

架け橋

～広域紋別病院だより～



病院からの初日の出

目次

1. 表紙（病院からの初日の出）
2. 巻頭言
3. 診療部から（麻酔科）
4. 保健医療連携室から
5. 看護部から（褥瘡・栄養小委員会）
6. 医療機器紹介（臨床検査係）・職員の募集
7. 健康レシピ（リハビリテーション係）
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、心のかような医療を提供します。
- ・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。

～ 新年を迎えて ～



事務局長兼事務部長 牧野 昌教

新年明けましておめでとうございます。

皆様方にも、広域紋別病院にも、今年も良い年でありますように、心よりお祈り申し上げます。

さて、当地に移転改築し2年目を迎えた昨年を振り返りますと、常勤医師が3名増加したことなどから、入院及び外来の患者数・収入ともに右肩上がりです。伸張しており、北海道から移管を受け開院した平成23年度以降では、最高の医業収入が発生する見込みです。

しかし、医薬材料費をはじめ、施設や医療機器の保守・維持費などの費用も予想以上に高まっているのも事実であります。

このため、「経営効率化」、「再編・ネットワーク化」に、「地域医療構想（北海道が策定）を踏まえた役割の明確化」を加えた三つの視点に立って改革を進める「新公立病院改革プラン」を策定中であります。

この計画は、医師をはじめとする必要な医療スタッフを適切に配置できるよう必要な医療機能を備えた体制を整備するとともに、公・民の適切な役割分担の下、地域において必要な医療提供体制の確保を図り、その中で公立病院が安定した経営の下でへき地医療・不採算医療や

高度・先進医療等を提供する重要な役割を継続的に担っていくことができるようにするものです。本年3月上旬には、住民の皆様のご意見を反映するため、素案を公表し、パブリックコメントを募集する予定ですので、ご意見を寄せいただければ幸いです。

これからも、西紋別地域の中核病院として、その役割を十分発揮したいと考えています。

今後も患者様に満足していただき、素晴らしい病院になれるよう、企業長はじめ職員一同、努力いたしますので、皆様方のご支援・ご鞭撻をよろしくお願いいたします。



診療部から

～ 麻酔って何？ ～



皆様、手術というと、盲腸の手術、胆石の手術、あるいは骨折の手術などにすぐには想像はつくかと思いますが、そのときに必要になる麻酔についてはご存じでしょうか？

「眠らせるものかな？」「麻酔も医者がやっているの？」「手術は怖くないけど、麻酔のほうが怖い。手術が終わっても目が覚めないこともあるのでは？」などと思われる方も多いのではないのでしょうか。

麻酔は大きく分けて、全身麻酔と局所麻酔に分かれます。

局所麻酔は手術をする部位に局所麻酔薬を注射してしびれさせ、痛みを感じない状態にして手術を行うもので、患者様の意識はあります。

ふつう外科系の先生方が自ら行います。

一方、全身麻酔は患者様に眠ってもらい、寝ている間に手術を行うもので、その間の麻酔を行うのが麻酔科医です。

寝るといっても、夜寝ているのとは違い、痛みも感じない状態にします。

つまり、痛みも意識もない状態が全身麻酔がかかっている状態です。

流れとしては、点滴をとったり、モニターを体につけたりしたら、お顔を上に酸素のマスクを載せさせていただき、準備をします。

準備ができましたら、点滴から眠るお薬を使います。

1分もしないうちに眠ってしまい、次に目が覚めたときには手術が終わっているというのが全身麻酔で、患者様はあっという間に手術が終わったように思われることも多いようです。

