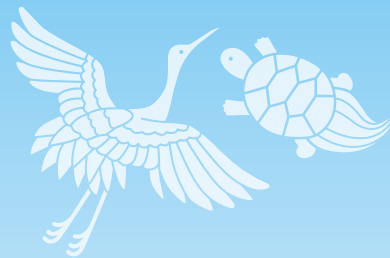


お元気ですか？

ogenkidesuka



公立富岡
総合病院
ニュース

第64号

院長 新年のごあいさつ

整形外科の疾患について 腰痛を考える

緩和ケア認定看護師紹介

シリーズ職場紹介…5B病棟

患者満足度調査

地域医療連携だより
(クリスマスコンサート・市民公開講座)



リレー・フォー・ライフ・ジャパン 2013 ぐんま

リレー・フォー・ライフとは、がんに立ち向かう日々の思いや体験を語り合い、リレー形式で24時間歩きながら寄付を募るチャリティイベントです。

発行

富岡地域医療事務組合

公立富岡総合病院

〒370-2393 群馬県富岡市富岡 2073-1

☎ 0274-63-2111



0274-64-1406

✉ tomihp@mail.gunma.med.or.jp

🌐 <http://www7.wind.ne.jp/tomihp/>

新年のごあいさつ

2014年、平成26年になりました。昭和で言うところの89年で、この「お元気ですか」をお読みの皆様はこの方が御自分の年齢を計算しやすい、という方が多いのではないかと思います。

毎年毎年が激動の時と考えるほど変化の速い時代です。

東日本大震災から3年経とうとしていますが、その後遺症としての原発汚染は解決の目処さえたっていないません。

更に防空識別権の一方的な設定や、特定秘密保護法の成立など、時代は複雑かつ危険な方向に流れていると危惧されます。

私たちは歴史に学び、先人達の苦難に学ぶことが出来ないのでしょうか？複雑な、という観

点では、医療のそれ自体と、取り巻く環境や制度も例外ではありません。

人口減少と急速な高齢化という、嘗て誰も経験したことのない社会背景にあつて、更にインターネット情報の氾濫、薬剤のネット販売解禁など、複雑さは日に日に増していると感じています。

日本経済の停滞とは裏腹に、国民医療費は増加の一途を辿っています。このままでは近い将来に医療そのものが破綻することとは避けられないと考えています。

今改めて、医療とは何か？どうあるべきか？日本人のお金の使いかたはどうあるべきか？という観点で、全ての日本人

が立ち止まって考えることは必須だと思います。

健康に生活し、上手に生病老死とつき合うための医療、そこには知識や技術の蓄積だけでは解決出来ない重要な問題と向き合うことを、私たちは課せられているようです。

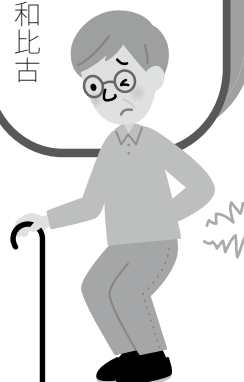


公立福岡総合病院 院長

佐藤尚文

腰痛を考える

公立富岡総合病院整形外科 原和比古



一 痛みの種類と原因

腰痛とは何でしょうか。

そもそも痛みとは「炎症による痛み」、「神経痛」、「心因性の痛み」などに大別されます。

身体の痛みにはこれらの要素がさまざまに絡み合っており、腰痛もまた同様です。

腰痛のうち原因明らかなもの（外傷、感染、腫瘍、変形、神経痛、内臓由来、血管由来など）は実は15%に過ぎません。残りの85%は非特定性腰痛といって原因のはっきりしないものです。

腰痛はからだの負担の大きい職業や環境で発生頻度が高くなることは容易に予想できます。さらに最近では、職場などにおける心理

社会的因子（仕事の満足度、人間関係、精神的ストレス、うつ状態など）が腰痛の発生頻度や治りづらさを悪くすることが分かっています。例を挙げれば、腰痛の頻度が比較的軽いにもかかわらず、動作や姿勢、バランスなどに影響が出て仕事に戻れない人はこの心理社会的因子の影響を受けているといえるでしょう。

一 痛みと感情

腰痛のうちの大半を占める原因のはっきりしない腰痛は単なる投薬や手術では治療が難しいものです。しかし幸い、人間には生来傷みに対する防御機能が備わっています。具体的に言うと、人間には快楽を感じているときや何かに夢

中になっているときは「痛みを忘れてしまう」といった反応が見られます。実際に好きなにおいや音楽、運動をしているとき、人間は明らかに痛みを感じづらくなることが証明されています。逆に気分が落ち込んだり、悪天候だったり、退屈な思いをしているときは痛みを強く感じるようになります。

これは脳にある、痛みを押さえる中枢のすぐ近くに感情の中枢があるためだと言われています。昔の人は「病は気から」と言いましたが、少なくとも痛みに関してはあるがち外れていないことが、脳の研究から分かってきています。

