

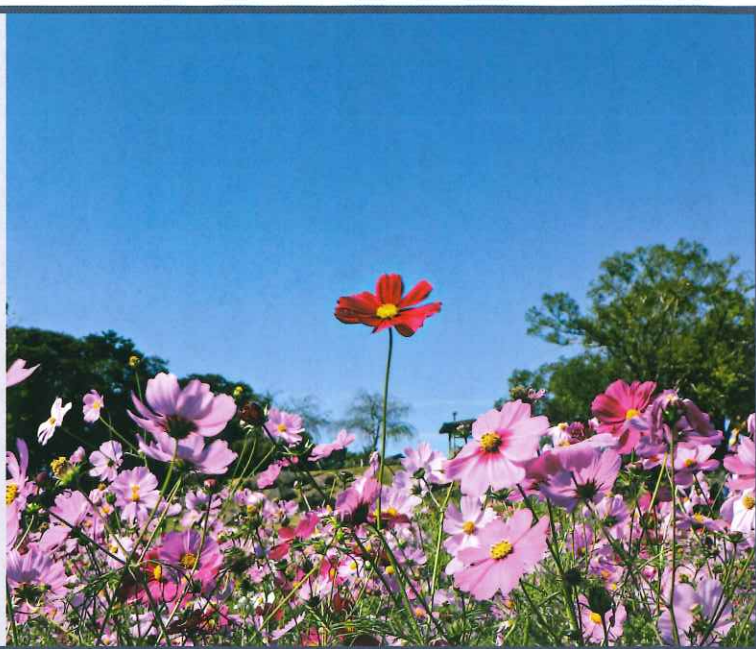
ふれあい

2024

10

No.451

牛久愛和総合病院 広報誌



「ご専門は何ですか？」

腎臓内科 石井 知子

自分の専門。



このお話をいただいたとき、

正直やや戸惑いました。当院で現在の腎臓内科に加入させて頂いて2年、血液透析周辺の管理を中心に働かせて頂いておりますが、自分ではようやく半人前が完成してきた感覚です。ですので大手を振って専門とは言いにくいな、と悩みました。

今現在専門として関わらせて頂いている血液透析とは、何らかの原因で腎臓の機能が下がってきてしまい、自分の腎臓だけでは水分や老廃物などを体外に排出できなくなってしまう人のための、腎代替療法です。1分間に200mlから300ml程度の血液を機械に吸い上げ、濾過して再び血管内に戻す治療です。自分の腎臓の機能が落ちてしまっている患者の皆様は、週3回、1回4時間以上をずっと続けていかなければならない、拘束時間の面

でも体調管理の面でもハードな治療となりますが、やめてしまうと命に関わる大切な治療です。通常の体内とは違って、貧血になりやすくなったので、ホルモンや電解質、水分のバランスが崩れやすくなったりするので、定期的な検査を確認してその調整を行っています。

また、1分間に200mlから300mlの血液を無理なく機械に吸い上げなければならぬため、通常の点滴や採血で使われる体の表面の静脈から血液を採るの間合いません。よって、透析を始める時には、血液をたくさん採りやすいアクセスを設ける必要があります。太い血管に太いカテーテルを留置する、動脈と静脈を直接つなぐ「シャント」を作製する、人工血管を使用する、など方法はいくつかありますが、カテーテルを留置する以外では2時間ほどの手術を要します。

さてここで自分の話になりますが、当院に入る前の10年間は心臓や血管の手術に関わっていました。こちらも独り立ちするま

では至りませんでした。ただ、未だに画像検査などでは腎臓より血管を先に見てしまう始末で、心臓、血管の方が得意な感覚があります。また、太い血管に太いカテーテルを入れる、などの処置も自信ができました。これが透析のためのアクセスを作製する手術、手技に生きていて感じています。透析のアクセスに、関連する「シャント」関連の手術は、血液をうまく流すことが必要なので、単純な手術ではありませんが意外と奥が深く、毎回違う難しいと感じます。うまく縫合できた、それだけではうまくいかないこともあり、やや不謹慎ながら面白く取り組んでいます。ですので、とても狭い分野になってしまいましたが、今の自信をもてる専門は「シャント」かなと思います。もう少し広げていければと思っています。