患者様にとっては楽であり、そのため一見簡単そうに思われるかもしれませんが、実は患者様が眠られている間に麻酔科医はいろんなことをしています。 ↗



麻酔科診療部長 黒川博己

＼ 少しだけお話ししますと、麻酔をするとご自身の呼吸もさぼることになりますので、こちらで呼吸の補助をさせていただきます。いわゆる人工呼吸です。

血圧も下がります。そのため、血圧を上げる処置をします。

出血があるとそれに見合うように点滴の量を増やしたり、場合によっては輸血をしたりします。

また、患者様の筋肉に力が入っていると手術がやりにくいので、手術がしやすいように患者様の筋肉を柔らかくしたりもします。

などなど、患者様が眠っている間にいろんなことをしつつ、常に患者様のそばにいて、状態に問題がないか目を光らせています。

つまり、麻酔科医は手術に伴う痛みを取り除くことはもちろんですが、患者様が安全に手術を受けられるように全身管理もしています。

どうでしょうか？少し麻酔についてイメージがわきましたか？逆に怖くなったと思われるかもしれませんが、大丈夫です。

手術前に心配事などありましたらしっかり聞いてください。できるだけわかり易いようにお答えします。

もう一つ付け加えると、麻酔（そして手術も）は手術室の看護師さんたち、さまざまな機器を取り扱う技師さんたちと力を合わせて行っています。

できれば入りたくない手術室でしょうが、その中には皆様が安心して手術が受けられるようにがんばっているスタッフがいることを知っていただければ幸いです。

保健医療連携室から

～ 「保健医療連携室のご紹介」 ～

当院には、紋別圏域の病院では唯一の「保健医療連携室」を設置しています。

まだまだ皆様には聞きなれない場所だと思いますので、簡単にご紹介したいと思います。



当院、保健医療連携室には大きく分けて二つの役割があります。

一つ目の役割は、当院に受診された患者様が他院への紹介になった場合、他院の予約を代行して行うのが「予約連携」です。

2名の事務員が担当し、当院外来受診後に患者様のご都合を確認した上で、20～30分間に他院外来・入院の予約を入れ、その場で予約票をお渡しするよう準備します。

紹介先病院の窓口とやりとりを行い、患者様の病状が詳しく伝わるよう当院医師が作成した紹介状をFAXで送ります。

紹介先病院受診時の待ち時間の短縮、病状をあらかじめ病院に伝えることで、事前に検査をし、診察を受けることも可能になる場合があります。 ↗

また、その逆もあり、他院から当院にご紹介いただいた場合、当院が発行した予約票を紹介元病院から受け取ることも可能です。この場合も大幅に待ち時間が少なくなります。

二つ目の役割は、医療ソーシャルワーカー、精神科ソーシャルワーカーによる支援です。

医療ソーシャルワーカーは、精神科以外の診療科を担当し、外来・入院中の患者・家族の相談に応じます。

精神科ソーシャルワーカーは精神科を専門として相談に応じます。

相談といっても人生相談等ではなく、地域で暮らす方々が病気や障害、年齢を重ねることで生活しづらくなる部分を制度を利用し、今よりも安心して過ごせるよう調整します。

入院中は主に介護保険の申請や介護サービスの見直し・評価を行い、地域の居宅介護支援事業所や入所施設と連携し進めていきます。

当院の外来にもたくさんの高齢者が通院されていますが、安心のため、予防のために介護保険の利用を勧める場合があります。

これからの時期は雪も降りますので、外を歩くのにも不安があります。

大事な治療を中断しないよう、冬だけでも介護タクシーを利用し、ヘルパーさんに付き添ってもらえれば安心です。

ご自身やご家族の方で困っていることや相談があれば、受診科の医師や看護師にお声をかけてください。

担当のソーシャルワーカーが対応します。



看護部から

褥瘡対策

褥瘡・栄養小委員会

「褥瘡」という言葉を耳にしたことがありますか？

「褥瘡」とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり滞ることで、皮膚の一部が赤い色味をおびたり、ただれたり、傷ができてしまうことです。

