

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. 4 I  
2014.APR

♡ ささえあい

かさねあい♡

ごあいさつ

第36回 院内研究発表  
血液浄化センター通信

池田メディカルフィットネスセンター  
保健師のお仕事紹介

リウマチについて

治療の目標/主な治療法/間接リウマチとうまく付き合うには/リウマチ患者支援体制

外来診療表

ナーシングホームひだまり

お知らせ

平成25年度後期感染対策研修/第11回鹿児島県医学検査学会に参加  
第12回大隅地域医療連携ネットワーク協議会開催

第1回キッズサッカーフェスティバル  
鹿児島リレーマラソン

## 医療における金メダルとは

様々な感動を呼んだソチオリンピック。皆さんはどのシーンが一番心に残っていますか。1992年のアルペールピルオリンピックに初出場してから、7大会目で初めて手にした個人での銀メダル。葛西紀明選手のジャンプはまるで、大空を羽ばたく鳥のようにとても美しく、そして努力し続けることの大切さを教えてくれました。また、フリーの演技を終了した時の浅田真央選手の涙。諦めない姿勢、自分を信じることの強さなどに感動し、自分の生き方を考えさせられました。

一方で、医療環境に目を向けると、超高齢社会に向けて、医療費抑制政策は益々厳しさを増しています。これから『2025年』を見据えた診療報酬改定・介護報酬改定がこれでもか、これでもかと押し寄せてきます。この波を乗り切るためには、「住民」も「サービス事業者」も「行政」も自覚と覚悟が必要です。暮らしを支える医療、介護、福祉を目指して1人ひとりの意識改革が求められます。大波を受けとめるためには、皆の知恵とやる気が必要です。患者様にとっての金メダルは、在宅復帰・社会復帰であることを認識し、各部門が同じ目線でゴールを目指して進んでいきたいと思えます。



看護部長 前野 かつ子

### 第36回 院内研究発表

2月27日(木)当院多目的ホールにて  
第36回院内研究発表が行われました。



#### 演題

- ・「諦めないで口から食べていただくために～「口のリハビリ」活動を始めて～」
- ・「ダイバーショナルセラピーってご存知ですか?～通所リハでの取り組み～」
- ・「透析患者の下肢病変に対する臨床工学技士の取り組み」
- ・「経口摂取への取り組み～生活パターンの改善と積極的な経口訓練を実施して～」
- ・「いま取り組む口腔ケア～認識調査からわかったこと～」
- ・「下肢切断ゼロを目指して～透析患者へのフットケア3年間の取り組み～」

今回発表された演題内容、発表は共に素晴らしいものばかりで、スタッフも真剣に聞き入っていました。

当院では今後も最良の医療サービスを提供出来るよう、臨床現場での研究や活動に取り組み、すべてのスタッフのスキルアップを図っていけるよう取り組んで参ります。



# 血液浄化センター通信 2014・4

血液浄化センターより、透析に関する様々な情報をお届け致します。

## 血液浄化センターについて

現在、当院の透析利用者は総数280名程です。当院では出来る限り利用者のライフスタイルに合わせながら、コミュニケーションを大切にし、個々のニーズにあった医療を提供できるよう引き続き取り組んでまいります。



## 治療について

### 透析療法

血液透析(HD)、血液透析濾過(HDF・on-line HDF)、血液濾過(HF)、限外濾過(ECUM)

### 特殊療法

持続的血液濾過、LDLアフェレーシス、DFサーモ、エンドトキシン吸着、腹水濃縮還元静注療法、リクセル

### チーム医療

血液浄化センターではフットケア・シャント・循環器医療チームに分かれ、患者様個々に必要な検査・チェック等を行った後、月2回の合同カンファレンスを行い、医師・画像・検査・他職種・各チームの意見を出し合いながら、今後の治療方針・ケア方針を決めています。



## 腎臓リハビリテーション

腎臓リハビリテーションは腎疾患や透析医療に基づく身体的・精神的影響を軽減させ、症状を調整し、生命予後を改善し、心理社会的ならびに職業的な状況を改善することを目的として、運動療法、食事療法と水分管理、薬物療法、教育、精神心理的サポートなどを行う、長期にわたる包括的なプログラムです。当院では、血液浄化センター内に専属のリハビリスタッフを常時配置し、透析中の運動をはじめとして、疼痛やシャントトラブルなどの様々な合併症に対し、リハビリを行っています。



