

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. 37

2013.DEC

♡ささえあい

かさねあい♡

ごあいさつ ひだまりの今年の漢字

鹿屋訪問看護ステーション

大人のぜんそくについて

ぜんそくの原因・ぜんそくの症状・Q あなたは大丈夫？

ナーシングホームひだまり

お知らせ 口のリハビリテーション研修会/第29回ねじめドラゴンボート
第5回青仁会ボウリング大会/職員旅行

外来診療表

忘年会と医療

年の瀬も迫り、忘年会シーズンとなりました。

当法人においても毎年職員への感謝と慰労を込め、数ヶ月前よりイベント委員会が計画をたてて開催しています。

ところで、冬の風物になっている「忘年会」とは一体どういう意義、また起源を持つものなののでしょうか。これは意外と知られていないと思います。

広辞苑によると「その年の苦労を忘れるために年末に催す宴会」ということです。

年末に催された連歌会が大いに盛り上がり、その様子がまるで「としわすれ」のようだと述べたもので、民衆行事として「としわすれ」と呼ばれる、酒を飲んで乱舞する行事が存在していたことを示しているようです。

当法人の忘年会では、3年程前からそれまでと構成を変えて「IKD-1グランプリ」と銘うった職員による余興を実施しています。このIKD-1グランプリは、単に忘年会を盛り上げるというためだけではなく、それぞれの職種や部署が全員で取り組みチームとして参加することも目的としており、医療現場で行われる「チーム医療」のもうひとつの姿とも言えます。

医師中心の時代から看護師、事務職員等含めたメディカルスタッフ全員で行う「チーム医療」の時代となった現在、重要なことはマネジメントとコミュニケーション能力です。当法人では仕事を通して医療・介護に携わるスタッフが成長できるよう忘年会などの楽しい仕組みづくりとともに、医療の質向上を目指し、地域の方々の暮らしを支えるために力を尽くしたいと考えております。



ひだまりの今年の漢字

今年もあと僅かとなりました。年末恒例となっている「今年の漢字」が12月12日に発表されます。今年はどうの漢字が選ばれるのでしょうか。そして皆さんにとってこの一年間はどのような漢字で表せる年だったのでしょうか。

私が考える老健ひだまりの今年の漢字は「祝」です。

ひだまりではこの一年で入籍結婚された職員5組、出産あるいはご懐妊された職員が6組、そして国からそれぞれ違う分野で功労賞を受賞された池田志保子施設長、船迫進施設医師。今年は本当に「おめでとう」「おめでとうございます」という言葉を何回繰り返したかわかりません。ひだまりは若い職員が多くカップルが誕生することは珍しくありませんが、これだけおめでたいことが重なった年はそうありません。また、名誉ある賞を二人も頂いたことは私たちにとって誇りであり、同時に身が引き締まる思いがします。また来年もお祝いの続くよい年でありたいと願っています。ただ、これだけお祝いごとが重なると懐事情はさすがにさびしい限りでした。

さて、皆さんにとって来年はどのような年になるのでしょうか。

今年一年間、皆様の青仁会運営におけるご協力に感謝いたします。



鹿屋訪問看護ステーション

鹿屋訪問看護ステーションは平成25年10月20日に同建物の隣の2階へ事務所を移転いたしました。現在、看護師15名、療法士8名、事務1名で鹿屋市を中心にサービスを提供しています。

訪問看護とは…

病気や障害を持った人が、住み慣れた地域やご家庭で、その人らしく療養生活を送れるように、看護師等がご自宅や生活の場へ訪問し、看護ケアを提供し、自立への援助を促し、療養生活を支援するサービスです。

こんなときにご相談ください ☎0994-44-4776

- 退院が決まったけど介護の仕方がわからない
- 自宅でもリハビリがしたい
- 仕事をしながら、ご家族の看病をしなければならない
- 認知症になっても自分らしい生活を送りたい
- 介護に疲れてしまった
- できれば最期を自宅で迎えたい
- 訪問看護のサービス内容がわからない



住み慣れた我が家で安心して療養生活が送れるよう、私たちが支援いたします。

* インフルエンザの季節が到来しました *

インフルエンザといえば

- 38~40度の急な発熱
- 筋肉痛、関節痛（全身の痛み）
- 強い悪寒、倦怠感

などの症状があり大変ですね。

予防としては、

- 1.栄養と休養を十分とる。
- 2.適度な温度・湿度を保つ
- 3.外出後の手洗いとうがいの励行
- 4.人ごみを避ける
- 5.マスクを着用する

に気を付けて下さい。



ここで注意!