一般的には「床ずれ」と言われています。

この言葉は耳にしたことがある方もいらっしゃるかと思います。

私たちは、眠っているとき、無意識のうちに寝返りをうち、同じ部位に長い時間の圧迫が加わらないように動いています。

このような動作が体位変換です。

しかし、自分で体を動かすことができない方は、体重で長い時間圧迫された皮膚の細胞に十分な酸素や栄養が行き渡らなくなり、「褥瘡」ができてしまう原因の一つとなります。

看護師は、長時間同じ部位の圧迫を避けるために、定期的に体位変換を行います。

さらに、皮膚の状態を観察し、清潔に保てるように体を拭いたり、入浴の介助を行います。

皮膚が乾燥していると傷ができやすいため、保湿剤を用いて皮膚の乾燥を防ぎ、予防的にスキンケアを行っています。



当院では、褥瘡予防の知識を得るために学習会を定期的に行っています。写真にあるのは、11月に開催した「褥瘡と栄養」というテーマで学習会を行った様子です。

医師・看護師・栄養士・理学療法士・検査技師・薬剤師など様々な職種と連携しながら、褥瘡予防対策に取り組んでいます。



『ナースこぼなし』 その13

当院の各病棟には、デイルームという場所があります。

大きな窓があり患者様やご家族の方がくつろげるテーブルとイスがある休憩場所です。

紋別市の町並み、山や海が見渡せます。

私も、夜勤中に海から昇る朝日のキレイな景色に癒やされています。

患者様やご家族の方も病棟に来られた際には、ぜひデイルームから外の景色を見て癒やされてください。



また、栄養状態が悪いと褥瘡発生の危険が高まるため、栄養状態の評価や改善のための食事の形態の工夫を栄養士と協力し実施しています。

日々、入院患者様が安楽に過ごせるように「褥瘡予防」のために看護ケアを行っています。

医療機器紹介

《臨床検査係》 【超音波診断装置LOGIQ P5(GEヘルスケア・ジャパン(株)社製)】

【腹部エコーについて】

健康診断や人間ドックなどで行う腹部エコー。一度は検査を受けたことがあるのではないのでしょうか。

前回紹介した心エコーと同様に超音波を用いた検査なので、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。疾患の中には自覚症状が出にくいものもありますが、それらを発見するのに腹部エコーは有用です。

◎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お腹に当てて行われます。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。一般的な腹部エコーでは、主に肝臓、胆のう、膵臓、腎臓、脾臓などの臓器を観察します。



●検査前に食事を抜くのはなぜ？

胃に内容物が残っていると画像が不鮮明になります。また、食事の後では消化管内にガスが発生しやすく、このガスも不鮮明の原因となるため、絶食の状態で行います。

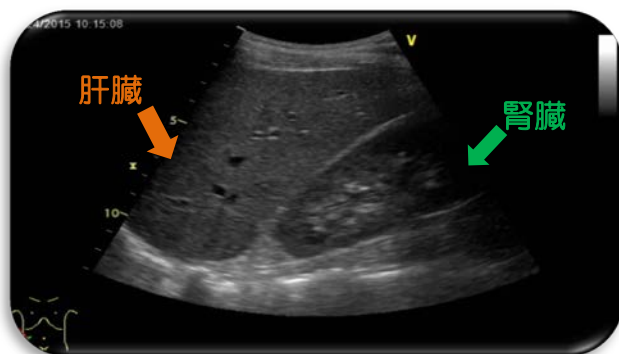
●検査中に「息を吸ってください（吐いてください）」と言われるのはなぜ？

呼吸により横隔膜が上下することで臓器の位置が変わり、様々な角度から臓器を観察しやすくするためです。

◎健康診断などでよく見られる所見

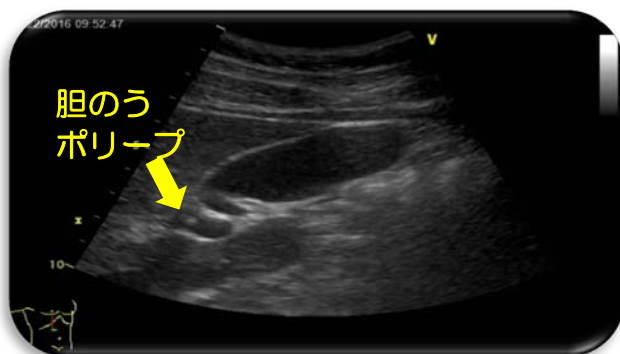
～脂肪肝～

肝臓に脂肪が過剰に蓄積した状態です。腹部エコーで見ますと、正常な方では楕円形に見える右腎臓の外側の黒さとほとんど同じ程度ですが、脂肪肝になると肝臓が白く見えるようになり、その分の黒白の差（医学用語では肝腎コントラスト）が見られます。



