

健康生活インフォマガジン

池田病院だより

あいことば

Vol. 100

2019.MAR

♡ ささえあい

かさねあい♡



新任医師紹介／花粉の季節 到来!／部署紹介「ケアサポートセンター」

春まつり

みんなで地域の医療を支える勉強会／世界腎臓デー

【健康だより】

アレルギー性鼻炎

血液浄化センター通信

当院でのがん治療(化学療法)

ナーシングホームひだまり

鹿屋市合同就職面談会／職員旅行

中高生職場体験

3月 外来診療表

新任医師のご紹介

【氏名】 古賀 敬史(こが たかふみ)

【専門】 循環器内科 (心臓血管治療 不整脈治療)

【趣味】 スポーツ観戦 外国旅行

【ひとこと】 池田病院で心臓治療が完結できるように頑張りたいです。

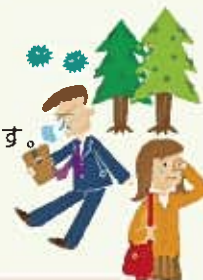


花粉の季節 到来!



春先、そろそろ気になるのが花粉の飛散状況。花粉症を持つ人にとっては憂うつな季節です。環境省の花粉情報サイトによると、今春の花粉の総飛散量は、例年と比べ多くなると予想されています。

花粉の飛散は、2月下旬頃より始まっています。



【症状】

- 花粉が鼻に入ると、直後にくしゃみ、鼻汁が生じ、少し遅れてから鼻づまりが起きます。この時鼻の粘膜は、風邪に近い赤い色の粘膜の腫脹を起こします。
- 目に花粉が入ると早くから目がかゆくなり、涙が流れ、目が充血してきます。
- 症状が強い時は、鼻で吸収されなかった花粉の成分が、鼻からのどへ流れ、のどのかゆみ、せきを生じます。また鼻づまりによる頭痛、鼻やのどの炎症反応による微熱、だるさなどの症状に悩まされます。

【予防】

- 花粉情報をチェック ●飛散の多い時の外出を控える ●飛散の多い時は窓、戸を閉めておく
- 外出時にはマスク、メガネを使う ●服は花粉のつきにくいサラサラした素材のものを着用する
- 帰宅時は、衣服や髪をよく払ってから入室する。 ●洗顔・うがいをして、鼻をかむ。
- 掃除を励行する。



★花粉症は、花粉の飛び始めから治療を開始する「初期療法」が有用です。早めに受診をしましょう!

部署紹介

ケアサポートセンター

患者さんやご家族からの様々な相談に対応する窓口として、外来フロアにケアサポートセンターを設置、看護師(2人)、保健師(3人)、医療ソーシャルワーカー(7人)、事務(1人)の総勢13人で対応させて頂いております。



看護師

- ・前方連携
- ・ベッドコントロール
- ・退院支援
- ・退院後訪問指導 など

医療ソーシャルワーカー

- ・医療費や生活費などの経済的な事。
- ・退院後の生活について
- ・各種制度やサービスについてなどの相談

保健師

- ・病気や治療について
- ・悪化予防のための取り組みについてなど、知りたいこと、不安なことなど

秘密は固くお守りし、相談費用は不要です。また、相談支援業務以外にも地域連携業務を担っており、医療機関等との連携もおこなっております。

看護師長 上之原 浩美

春 まつり

2019

4/7 (日)

AM 10:00~

PM 3:00 (小雨決行)



食のエリア
【鹿屋の有名店が勢ぞろい】



地域ふれあいエリア
【地元の野菜、雑貨などの販売】



子どもふれあいエリア
【ぐりぶーふわふわ】

健康体験エリア

AM 10:00 ~ PM 2:30

健康チェックコーナー

血圧 ・ 脈拍 ・ 血糖値 ・ 骨密度 ・ 酸素飽和度など

★室内ホールでは、医療講演も予定しています

医療相談コーナー

医師、薬剤師、栄養士、相談員、フットケア

子供向け医療模擬体験コーナー

病院のお仕事の模擬体験ができます

*子供向け模擬体験は、
対象：小学生以上

10時~12時の間

事前予約制ですので、

43-3434 へご連絡下さい。

担当：徳田

ノルディック・ウォーク体験会

最近話題の“ノルディック・ウォーク”の体験ができます〈当日受付〉

午前の部：敷地内体験コース

午後の部：敷地外1時間の本格コース(定員30名)

ちびっこドクター&ナース 着替えて記念撮影!