一 予防と心がけ

これを腰痛に当てはめると、やりがいのある仕事、他人からの良評価、良好な人間関係などが腰痛の予防や早期の回復に重要といえます。また腰痛に対して極端なこだわりを持たないように心がけ、

早期からできることをやる、動ける範囲で動くといったことが問題の早期解決につながります。また普段からの軽い運動は、種目に関わらず腰痛の予防に効果があります。また、腰痛に苦しむ人に接するときは、その腰痛を真つ向から否定するのではなく受容しつつ、その人の動作や運動を少しずつ高めるように促すことが大切です。

以上のように原因のはっきりしない腰痛は単に骨や筋肉、神経からでは説明しきれない多くの問題を抱えています。

しかし、腰痛を極端に恐れたりこたわったりしないようにして、ある程度動くだけでも腰痛を軽減させることができます。



緩和ケア 認定看護師紹介

緩和ケア病棟（PCU）

橋本かよ子

「緩和ケア」と聞いて皆様どんなイメージをお持ちでしょうか。

緩和ケアは、中世の初頭にヨーロッパで誕生した「ホスピス」から由来しています。

当時のホスピスは、疲れた旅人や巡礼者、病人、孤児、貧困者などにやすらぎと必要な援助を施すために設けられました。

日本では1981年に初めて聖隷三方原病院にホスピスができました。そして、1990年の診療報酬項目として「緩和ケア病棟入院料」の新設をきっかけに、2011年では全国で215施設がホスピス・緩和ケア病棟として届出受理されています。

現在の緩和ケアの理念は、病気の早期から介入するべきもので、体だけでなく心のつらさ、生活のこと、自己の存在など多くの問題に直面している患者さんや、そのご家族に対して少しでもその苦痛が和らぐようにケアしていくことです。



そのために、看護師だけではなく医師・薬剤師・臨床心理士・MSW・栄養士など専門職とチームを組んでケアを行っています。

また、緩和ケア病棟だけではな

く一般病棟や在宅・施設でも緩和ケアを受けることができるよう病院内、地域で緩和ケアの普及に取り組んでいます。

今後も患者さんにあったスタイル・生き方を尊重し、お手伝いしていきたいと思っていますのでよろしく願います。



5B病棟職場紹介

5B病棟は産科、婦人科の患者を対象とした病棟で、甘楽・富岡地域において唯一の周産期施設です。

ベッド数は27床とコンパクトですが、6つの個室が南向きにあり、快適な入院生活を送れます。LDRも1部屋あり、陣痛・出産・育児が部屋を移動することなく行えます。

看護スタッフのうち18名が助産師で、育児に優しい病棟を目指しています。

スタッフは病棟を飛び出して外でも活躍しています。妊婦健診に通院している妊婦さんに保健指導を行うことで入院前から関わりを持てるようがんばっています。

また、母親学級や両親学級も開催しており、安心して出産できるよう支援しています。

マタニティビクス、マタニティヨガは人気があり、毎回多くの方に参加して頂いています。



入れています。

産婦人科医師と助産師が一丸となり、『また産みに来なくなる病棟づくり』を心掛けています。

当院でのお産をスタッフ一同お待ちしております。

小児科病棟である5A病棟と常に情報交換をしており、出産後赤ちゃんの調子が悪い時は小児科医師に診てもらうことができ、必要があればNICUへの入院もスムーズに行えます。

現在、病棟には国際ラクテーションコンサルタントの資格を持つスタッフが1名います。母乳に関する学習をがんばっているスタッフも多数おり、母乳育児支援に力を

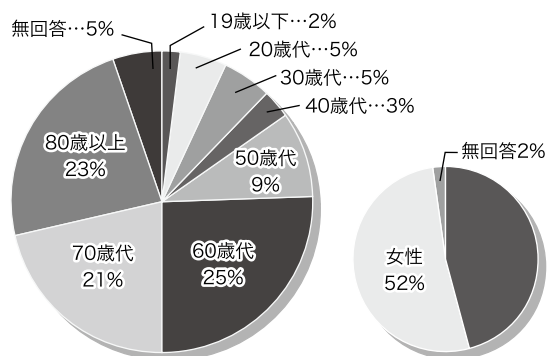


患者様満足度調査

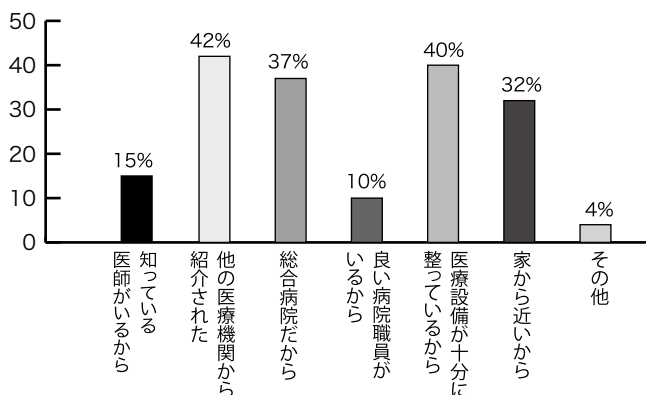
入院

実施期間:平成25年10月1日(火)~14日(月)
回収率:52.2%(配布372人 回収194人)

