

かしま

HOT 通信

2月号 Vol.325

令和2年(2020年)2月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
 ■発行/社団法人養生会
 〒971-8143
 福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
 tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...
 上記住所へ郵便、またはE-mailでお送り下さい。
 かしま病院広報企画室(江坂 宛)まで
 r-esaka@kashima.jp

ホームページ <http://www.kashima.jp>

かしま病院

検索



スマートフォンをご利用の方は、
 QRコードを読み取り、アクセスしてください。
 PCサイトと同じ内容をご覧頂けます。



- 1 巻頭特集
 「院内ケアカフェ「ひだまり庵」の取り組み」
 ヘルニア外来の診療日変更のお知らせ
 車椅子を寄贈していただきました。
- 2 お宅訪問隊 ~住み慣れた私たちの街で...~
 『訪問診療に携わって』
 総合診療科 医師 大和田 泉
- 3 コラム ひんがら目(152)
 『4年間で大きくなった双子の膀胱結石』
 呼吸器科 部長 山根 喜男
- 4 ようこそ家庭医療へ!
 リハビリPOST
 イベント開催予定のお知らせ
 かしま荘通信



第15回 かしま病院 認定看護師による勉強会

内容 せん妄の理解 そして 予防と対策

死亡までに70~90%のがん患者さんに
 生じると言われている「せん妄」
 一緒に学びを深めませんか?
 まず、医療者が慌てないために...



講師 緩和ケア認定看護師 岡田 聡子

日時 2020年3月18日(水)
 18時00分~19時00分

会場 かしま病院
 コミュニティーホール

対象者 主に医療、看護、介護に携わっている方。
 参加には事前の申込が必要です。

かしま病院の認定看護師が講師を務める、
 病院、診療所、施設などの現場で役立つ
 実践的な内容が盛り沢山の勉強会です。
 興味をお持ちの方は、**かしま病院地域
 医療連携課 (TEL.0246-76-0350)**
 までお問い合わせください。

たくさんの皆様のご参加をお待ちしています。

巻頭特集

院内ケアカフェ 「ひだまり庵」の取り組み



かしま病院では、令和元年7月1日より一部の
 入院患者さんを対象として「ひだまり庵」を開
 店しました。「ひだまり庵」での取り組みとスタッ
 フの想いを、緩和ケア認定看護師・鈴木則子課長に
 お話しを伺いました。



「患者さんの笑顔の回復の
 お手伝いがしたい。」

皆さん、高齢者が入院すると足
 腰が弱くなるという話を耳にされ
 たことはありませんか? 健常な
 高齢者は一時的な体力低下を認め
 ても病気の治癒に伴い回復し、入
 院前の生活に戻ることが出来ます。
 しかし、虚弱な高齢者は臥床に伴
 う日常の生活能力低下が著しく、
 疾患の治療を終えても入院前の生
 活に戻ることが困難になりやすい
 といわれています。

これを入院関連機能障害
 (Hospitalization-Associated
 Disability) = HADといひ、助長
 させる誘因として、認知機能障害・
 うつ状態・低栄養状態・悪性腫瘍
 等であることがわかってきました。
 我が国では、超高齢化の到来によ
 りHADが増々社会問題視されてい
 ます。当院でも可能な限り、HAD
 予防を念頭に離床を働きかけてき
 ましたが、高齢の方は離床そのも
 のに疲労感や空虚感を感じられる
 のでしょう。お辛そうな淋しそ
 な表情で過ごされることも多くあ
 りました。



かしま病院 ひだまり庵 鈴木 則子 課長

さて、当院看護部は村上部長の
 もと「看護の原点に立ち返ろう」
 をスローガンに掲げ「おもてなし」
 のマインドを大切にして参りまし
 た。治療が優先されることは当然
 ですが、患者さんにとっては生活
 の場でもあります。冒頭でお話し
 したような方のみならず、痛みや
 不安で眠れなかった方、突然の発
 症・入院で混乱される方など、「患
 者さんの笑顔の回復のお手伝いが
 したい。」そんな思いを形にするた
 めに幾度もみんなでお考えました。



