

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. 88

2018.MAR

♡ ささえあい

かさねあい♡



鹿屋女子高校就業体験/
小児の在宅支援について

研修イベント案内/
地域リハビリテーション研修会案内

血液浄化センター通信

接遇研修会/後期感染対策研修

鹿屋市合同企業説明会

3月 外来診療表

当院でのがん治療 ～化学療法～

春まつり

【健康だより】

知っておきたい「花粉症」対策

ナーシングホームひだまり

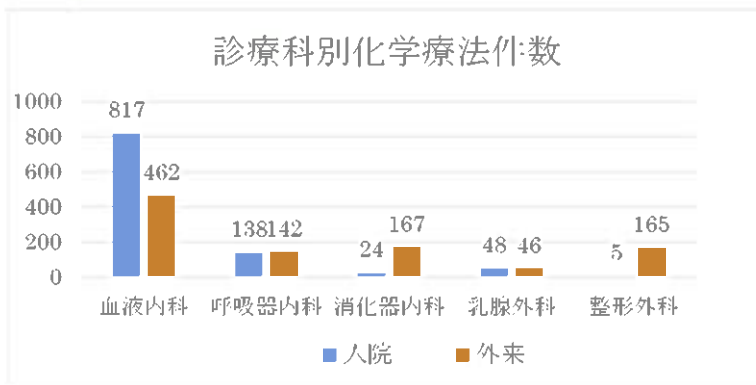
当院でのがん治療 ～化学療法～

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つの診療科で入院・外来で化学療法を実施しています。初回の化学療法は入院で行ない、問題なければ外来化学療法室での治療を行なっていくことがほとんどです。血液内科・呼吸器内科では、入院・外来でも件数が多く、消化器内科・整形外科は外来での治療が主体になります。



1. 診療科別年間化学療法件数(平成 27 年 1 月～12 月)



2. 外来化学療法室

外来化学療法室は、現在リクライニングチェア 3 床を設置し、スタッフ 2 名を配置しています。治療件数も年々増加し、年間約 1,000 件を実施・管理しています。外来化学療法加算 I の診療報酬施設基準を満たしており、がん化学療法認定看護師と連携し、患者さんの安心・安全・確実な治療に努めています。



3. がん医療のこれから～

少子高齢化が進み人口は毎年 100 万人減少している時代となっており、労働人口の減少かつ医療や介護の利用者である高齢者が急増する「2025 年問題」が話題となっています。

がん医療でも、多くの新規薬剤が開発され 2 人に 1 人ががんになり、3 人に 1 人ががんで死亡することが常識として知られています。そのため、国の施策である「がん対策推進基本計画」では、1. がん予防、2. がん医療の充実、3. がんとの共生をにかけており、チーム医療や外来通院サポート、緩和ケア地域連携の重要性を意識したがん医療の提供が求められています。当院でも、化学療法を受ける際の様々な不安や疑問は、主治医・看護師・薬剤師をはじめとする医療スタッフに相談して頂くことで、治療がうまく進むための方法を共に考えていければと思っています。

まっ 春 り

2018

4/8(日)

AM 10:00~
PM 3:00(小雨決行)

【場所】
池田病院 外来駐車場

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】

こどもふれあいエリア

【くりぶーふわふわ】

健康体験エリア

AM 10:00~ PM 3:00

❁ 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

❁ 医療相談コーナー

健康、医療、くすり、介護福祉 ・ 栄養

❁ 子供向け医療模擬体験コーナー

白衣を着て病院のお仕事の模擬体験ができます

❁ 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

❁ アロマハンドトリートメント

アロマと癒しのお店 アロマーージュ (aromage)

❁ 展示コーナー

三井・メディックス ノルディックウォークポールの販売もあります

* 子供向け模擬体験は、
対象：2歳～12歳
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

知っておきたい「花粉症」対策



例年、春先に飛び始めるスギ花粉。花粉症の人にとっては、つらいシーズンです。花粉症などのアレルギー疾患の治療に、国をあげて取り組む「10カ年戦略」も開始されています。



花粉症患者は急増してます！！

花粉症は日本で約3,000万人が罹患するもっとも多いアレルギー疾患であり、今後も増加すると考えられています。

体内に入った花粉(異物)を排除しようとして、身体が起こすアレルギー反応の一種が花粉症です。主な症状は、「くしゃみ」「鼻水」「鼻づまり」「目のかゆみ」などですが、「喘息」を併発することもあります。