ブループリハビリのご紹介



今回は、リハビリセンターの作業療法士が中心となって実施している「ブループリハビリ」についてご紹介いたします。

当院では、C5階病棟で週1回、B5階病棟で月1回、入院している患者様を対象にしたレクリエーション活動を実施しており、名称を「ブループリハビリ」としています。病気が怪我で入院すると、入院前に参加していた社会活動から一時的に離れてしまい、日時がわからなくなる「見当識の低下」やぼんやりとしてしまう「活動意欲の低下」、日中眠ってしまう「夜間眠れなくなる」「昼夜逆転」などが起こる場合があります。「認知機能低下」につながってしまいます。私たちは、そのような入院中の「認知機能低下」を少しでも予防できればと思います。「ブループリハビリ」を実施しています。

主な内容としては、①日付の確認
②体操 ③レクリエーション ④口腔体操という流れになっています。日付の確認では、「今日は何の日?」と事前に調べたエピソードをお話ししており、そのエピソードに関する思い出話に花を咲かせるなど、患者さん同士のコミュニケーションの

きっかけにもなっています。体操は、坂本九の「上を向いて歩こう」の曲に合わせて、座ったままで手足の運動を行います。レクリエーションは、創作活動やゲーム(輪投げなど)を行います。創作活動では、季節に合わせた掲示物や、ベッド周りに飾れる小物等を作製します。皆さんとでも集中して取り組まれており、出来栄も良く、他スタッフからも好評です。リハビリスタッフと看護師で連携して担当の患者様をお誘いしており、毎回平均して10名前後、多い時には20名弱の方々に参加していたでいます。認知機能低下を予防する為に始めたブループリハビリですが、実施していると年齢の若い方も参加を希望されることがあり、老若男女問わず楽しんでいただけています。不安を感じやすい入院生活の中でも楽しく過ごせる場を提供できればと思います。



DMカフェ



糖尿病・代謝内科 岩崎 祐子

爽やかな実りの季節となりました。新米や果物など美味しい秋の味覚に体重増加が気になる時期でもありますね。しかし、糖尿病では高齢の患者さんの体重減少も問題になります。みなさんは「サルコペニア」をご存じですか？サルコペニアとは、加齢などにより筋肉量が減り、筋力または身体能力が低下した状態です。転倒や骨折のリスクとなります。糖尿病は体重が増えると良くないですが、サルコペニアのことを考えると高齢の患者さんは痩せすぎ

でも良くないのです。サルコペニア予防のため、筋肉の原料となるタンパク質(肉、魚、大豆など)を中心にしっかり栄養をとり、体を動かして筋肉が減らないようにし適度な体重を維持しましょう。運動は、歩行などの有酸素運動に加え、スクワットなどのレジスタンス運動がおすすめです。腎臓病などはタンパク質制限が必要な病気もありますので主治医に一度ご相談ください。糖尿病があっても、いつまでも元気に生活できるように「貯筋」しましょう。