「ひだまり庵」開店

癒やしの空間作り



そこで「患者さんが笑顔で過ごせる空間作り」を目指して、院内ケアカフェ「ひだまり庵」を開店することになりました。まずはリサーチ。「院内デイケア」として月1〜2回程度入院患者さん数名にむけたプログラムを準備しケアにあたっては、病院もありました。また、地域に住む認知症の方、そのご家族を対象とした「オレンジカフェ」という事業も聞いたことがあるでしょう。更に、「がん哲学カフェ」などが患者さんの集いを展開している施設もありました。

しかし、必要な時に利用していただく、来たい時間に来ていただく

くような、カフェスタイルは見当たりにませんでした。ですので、まずは楽観的に開店してみることにしました。開店といっても特別な建物を作ったわけではありません。病棟の食堂スペースを利用して、該当する患者さんと各部署から募った支援ナースがともに過ごします。集まった患者さんが好きな事、読書や編み物、患者さん同士のおしゃべり、時には足浴をしたりマッサージ。お茶やコーヒーで一息……。当初、隔日で開店していたのですが「今日はないの？」と楽しみにしてくださる言葉も聞かれ、連日の開店となりました。患者さん

の笑顔にこちらが癒され、患者さんの人生経験のお話から笑いと涙、逆におもてなしして頂くこともあり、心地よさを感じる時間となっています。昨年は一足早いインフルエンザの流行で、感染の懸念から一時閉店していましたが、この度再開が決まりました。また、リハビリ部のサポートという嬉しいお話もあり、今年から、週1回は回復期リハビリ病棟に場所を移して開店することにしました。看護師のマンパワー不足などの課題も多々ありますが、関連部署の協力をいただきますながら患者さんの癒しの空間作りに尽力していきたいと思っています。



「ひだまり庵」でのひととき



福島おもしろカルタ



鮎

魚への漢字読み当て

日本生命様



常磐共同ガス様

車椅子を寄贈していただきました。

昨年の12月20日に日本生命様より、12月26日には常磐共同ガス様より、それぞれ車椅子をご寄贈いただきました。日本生命様へ中山理事長よりお礼の言葉と感謝状を、常磐共同ガス様へは渡邊院長よりお礼の言葉と感謝状を贈りました。ご寄贈いただいた車椅子は大切に利用させていただきます。ありがとうございます。

ヘルニア外来の診療日変更のお知らせ

2020年1月より、ヘルニア外来の診療日が、
毎月第2火曜日 (2020年2月と5月のみ)
第3火曜日
に変更となりました。

受診予定の皆様におかれましては、ご理解とご了承の程
よろしくお願いたします。



村田 幸生 先生



2020年 診療予定日

- 1月14日(火)、2月18日(火)、3月10日(火)、
- 4月14日(火)、5月19日(火)、6月9日(火)、
- 7月14日(火)、8月11日(火)、9月8日(火)、
- 10月13日(火)、11月10日(火)、12月8日(火)

お宅訪問隊

～住み慣れた 私たちの街で～



訪問診療に携わって

私がかしま病院に入職してから訪問診療に携わらせて頂いています。

主に施設、ご自宅へお伺いして診察など行っております。訪問診療に携わらせて頂いてから、病院内とは違った医療の面も知ることができました。

病院に入院されていた患者さんが、施設・自宅での療養を開始する際に気がかりなのは、もし何かあったらどうしようという不安な気持ちがあると思います。

そこで大切なのは入所者さん・患者さん・スタッフとの信頼関係です。訪問診療ではよりいっそう大切であると感じました。どのようにしたら入所者さん・患者さんが安心して頂けるかを考えますが、訪問を重ねることにより強い信頼関係となっていくように感じます。

入所者さん・患者さんが療養するにあたり、医師が行う治療行為などは、入所者さん・患者さんが過ごされる時間の中でほんの一部分にすぎません。残りの大部分は

ご家族と過ごされたり、施設内では施設スタッフと過ごされたり、看護師さん、ヘルパーさんなど関わったりする時間で占めています。療養の際には、多職種の方からの情報提供、療養上の提案を頂きながらミーティングで意見交換を行い、皆で何ができるか、必要かを考え支えていくことを心掛けています。