花粉の飛散量が増えたことが、花粉症患者が急増している原因のひとつですが、近年は**食生活の変化や腸内細菌の変化、大気汚染、喫煙、ストレスなどの影響**も指摘されています。

花粉症は自然に治ることはまれで、症状が悪化してしまうと治療を行っても症状が治まらない特徴もあるため、花粉症を疑う症状がある場合は、早めに耳鼻科などの専門医の受診をすることが大切です。

ここがポイント！花粉症対策「鼻」「目」「食事」「生活」



鼻のポイント

その1～耳鼻咽喉科の受診～

鼻づまりがある場合は耳鼻咽喉科を受診し、まずは何が原因で鼻の症状が起きているのか、検査を受けることが必要です。鼻づまりをそのままにしていると、頭がボーっとしたり、集中力が低下する「鼻性注意不能症」になることもあります。



その2～温熱療法～

自宅で簡単にできる対策法として「温熱療法」というものもあります。温熱療法は体温より少し高い42～43度の水蒸気を1回に10分ほど、1日数回吸い込む方法です。最近では家庭用の小型の蒸気吸入器も発売されているので、症状がひどい場合には利用してみてもいいでしょう。ただし、メインの治療ではないので、補助的な利用にしましょう。



目のポイント

その1～抗アレルギー効果のある目薬～

花粉シーズンの目のケアは、目の際やまつ毛などにも花粉がついていることがあるため、まず顔を洗ってから目薬を使うようにしましょう。最近では、抗アレルギー作用のある薬を薬局で買うこともできます。普通の目薬よりも花粉症に適しているといわれています。症状がひどい場合は眼科を受診し、適切な指示を受けましょう。



その2～コンタクトについて～

コンタクトを利用している人は、目とコンタクトの間に花粉が入り込み、長時間目が花粉に接するため症状が悪化することがあります。症状がひどい場合は、外出時には目をしっかりガードする花粉症用の眼鏡をかけるなどの工夫もよいでしょう。また、抗アレルギー用の目薬を使用する場合には、コンタクトをいったん外して、5～10分してから装着するようにしましょう。



その3～冷あん法で目の症状を抑える～

目のかゆみや充血が激しいときには、冷やしたタオルを閉じたまぶたの上に数分間当て、これを繰り返す「冷あん法」もおススメです。局所に冷たい刺激を与えることで、知覚神経のはたらきを一時的に鈍らせ、かゆみの症状を抑えることができます。



食事のポイント

その1～高たんぱく質食品～

高たんぱく質食品は食べ過ぎると、消化酵素の分泌が追い付かず、十分アミノ酸に分解できないままに吸収されることがあります。分解が不十分なままに吸収されると、体は“異物”とみなして抗体が増え、アレルギーを引き起こす要因となることもありますので、適量を心がけましょう。



その2～刺激物・アルコール・たばこ～

香辛料を多く使った食品やアルコールなどの刺激物は、鼻の粘膜の毛細血管を広げてうっ血や充血を引き起こしやすくなります。その結果、鼻づまりがひどくなることもあるので、食べ過ぎには注意が必要です。また、たばこの煙に含まれる有害物質も鼻の粘膜を刺激し、花粉症の症状を悪化させてしまいます。自分だけでなく、周囲の人のためにもぜひ禁煙を心がけたいところです。



生活のポイント

その1～ペットについた花粉もはらおう～

いくら飼い主が完全防備をしても、外に連れ出した花粉まみれのペットを室内に入れたのでは効果はありません。散歩させる場合には花粉の飛散量の少ない早朝を選び、風の強い日や湿度の低い日には控えるようにしましょう。また、家に入る前には毛をブラッシングして花粉をしっかりと取り除くようにしましょう。



その2～空気清浄機は置き場所を工夫～

空気清浄機を設置する際は置き場所が大切です。花粉症の症状があらわれるのは目や鼻です。つまり、顔の高さに空気清浄機を置いておくことで、花粉の吸い込みや付着を軽減できます。また寝室に置く場合には、布団のそばに置くとよいです。部屋の片隅に置いておくより効果大なので、ぜひとり入れてみてはどうでしょう。



