

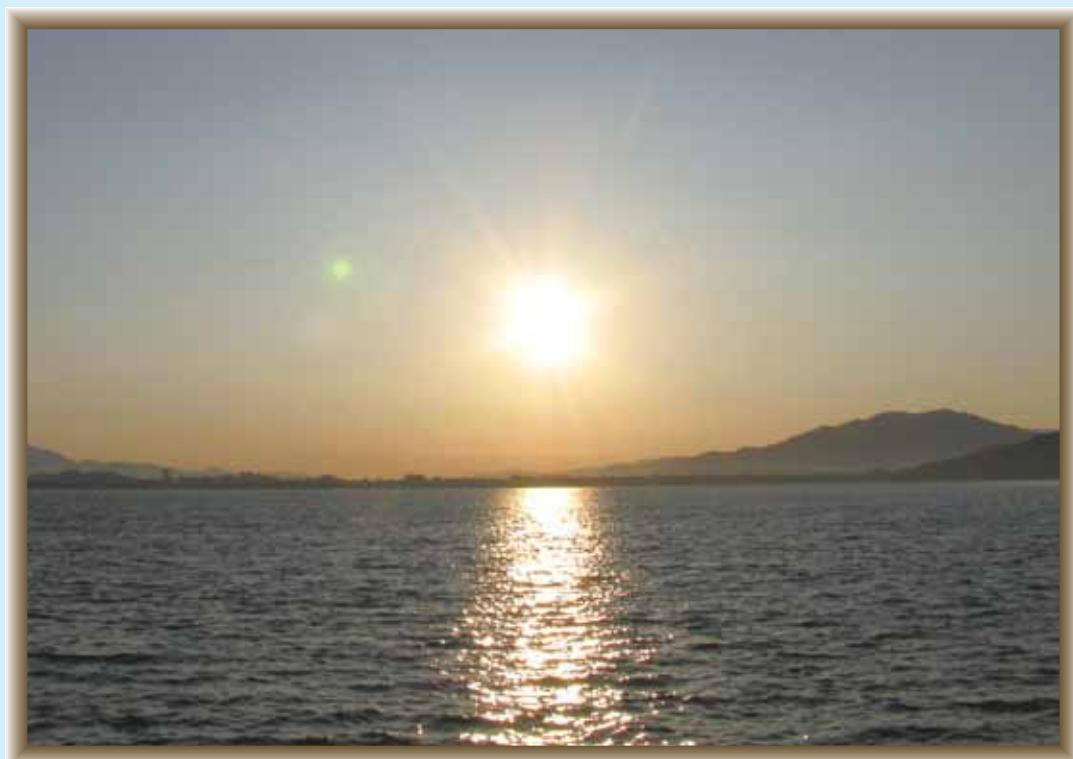
今津 日赤 より

VOL. 16

2013年新春号

目 次

| | |
|----------------------|---|
| 年頭のご挨拶 | 1 |
| もの忘れと認知症について | 2 |
| 難病の患者様とのコミュニケーション方法 | 3 |
| リハビリの対象疾患と期間について | 4 |
| 皮膚・排泄ケア認定看護師からのアドバイス | 5 |
| 災害時の救護訓練に参加しました | 6 |
| 地域で講演会を行っています | |
| 年に一度は特定健診で健康チェック! | |



* 病院理念 *

* 基本理念 私たちは人道・博愛の赤十字精神のもと患者様に信頼される医療を行います。

* 基本方針 1. 地域医療

地域の皆様から安心して健康を任される病院を目指します。

2. 全人的医療

病気を治すだけでなく、病める人を癒す全人的医療を提供します。

3. 医療と福祉の架け橋

医療が終わった後も、その方に適した生活を送っていただくためのお手伝いをする医療福祉センターを目指します。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

今津赤十字病院

年頭のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。皆様穏やかな新年を迎えたことと存じます。平成25年の年頭にあたり、ひとことご挨拶させていただきます。

一昨年は東日本大震災・大津波という大きな自然災害がございました。残念ながら、昨年も北部九州では7月に集中豪雨があり、福岡県南部でも大きな被害が出ました。赤十字としては被災地に救援物資を送るとともに、義援金を募りましたが、多くの皆様にご協力いただき、深く感謝申し上げます。豪雨災害の被災地の皆様にはあらためてお見舞い申し上げますとともに、一日も早い本格復旧を祈念いたします。また、東日本大震災の被災地の復興もまだ道半ばで、被災者支援のための募金活動も引き続き継続しております。皆さまのご協力のほどよろしくお願ひ申し上げます。

