

架け橋

～広域紋別病院だより～



目次

1. 表紙（広域紋別病院特別演奏会）
2. 診療部から（総合診療科）
3. 医療技術部から（栄養指導係）
4. 看護部から（リンクナース会）
5. 新病院の医療機器紹介（臨床検査係）・職員の募集
6. 健康レシピ（薬剤係）
7. クイック検診について
8. 病院行事報告・編集後記

病院理念

みなさんと心をひとつに、互いに尊敬と感謝の気持ちを共有し、笑顔の医療を提供します。

- ・常に、質の高い医療を安全・確実に提供します。
- ・生命、人としての尊厳を敬い、心のかよう医療を提供します。
- ・人材の育成に努め、働く喜びを共有できる環境づくりを進めます。

診療部から

～ 自己紹介～



総合診療科医師 坂本正州

はじめまして。総合診療科の坂本正州と申します。今年の4月、鹿児島県奄美大島からここ広域紋別病院に赴任しました。

紋別から直線距離で実に2,000km! 今年のはじめに100数年ぶりに雪が降ったそんな亜熱帯の島です。

『あげー、ばーどー』救急外来で奄美大島のお年寄りたちはそんな言葉を口にします。

『あー、つらい(きつい)』そんな意味です。こちらに赴任してからは、『こわい』という言葉をよく耳にするようになりました。

はじめは言葉の意味に戸惑いましたが、『病院を訪れる方々の思いは、土地や言葉は違えど同じ気持ちである』そんな風に考えることができます。

やはりと言ってはなんですが、病院に行くとき、『つらい』『痛い』『だるい』『心配だ』そんな症状をすぐにとってほしい、または原因を知りたいと考えて受診される方がほとんどだと思います。

そんな時には総合診療科を受診してください。できる限り、ご希望に沿う診療を心がけたいと考えております。

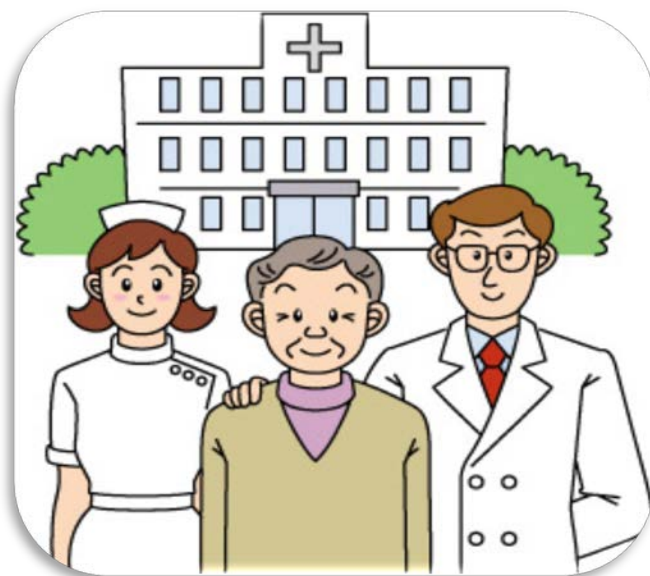
生活習慣病と診断されて『痛くも、つらくも、だるくもない』方も外来にはいらっしゃる人が多いです。

『病気だと言われたけど、何が今後自分に悪いのかわからない』『今後どうすればいいのか、何かできることはないのか?』そんなお悩みがあれば、診療の際にすこしでもお答えできるようにしています。

いつも通院している病気とは直接関係が無いようでも『前からずっと頭痛持ち』や『最近あまり眠れない』『腰が痛いんだけど、最近はしびれがある』などといったお悩みもお聞かせくだされば、必要な検査や、今後のことをお話ししたうえで、適切な診療科にご紹介できるようにしています。