入職者

新しい環境に慣れていけるように日々努力していきます。

9月1日付

■医局

救急医療科 松本 大昌

外科をベースに、救急・集中治療を学んできました。地域医療に貢献できるように頑張ります。

9月1日付

■総務課

事務 宮本 魁星

人と人との繋がりを大切に。多くのことを知り日々努力していきます。

9月16日付

■看護部

看護師 齋藤 真弓

仕事と家庭の両立をして、

■春秋園

准看護師 田村 信子

介護老人保健施設勤務未経験ですが利用者様に寄り添った看護が提供出来るよう努力していきたいです。

9月20日付

■看護部

看護助手 ドテイ ホア

仕事になれるようにとつめまします。さいこうのサービースをおとどけるためによい仕事をします。

看護助手

グエン テイレチン

わたしはかんごじよしゅ

■看護助手

グエン テイスアントウイ

かんじやさまをたすけるためのわたしのとりくみです。すこしでもこうけんできることをとでもうれしくおもいます。

看護助手

レ ティ ハイ

はやくしごとをすることやせいかつになれたいです。みなさまのけんこうをまもるしごとをしたいです。



春秋園だより

夏が終わり秋の涼しさを感じる季節となりました。皆様お変わりありませんか？

今回は通所リハビリの1日を紹介します。来園後、利用者様の体温や血圧などを測定します。問題がなければ入浴やリハビリを行います。リハビリを行って徐々に体力が付き元気になる姿も見られます。次は入浴です。春秋園のお風呂は大浴場なので「とても気持ちいい！」と利用者様から好評です。リハビリやお風呂の他に、午前、午後2回の集団リハビリ体操を行います。体を動かした後は温かいお茶や冷たい麦茶を用意していただきます。昼食



す。昼食

は一人一人に合わせた食事形態で作り提供されます。「このご飯はどれも美味しいんだよ！」と言って頂けることもあります。昼食の後はゆっくりと休憩し14時から運動レクリエーション、手作業レクリエーションの2種類のレクリエーションが始まります。9月の手作業レクリエーションでは貼り絵で素敵なお月見の作品が完成しました。1時間程度体を動かした後はおやつです。おやつも種類豊富です。そして16時頃に各自宅へとお送りします。「春秋園に来ると楽しい！」などの皆様からの声を聴くと私たち職員もとてもうれしく思います。

新型コロナウイルスもまた感染者が増え始めています。感染しないよう、させないよう、「手洗い」「うがい」「消毒」を忘れずにこれからも皆様と楽しい日々を送りたいと思っています。

(通所リハビリ職員一同)

部署紹介

保育課

係長 神原 千織

私達マリア・ナーサリーは、医師、看護師のお子さんを保育する福利厚生施設です。保育士9名(常勤8名、パート1名)と、保育補助4名の計13名で保育しています。子どもは、0歳児から6歳児と学校が休みの時に学童保育も行っています。先日の夏休み期間中も、多くの子ども達が来ていてとてもぎやかでした。皆とてもやさしく、一緒に遊んでくれたり、昼寝の時トントンして寝かせてくれました。添い寝して、先に寝てしまふ事もありました。

保育園の歴史は古く、昭和53年より開園しています。卒園生も400名近くいます。時々、卒園生が卒業の節目の時や、子どもを連れて遊びに来てくれます。素敵になった姿や、保育園を思い出して遊びに来てくれる事がとてもうれしいです。

マリア・ナーサリーの保育目標は『自分の意思でやりたい事が出来る子』『自然や友達を愛し、感性豊かに生き生きしている子』などですが、一番の特徴は一人一人の誕生日を大切にしていることです。その子の産まれた日に、その子だけをお祝いします。他園にはない、わが保育園だけの誕生会です。

ぜひ、興味を持たれた方は保育園に遊びに来てください。いつでもお待ちしております。



Dr趣味リレー

放射線科 医長 増田 耕一

私は中学入学後に野球を始めましたが、1年で辞めてしまいました。その後は医師になる夢があり、のんびりだらりと勉強を続け、また中高イケてないグループ(今でもかけがえの無い仲間達)に属し、平凡な変哲もない学生生活を送っていました。

高校3年の1月、大学受験が差し迫る中ふとTVをつけるとラグビーの日本選手権が流れていました。早稲田大学Vストヨタ自動車試合で、大学生が社会人相手に奮闘し、最後早稲田大学が勝ちました。当時の清宮監督や大学生が抱き合って泣きながら喜んでおり、何て素晴らしいスポーツなんだと感激しました。