白衣やナース服を着て、写真を撮ってみませんか?

展示コーナー

三井・メディックス ノルディックポールの販売もあります

アレルギー性鼻炎



★早めの受診と治療をオススメします★

鼻炎は素人治療を続けていますと効果が不十分なうえ、いろいろな症状(体がだるい、頭が重い、疲れやすい、眠れない、集中できないなど)があらわれる場合があります。また、放置していますとだんだんと症状が強くなり悪循環に陥る事があります。早めの耳鼻咽喉科やアレルギー外来への受診をオススメします。

●アレルギー性鼻炎ってどんな病気？

くしゃみ・鼻みず(水様性)・鼻づまり が3大症状です。



風邪でもないのに、突然くしゃみや鼻みずが止まらない。鼻もつまる……。そんな症状が続いたら、アレルギー性鼻炎かもしれません。アレルギー性鼻炎とは、アレルギー反応によって起こる鼻の粘膜の炎症です。

近年、アレルギー性鼻炎にかかる人の数は増加しており、多くの方が、この鼻炎に悩まされています。

●アレルギー性鼻炎にはどのようなものがあるか

通年性アレルギー性鼻炎

- ダニ
- 家の中のちり(室内塵、ハウスダスト)
この中には、ダニのほか、蟻、ゴキブリなどの昆虫、ペットの毛、フケなども含まれています。

抗原は季節に関係なく一年中ありますから、
症状も一年中あります。

季節性アレルギー性鼻炎(花粉症)

- 原因となる花粉の飛ぶ季節にだけ症状があります。
- スギ●ヒノキ●カモガヤ●ブタクサ●白樺などが代表的抗原です。

自分が反応する花粉の飛散時期により、
症状は春に出たり秋に出たりします。

●アレルギー性鼻炎と風邪の違い

風邪とアレルギー性鼻炎の症状はよく似ています。その鼻の症状はもしかしたらアレルギー性鼻炎かも!? アレルギー性鼻炎の特徴として次のような症状があります。風邪が長引いている方はチェックをしてみましょう。



- 透明でサラッとした鼻みずが出る。
- 1週間以上、くしゃみや鼻みずが続いている。
- 目と鼻にかゆみをとまなう。
- 1日中くしゃみが止まらないことがある。
- 熱はあっても微熱程度で高熱ではない。

チェックした数が多い方は、アレルギー性鼻炎の可能性が高くなります。

●アレルギー性鼻炎への対処と治療

① 抗原の除去と回避

室内ダニの除去

- ①室内の掃除は、掃除機をゆっくり動かし、1畳あたり30秒以上の時間をかけ、週に2回以上掃除する。
- ②布張りのソファ、カーペット、畳はできるだけやめる。
- ③ベッドのマット、布団、枕にダニを通さないカバーをかける。
- ④部屋の湿度を50%、温度を20~25℃に保つよう努力する。

花粉の回避

- ①花粉情報に注意する。
- ②飛散の多い時は、窓・戸を閉めて、外出を控える。
- ③外出しなければならない時には、花粉のつきやすい毛羽立った衣類を避け、マスク・メガネを着用する。
- ④外出から帰宅時、入室前に衣服や髪をよく払い花粉を落とす。入室後なるべく早く、洗眼・うがい・鼻をかむ等、体に着いた花粉も落とす。
- ⑤掃除を励行する。

ペット(特にネコ)抗原の減量

- ①症状がひどい場合、できれば飼育をやめる。もしくは屋外で飼い、寝室に入れない。
- ②ペットとペットの飼育環境を清潔に保つ。
- ③カーペットをやめ、フローリングに。通気を良くし、掃除を励行する。

② 薬物療法



薬物療法は、最も一般的に行われている治療法です。抗アレルギー薬を基本に、必要に応じて症状を和らげる薬を併用します。

③ 特異的免疫療法(減感作療法)

薬で症状が改善しない場合に用いられる治療法で、原因となっている特定の抗原の抽出液を皮下注射します。2~3年間、定期的に抗原の注射を続けると約70%の人が良くなるといわれています。