お薬をもらいに来るだけの病院ではないように、患者様の悩みと病に寄り添う診療を目指しています。

あまり肩肘をはらず診察室の扉を開けてみてください。



医療技術部から

～ 栄養指導係 ～

【概要】

栄養指導係は、管理栄養士2名で構成されています。

主な業務は「栄養指導（外来・入院）」、「栄養管理」、「給食提供」、「特定保健指導」などです。

【栄養指導】

外来・入院患者様を対象に、1日に4つの枠を設けて約30分間の個人栄養指導を行っています。

患者様のライフスタイルを聞き取り、高血圧症、糖尿病、脂質異常症、腎臓病、心臓病…など様々な疾患についての食事療法を提案しています。



↑ 配膳前の食事の最終チェック

【栄養管理】

入院患者様のベッドサイドへ伺い、アレルギーの有無や摂食状況などの聞き取りを行ったり、食形態の検討や栄養補助食品の検討なども必要に応じて行います。

また、各病棟のカンファレンスに出席し、患者様の病状や治療について多職種間で情報共有・意見交換を行っています。

さらに、NST(栄養サポートチーム)の取り組みも行っており、栄養障害のリスクがある患者様などに対して多職種連携で問題の解決策を考え、実践しています。

【給食提供】

当院では、献立の作成・調理を給食委託会社に委託しています。

異物混入や誤配膳を防ぐため、管理栄養士が最終チェックを行っています。

病態に適した特別食の提供や季節に合わせた行事食、さらに昨年からの新たな取り組みとして出産された方にお祝い膳を提供しています。



↑ ご出産後のお祝い膳

【特定保健指導】

対象年齢：40～74歳

特定健診の結果で支援対象になった生活習慣病予備軍の方に向けて、生活習慣病を未然に防ぐことを目的として実施しています。

費用負担ゼロで受けることができます。

*高血圧・血糖値・肥満・脂質異常症・高尿酸血症・低栄養など、食生活のことで気になることがあれば、お気軽にご相談ください。



↑ 厨房の様子

給食委託会社「LEOC（レオック）」
のみなさん

看護部から

～ 感染予防対策 ～

「院内感染」という言葉をご存じでしょうか？（現在は「医療関連感染」と言われるようになっています）

病気や事故で入院となった際に、入院の原因となった病気以外に感染症を発症してしまうことがあります。

テレビでも、病院や施設で「ノロウィルス集団感染」「インフルエンザ集団感染」という話を耳にすることがあると思います。

病院は特に、小さなお子さんや高齢の方・抵抗力が弱まっていて感染症にかかりやすい方が多く、感染を「もらって」しまうことがあります。

そうならないために、私たち医療関係者が行っていることが『感染予防対策』です。

医師や看護師だけではなく、放射線技師や薬剤師・医療事務など、院内で働く全ての職員が行っています。

具体的には「手指衛生」（普段行う手洗いと違う衛生的な手洗い、アルコールによる手指の消毒）や「防護具の着用」（手袋やエプロン・マスク）、医療器具の清潔な取り扱いなど様々な対策があります。

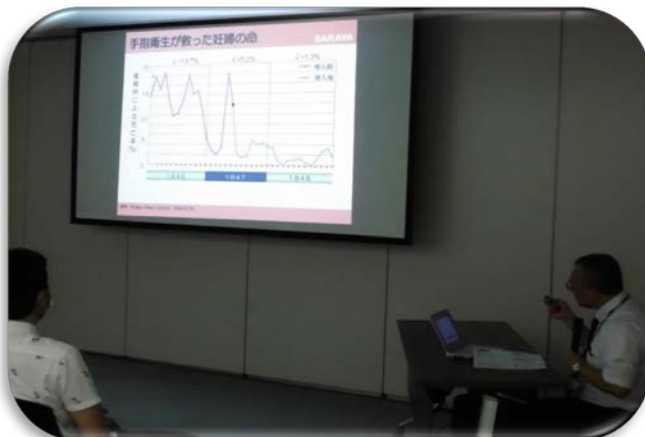
感染症の原因となる“病原菌”を、医療者を介して患者さんにうつしてしまわないように日々努力して業務を行っています。

当院では年に2回以上の「感染対策研修会」を行い、感染対策の意識を高めています。先日は「手指衛生」の研修会を行いました。（写真）

↗



看護部リンクナース会



＼また、お見舞いに来られる方は、ご自身やご家族（お子さんなど）が体調不良でないか（咳や嘔吐や下痢はないか）注意してください。

お見舞いに来た方が感染症にかかっていた場合、入院患者さんにうつってしまう…という事も起こるかもしれません。逆に、お見舞いの方が感染症をもらってしまうこともあるかもしれません。調子が悪いときはお見舞いをお休みする、ということも患者さんや自分自身を守ることに繋がります。

病原菌はどこにでもいますが、目には見えません。患者さんに関わるすべての人が、感染予防対策を意識することが大切です。

受診やお見舞いの際には、院内備え付けのアルコール製剤で手指の消毒をお願いします。

『ナースこぼなし』 その12

病院が新しくなると同時に、カルテが全てパソコン（電子化）になりました。看護師の記録もパソコンに打ち込んでいます。

紙のカルテに記録をしていた頃は、字を見るだけで「〇〇さんの記録だ」とすぐにわかりました。スタッフ皆それぞれの個性が字にも表れています（^v^）

今は手書きの文字を見ても「これは…誰の字？」となることが多く（特に新病院になってから一緒に働くようになった仲間の字がわからない…）、「この人はこんな字を書くんだなあ」と新鮮に思うと同時に、ちょっと淋しさを感じたりもします。