その3～床は水拭きも～

掃除機をかけたあとに水拭きをすることで、より花粉を多く取り除けます。また、布製のソファや座布団には必ずカバーをかけ、こまめに洗濯をして取り替えましょう。もちろん、カバーを取り外したら掃除機で吸い取ることも大切です。掃除機をかけるときには、部屋の隅やベッドの下、棚の上や下など、ホコリがたまりそうな所も吸い取るとよいでしょう。



こんにちは！保健師です。

花粉で毎年大変な思いをされている方も多いと思います。少しでも症状を改善できるよう、できることを取り組めるといいですね。

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

第24回 鹿児島県老人保健施設大会



1月24日・25日の2日間、鹿児島県医師会館において第24回鹿児島県老人保健施設大会が開催されました。

ひだまりから、入所介護の松元充恵(介護福祉士)が参加し、【在宅復帰へ向けた取り組み～3ヶ月間の道のり】という演題で発表しました。松元は入職して2年目の20歳で若いですが、とても堂々とした素晴らしい発表でした。

老健ひだまり 事務 小島早子



緊張しています。

又、本
獲得と
ことで、
家に帰
告する。



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
58名	48名	51名	50名	53名	49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・安全にその人らしく継続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://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。

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29日～1月31日の3日間、鹿屋女子高校より2名の生徒さんが、当院で就業体験されました。はじめは緊張した面持ちでしたが徐々に緊張もほぐれ、お二人とも明るく、積極的に体験されました。体験後には「すごく大変な仕事だなと思いましたが、『ありがとう』と言われてやりがいのある仕事でもあると思いました。将来看護師になりたいと強く感じました」と感想を話され、何年か後に一緒に働ける日が来たらいいな、と頑張る元気をいただきました。今後もこのような機会を提供することで、看護の道を志す万々のきっかけになればと思います。

看護部長室 中塩屋 るみ



小児の在宅支援について

～退院支援から地域での子育て～

2月25日（日）池田病院多目的ホールにて『小児の在宅支援について～退院から地域での子育て～』と題した講演会が開催されました。

演者は渡邊 理恵先生（鹿児島子ども訪問看護ステーション相談役／医療法人天翔会 看護部部长）現役の看護師であり、鹿児島県小児在宅医療推進事業のメンバーとして在宅に帰るための手引書「お家にかえろう」を作成するなど、自らの体験を交えながら講話をして頂きました。

この大隅地域にも、様々な状態で在宅に帰って生活をしている子ども達があります。その子ども達・家族を支える側の私達訪問看護師、行政関係者にとって大きな手助けになる内容でした。先生が“バイオ・サイコ・ソーシャル”と何度も言葉にされていました。その言葉の意味は、関わる人達の生命・精神・社会性を常に考えるようにしているとのことでした。これは小児だけではなく、成人にもあてはまることです。目標を常に明確にすることは、看護をしていく私達に今できる事だと思いました。

今日の講演を機に関係機関と協力して、大隅地域の小児在宅支援が少しでも前進するように努力したいと思います。

訪問看護ステーション 所長 末満 りつ子



2月・3月の研修イベント案内

平成29年度 第3回鹿児島肝疾患診療連携ネットワーク研修会 2018年2月3日(土) 済

【講演】『B型肝炎の治療法』鹿児島大学病院 消化器内科 楠一晃 先生
 『最新のC型肝炎治療』鹿児島大学病院 消化器内科 助教 馬渡誠一 先生
 『症例に学ぶ「肝硬変合併症の新しい治療」』鹿児島大学病院 消化器内科 講師 森内昭博 先生

鹿児島県肝炎医療コーディネーター養成講座 2018年2月18日(日) 済

【講演】『肝炎医療コーディネーターと肝炎医療費助成』鹿児島県健康増進課感染症保健係 前村有香 先生
 『B型肝炎』天陽会中央病院 肝臓内科 伊集院 裕康 先生
 『C型肝炎』鹿児島大学病院 消化器内科 馬渡誠一 先生
 『自己免疫性肝疾患』指宿医療センター 消化器内科 大重 彰彦 先生
 『アルコール性肝炎と脂肪肝炎』鹿児島市立病院 消化器内科 堀 剛 先生
 『肝硬変と肝癌』今中大 医師(池田病院 肝臓内科医長)

リウマチ市民公開講座 2018年2月18日(日) 済

【講演】『関節リウマチの外科的な治療』有島 善也 医師(池田病院 整形外科・リウマチ科部長)