入所者さん・患者さんの様々な環境で、場面や状況に応じたサービスが整えられ、落ち着いた場所で過ごされ、安心されたお顔をみると私もやりがいを感じます。超高齢社会の現在、病院だけではなく、施設・自宅でサポートする体制は今後ますます必要になってくるかと予想されます。地域の皆様に必要とされる医療を提供できるように精進していきたいと思っています。

かしま病院 総合診療科
医師 大和田 泉



4年間で大きくなった双子の膀胱結石

22歳で仙台の医学部に編入したとき、ストレスが多く、胃十二指腸潰瘍を患いました。そのため、胃透視をするたびに胃の変形が目立ちます。毎年の健診では要精検になります。胃の健診は近年は内視鏡が導入されるようになりましたが、昔はバリウムによる透視が定番でした。今年も、健診ではバリウム透視を選びました。10年前にバリウム検査を受けたとき、検査後に便秘になりバリウムの塊が出るまで難渋したことがあり、トラウマとして残っています。

馬齢を重ねるたびにサルコペニアが進み、腹筋も弱く排便能力が低下してきまされたので、バリウムの白い便が出るまでは心配です。

今年も、健診の翌日に学会で大阪へ出張しましたので余計心配になっていました。実はバリウム便は出張前に若干は出ていたのですが、後続が遅れていたのが焦りました。腹が張る訳でもないのですが、老愁ゆえ、バリウムによる腸閉塞の悪夢が頭をよぎり、学会期間中何度もトイレでいきむのですがなかなかバリウムが出てくれません。うーんといきむと、尿意を催します。その割に排尿は僅かです。2・3日経過しましたら、頻尿になりました。それでもいきんでいましたら尿が赤くなってきました。

右尿管結石で苦しんだ4年前を思い出しました。あれをきっかけに脊柱管狭窄による車椅子生活に陥りました。その後、結石は尿管から膀胱へ出て行ったようで、結石発作は消失しましたが、石は体外へは出ていません。



つまり、膀胱に残っている筈です。老いた男の問題点は前立腺肥大による尿道狭窄です。このため、石は膀胱の中で阿寒湖のマリモのように育っている筈です。妄想は膨らみます。膀胱結石とバリウムがぶつかりあって頻尿と便秘をもたらしているという結論に達しました。レントゲン写真を撮れば、石とバリウムの有無はすぐ判りますし、バリウムがあれば摘便が必要かも知れません。しかし、なにぶんにも出張中です。帰宅するまでは辛抱です。

帰宅したら、心配した家内がイチジク洗腸を買ってきてくれました。試みましたがバリウムは出てきません。どうやら、バリウムは既に出てしまっていると思われるので、翌日、かしま病院で腹部のレントゲンとCTを撮ってもらいました。幸いバリウムは僅かしか残っていませんでした。しかし、膀胱内に2cm大の石が二個並んで兎の耳のように映っていました。

その後、バリウムの恐怖は消え、いきまなくなったら、膀胱の石もおとなしくなり、血尿も消え、頻尿も減ってきました。

膀胱結石と前立腺肥大は厳然と存在していますので近いうちに手を打たなくてはなりません。幸いPSAは低値でしたので、癌の心配はなく、内服薬で前立腺肥大を治療しつつ、レーザーによる砕石と前立腺蒸散の治療がいわきでできる日まで待てないかどうか、思案している毎日です。

バリウム(Ba)とカルシウム(Ca)に悩まされた、馬鹿(Baca)な騒動でした。

(呼吸器科 部長 山根喜男)



ようこそ 家庭医療へ!

