



出前講座受講の様子



公立芽室病院ホームページ
<http://memuro.com>
 または芽室町ホームページのトップページからもアクセスできます。

芽室病院トピックス

出前講座 再開しました

10/24

全国的に新型コロナウイルスの感染状況が減少傾向となり、十勝管内の感染者数も落ち着いてきたことから、出前講座を再開しました。

今回は、錦町西町内会の依頼を受け、診療技術科リハビリテーション係・理学療法士を講師に『ロコモティブシンドローム(以下ロコモ)』について、軽い実技を交えながら実施しました。

ロコモは、要支援・要介護の状況に至る要素であり、「ロコモを意識することは、健康を保つためのきっかけ」といった説明や、ロコモ判定テストの方法、自宅でできるトレーニングなどを紹介しました。参加した皆様は、講師の話にうなづいたり、時には体を動かしていました。

当院では、感染対策に取り組みながら、出前講座を行っています。お申込み・お問い合わせは、事務局経営企画係まで、お気軽にお声かけください。

院内感染対策 研修会を実施

11/2

医療関連感染対策の基本として、感染経路別予防策の研修会を実施し、部署ごとの感染リスクや予防策について改めて勉強しました。今後の業務に生かします。

小学生が取材のため来院

11/5

芽室小学校4年生3名が総合的な学習の時間として取り組む「芽室PR大作戦」の取材・見学のため、来院しました。

児童の質問に対して、総看護師長、管理栄養士から説明しました。児童は通常では見ることでできない病院内を複数箇所見学し、真剣なまなざしで説明を聞いていました。



年末年始の外来診療のご案内

年末年始の12月31日(金)から1月5日(水)の間、外来診療を休診します。救急診療は行いますので、救急の際はお申し出ください。また、夜間・休日に救急診療を受ける場合は預り金をお願いしています。(保険証の提示がある…5千円 / 保険証の提示がない…1万円)

※預り金は通常の診療日に、診療費が確定した際に精算します。

木	金	土	日	月	火	水	木
12/30 通常診療	12/31 休診	1/1 休診	1/2 休診	1/3 休診	1/4 休診	1/5 休診	1/6 通常診療

公立芽室病院看護科のご紹介



今月から数回にわたり、当院看護師の外来や病棟での様子をお伝えします。

今月は4階病棟をご紹介します。4階病棟は、ベッド数47床の障がい者施設基準病棟です。神経難病などの特定疾患の患者さまや、肢体不自由な患者さまが中心に入院されています。その他にも肺炎や尿路感染症などの治療目的、お看取り、特別養護老人ホームや介護老人保健施設の入居を待たれる方、介護サービスを利用し自宅環境を整えて、ご自宅に退院される患者さまもいます。

<患者さんの一日>

- 6:00 洗面、おむつ交換、体位交換
- 8:00 朝食 経管栄養 食後の口腔ケア
- 9:00 清潔のための介助、おむつ交換
体位交換 検温 血圧測定 点滴
- 9:00~17:00 リハビリ

理学療法士、言語療法士、作業療法士が病室にきてベッド上やベッドサイドでのリハビリや、5階のリハビリ室まで車椅子や歩行で移動し、リハビリする方もいます。

- 12:00 昼食 経管栄養 食後の口腔ケア
- 13:30 おむつ・体位交換、入浴(タンク浴)
- 18:00 夕食 経管栄養 食後の口腔ケア
- 21:00 おむつ交換 体位交換
- 22:00 消灯~早朝までは褥そう(床ずれ)防止のために適宜、体位交換を行います。



経管栄養を準備している様子



リハビリカンファレンス
(医師・看護師・理学療法士・医療ソーシャルワーカーが参加)

<入浴>

寝たままで入浴でき、血行促進効果のあるジャグジー付きタンク浴を1台備えています。

4階は見晴らしが良く、晴れた日には日高山脈、十勝連峰が一望できる「眺望の湯」です。

患者さまはリラックスされ、普段ベッド上では聞けない事や思い出話を色々とお話していただきます。足先まできれいに！を心がけ、入浴介助させていただきます。入浴後は、皮膚トラブルを防ぐため全身に保湿剤を塗布しています。