2018 世界腎臓デー in かのや 鹿屋市CKD予防啓発イベント

日 時：2018年3月17日(土) 午後1:30～4:00

場 所：鹿屋市役所 7階大会議室

【講演1】『腎臓が気になりはじめたら ～見逃さないで！慢性腎臓病(CKD)～』

講師：屋 万栄 医師(池田病院 腎臓内科部長)

【講演2】『腎臓を守る食事の基礎知識』(仮題)

講師：鹿児島県栄養士会 管理栄養士 大山 律子 先生

【その他】腎臓何でも相談コーナー(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 「ちょいかけスプレー」醤油さし先着100人プレゼント

平成29年度

第2回地域リハビリテーション研修会のご案内

平素より当センターの業務・運営につきましましては、格別のご配慮を賜り厚くお礼申し上げます。この度、標記の通り「第2回地域リハビリ研修会」を開催することに致しました。実習などわかりやすい研修会となっております。是非 ご参加ください。

日 時 平成30年3月23日(金)
18:30～20:00

場 所 池田病院 多目的ホール
(鹿屋市下祓川町1830)

定 数 100名 参加費 無料

対 象 医療・介護施設等従事者
(全職種対象)

テーマ 「広げよう、つなげよう嚥下食の理解」



- ① 飲み込み方は、食物によって一緒？
- ② 食べやすい食事はミキサー食？ ゼリー食？
- ③ とろみ剤使用のコツについて
- ④ 嚥下食の特徴について(補助食品の活用)

※実際に食品を用いた、実習も予定しています

【講師】隈元 将志 摂食嚥下リハビリテーション学会認定士
池田病院 言語聴覚士

主 催 肝属地域リハビリテーション広域支援センター
【医療法人青仁会 池田病院】

〈お問合せ〉電話 0994-40-8758 担当：森田・井上

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。



慢性腎臓病診療で大事なことは ～青仁会池田病院6年間の勤務のなかで～

血液浄化センター
センター長
腎臓内科医師 屋 万栄



平成30年4月より、池田病院から鹿児島厚生連病院への異動が決まりました。池田病院勤務では、外来・病棟(入院)・血液浄化センターで多くのことを学ばせていただきました。

また、CKD(慢性腎臓病)外来で多くの患者さんを診察し、慢性腎臓病にさせない、あるいは末期腎臓病までの期間を遅らせるための治療・お話しをさせて頂きました。

- ①塩分は6g/日程度で。
- ②体重は標準体重を目標に。できれば筋力を維持して。
- ③血圧は高すぎず、低すぎずコントロール。

食事は塩分を控えてしっかり摂取し、筋力の増加および維持する程度の運動を行うことで、腎臓も長持ちすることを説明してきました。Cre(クレアチニン)は腎臓機能の指標であり、さらに全身の血管の状態を知るための指標とも考えています。したがって、腎機能が悪いのであれば、目や脳、心臓、手足の血管は定期的に検査していくことを提案してきました。

生活習慣病は、末期腎不全を含め、慢性的・不可逆的な疾患となり、とても危険なものです。特に代表的な「糖尿病」は全身疾患であり、腎臓が悪くなったのではなく、腎臓まで悪くなり、心臓病・脳疾患・四肢切断に至る、痛みを伴わず命に関わる病気であることを血液透析治療開始時に説明してきました。

池田病院血液浄化センターは、全国的にも透析利用者が多い施設であり、私はここで今まで末期腎不全期の多発合併症を見てきました。今後は健診や二次健診といった、早期および保存期の方を対象として、慢性腎臓病の患者さんになることを未然に防ぐために、池田病院で学んだことを存分に発揮したいと考えます。6年間ありがとうございました。

接遇研修会を開催しました

当院は接遇委員会を設置して、日々職員の接遇力向上に取り組んでおり、去る1月23日と30日に、全職員を対象とする接遇研修会を開催しました。

講師には西村幸司先生（富田薬品㈱）をお招きし、「医療機関における基本的な接遇」というテーマで、具体的なクレーム対応の事例や接遇五原則を元にした病院・施設ならではの接遇ポイントについて学びました。

今回の研修を活かし、今後も患者様の立場に立った接遇を心がけていきたいと思えます。
フロアマネージャー 大坪 ゆき子



後期感染対策研修

2月8日・13日、全職員を対象に感染対策研修を開催しました。今回はインフルエンザの病態、症状、感染経路、診断、治療、感染予防対策について研修しました。

インフルエンザの流行期には多数の患者様が受診されますので、職員は院内で感染が広がらないように知識を深め行動しなければなりません。今回の研修内容を活かして、安心・安全な医療を提供できるように努めてまいります。



