

せのお病院だより

「地域包括ケア病床」開設から約1年経過しました。
これからも地域医療に貢献していきます。

リハビリテーション技師長 大河 俊博

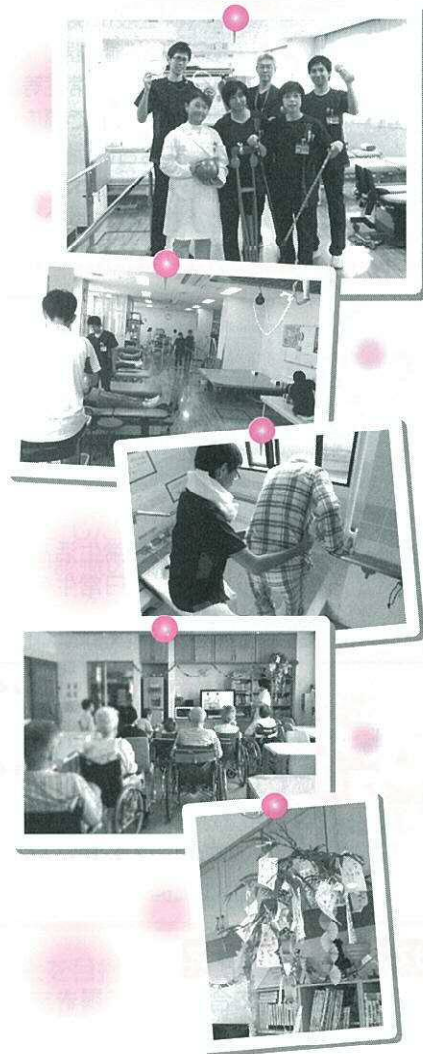
せのお病院では昨年10月より2階入院病棟の一部22床を、「地域包括ケア病床」として稼働させています。「地域包括ケア病床」とは、急性期病室での入院治療後で病状が安定した患者さまを対象とした、在宅復帰等へ向けて体調の経過観察やリハビリ・退院支援など、効率的かつリハビリ密度の高い医療を提供するための施設基準をクリアした「在宅復帰支援のための病床」です。

昨年10月から今年7月までに141名の患者さまが「地域包括ケア病床」に入院され、約7割の方が自宅退院されています。これらの方々も含め退院後も安心して介護サービスを活用した在宅生活および介護施設での療養ができるよう、退院前には当院医療ソーシャルワーカー・看護師と介護保険の担当ケアマネージャーなどで退院支援調整をしています。

リハビリを目的にこの病床へ入院された患者さまには、可能な範囲で1日2回リハビリを提供し充実した療養生活となるよう配慮しています。そのため今年4月から理学療法士を2名増員し、また7月からは認知機能や日常生活のリハビリ練習を提供できる作業療法士1名が新規採用となり、現在総勢6名体制（理学療法士4名・作業療法士1名・助手1名）でせのお病院全体のリハビリ医療を提供させて頂いています。

また病棟看護師も患者さまの病状が安定した段階になりますと、日中の活動性を高めるため、車椅子などで積極的にデイルームへ出て過ごされるよう声かけさせて頂いています。そしてデイルームでは看護師等と一緒に集団体操や各季節の行事の飾りの作成などを行っています。

これからも岡山市南西部の地域医療により一層貢献できるよう、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリスタッフ・在宅復帰支援担当者（医療ソーシャルワーカー）等が協力して、効率的かつ積極的に患者さまのリハビリや在宅支援（相談・準備等）を行ってまいります。



基本理念

心

心の通い合う医療の提供

技

質の高い安全な医療の提供

体

健康で自立した経営、働きやすい職場環境

内科医師紹介

当院では、いくつかの外来診療科で岡山市立市民病院から医師の派遣を受けています。
今回は、内科外来を担当していただいております4人の医師をご紹介します。



肝臓内科
能祖 一裕
(のうそ かずひろ)

専門は消化器内科で、特に肝臓病の治療を多く行っています。市民病院では火曜日の午前中、せのお病院では週2回、月曜日の午前中と水曜日の午後外来を行っています。肝臓は沈黙の臓器と呼ばれ、症状が現れた時には、既に進行していることが多く、早く見つけて治療することが大切です。血液検査で肝機能異常があったときは、必ず精密検査を受けるようにしましょう。また、肝炎ウイルス検査を受けたことがない、または、受けたかどうかかわからない方は、ぜひ一度検査を受けるようにしてください。



循環器内科
小野 環
(おの たまき)

岡山市立市民病院循環器内科の小野です。卒後9年目で循環器内科全般に関して診療を行っています。7月から毎週金曜日に循環器内科外来を行うことになりました。高血圧、脂質異常症等の外来疾患から、急性心筋梗塞等の緊急疾患まで幅広く診療し、専門的な検査、治療が必要な場合は岡山市立市民病院に紹介し、基本的には同日対応いたします。迅速、丁寧な診療を心掛けておりますので、何でもお気軽にご相談ください。よろしくお願いします。



総合内科
片山 貴
(かたやま たかし)