第120回

「人生会議」をする前に... 診療部 石井 敦



～いわきに生きる家庭医療への挑戦～

人生会議のロゴマーク
(厚生労働省ホームページより)

皆さんは「人生会議」という言葉を聞いたことがありますか?人生会議とは、アドバンス・ケア・プランニングの愛称で、あなたの大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、また、あなたの信頼する

人たちと事前に話し合うことを言います。あなたの希望や価値観は、あなたの望む生活や医療・ケアを受けるためにとても重要な役割を果たします。

誰でも、いつでも、命に関わる大きな病気やケガをする可能性があります。命の危険が迫った状態になると約70%の方が、これからの医療やケアなどについて自分で決めたり、人に伝えたりすることができなくなるといわれています。もしも、あなたがそのような状況になった時、家族などあなたの周りの人が「あなたなら、きっとこう考えるだろう」とあなたの気持ちを想像しながら、医療やケアの方針を決定することになります。その際に、あなたの周りの人が、あなたの価値

観や気持ちをよく知っていることがとても重要です。

全ての人々が、人生会議をしなくてはならないというわけではありません。あなたが自分の最期のことを想像すらしたくないのであれば、無理に人生会議をしなくても良いです。一方で、常日頃から自身の人生観について、周りの人達に話していれば、あなたが自分の気持ちを話せなくなった「もしものとき」に、あなたの心の声を、あなたの大切な人に届ける助けとなり、あなたの大切な人の心のご負担を軽くすることもできるでしょう。

人生会議の本質は「本人がどのような人生を歩んできて、どのような価値観を持っているか」について、ケアに関わるすべての人たちが共有し、以後に起こりうる種々の状況に応じて、本人の価値観にかなう柔軟な判断・意思決定ができるようにするプロセスなのだと思います。人生会議をする前に、先ず「どう生きるのか?」ということ、日々の生活を通して、大切な人たちと常日頃から語り合えたらいいですね。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



認知症について

年を重ねると、誰でももの忘れが増えてきます。もの忘れには、加齢より起こるものと認知症により起こるものがあります。加齢によるもの忘れでは、忘れたことを後から思い出すことが出来ますが、認知症では忘れてしまったこと自体を思い出せず、日常生活に支障を来たしてしまいます。例えば、昔観た映画の題名を思い出せないことは問題ありませんが、毎日通っている道を忘れてしまって迷う場合は日常生活に支障を来している状態といえます。

2012年、日本における認知症の人の数は約462万人といわれています。2025年までに、認知症の人は約700万人になるといわれています。これは、65歳以上の高齢者のうち、5人に

1人が認知症になるということです。高齢社会の日本では認知症が今後ますます重要な問題になります。早い段階で認知機能の低下に気づき、予防を行うことがとても大切です。

そこで、認知症の発症を先延ばしさせることが目的の「コグニサイズ」という運動法を紹介し、認知課題を行いながら運動をするというもので、体を動かすことで健康を促し、同時に認知機能のトレーニングを行うことで脳の活動を活発にする取り組みです。例えば、ウォーキングをしながらしりとりをする、足踏みしながら3の倍数の時に手をたたくなどです。運動は無理せず行うことが大切ですが、認知課題がうまくできることは脳への負担が少ないことを意味します。少し難しい課題を考えて行う事が大切です。

作業療法士 鳥居詩乃



かしま荘通信

誕生会 - 楽しいティータイム - 1/23(木)



今回の誕生会は、1月に誕生日を迎えられた利用者様と職員でケーキとコーヒーを召し上がりながら楽しいひとときを過ごしました。普段聞けない事や、何気ない会話でも話が弾み、皆さん笑顔が多く見られておりました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病何でも相談会

2月、3月の糖尿病何でも相談会は、インフルエンザの流行を懸念して中止となりました。個別相談は随時受け付けておりますのでお声掛けください。

家庭医療セミナー ～実践家庭医塾～

時間 19:00～20:00 ・ 2月27日(木)
会場 かしま病院コミュニティホール

ゆる体操教室

時間 1回目13:30～14:30 ・ 2月15日(土)
2回目15:00～16:00
会場 かしま病院コミュニティホール

乳がん患者のつどい アイリスの会

時間 14:00～15:30 ・ 2月19日(水)
会場 かしま病院コミュニティホール ・ 3月18日(水)

認定看護師による 勉強会

時間 18:00～19:00 ・ 3月18日(水)
会場 かしま病院コミュニティホール

興味のある方は、お問い合わせください。