さて、昨年は医療界にとって久々の嬉しいニュースがありました。皆さんご存じのとおり、京都大学の山中伸弥教授が、iPS細胞(人工多能性幹細胞)に関する研究でノーベル医学生理学賞を受賞されました。iPS細胞は、再生医療、病気の原因の解明、新薬の開発にも大きく貢献するものと期待されています。当院の専門領域のひとつに認知症がありますが、その原因疾患として最も多いのはアルツハイマー病です。このアルツハイマー病に関しても、iPS細胞から作成した神経細胞を用いた成因研究がすでに開始されています。これらの研究の成果が、一日でも早く認知症の予防や治療に応用されることを期待しております。

当院では、引き続き高齢者医療・認知症治療を柱として診療しております。その診療体制の充実を図るべく、昨年より夜間帯にも外来対応を行う看護師を配置し、また地域医療連携室にもあらたに看護師を配置しました。これらの体制強化により、時間外の外来受診や地域の医療機関・介護施設との連携がよりスムーズに進むようにしていきたいと考えています。これから日本社会の少子高齢化はますます進み、また認知症患者数は予想を上回るスピードで増えていると報告されています。当院は地域の高齢者医療を支える病院のひとつとして、今後も地域の皆様の期待に応える医療を提供できるよう努めてまいります。また、医療と福祉の懸け橋となり、治療後もそれぞれの方に適した生活が送れるようなサポートも提供していきたいと考えています。

最後になりますが、今年が皆様にとって佳き年となりますこと、そして災害の被災地の復興がさらに進みますことを祈念して、年頭の挨拶とさせていただきます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



院長

藤井 弘二

もの忘れと認知症について

精神科部長
たなかかずひろ
田中和宏

●認知症の予防●

認知症の予防については、まだはつきりした効果があるものはそれほど多くありません。しかし、脳を使うという意味では、下記のことが有効ではないかと思われます。

散歩など：散歩は運動にもなりますし、道を確認しながら歩くことになるのでその点でも効果的です。

新聞の音読：新聞は、新しい社会の出来事を新たに知ることができますし、声に出して読むことで脳にも適切な刺激を与えることができます。

料理：料理は、実は複雑な作業です。料理に慣れておられる方でも、材料を選んで、調理をする過程で様々な工夫や手順を無意識にしていることになります。したがって、料理をすることは脳を活性化させることにつながります。認知症の初期の症状に、ご本人は意識していないのに、料理の味付けがかわる、ご飯の炊き方がかわる、ということがあります。これだけではなく、手先の運動や規則正しい生活、食生活を整えることなどが効果があるといわれています。

●認知症の診断●

認知症の方のもの忘れの特徴は、最近のことや、ついさっきのことを記憶できないことです。これを短期記憶障害、記録力障害といいます。昔のことは、認知症がかなり進んでもしつかり覚えておられる方が多いです。これは、脳の中で短期記憶を行っている部分が早期から障害されてくるためといわれています。このことから、簡単な認知症の検査として、3つの言葉(桜、ねこ、電車など相互に無関係な単語)を覚えてもらい、別の質問をいくつかした後に、もう一回その単語を言ってもらうということがあります。これによって、その方の短期記憶がどの程度障害されているのかが分かります。

また認知症の方では、時間や場所がはつきりわからなくなる(見当識障害)という症状も初期から見られる場合があります。日付などを尋ねてみると、その方の見当識障害の程度がわかります。認知症初期の方は、ご自分の見当識障害を苦にしておられる方もあるので、何回も無制限に尋ねることは避けた方が良い場合もあります。

認知症にはいくつか種類があり、正確な診断や治療、今後の方針決定などのためには、もの忘れ外来や認知症外来のある専門の病院を受診することをおすすめします。病院のスタッフと相談しながら今後の方針を決めていくことが大事です。

●認知症の治療●

現在のところ、完全に認知症を改善する薬はありません。しかし、ここ10年でいくつか進行を抑えるまたはゆっくりにする認知症の薬(抗認知症薬)が出てきました。予防的に服用しておく方がいい場合もありますので、病院に相談してください。また、リハビリ(デイケア、デイサービス、ショートステイなど)も認知症の治療には非常に有効です。生活リズムを整え、人と交わることで社会性や活動性を保つ意味からもこれらのリハビリを利用されることをおすすめします。