医療機器紹介

《臨床検査係》 【超音波診断装置Vivid S6(GEヘルスケア・ジャパン(株)社製)】

【心エコーについて】

心臓は血液を送り出す優秀なポンプです。常に休むことなく、安静時や運動時などその時々の状況に合わせて血液を送り出しています。

常に動いている心臓をそのまま観察できる心エコーはとても有用な検査です。

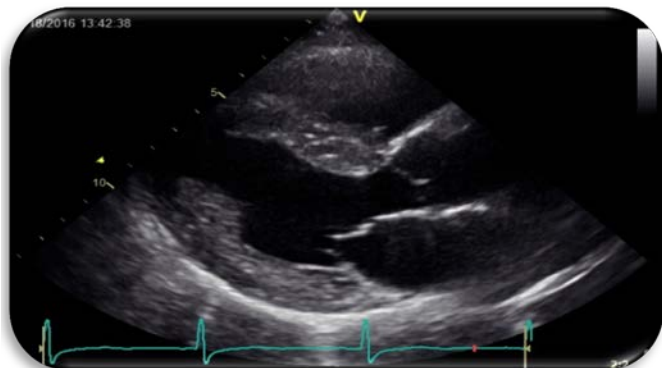
◎検査の目的

心エコーの目的は①心腔内各部位の形態・大きさを観察する、②心臓各部分の動きを観察し心機能を評価する、③心腔内の圧や血流を推測し血行動態を評価することです。

◎心エコーの利点

心エコーは、人の耳に聞こえないほどの高周波数の超音波を心臓に発信して、返ってくるエコー（反射波）を受信し、心臓の様子を画像に映し出して検査します。

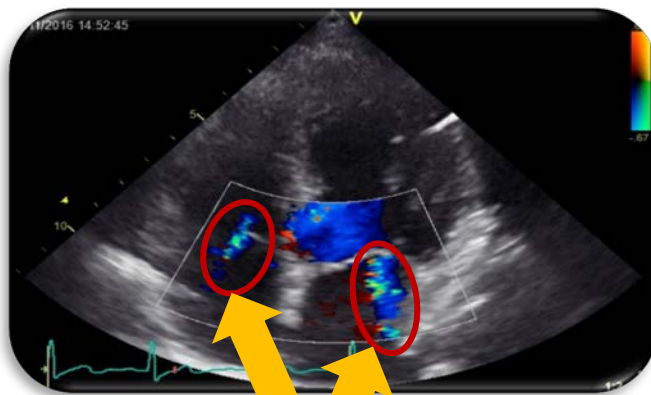
X線撮影やCT検査のように放射線による被曝の心配がありませんので、妊婦や乳幼児でも安心して受けることができます。



心エコーでは様々な角度から心臓を輪切りにするようにして観察することによって、心臓の形や大きさなどを細かく検査できます。

さらに、動いている心臓をそのまま観察することで、ポンプとして拡張と収縮をきちんと行っているかも評価することができます。✓

心エコーにはカラードプラ法という検査があり、心臓の中の血液の流れを映し出すことができ、弁の異常や壁に穴が開いているかどうかなどの異常を発見できます。✓



逆流

心臓には四つの弁があり拡張と収縮の際に逆流するのを防いでいます。

弁の機能が弱まると逆流が生じ、ポンプとしての機能が弱くなります。

◎検査方法

ベッドに仰向けになっている状態で、プローブと呼ばれる超音波発信器を肋骨の隙間に沿うようにあてて行われます。

プローブと皮膚の間には隙間があかないように、ゼリー剤を塗って密着させます。

ゼリー剤で服が汚れないように上半身は病衣に着替えてから検査を行います。

◎検査結果からわかること

心房や心室の大きさ、壁の厚さや動きなどから、心肥大、心拡大、心筋梗塞とその範囲などが診断できます。

弁の形や動き、血流などから、心臓弁膜症によってどの程度逆流が起こっているかなど、心房中隔欠損症のような先天性の心臓病の診断に役立ちます。

職員の募集について

広域紋別病院では看護師・助産師・薬剤師・看護助手を随時募集しています。

募集要項の詳細は当院ホームページでご覧いただけるほか、紋別ハローワークでも求人票を掲載しています。電話でお問い合わせされる方は、下記連絡先までお問い合わせください。