④ 手術療法

鼻腔の形に異常があって症状が改善されにくい人、薬物療法等では鼻づまりが治まらない(鼻の粘膜の腫れがひどい)人には手術療法が効果的です。



こんにちは！保健師です。

昔と比べ花粉症になる方が増えているようです。今までどうもなかったのに、いきなり発症というケースもあるようですので、バランスのとれた食事や運動、禁煙など体にいい事を始めてみませんか？

ケアサポートセンター：徳田、小牧



介護老人保健施設 ナーシングホームひだまり

～短時間からリハビリを始められます!!～



ひだまり通所リハビリでは介護認定を受けている方を対象に、短時間(1時間コース・3時間コース)でリハビリを受けることができます。介護度によってサービス内容は異なりますが、機能訓練・マシントレーニング・自主訓練など一人一人の利用者様の身体状態や目標に合わせた充実したリハビリを提供しています。

ここで、午後の3時間コースを利用されているTさんの一日の過ごし方をご紹介します。昔の趣味が旅行だったそうで、国内外の色々な所に行かれたそうです。「しっかり歩けるようになったら、また妻と旅行に行きたいなあ～」と、リハビリに励まれています。

～ひだまりでの過ごし方～



12:30
送迎 到着

バイタル測定を行い、体調管理を行います。
定期的に水分補給を行ないながら、各活動に参加して頂きます。

13:00
マシン
トレーニング

軽負荷で行い、全身各部の使っていない
筋肉を動かすトレーニングです。



13:30
機能訓練

身体状況や御自宅での生活を視野に
入れたリハビリテーションを行ないます。



15:00 おやつ(希望者のみ)

希望者には、補助食品や栄養
補助食品もご用意しています。

15:30
送迎 帰宅



14:20 リラクゼーション

ウォーターベッド・マッサージ
機で疲れた体をほぐします。



13:50
自主訓練

手指訓練・屈伸・階段昇降・歩行訓練
など、様々な訓練内容があります。



ひだまり通所リハビリ 介護福祉士 新垣里奈

ひだまり通所リハビリ曜日別平均利用人数

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
51名	49名	46名	48名	48名	43名

※どの曜日も受け入れ可能です。新規にご利用を希望される方は下記連絡先まで直接ご連絡いただきますようお願い致します。

※お問い合わせ先 通所リハビリ 繁昌(支援相談員)

●介護老人保健施設とは、介護が必要な方の家庭復帰・在宅支援をめざし、生活サービスを行います。

利用対象者:介護保険の被保険者が対象となります。要支援1・2/要介護1～5の方(入所サービスは要支援を除きます)。

手続き方法は、当施設が担当ケアマネージャーにご連絡ください。見学をご希望の方はいつでも2階の受付またはお電話にてお申し付け下さい。

ひだまり訪問リハビリ

住み慣れた在宅での生活が安心・安全にその入らしく続けできるように支援して参ります。
こんなことが楽にできるようになりたい、こんな生活がしたいなどの希望があれば下記連絡先
までご連絡ください。 *お問い合わせ先 訪問リハビリ 林(作業療法士)



ホームページアドレス★<http://ikeda-hp.com>
★ホームページからのお見舞メールもぜひご利用下さい。

介護老人保健施設
ナーシングホーム ひだまり
ショートステイ/通所リハビリ/訪問リハビリ
代表(0994)41-1200 / 通所(0994)41-1725

鹿屋女子高校就業体験

1月28日～1月31日、鹿屋女子高校より2年生2名の生徒さんが当院で就業体験されました。ベッドメイキングや、入浴やリハビリの見学等3日間の体験でたくさんのことを感じて下さいました。一部をご紹介します。

患者さんが不安にならないように気遣いがたくさんあると思いました。また、患者さんが過ごしやすいように工夫されているところが印象に残りました。

介護師さんやリハビリ療法士さんの働く姿も見せてもらい、患者さんと触れ合えるのは看護師さんだけではないと分かり、それぞれの魅力を感じることができました。

働くことの人切さや大変さも知ることができ改めて親に感謝することができました。私も働いて誰かに感謝される人になりたいと思いました。

今回の体験で感じたそれぞれの思いを大切に、今後の進路選択の一つに役立てていただけたらと思います。



花岡中学校職場体験

2月19日～2月21日、花岡中学校より2年生2名の生徒さんが職場体験に来られました。将来の夢は「医者」「看護師」と語るお二人は、「病院で働く人がどんな雰囲気で行っているのを知りたい」、「コミュニケーション能力を学びたい」と体験に臨まれました。普段はテレビで見ている病院の風景に医療機器や器具、また病院で働く人の仕事内容に興味津々の様子でした。緊張や不安、戸惑いを感じながらも3日間の体験や見学で、患者さんとスタッフがどのように関わりケアをしているのか、各部署が連携して機能していること、また実際に看護師がどのような業務をしているか等を学ばれました。いただいた感想の一部をご紹介します。