KBCテレビ
「サワダデース」に出演

10月2日(火)に出演いたしました。

もの忘れ相談窓口

「もの忘れ」について心配になったり、
認知症の方の介護や治療などで悩んでいませんか。

- ◆ もしかして認知症? ◆ どこに相談したらいいの?
- ◆ 認知症の治療で心配なこと ◆ 認知症の方の介護で悩んでいる

このような相談をお受けしています。
精神保健福祉士(相談員)が電話や面接でお話を伺い
いたします。お気軽にご相談ください。

もの忘れ相談窓口(もの忘れ外来予約)

電話 092-806-2111 時間 9:00~16:50(月~金)

担当 精神保健福祉士 熊正博

難病の患者様との コミュニケーション方法

平成24年7月から今津赤十字病院3病棟で勤務をしている飯尾久美子と申します。私が所属している3病棟は、障害者施設一般病棟であり、難病を抱えた患者様が多いことが特徴です。勤務し始めて強く感じた事があります。それは、「非言語的コミュニケーションを活用している」ということです。

コミュニケーションには、大きく分けると言語的コミュニケーションと、非言語的コミュニケーションがあります。言語的コミュニケーションは、言葉で思いを伝えることで、非言語的コミュニケーションとは、顔の表情、視線、身振り、手振り、声のトーンや姿勢など、言葉以外で気持ちを通じさせるものです。

難病患者様は、病気の進行によって、徐々に言葉が出にくく状態となります。視線やまばたき、文字盤などの道具を使って、意思の伝達を可能にしています。

また、道具はリハビリスタッフと連携しながら使用し、患者様の思いや笑顔を引き出す事で、QOL(生活の質)が向上するように取り組んでいます。

コミュニケーションは、思いを伝え、QOLを向上させるだけでなく、人と人との結びつける重要な役割を果たすものです。医療は知識・技術はもちろん、信頼関係を築くことが何より大切であると考えています。

当初は、患者様の言葉や思いを理解することができず、コミュニケーションの難しさに悩む日々が続きました。正直に申しますと、今でも他のスタッフに協力を得ながら患者様と意思の疎通を図る事があります。

今後の関わりの中で、言語的コミュニケーションだけでなく、非言語的コミュニケーションを上手に使い、信頼される看護師を目指していきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。



3病棟看護師
いい お く み こ
飯尾久美子

コミュニケーションの道具(例)です!

▼機械で話す文字盤



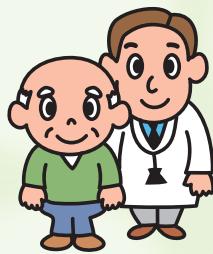
キーボードは使わず、患者様専用のボタンを押しながら文字を入力します

▼透明文字盤



文字盤を患者様の目線に持ち、まばたきなどで、意思を表現してもらい文字を読み取ります





リハビリの対象疾患と期間について



Q1

「どのような病気の時にリハビリを受けることが出来るのでしょうか」



Q2

「どれくらいの期間リハビリは可能でしょうか」



リハビリテーション技術課長

白石

浩

というお問い合わせをいただくことがありますので、その具体的な病名とリハビリの期間についてご説明いたします。

Answer

当院でリハビリの対象となるのは、①脳血管の病気、②運動器の病気、③呼吸器の病気の大きく3つに分けられます。

まず、脳血管の病気についてですが、脳梗塞・脳出血などの脳卒中、脊髄損傷、パーキンソン病など、主に脳や脊髄の病気の患者様が対象です。また、肺炎などで一時的に日常生活が不自由になる“廃用症候群”もリハビリの対象となります。これらの脳血管の病気や廃用症候群でリハビリを受けられる期間は発症から原則180日までとなりました。

次に、運動器の病気についてですが、関節や靭帯の外傷や骨折、またはその手術後の患者様、および変形性関節症、脊椎症、リウマチ等の慢性の病気により運動機能及び日常生活能力の低下を来している患者様が対象です。これらの運動器の病気でリハビリを受けることが可能な期間は発症から原則150日となりました。

最後に呼吸器の病気のリハビリについてですが、肺炎や喘息などの呼吸器の病気により、呼吸困難や日常生活に支障のある患者様が対象となります。これらの呼吸器疾患でリハビリを受けることが可能な期間は発症から原則90日となりました。

それぞれの対象疾患に定められているリハビリの期限につきましては、期限を超えてリハビリを受けることが可能な場合がありますので、詳しくは主治医、もしくはリハビリスタッフにお尋ねください。

| | 対象疾患 | 受けられる期間 |
|---------|---------------------------------------------------------------|----------|
| ①脳血管の病気 | 脳卒中(脳梗塞・脳出血) 神経難病(パーキンソン病など) 交通事故等による頭部外傷や脊髄損傷 廃用症候群 | 発症から180日 |
| ②運動器の病気 | 関節、筋肉、靭帯等の外傷や骨折 変形性関節症、脊椎症、リウマチ等の慢性の運動器疾患など | 発症から150日 |
| ③呼吸器の病気 | 肺炎 無気肺 肺腫瘍、胸部外傷など | 発症から90日 |