岡山市立市民病院から参りました。毎週火曜日午後の外来を担当しております。リウマチ・膠原病が専門ですが、内科一般なんでもご相談ください。微力ながら地域の皆様の健康的な暮らしに役立てるよう頑張っております。どうぞよろしくお願いいたします。



糖尿病内科
浜原 潤
(はまはら じゅん)

普段は北長瀬の市民病院で糖尿病外来を担当しております。せのお病院では毎週水曜日に外来を担当しております。糖尿病が気になる方はもちろん、内科一般なんでもお気軽にご相談ください。どうぞよろしくお願いいたします。

新任職員紹介

大上 裕司 (おおうえ ゆうじ)



今年7月からせのお病院で務めさせて頂いています作業療法士の大上裕司です。以前は南岡山医療センターで務めさせて頂いていました。作業療法士はせのお病院で初めての採用ということもあり、今回は作業療法士の勤務内容について簡単に紹介させて頂きます。

何をするかを一言で紹介するなら、「生活を作り直す」ことです。体を動かしづらい、物忘れをするなどの理由で日常生活を送る上で支障が出ることが多々あります。今までできていたことが出来なくなった方のために、日常生活を送りやすくするよう機能面の治療もしくは動作の工夫、生活しやすい環境・道具の提案を行っていきます。

はっ らっ

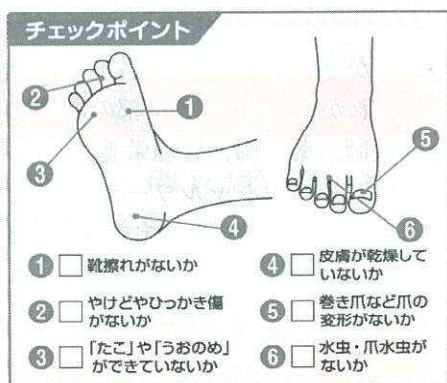
健康一口メモ

自分でできるフットケア

- 靴下をはき、足に合った靴を履きましょう。また出かけるときは靴に異物が入ってないか確認しましょう。
- 「たこ」「うおのめ」は自分で削ったりせずに、皮膚科に相談しましょう。
- 足を丁寧に洗い清潔に保ちましょう。入浴した時は足の指と指の間を開いて1本1本洗いましょう。入浴できない場合は足浴や濡らしたタオルで足をふいて、足の清潔をこころがけることが大切です。
- 乾燥してひび割れた部分から細菌に感染してしまう事もあります。乾燥が気になる部分はしっかりと保湿をしましょう。入浴後に、清潔なタオルで指や爪の間の水分をきちんとふきとり、乾燥した部分に保湿ジェルやクリームを塗るのが効果的です。
- 深爪をさけ、爪を伸ばしすぎないようにしましょう。自分で爪切をするのが難しい場合は家族に切ってもらいましょう。

足、見てますか？

ついつい見逃しがちな足の病気。ちょっとした傷だから、と思っているうちに重症化するケースもあります。自分の足にちょっと興味をもってみませんか？



皮膚科または外科へご相談下さい。
診療時間については『外来診療科一覧』をご確認下さい。

特定健診・岡山市がん検診を実施しています。

生活習慣病の予防を目的とした特定健康診査・岡山市健康診査、および各種がん検診が本年も6月から始まっています。今年度の受診期間は12月28日（月）までとなっています。期間の終わり頃は混み合う可能性がありますので、早めのご受診をお勧めします。

○岡山市健康診査

- ・後期高齢者健診、生保健診
- ・がん検診：胃がん、肺がん、大腸がん、前立腺がん、子宮がん、乳がん、肝炎ウイルス

○岡山市国民健康保険特定健康診査

確認事項

- ・健康診査は、毎週月曜日から金曜日の午前8時30分から午前11時30分までに、食事を摂取せずにお越しください。（予約不要）
- ・胃がん検診は、事前予約が必要となります。
- ・大腸がん検診は事前にキットを取りにお越し下さい。
- ・子宮がん検診は婦人科で行いますので毎週木曜日の午後にご受診ください。
- ・乳がん検診は視触診のみとなります。
- ・各検診とも年齢要件があるため、けんしんガイド等でご確認ください。

当日必要なもの

岡山市健康診査

- ・健康手帳
- ・健康診査カード
- ・保険証

国民健康保険 特定健康審査

- ・受診券
- ・保険証

各種がん検診

- ・健康手帳
- ・健康診査カード

※特定健診助成券・無料券、がん検診無料券・無料クーポン券をお持ちの方はご持参ください。

「看護週間」実施報告

看護の心、助け合いの心を老若男女問わず私たち一人ひとりが育むきっかけとなるよう、看護の日を含む平成27年5月11日(月)～15日(金)の期間、「看護週間」と題してイベントを開催しました。

看護師による健康相談やふれあい看護体験、妹尾幼稚園の児童による「ナイチンゲールデーお楽しみ会」などを企画し、看護を通じて地域の方々とふれあい交流を深めることができました。



5月12日「看護の日」は、近代看護の礎を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日を由来として1990年に制定されました。