病院で働く全員が、患者さんが家に帰れるようにサポートを全力でやっているなと思いました。

みんな笑顔で優しく患者さんに接していて、仕事の見学をしても思わず笑ってしまうくらい優しく話しかけられました。

バイタル測定など、体験できる仕事で患者さんとふれ合う機会が多く、そのたびに「頑張っ
ね」と声をかけられてうれしかったです。池田病院で職場体験ができて本当によかったです。

今後も看護の道を志す方々の一助となれます様、職場体験の受入を行ってまいります。



看護部長室 中嶋屋るみ

みんなで地域の医療を支える勉強会

2月18日(月)当院にて、みんなで地域医療を支えるための勉強会を開催しました。

□演題①「鹿屋市における医療・介護の地域連携」について

社会福祉法人恵仁会 特別養護老人ホーム鹿屋長寿園 法人統括本部長 林田 貴久先生

□演題②「急性期病院における認知症ケア」

鹿児島市立病院 看護部 認知症看護認定看護師 角 直人 先生

の2名をお招きし「認知症ケアの実際」のテーマに沿ってお話しいただきました。

当日は、100名を超える参加があり、初めに林田先生より地域完結型医療そして地域医療連携についてご講演いただき、連携システムツールであるMCS(メディカルケアステーション)等についてもご説明いただきました。また、角先生については、認知症患者の将来推計や認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)・認知症に関わる時の基本姿勢など認知症看護認定看護師として様々な取り組みについてご講演いただきました。

病院にも今後、認知症高齢者が増えるため、認知症に対する対応力の向上が求められている。

認知機能障害を理解し、適切なケアや環境調整でBPSDの発症や遷延を予防することが重要であり、認知症の症状に注目するのではなくその人の視点に立ち「その人」を理解し寄り添ったケアを職員一同心がけていきたいです。

経営企画室 永野 強



2019 '世界腎臓デー inかのや'

鹿屋市CKD予防啓発イベント

□日時：平成31年2月9日(土) ※終了しました

午後1時30分から午後4時まで(受付/午後1時から)

□場所：鹿屋市役所 7階大会議室

□内容：講演1「守ろう！私の腎臓 ～腎臓の働きと健康について～」

講師 池田病院 腎臓内科部長 村岡 良朗 医師

講演2「糖尿病の予防と高血圧の予防 ～毎日の食生活から腎臓を守る～」

講師 鹿児島県栄養士会 管理栄養士 大山 律子 先生

★腎臓なんでも相談コーナー(薬剤師/管理栄養士/保健師)

★食改さんの 減塩味噌汁(かのや味噌玉) 試飲コーナー

★減塩グッズ「小さじファミリー」等プレゼント ※終了



血液浄化センターより、透析治療に関する様々な情報をお届け致します。

血液透析治療での定期採血の チェック項目について

血液透析治療中、定期的に血液検査を月に1～2回行っています。検査は血液透析治療開始時と終了時に採血をし、透析の効率等を見ていきます。実際の採血結果で透析医は多くの情報を得て、そこから生活指導および薬を検討します。

Hb	ヘモグロビン	腎性貧血のためのホルモンの補充は必要か
K	カリウム	果物・野菜のとりすぎはないか
Ca	カルシウム	カルシウムは足りているのか
P	リン	食事の偏りはないか
WBC/CRP 白血球数/炎症反応		感染症が隠れていないか
BUN	尿素窒素	血液透析前後で採血し、透析の効率はよいか
GA	グリコアルブミン	HbA1cに変わり、透析患者の血糖値の平均値をみる
Alb	アルブミン	栄養状態は良好か
Fe	鉄	赤血球を作るための鉄が足りているのか
ALP アルカリホスファターゼ		骨は異常がないか
PTH	ピーティーエッチ	透析合併症である二次性副甲状腺機能亢進症はないか
β2MG ベータツーミクログロブリン		透析アミロイドーシスの確認、毒素はぬけているか
GOT/GPT	肝機能	肝臓は悪くないか
Na	ナトリウム	脱水の有無の確認
UA	尿酸	尿酸値が高くないか
Tcho	総コレステロール	脂質異常症の確認 栄養状態の確認

