

# 架け橋

～広域紋別病院だより～



## 目次

1. 表紙（ドクターヘリ）
2. 診療部から（外科）
3. 医療技術部から（栄養指導係）
4. 看護部から（サービス改善委員会）
5. 病院で働く専門職（医療ソーシャルワーカー）
6. 健康レシピ（リハビリテーション係）
7. クイック検診について
8. 病院行事報告・職員の募集について・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。

## 診療部から

### ～ 外科から ～



外科医長 内山 素伸

はじめまして。今年4月より当院赴任となりました外科の内山と申します。

外科は以前のように3人体制となりました。

内科医や麻酔科医、看護師・検査技師・放射線技師・臨床工学士と協力し、幅広い疾患に24時間体制で診療を行えるよう心がけています。

外科で診療する疾患は胃癌・大腸癌・肝臓癌・膵臓癌などの消化器悪性疾患や虫垂炎（盲腸）・胆石症・腸閉塞などの良性疾患、鼠径ヘルニア（脱腸）や肛門疾患、乳腺疾患など多岐にわたります。

消化器疾患や鼠径ヘルニア手術に対しては、傷の小さい腹腔鏡手術を積極的に行っており患者様の負担をなるべく少なくするようにしております。

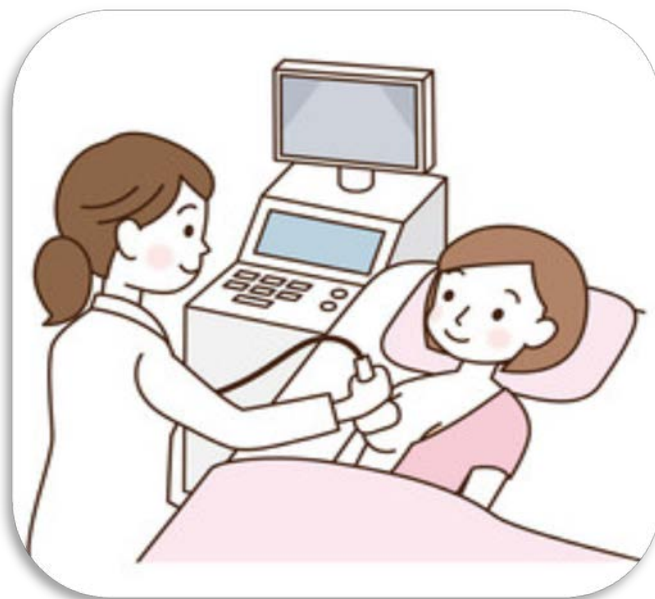


高度な専門性が必要となる癌手術に対しての腹腔鏡手術も行っており、必要に応じて札幌医科大学の非常勤医師に応援をいただいたり、遠隔医療システムを活用し安全な手術を行えるよう体制を整えております。

乳腺疾患に対しては月2回札幌からの乳腺専門医の応援をいただき、乳腺専門外来での診療を行っております。

もちろん、通常の外科での外来診療も行っておりますので、受診に困った際や乳腺外来の予約が困難だった時は気軽にご相談ください。

適切な診察・検査を行い、必要に応じて専門外来とも連携し乳がんの早期発見に努めます。



このように、疾患の幅広さと高い専門性をもって診療にあっております。

赴任して3か月ですが、当院は診療科間の垣根が低く連携のとれた病院であると感じております。

「地元でできる治療は地元で」を心がけて励んでいきたいと思っておりますので、何かあればお気軽にご相談ください。



# 医療技術部から

## ～ 食中毒予防 ～

当院では毎日約200食の患者給食を提供しています。

安全で、美味しく、治療の一助となり、入院中の楽しみになる食事を目指して日々取り組んでいます。

厨房では、暑くなってきたこの時期は特に「食中毒予防」に神経を尖らせています。

そこで、今回は食中毒予防の取り組みについてお話しします。

今後益々増大する医療機器の安全確保と有効性維持の担い手としてチーム医療に貢献しています。

### 原則1：つけない（清潔・洗浄）

食中毒を起こす細菌は、魚や肉、野菜などの食材についていることがあります。

この食中毒菌が手指や調理器具などを介して他の食品を汚染し、食中毒の原因となることがあります。

手指や器具類の洗浄・消毒や、食品を区分け保管したり、調理器具を用途に使い分けるなどの取り組みを行っています。



### 原則2：増やさない（迅速・冷却）

食品に食中毒菌がついてしまっても、食中毒をおこすまでの菌量まで増えなければ、食中毒にはなりません。

食品についた菌は、時間の経過とともに増えるので、調理は迅速にし、調理後は早く食べることが大切です。

当院では喫食時間の2時間以内に調理するよう徹底しています。

また、細菌の増殖には温度が大きな要素になります。

全ての細菌はそれぞれ増殖に適した温度(至適温度)があります。

一般に15℃～40℃が適温帯で、35℃付近でよく増殖します。

当院ではブラストチラー(急速冷却機)を用いて速やかに冷却を行い、菌の増殖温度帯を一気に通過させることにより、食中毒のリスクを減らしています。

## ～ 栄養指導係 ～

### 原則3：やっつける（加熱・殺菌）

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。

特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。

当院では中心部を75℃で1分以上(ノロウイルスに汚染されるおそれのある食品は85～90℃、90秒以上)加熱し、測定・記録することを徹底しています。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。

