



出水総合医療センター（鹿児島県）花田院長（写真左）と妙園看護副部長（写真右）



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。



研谷院長と記念撮影

芽室病院トピックス
帯広柏葉高校生実習
 12/27
 高校・大学・病院の連携による「ふるさと医療人育成」の取組の一環として、帯広柏葉高校生16名の体験実習を受け入れました。
 高校生は、PCR検査機器、放射線機器などの見学と研谷院長から当院の診療体制をはじめ地域医療、在宅医療、総合診療専門医についての講話を聞きました。
 未来を担う若者の仕事の選択肢の一つの参考となり、多くの医療従事者が生まれることを願います。



93人の職員が熱心に聴講

経営改善策を学ぶ
 1/17
 わずか3年の短期間で経営改善を果たした出水総合医療センター（鹿児島県）の花田法久院長と妙園和代副看護部長を招き、リーダーシップ論と取組手法を参考とすることを目的として院内職員研修会を開催しました。
 同センターは、課題ごとのワーキンググループを結成し全職員が経営改善に取り組み、職場風土の改革につながっています。93人の当院職員が参加し、当院でも同様の取組みを展開することを決定しました。

コミュニケーションレター

皆様
 本病院内には様々な施設、医療の向上に努めて参ります。医療生活、外来受診、付き添いなどにおいて、ご不安なこと、お困りごと、嬉しかったこと、職員への御褒めなどございましたら、本レターへご記入下さい。取寄せのコミュニケーションにより病院での医療生活や業務に於いて少しでもお役に立てるよう働きかけをさせていただきます。

ご記入日： 月 日

*ご不安なこと、お困りごと、嬉しかったことなど、遠慮なくお聞かせください

病院から返答を求めるときは、氏名等をご記入下さい。
 氏名：
 性別：
 連絡先：
 メールアドレス：
※宛先によっては返答できない場合があります

「コミュニケーション・レター」を開始

病院接遇と医療の質の向上を図り、「さらに信頼される病院」を目指し、1階のロビー（受付・会計の待合椅子の最後部付近に設置）と2・4階病棟の公衆電話横に記入用紙と投函箱を備えています。不安なこと、困ったこと、うれしかったこと、職員に伝えたいこと等、どんな事でもかまいませんので、ご記入のうえご投函ください。

☞ コミュニケーション・レター記入用紙

公立芽室病院看護科のご紹介

今月は2階病棟をご紹介します。2階病棟は、内科、整形外科、小児科、眼科の混合病棟となっています。小さなお子さまから高齢者まで、急性期から慢性期まで、また手術や検査のための入院など、さまざまな患者さまが入院されています。

スタッフは看護師26人、介護福祉士を含む介護員の11名が勤務しています。スタッフ間で働きやすい風潮があります。経験豊富な熟練したスタッフが中心となっており、経験年数の短い看護師も日々成長することができる環境です。

患者さまからは「安心して過ごせた」「笑顔が多くて明るい気持ちになれる」などのうれしいお言葉をいただくこともあります。今後もさらに切磋琢磨し、向上していきたいと思っております。



特別室の様子
(写真上：病室内 / 写真下：トイレ・浴室)



お部屋にも特徴があり、2階病棟には特別室(別途料金がかかります)が3室あります。シャワー、洗面台、トイレが室内についており、また専用のテレビや冷蔵庫も備えてありますので、快適にお過ごしいただけます。

そのほかに陰圧設備の整った病室もあり、室内の空気を外部に流出しないように感染対策にも注意しています。

近年、新型コロナウイルス感染症の影響もあり、気軽に面会ができない状況の中、在宅での治療を希望する方が増えてきています。当院でも訪問診療や訪問看護を行っており、退院に向け、訪問スタッフ、リハビリスタッフ、医療ソーシャルワーカーなど多職種で会議を行い、患者さまやご家族の希望に寄り添いながら、在宅で苦痛なく過ごせるよう必要な介護サービスや医療の提供を調整しています。

退院後の生活を見据えた看護を心がけ、内服薬や貼付薬の管理、血糖測定、各種注射など、ご自宅でも継続できる方法を患者さまやご家族とともに考えながら提供しています。

これからも院内外を問わず、様々な職種と連携し、退院する患者さまが希望される場所で安心して生活することができない、後押しできるように日々研さんを続けていきたいと思っております。

<地域包括ケア病床>



2階病棟には、「地域包括ケア病床」があります。在宅復帰のため、医師やリハビリ担当者、医療ソーシャルワーカーと協力し、リハビリテーションや環境整備などを行っています。