鹿屋市合同企業説明会

2月12日（月）にリナシティかのやで、開催された「鹿屋市合同企業説明会」に参加して参りました。

80社の企業が参加し、来場者数は合計326名と大変な盛況でした。

池田病院のブースには高校生から短大生や一般の方まで、計22名の幅広い年齢層の方に来ていただき、時には、順番待ちされる方がいたほどで医療業界、池田病院への関心の高さに驚きました。

今回初参加となりましたが、求職者にとっては、求人票だけでは得られない情報を直接質問できる絶好の機会であり、また企業側もの場であるため、今後も是非参加したいと思いました。

また、次回参加時は、今回の反省を活かしブースの魅せ方や話し方、資料作りなど、池田病院の魅力をお伝えするために、より一層準備を充実して臨みたいと思います。

人事担当 蔵ヶ崎 真穂



鹿屋市合同企業説明会に参加して

平成30年2月12日に、かのやリナシティにて「鹿屋市合同企業説明会」が開催されました。鹿屋にいらっしゃる若い方や鹿屋で働きたい人材を、魅力あふれる地元の企業に生かしてもらいたい、というのが目的のイベントです。地元企業80社のブースのひとつに医療法人青仁会ナーシングひだまりも参加させていただきました。

鹿屋市初の取り組みであり、参加者が集まるか不安の中、説明会は13:30に開場しました。開場してすぐに高校生の親子が来られ、介護の仕事内容を熱心に聞いてくださいました。不安とは裏腹に、その後もほとんど途切れることなく2時間ほどの間に16名の方が話を聞きに来てくださいました。16名中11名は高校生の方です。若い方は介護の仕事にも興味を持ってくださっているのを実感し、「働きたい」と思う魅力的な職場づくりをしなければならぬことを痛感しました。説明を聞きに来てくださった方、また企画運営された鹿屋市役所の皆様ありがとうございました。

ナーシングホームひだまり 事務長 重吉邦寿

池田病院 外来診療表

3月

診療科目	月	火	水	木	金	土
一般内科	担当医 担 当 医	担 当 医	白濱 浩司	中嶋 秀人	池田 大輔	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	古城 卓真 久保 拓也 春田 隆秀 (12日・26日)	屋 万栄 古城 卓真 久保 拓也	屋 万栄 古城 卓真 久保 拓也	古城 卓真 久保 拓也	屋 万栄 古城 卓真 春田 隆秀	屋 万栄 久保 拓也 春田 隆秀
腎炎専門外来				屋 万栄		野崎 剛 (24日のみ)
血液内科	大納 伸人 中嶋 秀人	大納 伸人	大納 伸人 中嶋 秀人	大納 伸人		中嶋 秀人
神経内科	田邊 肇			岩田 真一		池田 賢一 (3日・24日・31日)
消化器内科 (肝臓内科)	井戸 章雄 (5日・26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	今中 大 堀之内 史郎	森内 昭博 佐々木 文郷 堀之内 史郎	柴藤 俊彦 (10日・24日) 今中 大 (3日・17日・24日・31日) 寒川 卓哉 (10日・24日)
呼吸器内科		上野 史朗	寒川 卓哉	初 博晃	上野 史朗	
呼吸器外科				横枕 百哉 (1日・15日・29日)		
糖尿病内科		菊池 晃	上久保定一郎 (28日のみ)		西牟田 浩	
循環器内科	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳	池田 大輔	東福 勝徳	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 (23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 (10日・31日)
整形外科	有島 善也	有島 善也		有島 善也 川井田 秀文	有島 善也 瀬戸口 啓夫 (2日・16日・30日) 精松 昌彦 (9日・23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
乳腺外科	船迫 和		船迫 和	船迫 和	船迫 和	船迫 和
外科	白濱 浩司	白濱 浩司			白濱 浩司	
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
血液内科			中嶋 秀人			
循環器内科	東福 勝徳					
呼吸器外科		柳 正和 (13日・27日)				
整形外科				梶 博則 (1日・15日・29日)		
放射線科(画像診断)		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	船迫 和
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

【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。

※一般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 鹿児島県鹿屋市下蔵川町1830番地 <http://www.ikega-hp.com/>

[0994]-43-3434

[0994]-40-1117