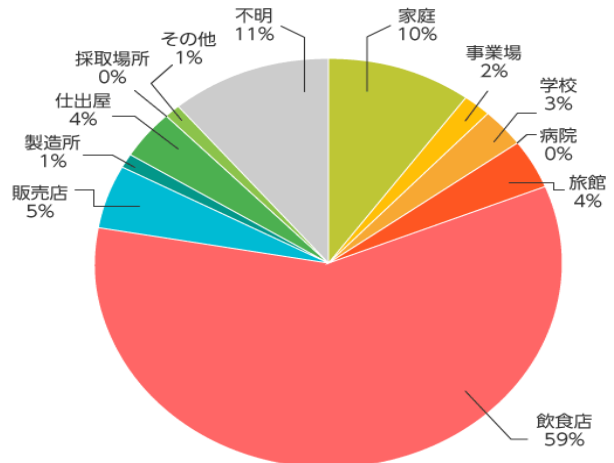
次亜塩素酸ナトリウムや食器消毒保管庫・煮沸消毒等を用いて殺菌を行っています。



ブラストチラー(急速冷却機)



パススルー冷蔵庫



原因施設別事件数（平成29年） 資料：厚生労働省

## 看護部から

### ～ ふれあい看護体験 ～



5月12日、この日が何の日かご存知でしょうか。

正解は、ナイチンゲールの誕生日にちなんで制定された「看護の日」です。

当院では「看護の日」の行事の一環として、地元の学生を対象に、病院で看護師の体験をする『ふれあい看護体験』を行っています。

今年度は、紋別高校から男子学生4名・女子学生10名、興部高校から女子学生4名の、計18名が参加してくれました。

病棟内を見学した後、患者様のご協力のもと手浴・足浴を体験しながら、コミュニケーションを図りました。

患者様とどのように関わればいいのか、何を話せばいいのかわからずに、戸惑いながらも一生懸命患者様と関わる様子もありました。

手浴・足浴後には患者様から「気持ちよかったよ」とお礼を言われ、嬉しそうに笑っている様子がありました。



助産師の仕事についても話を聞き、産科病棟で赤ちゃんの人形を使って抱き方や着替えについて教えてもらうなど、助産師の仕事体験も行いました。

学生さんからは「助産師にも興味を持ちました」「貴重な体験ができました」と、目を輝かせながら話していました。

### ～ サービス改善委員会 ～



「患者さんと何を話せばいいのかわからなくて、コミュニケーション能力をつけようと思った」「看護師のコミュニケーション能力がすごく高いと感じた」と、実際に患者様と接することで、専門職として看護技術の他にも必要な能力について知ることが出来たようです。

看護体験に協力していただいた患者様からは、「若い子たちがきて、私にも良い刺激になった」と笑顔で話をしてくれる方や、「帰ってしまうのが寂しいな」と涙を浮かべる患者様がいらっしゃいました。

「今回の体験を通して改めて看護師になりたいと思った」と頼もしい言葉もあり、今回参加してくれた学生さん達と、看護師として一緒に働けることを心待ちにしています。

このような体験学習を通して、もっと若い世代にも看護師の魅力を伝えられるよう、今後も活動を続けていきたいと思えます。

### 『ナースこぼなし』 その19

看護体験で、ナース服に袖を通しきらきらと輝いた目をしている高校生を見て、自分たちも高校生のころは同じ気持ちでいたのかなと、感じました。

高校生からの質問を通して改めて看護師になったきっかけを思い返しました。いつまでも、初心を忘れずにいたいと思えます。



## 病院で働く専門職

### ～ 医療ソーシャルワーカーの紹介 ～



医療ソーシャルワーカー（保健医療連携室主査）

金子 知

みなさま初めまして、保健医療連携室に勤務しております金子と申します。

私の職種は「ソーシャルワーカー」です。

聞きなれない職種ですが、当院には現在4名のソーシャルワーカーがおり、今回ご紹介する医療ソーシャルワーカーとして勤務するためには、社会福祉士という国家資格が必要になりますが、当院は4名全員が取得しています。

そのうち2名が医療ソーシャルワーカーとして、2名が精神科ソーシャルワーカーとして勤務しております。



社会福祉士は、基本的に4年生の福祉系大学で専門のカリキュラムを取得後、社会福祉士の国家試験を受験します。

近年では学ぶべき福祉・医療の専門知識が幅広く、目まぐるしく変わる介護保険制度や社会保障制度等あらゆる知識が必要です。

社会福祉士取得後、病院では医療ソーシャルワーカーとして勤務しますが、その他でも社会福祉士は色々な職場で活躍しています。

身近なところでは、福祉・介護施設の相談員や地域包括支援センター、児童相談所等行政機関、最近では、スクールソーシャルワーカーなどと、年々多岐にわたり活躍する場が増えていきます。