〈オンライン面会〉 1回15分間程度。面会されるご家族の人数は1回2名様まで

時間：①13：30～②14：30～③15：30～

現在、病棟での面会ができませんのでタブレットを利用して画面越しの面会をしていただいています。

患者さまも心待ちにしています。面会のご予約は直接各病棟にお電話でご連絡ください。



〈地域との連携〉

入退院を繰り返される患者さまが多く、入院中、安心安全に過ごしていただけるよう、地域の施設職員と交流を図り、オンラインにて情報交換をしています。



〈病棟行事〉

以前は患者さんに食堂にお集まりいただき、カラオケや脳トレ、魚釣りゲームの他、地域の子どもたちに踊りや歌を歌っていただく機会を設けていました。

患者さまも笑顔で手拍子をされ、普段は見られない表情をされるなど楽しいひと時でした。節分の豆まきやこどもの日のかぶと、クリスマスツリーの装飾など入院中でも春夏秋冬を感じていただけるよう工夫を凝らしていました。今後、再びこのようなレクリエーションができる日が来るよう職員も願っています。

〈4階病棟が大切にしている看護・介護について〉

4階看護職員は看護師が25名、介護福祉士を含む介護員が13名勤務しています。それぞれが持っている知識や技術を出し合い、より良いケアの提供のための学習と実践を続けています。近年は認知症や高齢者の方々の入院も増え、慣れない入院環境に不安を抱き、混乱しておられる場面も少なくありません。そこで私たちは、すべての患者さんに安心して過ごしていただけるよう、近年、世界中で推奨されている「ユマニチュード」を取り入れています。ユマニチュードは、ケアを受ける方が「自分が大切にされていると感じることができるケアの手法」です。

患者さまに敬意をもって接し、生き方や考え方、ご家族の思いに寄り添うケアを大切にしています。芽室病院の看護・介護は安心と感じていただけるようこれからも全員で研さんを重ねて、より成長していきたいと思っています。

また、10月から1階待合室、各病棟にコミュニケーションターBOXを設置しました。私たち看護職員へのご意見・ご要望を、ぜひお聞かせください。

今後の看護・介護に生かしていきます。



ドクターリレー②「小児科」 油断しないで小児の便秘

～小児科医 木田診療部長～

小児科を受診されるお子さんに、よくお腹が痛くなる、という人がいます。「よく」と聞くと、便秘が絡んでいるかな、と考え、大体当たることが多いです。便秘、というと少しかっこ悪い



木田診療部長

感じがするの、か、「何だ、便秘なんですね」という方がいたり、逆に「毎日出てるから便秘ではないです」と仰るご家族もいます。「便秘くらいで病院に来てしまって…」と言われることもあります。世の中のイメージもそんなところかと思いますが、実は小児科医としては力の入れどころです。まず、「病院に行かなくてはならない」と思うほど、お腹が痛くなったわけなので、それで病院に来たことを恥ずかしく思うことはありませんし、実際、あまりの腹痛で救急車で受診される方もいる程です。便秘、というイメージに比べて本人は結構つらいのです。便は大腸で、食物の「かす」の水分を抜いて作られます。出口近くでちょうどいい水分量であれば、いわゆるちょうどいい硬さの便が出ます。ところが、何か

の理由で出が遅くなると、その部分の便は水分がどんどん抜けてしまって硬くなります。硬くなるとお尻の穴を通り抜けにくくなるので、さらに溜まりやすくなりますし、後から来た便も滞ってだんだん硬くなります。塊が大きくなると腸が引き延ばされて器が大きくなり、さらに溜め込みやすくなると同時に、腸の神経が鈍って排便感覚も鈍っていきます。こうやって、ありがたくない貯金が増えて、便秘悪化のサイクルに入って慢性化します。

前述のとおり、便秘の痛みは意外に強いことがあり、しかも原因がずっとお腹の中にあるのでしばしば起こります。起床時や朝食後に起こることも多く、腹痛のため学校の休みが長くなってしまった、という相談も時々受けます。ですので、私は便秘を「本人にとってはとてもつらいもの」と考え、継続的に治療を行うことをお勧めしています。しばしば起こる腹痛はもちろん相談してもらいたいのですが、便秘がひどくなると、硬い便をすり抜けて後ろから水っぽい便だけが出てくる、見た目は下痢、という現象になることもありますので、特に年長児で便漏れがあるなどの場合も便秘を疑ってみてください。治療開始が早いほど、鈍った腸の機能が戻りやすいのですが、歳が大きい場合は、かなり時間が経っていると思われるケースも多く、治療は月単位～年単位で腸の機能が戻るのを待つこともあります。治療終了までには時間はかかりますが、便通を安定させるのは余り時間がかからないことが多く、本人のつらい症状も緩和されますので、ぜひご相談ください。