「肺炎」について学習しました

当院の内科医森末先生の講師による、「肺炎」についての学習会を行いました。



肺炎の定義や診療の流れ、肺炎の症状と順を追ってスクリーンを交えながら説明がなされ、肺炎についての基礎知識から原因、治療方法、予防の重要性などについて学習していきました。肺炎は現在65歳以上の死因の第3位です。また、肺炎は一般生活に限らず、院内肺炎や医療・看護関連肺炎など院内でも起こりうる病気ということで、ご高齢の方や在院患者の皆様が悪循環に陥って重症化することがないよう、常日頃から肺炎予防を心掛けることの大切さを学びました。

せのお病院では妹尾公民館の共催により、市民の皆さんの健康を増進することを目指してせのお病院医師を始め医療スタッフが医療の知識についてお役立ていただこうと市民健康講座を開催しています。どうぞお気軽にご参加ください。

市民公開講座日程

場所：妹尾公民館2階 講座室
時間：15:30～16:30

	開催日	講師	テーマ
第29回市民健康講座	平成27年10月2日(金)	市民病院内科主任医長 岸田 雅之	高血圧と一般生活について ～生活改善で病気予防～
第30回市民健康講座	平成27年11月6日(金)	せのお病院内科部長 森末 真八	(仮) 肺炎について
第31回市民健康講座	平成27年12月4日(金)	せのお病院臨床検査技師 初岡 富夫	尿と便からわかること

外来診療科一覧表

平成27年9月

			月	火	水	木	金
内 科	午前	1診	岡 野	森 末	森 末	森 末	
		2診	能 祖	岡 野	浜 原		難 波
		3診	安 藤 (一般内科・糖尿)				小 野 (循環器)
	午後	1診	岡 野		能 祖	岡 野	森 末
		2診	森 末	片 山	浜 原		難 波
		3診			村 上 (循環器) 14時30分～		
外 科	午前		津 下	津 下	津 下	津 下	津 下
	午後		津 下		(手術)	津 下	
整形外科	午前			樫 崎		吉 鷹	木 浪
眼 科	午前				伊 丹		
	午後		坂 口				(岡大)
婦 人 科	午後					(岡大)	
耳鼻咽喉科	午後					(岡大)	
皮 膚 科	午後						川 上
泌尿器科	午後						(市民病院) 第2・4週
ドック検査			森 末	土 肥	岡 野	岡 野	森 末 岡 野
		診 察 開 時 間 始		受 付 時 間			
午 前		9時～		8時30分～11時30分			
午 後		内科・外科	1時30分～	1時～3時30分 (眼科は毎月第2月曜日1時～3時)			
		眼科・耳鼻咽喉科・皮膚科 婦人科・泌尿器科	2時～				

・平成27年9月時点の診療科一覧です。

せのお病院糖尿病友の会
「糖友会」主催

秋のウォーキングの お知らせ

「糖友会」では毎年春・秋の2回、糖尿病患者の皆さんとせのお病院の糖尿病治療に係わる病院職員とともにウォーキング会を開催しています。昨年の秋には早島町の「不老のみち」を病院職員を含めた10名で、その昔人々が歩いた道をたどり1時間半ほど早島の史跡や景観を楽しみながら散策し、そのあと早島の「いかしの舎」で会食をしました。今年春は後楽園でのウォーキングを予定していましたが、残念ながら天候不良にて中止となりました。

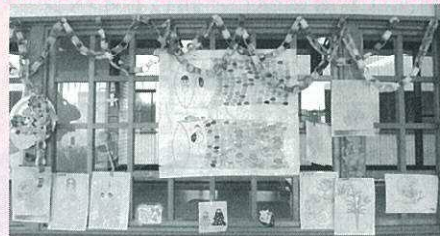
今秋は10月31日に玉野市の深山公園を散策する予定にしており、「イギリス庭園」や池の周りの遊歩道を散策したいと思っています。日程および参加方法についての詳細は10月初旬に病院内に掲示しますので、関心をお持ちの方はご参加ください。



外来診療科からのお知らせ

内 科

・7月より毎週金曜日午前に市民病院の循環器内科の小野先生の診療が始まりました。



坐薬について

坐薬とは、肛門に挿入する固形の薬で、①痔や便秘などに用いて局所に働くものと、②痛みや発熱・けいれんに用いて全身に働くものがあります。

【特長】①直腸から血液中に吸収され、全身に循環するため、のみ薬より効果が現れるのが早い。

②のみ薬に比べて胃腸障害が少ない。

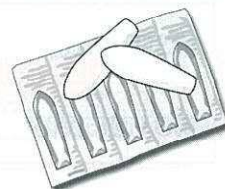
③薬がのめない時や薬を嫌がる乳幼児にも用いることができる。

【使い方】①使用前になるべく排便をすませておく。

②坐薬のとがった方から肛門内に深く挿入する。挿入が困難な場合、坐薬の先をしばらく指であたためる。

③挿入直後に、そのままの形で出た場合、再度挿入する。10分以上たって出た場合、体内に吸収されている可能性があるため、4時間以上あける。

④坐薬は体温で溶けるように設計されているので、冷蔵庫など涼しい場所に保管してください。



薬剤科 富田 美智雄