～胆のうポリープ～

ポリープとは、人の臓器の粘膜に細胞が異常に増えることで隆起してできた突起物のことです。多くの場合、胆のうポリープは良性ですが、悪性の腫瘍に変化するものもあり、経過観察が必要です。



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・視能訓練士・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/>

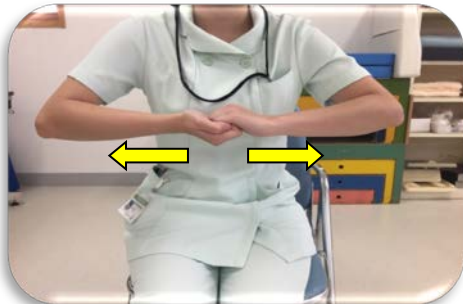
筋力を強化して転倒を予防しましょう

転倒の原因は、運動不足による筋力低下やバランス力のほか、滑りやすい床や履物、段差、薬の副作用などもあります。高齢者が転倒して骨折し、それがきっかけで寝たきりや、認知症になるケースは少なくありません。転倒を予防するには先にあげた転倒の原因を減らし、体操で足腰を強くすることが大切です。

転倒予防体操

①転倒しそうになったら近くのものにつかまれるように手や腕の力をつけます。

- ・握力をつける
胸の前で手を組み、引っ張り合います。

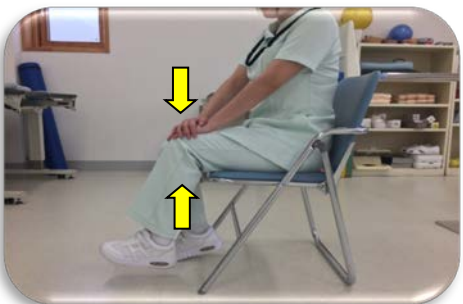


- ・腕力をつける
胸の前で左右の指を組んで押し合います。



②転ばない、つまずかないために足の筋肉をつけます。

- ・足を上げる筋肉を強化する
片方の足を上げると同時に膝に置いた両手で5～6秒押し合います。



- ・足全体の筋肉を強化する
イスに座った姿勢から両手を前に伸ばし、お尻を上げたまま5～6秒静止します。



③転びそうになったときに体が敏感に反応して体勢を立て直せるようバランス能力をつけます。

- ・足を上げてバランスを保つ
イスの背に手を置いて立ち、肩は水平を保ったままイス側の足の踵を上げます。



足全体を浮かせ5～6秒静止します。



病院行事報告

1. 「町民公開講座」

日時場所：平成28年10月17日（月） 18時00分～ 興部町福祉保健総合センター「きらり」
日時場所：平成28年11月1日（火） 18時00分～ 滝上町文化センター
興部町、滝上町と共催で町民公開講座を開催しました。



興部町



滝上町

2. 「市民公開講座」・「少年野球肘検診」

市民公開講座：平成28年11月26日（金） 18時30分～ 紋別市文化センター
少年野球肘検診：平成28年11月27日（土） 9時00分～ 広域紋別病院 2階 会議室
市教育委員会と共催で札幌医科大学の整形外科医師と理学療法士から成長期のスポーツ障害についての講演、野球をしている小中学生を対象に投球障害などがないか検診を行いました。



3. 「クリスマスコンサート」

開催日：平成28年12月19日（月） 19時00分～
開催場所：広域紋別病院 1階 エントランス
紋別吹奏楽団の方々のすてきな演奏に、患者さんや私たち職員もとても癒やされました。



編集後記

今年の元旦は天気が良く、初日の出がキレイに見えました。今号の『ナースこぼなし』でも触れていますが、当院からもキレイに見えました。ガリンコ号の運航も始まり、流水の動きなども眺められそうです。

寒さが日に日に厳しくなってきましたので、インフルエンザの感染予防など健康に留意してお過ごしください。

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/>