そのまま大学ラグビー部に入部し、地獄の6年間が待っていました。練習日は水、土日と祝日と1日休みの日がなく、その中で実習やバイト、週2回以上のウエイトトレーニングなどをこなしながら、新橋から国領のグラウンドを往復。練習メニューはここでは書けないほどのハラスメントの横行、練習後の食い練(食いすぎて先輩のBMWの後部座席で吐く)などオレンジデイズはどこへやら。

同じ中高イケてないグループに属していたかけがえの無い仲間達は、早稲田や慶応のサークルで華々しい大学デビューを飾る中、私は1年間で20kgの増量に成功し、医学部に入ったらモテるといふ都市伝説はあくまでも都市伝説であったことを証明しました。そんなラグビー(今はみるだけ)とウエイトトレーニングが今の私の趣味になっています。

**当院で奮闘中、
看護助手技能実習生**

看護部 部長 林 かおる

皆さん、技能実習生をご存知ですか？技能実習制度とは「人材育成を通じた発展途上地域への技能、技術または知識の移転による国際協力を推進することを目的」としています。全国的に農業や建築業、食品業など様々な職種で技能実習生を受け入れています。

当院看護部では2023年7月に看護助手としてベトナムより2人の技能実習生を受け入れました。はじめての受け入れということもあり、緊張と戸惑いがありました。しかし、一生懸命で頑張り屋さんの2人は、日本語はもちろん慣れない日本での生活習慣、看護助手としての仕事などなど日々努力し、たくさん「技能」「技術」「知識」を習得しました。今では即戦力となり、なくてはならない存在です。患者さんからの信頼も厚く、大人気です。

2024年5月には、さらに2人の技能実習生を迎えました。この2人も着実に様々なことを習得し、看護の現場で活き活き活躍しています。これからも技能実習生を受け入れる予定です。私たちも国際協力を通じ、研鑽に励んでいきます。

皆さん、技能実習生をご存知ですか？技能実習制度とは「人材育成を通じた発展途上地域への技能、技術または知識の移転による国際協力を推進することを目的」としています。全国的に農業や建築業、食品業など様々な職種で技能実習生を受け入れています。

当院看護部では2023年7月に看護助手としてベトナムより2人の技能実習生を受け入れました。はじめての受け入れということもあり、緊張と戸惑いがありました。しかし、一生懸命で頑張り屋さんの2人は、日本語はもちろん慣れない日本での生活習慣、看護助手としての仕事などなど日々努力し、たくさん「技能」「技術」「知識」を習得しました。今では即戦力となり、なくてはならない存在です。患者さんからの信頼も厚く、大人気です。

編集だより

今暑かった夏もだいぶ影を潜め、ようやく秋らしくなってきました。一時は米不足に陥り、収穫を待ち焦がれたものですが、新米も出回り「実りの秋」を実感する今日この頃です。みなさんも秋の味覚を楽しんでみてはいかがでしょうか？ (T・N)



病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60㎡ 駐車場 1151台



診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、脳神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ・膠原病内科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科、血管内治療科

【専門外来】

内科 (禁煙外来)
 整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
 小児科 (小児循環器、小児心理、小児免疫)
 皮膚科 (レーザー外来)
 外科 (下肢静脈瘤外来)
 ストーマ外来
 そけいヘルニア専門外来
 透析外来
 内視鏡検査
 検診検査 (乳がん検診)

日本医療機能評価機構認定病院
 医療法人社団 常仁会 **救急 24時間**

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
 Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
 ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

- 総合健診センター Tel 029-873-4334
- 健康増進施設 スポーツリラックス Tel 029-874-8791
- 人工透析センター
- 読影センター
- 地域リハ・ステーション
- 介護老人保健施設 春秋園 Tel 029-870-3100
- ひたち野ステーションクリニック Tel 029-896-6200
- 特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久 Tel 029-817-5111