# リウマチについて

今回はリウマチについての2回目ということで、  
②治療・リハビリについて取り上げます。



## ★治療の目標

関節リウマチでは全身の関節の炎症から腫れや痛み、放置すれば関節が壊れ変形といった日常生活に支障をきたす症状が出てきます。関節リウマチの治療では、腫れや痛みなどの症状を取り除くことも大切ですが、なるべく早いうちから、関節が壊れないようにすることを目標とした治療が重要となってきます。そのため、リウマチの治療は安静と運動のバランスが重要です。

## ★主な治療法

### 1.薬物療法

病気の活動性を抑えることで、腫れや痛みなどの症状を改善し、関節が壊れないようにする。

### 2.外科的治療(手術)

関節の悪い所を切除したり、人工関節に入れ替えたりする。



### 3.リハビリテーション

関節の機能を維持し、筋力低下を防止する。

### ■薬物の種類

非ステロイド系 抗炎症薬	痛みを和らげる
ステロイド	炎症を抑える
抗リウマチ薬 ・免疫調節薬 ・免疫抑制薬 ・サイトカイン阻害薬 ・T細胞阻害薬	免疫の異常や細胞増殖に対して働き、関節リウマチの進行を抑える

### 体操を行うときの注意点

- 各体操は10回を目安に、ゆっくり、できるだけ大きく動かすようにしましょう。
- 入浴後などの体の温まったときに行うと、関節や筋肉の動きもスムーズになります。
- 翌日に疲れが残らない程度にとどめましょう。
- 痛みが起きても1～2時間で解消するようなら心配ありません。毎日少しずつ継続を。



## ★関節リウマチとうまく付き合うには

### ●日常生活で気を付けたいこと

関節リウマチの治療法はどんどん進歩しています。ただし、治療が順調で症状が軽くなっても、関節を大事にしたり、体調管理に気をつけるなど、日常生活ではいくつかの注意が必要です。

#### ・安静

発熱したり、疲労感が強いときは、決して無理をせず横になって安静を保つ。部分的に関節の炎症が強いときは、ギプスなどで固定し負担をかけないようにする、などに気をつけましょう。



#### ・保温

関節を冷やすと関節痛が強くなることがあります。長袖や長ズボン、ブランケットなどで関節部位の保温に気をつけましょう。



#### ・精神的な要素としてたいせつなこと

なかなか症状が改善しないこともあります。治療法は日々進歩していますので、気持ちをおだやかにし、くよくよせず、前向きに治療に取り組んでいく事が大切です。

#### ・関節に負担をかけない動作を心がける

ふだん重いものを持たない、介護用具や補助器具（自助具）などを上手に利用するのも生活の知恵です。



### ●患者さんのご家族や身近な方をお願いしたいこと

関節リウマチの治療法は日々進歩していますが、患者さんは激しい痛みや、思うように動けないなど、様々な悩みを抱えていることが多いと思います。患者さんにとって、家族や身近な人たちのサポートは大きな励ましになります。



## ★当院でのリウマチ患者支援体制



当院では登録リウマチケア看護師が在籍しており、リウマチの治療や日常生活に関する相談をお受けしております。「これはリウマチの症状かな？」と気になる症状がある場合などお気軽にご相談ください。

### こんにちは！保健師です。

3月の退院指導介入患者数30名。指導内容で多いものは、糖尿病・透析・精神的フォローです。

春は精神的にバランスを崩しやすく、うつ病や不眠症など発症しやすい季節です。疲れを感じたら、信頼できる人に相談したり、医療機関にかかるなど、ゆっくり心と体を休めることが重要になります。

地域医療支援センター(徳田、救仁郷)