皮膚・排泄ケア 認定看護師からのアドバイス



皮膚・排泄ケア認定看護師
こみやともみ
小宮友美



知っていますか？

紙おむつの購入で医療費が控除されます。かかりつけの医師に相談して「**おむつ使用証明書**」を発行してもらってください。

詳しくは税務署や市区町村役場へお問い合わせください。



足が開かない・曲がらない・伸ばせない時には…

パッドを交換するときに、内側を山型に2つ折りしたパッドを股間にはさみこみます。その時に内側を山型に2つ折りして、股間にはさみこみ、両端を両手で持って左右にゆすりながら引き上げます。

テープタイプのオムツ交換手順

- ① 介護者は、被介護者の肩と腰に手を添えて、横向きに寝返りさせ、おしりまわりを清拭する。
- ② 手前側の汚れたオムツをまるめて、お尻の下にはさみこみます。
- ③ 新しい紙おむつのはしをまるめて、お尻の下にはさみこみます。この時、新しい紙おむつは、腰骨（ウエストのくびれ）の上までを覆えるように、オムツの縦の中心線が背骨の延長線上にくるようにして敷きます。体を手前に戻し、反対側に寝返りさせ、汚れた紙おむつを抜き取り、新しいオムツを広げて整えます。
- ④ あおむけの姿勢に戻し、太ももまわりにパットを合わせて両手を使ってあてる。女性の場合には、尿道口に向かってパッドを山型にしてあてます。
- ⑤ 男性の場合には、パッドをろうと状に組み立て、パッドの中にいれます。
- ⑥ 両手で紙おむつを持ち、ギャザーの内側に手を添えて、中のパッドがオムツのギャザーの内側に納まるように、太ももに添わせながら横に広げて、おへその上まで覆います。
- ⑦ 下のテープは上向きに、上のテapeは下向きに取り付けます。テapeは「下・下・上・上」の順に止めます。最後にウエスト部分や太ももまわりがきつくないか、ゆるくないかを確認します。指1本に入る程度が理想です。

◆災害時の救護訓練に参加しました◆

平成24年12月2日、3日の2日間、九州八県支部合同災害救護訓練が実施され、今津からも1班出動しました。宗像市で震度6強の地震がおきた設定のもと、今津救護班は重症者が多く発生したエリアを担当しました。エアーテントの設営、簡易ベッドや処置台設置のレイアウト、トリアージ(容態や緊急度に応じて優先度を判断すること)を実施し救急搬送までの流れを経験しました。途中から熊本県支部の救護班と合同で救護にあたり、相互の連携、チームワークの必要性を学びました。災害発生時、日赤の医療救護班は、迅速な対応と的確な行動が求められます。今回の訓練を通して、救護員として、常に知識・技術を磨いておかなければならぬ事を感じました。

3病棟 看護師 宮寄 千賀

日本赤十字社九州八県支部 合同災害救護訓練

日 時 平成24年12月2日(日)、3日(月)
場 所 宗像市 グローバルアリーナ
当院参加者 森内科医師 永井看護係長
濱永看護師 宮寄看護師
岩本主事 熊医療社会事業司



地域で講演会を行っています



地域医療連携室は、地域との窓口として地域貢献活動(健康講演等)を行っています。

当院の地域での健康講演について説明いたします。健康講演は、地域の公民館、老人クラブからのご依頼が多く、講演内容については「認知症について」「高血圧・糖尿病について」「肺炎にならないように」「いつまでも健康で楽しく」等の講演を医師・看護師を中心に行っています。

健康に関する講演をしてほしい、〇〇なテーマで講演を行ってほしい、日本赤十字社の活動についての講演をしてほしい等ございましたら、下記の窓口まで、ご相談ください。

今津赤十字病院 地域医療連携室 【担当】原田 紀美枝・尾花 和憲



年に一度は特定健診で健康チェック!