○お問い合わせ先

広域紋別病院 事務部 総務課 職員係 Tel : 0158-24-3111

病院ホームページ : <http://www.mombetsu-hospital.jp/>

🧴 お薬 🧴 きちんと飲めていますか？

薬の効果を安全に・かつ効果的に発揮させるためには正しい服用方法を守ることが大切です。そのポイントをまとめました。

《正しい服用のポイント》

正しい タイミング	食前、食後、食間、頓服(とんぷく)など決められた時間を守りましょう。
正しい 量	自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりするのは避けましょう。
正しい 方法	飲み薬はコップ1杯のお水で飲むのが原則。必ず薬に合った正しい飲み方が大切です。
正しい 期間	治ってきたから大丈夫と自己判断で服用を中止するのはやめましょう。指示があった期間は服用を続けるのが基本です。
正しい 飲み合わせ	一緒に飲んではいけない薬、食べ合わせがよくない食品があります。

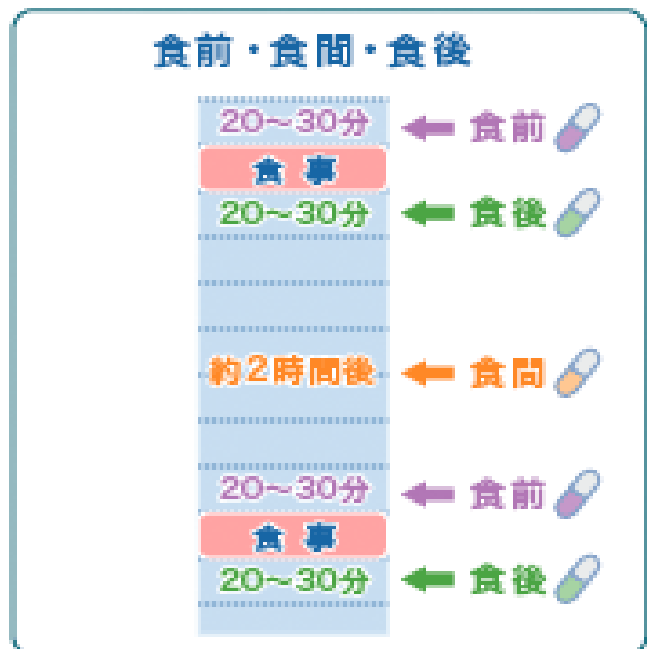
《薬の正しい飲み方》

食前・食間・食後には、それぞれ意味があり、食事によって変化する胃の状態に合わせて服用時間が決められています。

例) 食前：食事前の60～30分前
 食後：食事から20～30分後まで
 食間：食事から約2時間後の空腹時

また、これ以外にも食直前（食事の直前）や食直後（食事のすぐ後）、就寝前、もっと厳密に何時と何時など医師が指定する薬もあります。

いずれにしても正しい飲み方をしないと効果がでなかったり、副作用が現れたりすることがありますので、決められた服用時間を守りましょう。



参考資料；中外製薬ホームページ、日本調剤ホームページ、薬剤師実務手帳（じほう）

クイック健診のお知らせ

検査の種類は6項目あります

- ♥ 貧血（貧血の有無、程度がわかります）…
- ♥ 肝機能（肝臓の働きがわかります）
- ♥ 腎機能（腎臓の働きがわかります）
- ♥ 脂質（コレステロールのバランスがわかります）
- ♥ 血糖（血糖値や長期間の血糖状態がわかります）
- ♥ 肺機能（肺年齢がわかります）

健診の流れ



※ 実施時間 午前9時～12時 午後1時～4時

各検査「**500円**」となっており、**最低1種類、最大6種類**の検査を患者様のご希望でお選びすることができます！

待ち時間がほとんどありません



広域紋別病院

病院行事報告

1. 「広域紋別病院特別演奏会」

日時場所：平成28年8月30日（火） 16時00分～ 広域紋別病院 1階 ロビー
「オホーツク紋別音楽セミナー」講師 菅沼 準二 東京藝術大学名誉教授を含む5名による弦楽五重奏の特別演奏会が催されました。



2. 「公開講座」

日時場所：平成28年9月20日（火） 18時00分～ 雄武町地域交流センター多目的ホール
雄武町と共催で町民公開講座を行いました。



編集後記

北海道は災害が少なく、台風もいつもなら東北あたりから東にそれていくものが、この夏に複数の台風が北海道に上陸し、紋別にも大雨をもたらして、一部地域に避難指示が出ました。全道各地において農業・漁業被害、さらには鉄道等の交通網の寸断も続いています。

ここ最近では冬の暴風雪については意識していましたが、これからは台風にも関心を持たなければと思う夏でした。

これから秋を迎えますが、10月初旬に峠に降雪がありました。秋の行楽で遠出される方は路面状況や野生動物の飛び出しにご注意ください。

編集：広域紋別病院広報委員会
発行：広域紋別病院
〒094-8709
紋別市落石町1丁目3番37号
TEL・FAX 0158-24-3111
URL：<http://www.mombetsu-hospital.jp/>