**入所介護部門 ～「婦人会」～**

ひだまりでは、入所中の利用者様による「婦人会」を立ち上げ、様々な取り組みを行っています。今回は、製作期間2ヶ月程掛けて、カントリードール作りを実施しました。

カントリードールとは、アメリカ西部開拓時代、昔からお母さん達が自分の古着やハギレを使って子供の為に作った人形だと言われています。

あくまでも利用者様主体での取り組みを目的として、婦人会の中での利用者様同士の交流、余暇時間の充実や施設生活での楽しみを見出すきっかけとなっています。

今後も様々な作品作りや、女性版「だれやめ同好会」「日帰り温泉」等の計画を進めています。老健施設としてリハビリを中心とした総合的なサービスは勿論ですが、何より「ひだまりに来て良かった！」

そう思ってもらえるように、ケアサービスの提供・向上に努めていきたいと思っております。



**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
52名	52名	49名	49名	50名	55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://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。  
 ←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**  
 ショートステイ/通所リハビリ/訪問リハビリ  
 代表 (0994) 41-1200/通所 (0994) 41-1725

池田メディカルフィットネスセンターで **リハビリライフ** 始めましょう!

平成26年  
4月1日  
OPEN!



池田メディカル  
フィットネスセンター  
Ikeda Medical Fitness Center



※写真はイメージです

1日のプログラム

対象者	時間	内容	費用
要支援1・2	8時40分～ 9時20分	送迎	週1～2回のご利用で、月2500～4600円程度(変動あります)
	9時30分～ 11時30分	○健康チェック ○機能訓練 ○生活相談など	
	11時40分～ 12時20分	送迎	
要支援1・2 水曜日のみ 午後実施	12時30分～ 13時20分	送迎	週1～2回のご利用で、月2500～4600円程度(変動あります)
	13時30分～ 15時30分	○健康チェック ○機能訓練 ○生活相談など	
	15時40分～ 16時30分	送迎	

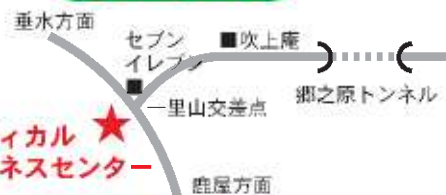
○池田メディカルフィットネスセンターは、運動に特化した短時間デイサービスです。個々の生活目標に合わせて、理学療法士が運動プログラムを立て、運動提供スタッフが徹底的にサポートします。

○心と身体を活性化して、自分らしい生活を取り戻しましょう!ご利用者様の生活課題の改善や転倒予防・介護予防・自立支援など、その人に合わせた目標を持って機能訓練を行います。

○大きく・ゆっくり・息を止めない運動は、普段使わない筋肉を刺激し効果的に体力を向上させることができます。最近の研究では適度な運動が、循環器疾患・呼吸器疾患・生活習慣病・糖尿病・うつ病・認知症などに対して、治療効果を上げることが知られています。

○専門の資格を持つ理学療法士が、病気があっても、効果的かつ楽しく運動出来るプログラムを提供します。

交通アクセス



池田メディカル  
フィットネスセンター



お問い合わせ

鹿屋市白水町1986-4  
TEL 0994-45-4536  
FAX 0994-45-4537

保健師のお仕事紹介

現在、地域医療支援センターに2名の保健師が在籍しています。今回は、わたしたち病院保健師がどのようなお仕事をしているか紹介をさせていただきます。



わたしたちが  
お待ちしております。

◆患者さんへの生活指導

初めて病気になった方、自己注射や血液透析が始まった方、不安の強い方、入院・外来を問わず聞きたいことがある方

◆疾患別、もしくは生活指導上必要なパンフレットの作成

糖尿病や心臓病、腎臓病などの説明や、退院後必要と思われる吸引や注入などの手順などを作成

◆健康だよりの作成

病院広報誌の中の、健康だよりの流行注意報などを作成

◆地域連携業務

病院に送られてくるお見舞いメールの管理、病院広報誌の配布、他院への連絡調整や他院からの問い合わせ対応(転院相談など)