気を付けていても上記の症状が出てしまった、というときでも、いきなり医療機関に行かないようにしましょう。他の人に感染を広げてしまう恐れがあるからです。

- ・かかりつけ医に電話で相談して、受診の仕方を聞いて下さい。
- ・受診の際はマスクの着用を忘れずに。

(かかりつけ医がない方は、保健所の発熱相談センターに受診先を問い合わせして下さい。)

♥元気に新年を迎えられるように、みんなで気を付けていきましょう。



大人のぜんそくについて

今回のテーマは大人になってから突然発症することもある、“大人のぜんそく”です。

今回は“大人のぜんそく”について3か月かけて取り上げたいと思います。



12月:大人のぜんそくとは?
[原因・症状]

1月:ぜんそくの診断と治療

2月:日常生活の注意点
呼吸リハビリについて

◆ぜんそくと聞くと、どうしても“子どもの病気”というイメージがわきますが、実は大人のぜんそく患者も多いのです。成人のぜんそく患者で子どもの頃からぜんそくだった人は少なく、40歳を過ぎてから初めて発病した人が約5割を占めます。



★ぜんそくの原因

ぜんそくとは、**気管支内が腫れて狭くなることで、いろいろな症状が出る病気**であり、正式には「**気管支ぜんそく**」と言います。

アレルゲン

ダニ、カビ、花粉、ペットの毛など



感染症

風邪などのウイルス感染



気象条件

温度、湿度、気圧の変化

大気汚染

排気ガスや煙

**ストレス、疲労、
睡眠不足**

子どもの頃に発病するぜんそくは、ダニやハウスダスト、花粉などにアレルギーを起こすことが原因(誘因)で発病するアトピー型ぜんそくがほとんどです。それに対し成人になってから発病するぜんそくは、アトピー型もありますが、アレルギー反応ではない別の原因で気管支の腫れが起こる非アトピー型も多くなっています。



★ぜんそくの症状

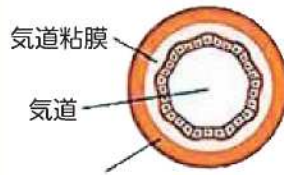
右の図のように、
空気の通り道が
狭くなっている
ため、

- 息がしづらい
- せきが出る
- たんが出る

●ヒューヒューやゼーゼーと音の出る呼吸

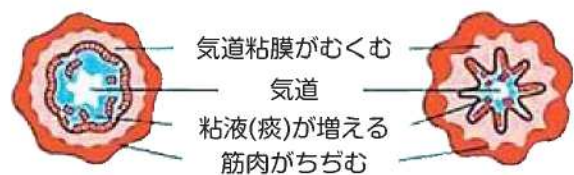
などが症状として出てきます。重症の場合には、呼吸困難を招くこともあり注意が必要です。

正常な気道の断面



筋肉(気道の広さを調節する) (症状(発作)がない時)

ぜんそくの患者さんの気道の断面



(症状(発作)がある時)

Qあなたは大丈夫？ にチェックをしてみてください。

A： 風邪がなおり発熱が治まっても、せきが3週間以上続く

B： せきこんで、深夜や明け方に目が覚める

- 近くの診療所などで「風邪」と診断され、せき止めを処方してもらったが、効かない
- 走ったり、運動をしたりするとせきが出る
- タバコや線香の煙、香水、魚を焼くにおい、冬の冷たい外気、夏の冷房などに敏感でせき込む
- アレルギー鼻炎を持っている。あるいは、ぜんそくや鼻炎を子どもの時に持っていた

→Aが当てはまって、さらにBのうち1つでも当てはまるものがある方は、呼吸器外来の受診を検討して下さい。



★ぜんそくは突然発症するのではなく、ゼーゼーと苦しくなるまでに数週間から数か月かかることが多いです。チェックリストに当てはまる方はひどくなる前に、早めの対処をお願いします。

こんにちは！保健師です。

11月の退院指導介入患者数は20名。指導内容で依頼の多いものは、狭心症・心筋梗塞・心不全・腎不全指導、家に帰るための支援、精神的フォローなどです。

入院中の患者様だけでなく、外来に来られた患者様の相談もお受けしています。お気軽に『地域医療支援センター』にお越し下さい。お待ちしております。

地域医療支援センター(徳田、救仁郷)



入所看護部門

ひだまり入所看護部は、10名の看護師で日勤・夜勤をローテーションしながら利用者様の日常の健康状態の観察のほか、状態の変化に伴う病院受診、看取りも含めた看護業務に当たっています。

ご高齢者は病気による症状が現れにくいいため、入所時に病状が安定していても肺炎・脳梗塞・骨折など様々な原因による小さな変化を早期に発見し、病院受診へつなげることが大切な役割のひとつです。

日頃のご利用者様の状態把握は、一番近くでかかわる介護職との連携が大事になります。小さな変化も気付いてくれる職員と共に、毎日を笑顔で過ごして頂けるよう精一杯努力して参ります。

2013年度 国民体育大会功労者表彰受賞!

ひだまりの施設医である船迫進先生が、9月29日に東京都内で「2013年度 国民体育大会功労者表彰」を受賞致しました!

