

いわせ ほっとニュース



[公立岩瀬病院の基本理念]
患者さん中心の医療を実践し、
地域の皆さんに信頼される病院をめざします。



公立岩瀬病院

<http://www.iwase-hp.jp/>

Vol.86

2019.9.20 発行

第14回 楽・楽けんこうウォーキング開催



6月1日(土) 第14回 楽・楽けんこうウォーキングを開催しました。

この日は前日の雨が嘘のように青空となりました。きいろやピンクなど、6色の中からチーム別に同じ色のタオルを身に着けチームごとに翠ヶ丘公園を歩きました。

この「楽・楽けんこうウォーキング」は医療スタッフが地域住民の方々と歩き、健康の維持や増進を図ることを目的として平成20年(2008年)に始まりました。

今年は職員・ボランティア100名、一般の方63名が参加しました。一般の方は、初めての方、普段から運動をして健康に気を付けている方やウォーキングのベテランの方も常連として参加して下さっています。今年も子供から年配の方まで、参加者の皆さんと病院スタッフが会話をしつつ、日常生活で健康について心配なことがないかお聞きし、一緒に歩きました。

病院に戻って、おいしいパンと飲み物をいただきながら、土屋副院長からの健康講話「歩いて笑ってがん予防」を受講いただきました。また、三浦院長からウォーキング中の相談内容からいくつか抜粋してアドバイスをいただきました。時に笑いながら、納得し、楽しく、とても有意義な時間を過ごすことができました。参加者の皆さんからのアンケートでも好評でした。

また、今年は杖を使用している参加者がいらっやいました。完歩され、とても喜んでおられました。「楽・楽けんこうウォーキング」に参加することを目標にいただいていたと伺い、とても意味のある催しになっていると実感し、ご本人だけでなく一緒に歩いたスタッフからも笑顔がみられました。来年は15回目となります。来年に向け、安心して参加していただけるようコース設定など相談をかさね、初参加の方もベテランの方も楽しんでいただけるよう、来年に向けて準備を進めていきたいと思ひます。「楽・楽けんこうウォーキング」に興味のある方はぜひ参加いただき病院スタッフと一緒に歩きましょう。みなさんの参加を心よりお待ちしております。

第14回 楽・楽けんこうウォーキング実行委員長 関根美保



Dr's cafe ドクターズカフェ

外科医員 月田茂之 医師



【ヘルニアのお話】

「ヘルニア」という病気があります。《脱出》を意味するラテン語のherniaが語源とされ、医学においては臓器もしくは組織が本来の位置から脱出した状態のことを意味します。身体には様々なヘルニアがあり、よく知られた病気だと椎間板ヘルニア、重症な病気だと脳ヘルニアなんてものもあります。多くのヘルニアの中で、今回は腹部のヘルニアについてお話したいと思います。

【お腹のヘルニア】

いわゆる「脱腸」と呼ばれる病気ですが、これにも様々な臓器・場所・原因が存在します。代表的なものとしては、太ももの付け根、医学的には「鼠径部(そけいぶ)」と呼ばれるところに生じるヘルニアがあります。乳幼児にも生じうる病気ですが、成人では加齢によって腹部の構造が弱くなることで隙間が生じ、そこからお腹の中の臓器が脱出してしまうことで発症します。この「鼠経ヘルニア」は様々な臓器脱出の可能性があり、小腸をはじめとして、虫垂、大腸、膀胱、女性では卵巣が脱出することもあります。初めのうちは小さなヘルニアで、外側から見ても殆ど分からず、違和感程度の症状しかないこともあります。腹圧がかかることで徐々に大きくなり、次第に腹部が部分的に膨らむほどの大きさになります。脱出したり元に戻ったりしているうちは、まだ症状が出ないこともありますし、腸管などが引っ張られた影響で痛みや吐き気、便秘などの症状が出ることもあります。こうなってくると、治療が必要な状態と診断されます。成人の鼠経ヘルニアは安静にしても自然と治ることは無く、薬で治る病気でもありません。弱くなってしまった腹部の壁を補強するためにメッシュ状のシートを埋め込む手術を行うのが一般的です。

【ヘルニア外来】

当院では毎週月曜日に「ヘルニア外来」を開いています。「立ち上がるとお腹(鼠径部)が膨らんで、寝るとへこむ」といった症状のある方は是非受診をご検討ください。「今までは出たり入ったりしていたけど、出たままになってしまった」という症状になってしまった方、緊急事態となってしまう前に、受診をおすすめ致します。

オープンシステム総会開催

6月27日(木)グランシア須賀川を会場に、公立岩瀬病院オープンシステム総会を開催しました。地域の医療関係者や病院職員ら約220人が参加しました。これは、オープンシステム登録医をはじめ、病々連携や病診連携、また医療・介護連携の一層の向上を目的とし毎年開催しているもので、今年で19回目となりました。