社会福祉士は、高齢者、障害者・児、児童等を対象に、勤務する分野で業務内容は違ってきますが、福祉の視点で皆様と関わることには変わりありません。

病院に勤める私は「相談員です」と患者様にご挨拶しますが、具体的に私達が日々おこなっている業務をご紹介したいと思います。

外来・入院中の患者様が病気や障害、加齢により生活しづらい状況になった場合、患者様・ご家族にお話をお伺いし、介護保険制度等を利用して患者様が希望する生活を送れるよう整えてゆきます。

制度を活用することで、自分ひとりでは困難な家事等もヘルパーさんにお手伝いしてもらったり、デイサービスに行き食事や入浴を済ませたりと、今までの生活よりももう少し安心して過ごせるように環境調整のお手伝いをします。

医療ソーシャルワーカーは、患者様やご家族の事情、生活状況や金銭面等、全体を把握することで患者様に必要な制度や社会資源に結びつけることが出来ます。

私達は当院に来られている患者様、そのご家族に適切な情報提供ができ、お役に立てるようこれからも努めて参りたいと思います。



### ～ 変形性膝関節症 ～

#### ☆どのような病気？

変形性膝関節症とは関節の軟骨がすり減ることによってO脚変形やX脚変形を呈する疾患です。日本では特にO脚変形が多いとされています。現在、疼痛などの症状がある変形性膝関節症の患者さんは全国で800万人を超えるとされており、社会問題となっています。また、介助が必要な状態・または必要になる可能性が高い状態(ロコモティブシンドローム)の原因となる代表的な疾患でもあります。

#### ☆どのような症状がある？

歩き始めや立ち上がった時に膝に痛みが出現します。また、膝が伸ばしにくくなったり、正座ができなくなることもあります。

#### ☆運動は必要？

膝の痛みにより日常の動作が制限される可能性があります。膝まわりの筋肉を強化することで、膝への負担を減らしたり、予防することが重要です。

#### ☆いくつか運動を紹介していきます。

##### 1、SLR訓練

- ・膝を伸ばし、足首を反らせ脚を上げる。



##### 2、大腿四頭筋セッティング訓練

- ・膝の下にタオルを入れ、押しつぶす。



##### 3、ボールはさみ訓練

- ・膝に挟んだボールをつぶす。



##### 4、ハムストリングスのストレッチ

- ・膝、太ももの裏の筋肉をゆっくりと伸ばす。



#### ☆注意すべきことは？

- ・痛みの少ない範囲で、呼吸を止めずにゆっくりと行いましょう。
- ・最初は無理せず少ない回数から、徐々に回数を増やしていきましょう。

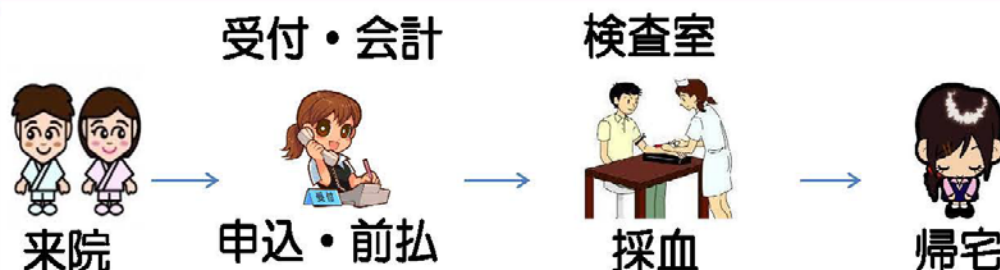


# クイック健診のお知らせ

検査の種類は8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）
- ♥ ピロリ菌（ピロリ菌感染の有無を調べます）
- ♥ エヒノコックス抗体検査（エヒノコックス感染の有無を調べます）

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(ピロリ菌検査1,000円、エヒノコックス抗体検査2,000円)」  
となっており、最低1種類、最大8種類の検査を受診される方のご希望でお選びすることができます！



お問合せ先 広域紋別病院 0158-24-3111

# 病院行事報告

## 1. 「ふれあい看護体験」

開催日：平成30年5月11日(金)

開催場所：広域紋別病院

今号の「看護部から」でもご紹介しましたが、今年も「ふれあい看護体験」を開催しました。



## 職員の募集について

広域紋別病院では看護師・助産師・准看護師・療養介助員・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。電話でのお問い合わせは、下記までお願いします。

○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/>

### 編集後記

昨年の7月は九州で大雨による災害がありましたが、今年も西日本にて大雨による災害があり、さらに気温の上昇など被災された方々の状況が懸念されます。

道内でも旭川など大雨による被害があり、農作物への影響が懸念されます。

紋別においては、7月半ばになっても涼しいというより寒い日が多いように思います。

気温の変化で体調を崩さないよう自身の健康状態に留意しましょう。

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/>