船迫先生は1967年の埼玉国体にヨット選手として初出場し、総監督を経て1996年からは鹿児島県選手団の帯同ドクターなどを務めていらっしゃいます。

10月10日の南日本新聞でも紹介されました。

11月6日には祝賀会も行い、多くの職員で船迫先生の受賞を祝いました。

ひだまりにはこのように努力家の素晴らしいドクターが勤務されていますので、私たちもモチベーションを高く維持し、精一杯勉強して努力して参ります。



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
55名	56名	48名	50名	51名	51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 上村（支援相談員）・長谷川（理学療法士）

●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。



ブログアドレス★<http://blog.goo.ne.jp/hidamarinohohon>
 ホームページアドレス★<http://ikedahp.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。
 ←携帯はこちらから。ブログ「ひだまりのほほん日記」

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

口のリハビリテーション研修会

先日、池田病院・長寿園グループ職員を対象とした口のリハビリテーション研修が行われました。

講師として「玉名郡市医師会立 玉名地域保健医療センター 内科医長 前田 圭介先生」を迎え、食支援についてのご講演を頂きました。また、当院で行われている摂食嚥下支援活動への指導やNST活動についての意見交換会等も行われました。

今回の研修のテーマである「食事」という人生において一番の楽しみを支援していくにあたって、丁寧な食事介助と口腔ケアが重要となってきます。また、その支援を行っていく為に医師・歯科医師を中心に各コメディカルのみんが協力して対応していくことが個々人の生活の質を良くすることに繋がってきます。



第29回ねじめドラゴンボートフェスティバルに参加しました

10月27日(日)南大隅町雄川にて【第29回ねじめドラゴンボートフェスティバル2013】が開催されました。ひだまりの通所職員とリハビリ職員10名で参加し380mの雄川を激漕しました。

一般は90チーム参加があり、『ひだまり魂』チームは一丸となり一回戦突破。二回戦で敗れましたが、最後まで頑張りました。

総合では40位という結果でした。今回、一回戦突破できたこともあり、応援団も含め皆で喜びを分かち合えました。



第5回青仁会ボウリング大会

日時 平成25年11月10日19時～
場所 雲之原リハビリセンター



参加ゲーム数 29ゲーム 参加者数 177名

団体の部	個人の部 (男性) (女性)	
	1位 リハビリセンター	1位 山中さん
2位 1階病棟	2位 藤武さん	土橋さん
3位 ひだまり通所	3位 芝元さん	重松さん

(イベント委員会)

職員旅行 東京 Disneyland

日程 11/15~16 162日
11/21~23 263日




池田病院 外来診療表
12


診療科目	月	火	水	木	金	土
一般内科	武田 和久	久木田 稔正	武田 和久	武田 和久	池田 大輔	
腎臓内科	吉留 悦男	吉留 悦男	池田 徹	池田 徹	吉留 悦男	西本 紀一郎 (28日のみ)
透析内科	屋 万栄 阿部 正治	阿部 正治	屋 万栄 阿部 正治	屋 万栄 阿部 正治	屋 万栄 阿部 正治 春田 隆秀	春田 隆秀
CKD専門外来		屋 万栄				
肝臓内科	井戸 章雄		平峯 靖也		有馬 卓志	柴藤 俊彦 (14日・28日)
血液内科	大納 伸人 久木田 稔正	大納 伸人	大納 伸人 久木田 稔正	大納 伸人	久木田 稔正	
神経内科	白石 匡史 樋口 雄二郎			白石 匡史 岩田 真一	白石 匡史	
消化器内科	堀之内 史郎	堀之内 史郎	佐々木 文郷	堀之内 史郎	堀之内 史郎 沼田 政嗣	
呼吸器内科			寒川 卓哉	高木 弘一		寒川 卓哉 (7日・21日)
呼吸器外科				渡辺 有為 (5日・19日) 上久保 定一郎 (26日のみ)		
糖尿病内科					西牟田 浩	
循環器科	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳	池田 大輔 東福 勝徳 (12日・26日)	東福 勝徳	池田 大輔
リハビリテーション科						川津 学 (7日・21日)
整形外科	川井田 秀文	川井田 秀文		川井田 秀文	川井田 秀文	《手術日》
放射線科 (画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也	宮川 勝也	宮川 勝也
歯科	奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏 淵田 亜沙子		奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏
循環器科		心カテ 園田 幸一郎	心カテ アングイオ	池田 大輔	東福 勝徳	
整形外科			中村 俊介 (18日のみ) 川上 広高 (11日・25日)		富永 博之 (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	
歯科	奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏 淵田 亜沙子		奥家 信宏 淵田 亜沙子	奥家 信宏

【初診受付】 午前…8:30～11:00 午後…休診

【再診受付】 午前…8:30～11:00 午後…休診

※午後の診療は、予約以外は休診となります。但し、急患はこの限りではありません。

*手術、学会等により、診療時間の変更、担当医師の不在等があります。

*一般内科以外は予約を受け付けております。事前にご連絡ください。

*整形外科…再診の方は、予約をお願いします。(初診はこの限りではありません)。

*健康診断…各種健診を承ります。お電話にてご予約できます。(TEL0994-40-8782 医事課)

*放射線科…ご予約・紹介は専用直通電話とFAXへお願い致します。(TEL0994-45-5163 FAX0994-45-5271)

*歯科…ご予約は専用直通電話へお願い致します。(TEL0994-43-6468)

《初診の方は情報提供書をお願い致します。》

※かかりつけ医のある方は、当院に初診で来院される際、必ず紹介状をご持参ください。