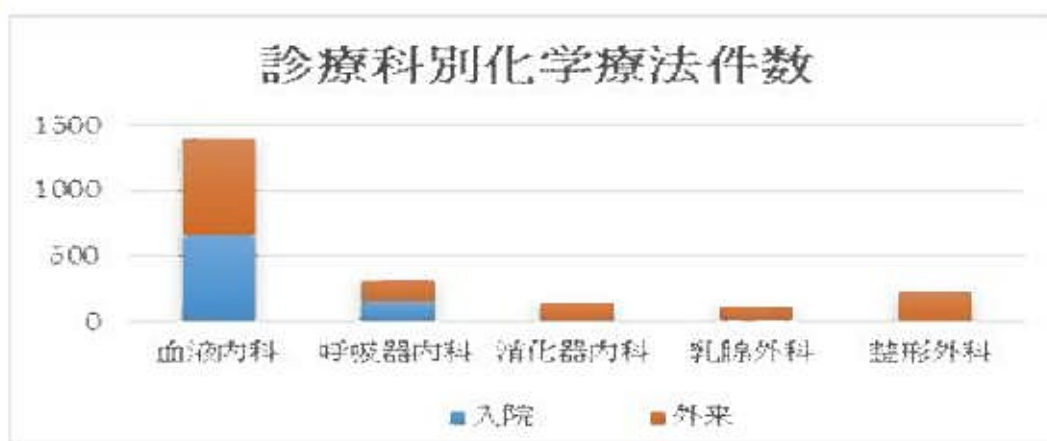
当院でのがん治療 ～化学療法～

がん化学療法看護認定看護師 竹満 愛

当院では、血液内科・呼吸器内科・消化器内科・乳腺外科・整形外科の5つの診療科において入院・外来で化学療法を実施しています。2012年の年間の化学療法患者数は1000人未満でしたが、2018年には3500-4000人へ増加しており、7年前と比べて4-5倍の患者さんの治療を行っています。



1. 診療科別年間化学療法件数（平成30年1月～平成31年1月）



2. 外来化学療法室

外来化学療法室には、3台のリクライニングベッドが設置してあります。化学療法の点滴準備中や点滴治療中は、自宅での様子や有害事象についてなどの問診を行ったり、薬剤師から薬剤説明を行ったりしています。外来で安全に化学療法が実施できるよう、主治医・薬剤師と連携をとって治療を行っています。



3. 日本がん看護学会学術集会へ

参加してきました

かつて医療者主体のがん治療であった時代から、現在はその人らしきを支えるがん治療を行う時代になってきました。これからのがん看護には何が求められ、「その人らしき」を支えるためにはどのように考え、実践していく必要があるのかを学びました。

がん治療のみでなく、来院される全ての皆様との日々交わされる会話一つひとつを大切に、話し合いを積み重ねていきながら、より良い治療・療養に努めていきたいと思いました。



鹿屋市合同就職面談会

2月11日に、リナシティかのやにおいて鹿屋市合同就職面談会が開催され、昨年に続いて企業出展をいたしました。ご来場者は、高校一年生から社会人で求職中の方まで、幅広い年齢層の方がつめかけてくださいました。初回だった前年は、特に介護職と医療事務について問い合わせが多かったことを参考に、今回は医事課長と看護部長が面談担当者とするなど対応力を強化して臨みました。その成果として、ハローワークやホームページ上だけではわからないことや、現場の生の声を聞いていただくことができたのではないかと思います。

また、中には病院で働きたいとの夢を抱えた高校生や、まだ漠然と医療従事者になりたいと思案中の方などがおられて、多少でも背中を押すお手伝いできたのではないかと感じました。将来を明確に見据えて具体的な行動を起こすことができる人は少数かもしれませんが、合同就職面談会という機会をぜひ有効活用していただきたいと思います。