福岡市国民健康保険被保険者(40歳~74歳が対象)や後期高齢者医療保険被保険者は**500円の自己負担**で生活習慣病予防のための健診を受けることができます。

[検査項目]

●身体測定 ●尿検査 ●血圧測定 ●心電図検査* ●血液検査[中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール・空腹時血糖・HbA1c・肝機能(AST・ALT・γ-GT)・尿酸・クレアチニン・eGFR・貧血*]等

[実施日時]

月曜日~金曜日(土日祝日を除く) 8:30~11:30、13:30~15:30

*予約不要。所要時間は1~2時間程度。

午前中に受診する場合、健診前10時間以内は、薬や水分以外の飲食物は控えてください。

午後受診する場合、朝食は軽めに取り、健診まで薬や水分以外の飲食物はなるべく控えてください。

福岡市国民健康保険での健診は『よかドック』と呼ばれています。後期高齢者医療保険では*印の「心電図検査」と「貧血検査」は医師が必要と認めた場合に実施されます。上記以外の保険証をお持ちの方は事前にお問い合わせください。

お問い合わせ先:医事課 西原まで

診療案内

- ◆診療科目／内科・精神科(認知症)・神経内科・胃腸科・循環器科・リハビリテーション科・放射線科
- ◆受付時間／(月～金)午前8時30分～11時30分(月・火・木・金:内科のみ)午後1時30分～3時30分
- ◆休診日／土曜・日曜・祝日、年末年始(12月29日～1月3日)、日本赤十字社創立記念日(5月1日)
- ※ご不明な点がございましたら、お気軽に病院までお問い合わせください。

今津赤十字病院 外来診療担当表

平成25年1月4日現在

| 診療科目 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|------|-------------------------|------------|-------|-------|--------------|-------|------------|------------|
| 内科 | 午前 | 初診 大石・森 | 森 佐保 | 四枝 龍佑 | 尾前 豪 | 大石 絵美 | | |
| | | 尾前 豪 | 藤井 弘二 | 藤井 弘二 | 藤井 弘二(生活習慣病) | 藤井 弘二 | | |
| | 再診 | | 納富 昭光 | 尾前 豪 | 大石 絵美 | 森 佐保 | | |
| | | | | 古瀬 正徳 | | | | |
| | 午後(初診及び再診) | 古瀬 正徳 | 大石 絵美 | 四枝 龍佑 | 森 佐保 | 尾前 豪 | | |
| 精神科 | 午前(再診のみ) | 田中 和宏 | 勝治 一夫 | 安川 郁 | 田中 和宏 | 勝治 一夫 | | |
| | 午後 認知症外来 (新患・予約制) | 田中 和宏 | 田中 和宏 | 田中 和宏 | 田中 和宏 | 田中 和宏 | | |
| | | 勝治 一夫 | 勝治 一夫 | 勝治 一夫 | 勝治 一夫 | 勝治 一夫 | | |
| | | 安川 郁 | | 安川 郁 | | 安川 郁 | | |
| | | | | | | | デイケア のみ | デイケア のみ |

交通アクセス

◆JRでのアクセス

- JR九大学研都市駅下車の場合
JR九大学研都市駅南口前より病院無料送迎
バスをご利用ください。
(下記時刻表を参照ください)

- JR今宿駅下車の場合
昭和バス「今宿駅前」バス停より、「西の浦行き」
乗車、「日赤入口」バス停下車、徒歩10分



◆お車でのアクセス

- 西九州自動車道今宿ICより約10分

無料送迎バス

- ◆送迎時刻表／ JR九大学研都市駅南口前より、無料送迎バスを運行しておりますので、お気軽にご利用下さい。

| 便 | ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ | ⑦ | ⑧ | ⑨ | ⑩ |
|-----------------|-------|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 病院→JR九大学研都市駅南口前 | 8:55 | 9:35 | 10:15 | 10:55 | 11:30 | 12:15 | 12:55 | 13:35 | 14:15 | 14:55 |
| JR九大学研都市駅南口前→病院 | 9:15 | 9:55 | 10:35 | 11:15 | 11:55 | 12:35 | 13:15 | 13:55 | 14:35 | 15:15 |
| 運行日 | 平 日 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| | 土日祝祭日 | — | ○ | ○ | ○ | ○ | — | — | ○ | — |

※平成24年1月4日改正



JR九大学研都市駅南口前です。



今津赤十字病院

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

〒819-0165 福岡市西区今津377番地
TEL(092)806-2111(代表) FAX(092)806-2314
ホームページ <http://www.fukuoka.jrc.or.jp/imazu/>

広報誌／今津日赤だよりvol.16
発行日／平成25年1月4日
発行責任者／藤井 弘二
編集委員長／西藤 彰信
発行／今津赤十字病院



表紙写真／病院から望む今津湾