①地域包括ケア病床とは

急性期の治療が終了し、すぐに自宅や施設に退院するのは不安がある患者さまが、在宅復帰に向けて、治療、看護、リハビリテーションなどを行うことが目的の病棟です。

②対象となる患者さま

治療により症状が改善、在宅復帰に向けてリハビリテーションが必要な方や、在宅復帰への自宅の準備が必要な方、新たな生活住居をお考えの方などが対象です。



↑学生カンファレンスの様子

<実習生の受け入れ>

今年度、当院では昨年11月29日から12月14日までの12日間、帯広高等看護学院3年生4名の実習生を受け入れました。実習生は、患者さまと毎日笑顔で関わりました。実習生からは、「コロナ禍の困難な状況下にもかかわらず実際に患者さまと関わることができて本当によかった」「患者さまに合わせた日常生活の援助などを病棟のチームの看護師とともに考えることができ、学ぶことが多かった」などの感想をいただきました。

院内デイケア・クリスマスイベントを開催しました！

昨年、12月23日、24日に『院内デイケア』初回の取り組みとして、院内患者さま向けのクリスマスイベントを開催しました。

事前準備として、外来、2階人工透析室、2階病棟、4階病棟、5階リハビリ室にクリスマスポスターを貼り、ツリーを飾りました。さらに、全館のBGMとしてクリスマスソングを流しました。

病棟別に、23日・24日の入院患者さんの昼食にクリスマス特別メニューを提供し、いろいろと制限のある入院生活の中ではありますが、クリスマス気分を味わい、少しでも明るい気持ちになっていただきたいとの思いから開催しました。



入院用クリスマス特別メニュー



院内に設置したツリー

患者さまからは「季節を感じる」「気持ちが前向きになる」との話をはじめ、笑顔でご家族とのクリスマスの思い出などを語ってくれる方もいました。今後も患者さまに喜んでいただける企画を考えていきます。

※院内デイケア

院内の職種や役職を超えた有志メンバーが集まり、病院の問題解決や患者向けのイベントの立案等、可能性のあるものはどんなことでも声を出し、実現に向けて走り出そう！という院内企画グループの思いから実現しました。

ドクターリレー③「整形外科」 腰痛について

～整形外科医 幅口竜也診療部長～

国民生活基準調査による統計では、腰痛が有訴率の第1位で一生の中で60～80%の人が腰痛を経験するといわれています(ちなみに肩こりが第2位です)。

整形外科では、背骨のことを脊椎と呼びます。脊椎は首(頸椎)が7個で胸椎が12個、そして腰は5個の腰椎が積み木のように関節で重なっていて、また骨と骨の間は椎間板というクッション(軟骨)でつながっています。そして脊椎は靭帯や筋肉で支えられ、さらに脊椎には穴が空

いていて、その中を神経が走っているという構造をしています。

そのため、腰痛が起こると神経にもさわることがあり、神経痛を引き起こすこともあります。

腰痛といってもギックリ腰のような急性の腰痛もあれば、鈍い痛みが時々でるなどの慢性的なものもあり、また原因も加齢により起こるものや骨折など外傷によるもの、感染、腫瘍などさまざまです。有名な病気として、腰椎椎間板ヘルニアは20から30歳代の比較的若い人に多いとされ、年をとると徐々に腰部脊柱管狭窄症が増えてきます。また高齢者には骨粗鬆症による脊椎圧迫骨折(椎体骨折)も多い疾患の1つです。



脊椎のしくみ

検査はレントゲンやCT検査、MRI検査、場合によっては、採血検査や骨粗鬆症検査などをして診断しますが、経過をみないと診断がつかない場合もあります。

治療としては痛み止めの飲み薬や湿布などの外用剤を使うことが多く、局所安静としてコルセットなどの装具治療や電気治療や牽引などの理学療法(リハビリ)を、腰痛の原因や程度などによって組み合わせて行います。整形外科というと、手術をするというイメージを持つ方もいると思いますが、手術が必要な方は整形外科を受診した人のうちの1割程度といわれており、約9割が手術することなく内服などで経過をみたりすることが多いです。

腰痛にならないようにするためには予防も大切といわれており、腹筋や背筋など脊椎を支えている筋肉を鍛え、筋力を落とさないことが重要です。

それでも腰痛が起きてしまった場合は、まず無理をしないことが大切です。「痛いことは避ける」のが基本ですが、絶対安静ではありません。

痛みに合わせて無理をせず、治療していくことが必要と思います。

腰痛でお困りの時は、お気軽に整形外科を受診してください。



幅口診療部長