池田病院総務課 人事担当 蔵ヶ崎 真伍



今回参加した企業は大隅の65社でした。老健ひだまりのブースには、高校生4名が施設や介護の話を聞きに来てくださいました。昨年に比べると少ない訪問者数でしたが、参加された皆さんはそれぞれ希望のブースで熱心に話を聞いている様子でした。ご来場いただいた皆様、ありがとうございました。

老健ひだまり 事務長 重吉 邦寿

職員旅行



日帰り
(宮崎)
1/30

日帰り
(霧島)
2/5



池田病院 外来診療表

3月

診療科目	月	火	水	木	金	土
総合内科	山内 拓真	原口 朋晋	白濱 浩司	田中 誠	白濱 浩司	白濱 浩司
腎臓内科	吉留 悦男	吉留 悦男	池田 徹	池田 徹	吉留 悦男	
透析内科	村岡 良朗 潤田 心 春田 隆秀 (4日・25日)	村岡 良朗 古城 卓真 潤田 心	古城 卓真 潤田 心	村岡 良朗 古城 卓真 潤田 心	村岡 良朗 古城 卓真 春田 隆秀	古城 卓真 潤田 心 春田 隆秀
腎炎専門外来			村岡 良朗			野崎 剛 (23日のみ)
血液内科	大納 伸人 中嶋 秀人詞	大納 伸人	大納 伸人 中嶋 秀人詞	大納 伸人		中嶋 秀人詞
脳神経内科	田邊 肇			岩田 真一		池田 賢一 (2日・16日・30日)
消化器内科 (肝臓内科)	井戸 章雄 (11日・25日) 堀之内 史郎	有馬 卓志 堀之内 史郎 今中 大	平峯 靖也 堀之内 史郎 熊谷 公太郎	今中 大 堀之内 史郎	堀之内 史郎 佐々木 文郷	柴藤 俊彦 (9日・23日) 今中 大 (2日・16日・23日・30日) 森内 昭博 (16日のみ)
呼吸器内科	寒川 卓哉	上野 史朗	寒川 卓哉	舩 博晃	上野 史朗	寒川 卓哉
呼吸器外科				前田 光喜 (7日のみ)		
糖尿病内科		菊池 晃	上久保 定一郎 (20日のみ)		西牟田 浩	
循環器内科	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳 神園 悠介	池田 大輔	東福 勝徳 池田 大輔	池田 大輔
脳神経外科 脳・血管内科		富士川 浩祥	富士川 浩祥			
脊椎・脊髄外科					山畑 仁志 (15日のみ)	森 正如 (2日のみ)
リハビリテーション科	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋		川津 学 (2日・30日)
整形外科	福島 好一			福島 好一 川井田 秀文	福島 好一 瀬戸口 啓夫 (1日・15日・29日)	担当 医
放射線科(画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也	宮川 勝也	宮川 勝也
乳腺外科	船迫 和 白濱 浩司	白濱 浩司	船迫 和	船迫 和	船迫 和	船迫 和
歯科	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏 刈田 亜沙子		奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏
血液内科			中嶋 秀人詞			
循環器内科	東福 勝徳					
呼吸器外科		横枕 直哉 (12日・26日)				
リハビリテーション科	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋	鶴川 俊洋		川津 学 (2日・30日)
整形外科	前田 和彦	前田 和彦	梶 博則 (6日・20日)			
放射線科(画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也	宮川 勝也	
乳腺外科	船迫 和		船迫 和	船迫 和		船迫 和
歯科	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏 刈田 亜沙子		奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏
救急科	田中 誠	田中 誠	田中 誠	富士川 浩祥	田中 誠	

【受付時間】 午前…8:30~11:00 午後…休診(午後診療は予約以外は休診となります)

※急患の場合この限りではありません。

※総合内科以外は必ずご予約の上、ご来院ください。

※かかりつけ医のある方は、必ず紹介状をご持参ください。(紹介状をご持参の場合もご予約が必要となります。)

予約・変更・お問い合わせ

外来診療予約・変更

TEL:0994-45-5278
FAX:0994-45-5259

放射線科

TEL:0994-45-5163
FAX:0994-45-5271

健康診断・人間ドック

TEL:0994-40-8782
乳がん検診も承ります。

歯科

TEL:0994-43-6468

池田病院 医療法人青仁会 池田病院

〒893-0024 鹿児島県鹿児島市下蔵川町1830番地 <http://www.ikega-hp.com/>

☎ 109941-43-3434

☎ 109941-40-1117