総会では、はじめに伊東幸雄企業長が「明治・大正・昭和・平成・令和と5つの時代にわたり、皆様に支えていただきながら地域医療を担って参りました。今後は、より一層医療介護連携を強化し在宅療養支援に力を注ぎ、地域の中でその人らしく過ごしてもらえるよう取り組んで参ります」とあいさつしました。三浦純一病院長、國分啓二須賀川医師会長のあいさつに続き、阪場貴夫形成外科部長と芳賀美保皮膚・排泄ケア認定看護師がそれぞれ講演を行いました。

阪場貴夫形成外科部長は「当院における創傷治療の現状」をテーマに、治療段階ごとの写真をもとにわかりやすく解説しました。また、創傷治療は形成外科医ひとりでは成り立たないこと、糖尿病内科医や整形外科医らのサポートを受けながら、リンクナースやコメディカル、ケアマネージャーらの協力が必須であると訴えました。芳賀美保認定看護師は「持続陰圧閉鎖療法の実際」をテーマに、治療の動画を提示しながら解説しました。また、治療中の患者さんにおける栄養管理と口腔ケアの重要性などについても紹介しました。その後懇親会を開催し、福祉や介護、行政など多職種から約100名が参加し交流を深めました。



芳賀美保認定看護師



阪場貴夫形成外科部長



懇親会の様子

接遇委員会 講演会開催

CS副委員長 長谷川 栄 寿

公立岩瀬病院接遇委員会は6月26日(水)に、院内外来棟3階大会議室にてふくしま自治研修センター本多悟氏を講師とし接遇についての講演会を開催しました。医療関係者が74名参加し、①公務における接遇について、②接遇の基本、③各場面での接遇の3つの内容で御講演いただきました。

接遇とは、『自身の総合力』・『自身の投影像』であるとともに、『住民の反応は鏡に写ったあなた自身、あなたの今の(今日の)総合力』との印象深い言葉をいただきました。クレーム対応については、正確に状況を把握する。上司に報告する。毅然とした対応が重要である事を学びました。当委員会では今回の講演会で学んだことを今後の業務に活かしていきたいと考えております。

第16回「病院フェスティバル」開催

令和元年10月5日(土)10時～15時

テーマ

「時代は令和!今、地域と生きる」

～世代を越えて共に歩む、いわせ病院～

今年で16回目を迎え、病院の一大イベントとして準備を進めています。

当院は、明治5年に開設され、時代を越えて地域の中核病院として医療を提供し歩んできました。病気を治すだけでなく「命をつなぐ・人をつなぐ・地域と共に」をモットーに、子供から高齢者まで元気で笑顔あふれるまちづくり、健康である長寿日本一を目指し、地域全体の健康を願いこのテーマを挙げ講演会も計画しています

また、医療専門職が担うブースも設け、最新の医学知識と技術を分かりやすく皆さんにお伝え致します。尚、今年は病院長自らが担う「タッピングタッチ」体験講習を行います。皆さんと一緒にふれあい、癒しのケアを体験し元気になり満足していただけるよう取り組んでいますので、スタッフ一同心よりお待ちしております。



健康三二情報

【低栄養予防】

低栄養とは、体を動かすためのエネルギーや筋肉などをつくるたんぱく質が欠乏した状態です。高齢になると、うまく食べられなくなったり消化機能が落ちたりするなどの理由から、徐々に食事が減り必要な栄養や水分を摂れなくなることが少なくありません。

体の機能を維持するためにまず必要になるのはエネルギーとたんぱく質です。どちらが不足しても体力も免疫力も落ちてしまいます。元気な骨格筋を保つためには、良質のたんぱく質を十分に摂ることが大切です。

1日に摂りたい食品の目安 四群点数法による食品分類

第1群 (卵・乳製品)	おもに骨を強くし、 体の力をより高める	 卵1個  牛乳 1~2杯  ヨーグルト 1個
第2群 (肉・魚・大豆製品)	おもに血や筋肉の もとになる	 薄切り肉 3~5枚  切り身魚 1切れ  豆腐 1/6丁  納豆 1パック
第3群 (野菜・芋・果物)	おもに体の調子を 整える	緑黄色野菜 100g  淡色野菜(海藻・きのこ含む) 250g  ジャがいも 小1個  りんご 1/2個
第4群 (穀類・油脂・砂糖)	おもにエネルギー源 や体温のもとになる	ごはん 1食に1杯  油・バターなど 大さじ1強 程度  砂糖 大さじ1 程度

第1群と第2群は良質のたんぱく質です

※腎臓病などの疾患がある人は、医師または管理栄養士に相談してください。

いつまでも健康で元気な毎日を送れるよう、1日3食バランスよく食べ低栄養を予防しましょう。



公立岩瀬病院

【編集・発行】

公立岩瀬病院 広報委員会 (広報誌発行部会)

〒962-8503 福島県須賀川市北町20番地
Tel 0248-75-3111 Fax 0248-73-2417
E-mail koho@iwase-hp.jp