◆その他

職員向けの勉強会、メンタルヘルスサポートなど



# 池田病院 外来診療表

## 4月

診療科目	月	火	水	木	金	土
一般内科	担当医	久木田 稔正	中嶋 秀人詞	中嶋 秀人詞	担当医	
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 (26日のみ)
透析内科	屋 万栄 阿部 正治	村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗	屋 万栄 村岡 良朗 春田 隆秀	春田 隆秀
CKD専門外来		屋 万栄	野崎 剛			
肝臓内科	井戸 章雄		平峯 靖也		有馬 卓志 森内 昭博	柴藤 俊彦 (12日・26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	中嶋 秀人詞
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 沼田 政嗣	堀之内 史郎	佐久間 真友子 堀之内 史郎	堀之内 史郎	堀之内 史郎 佐々木 文郷	
呼吸器内科			寒川 卓哉	俣木 浩子		寒川 卓哉 (12日・19日)
呼吸器外科				渡辺 有為 (3日・17日)		
糖尿病内科		上久保 定一郎 (22日のみ)			西牟田 浩	
循環器科	東福 勝徳	池田 大輔 伊集院 駿	東福 勝徳	池田 大輔 東福 勝徳 (10日・24日)	東福 勝徳 友松 範博	池田 大輔
リハビリテーション科						川津 学 (5日・19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
午後(予約のみ)				池田 大輔	東福 勝徳	
循環器科						
整形外科			音羽 学 (2日・16日・30日) 中村 俊介 (9日・23日)		富永 博之 (4日・18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。



医療法人青仁会 池田病院

〒893-0024 鹿児島県鹿屋市下波川町1830番地 <http://www.ikedahp.com/>

☎ 109941-43-3434

☎ 109941-40-1117

## 平成25年度後期感染対策研修

平成26年3月3日(月)及び3月14日(金)に今年度後期感染対策研修が行われました。

今回、大正富山医薬品 岩田氏をお招きし「多剤耐性菌の基礎知識」～細菌の知識 緑膿菌 多剤耐性緑膿菌(MDRP) 他～をテーマにご講義いただきました。



## 第11回鹿児島県医学検査学会に参加しました

2月9日(日)、かのや大黒グランドホテルにて、第11回鹿児島県医学検査学会が開催されました。

当院、臨床検査室からも6名が実行委員として参加し、演題も1題発表しました。

「血管撮影室における臨床検査技師の役割」  
医療法人青仁会 池田病院 吉永 和道



## 第12回大隅地域医療連携ネットワーク協議会が開催されました。

3月6日(木)、当院多目的ホールにて、大隅地域医療連携ネットワーク協議会(別称たんぼぼ会)が開催されました。



大隅地区の行政機関や医療機関の地域連携担当者31名の参加がありました。4月からの診療報酬改定について当院の前野看護部長より講義があり、その後、4つのグループに分かれて大隅の地域連携における課題や今悩んでいることについて意見交換



を行い、それぞれ発表して頂きました。

今後も年に2回開催される予定です。

## 第1回キッズサッカーフェスティバル

平成26年3月2日、鹿屋体育大学にて「第1回キッズサッカーフェスティバル」を開催しました。

大隅半島の幼稚園・保育園生（年中・年長の男女）を対象とし、「大隅半島の子どもたちに思いっきりサッカーを楽しんでもらいたい!」という事をコンセプトに、たくさんの子どもたちにご参加いただきました。また、サッカーだけでなく、園対抗リレー・かけっこランナー1決定戦も行い、園児、保護者とも白熱していました。

当日は、鹿屋体育大学サッカー部（キッズプロジェクト）・鹿屋市サッカー協会を中心に運営して頂きました。

会場受付にAEDや心肺蘇生法トレーニング用マネキン等を展示し、保護者や子供達も一次救命処置の体験等を行い、興味を持っていただきました。今後も地域の方々と協力してこのような活動に参加していきます。



## 鹿児島県 鹿屋市 鹿屋リレーマラソン

IKEDA乱ナースは、3月17日(日)第3回桜島リレーマラソンに参加しました。

降灰もなく暖かな日差しの中、雄大な桜島の麓で、元気な20代+ベテラン組の12名で互いに応援しながら力を合わせてタスキをつないでいきました。(1.75kmを1人2回)

個々の練習の成果が実り、総合順位 50チーム中5位 クラス別では3位という過去最高の成績に、チームとしての絆も深まり感動をわかちあえた本当に大満足の日でした。

