、他の野菜にはない歯ごたえや、さわやかな味が楽しめます。ぬかみそ漬けにすると、ぬかのビタミンB1がしみ込んで、生のきゅうりに比べてビタミンB1含有量が5倍になるそうです。

☆しっかり食べて夏を乗りきりましょう☆



●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)