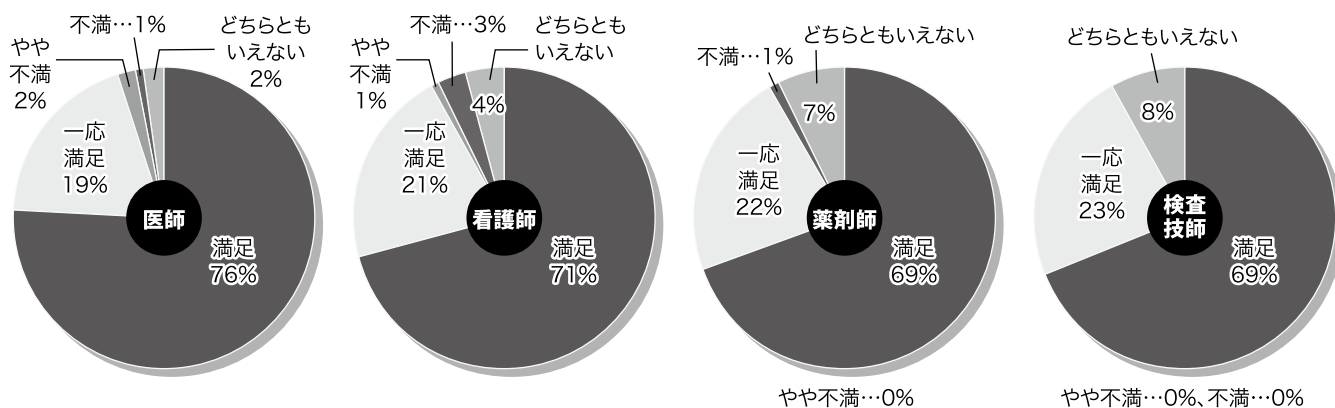
回答者年齢・性別



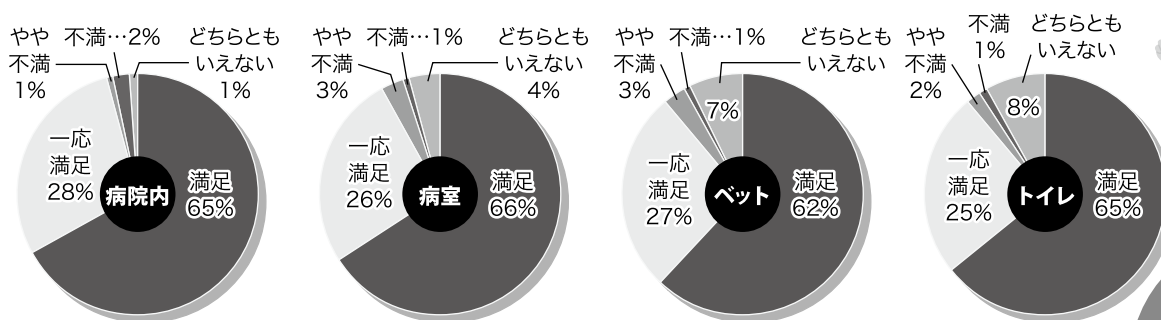
当院を選択した理由(複数選択あり)



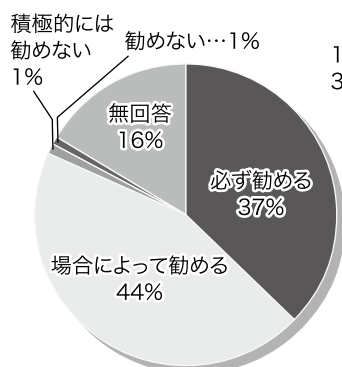
医師や看護師・スタッフによる対応



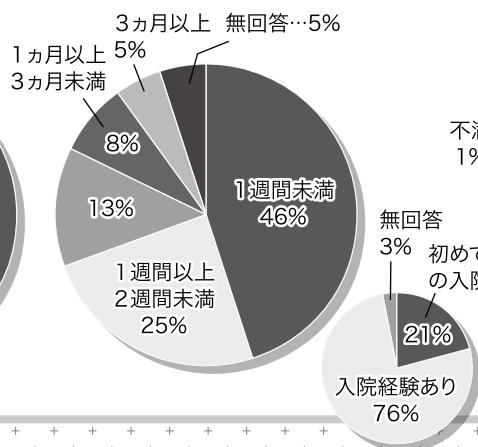
院内清掃状況



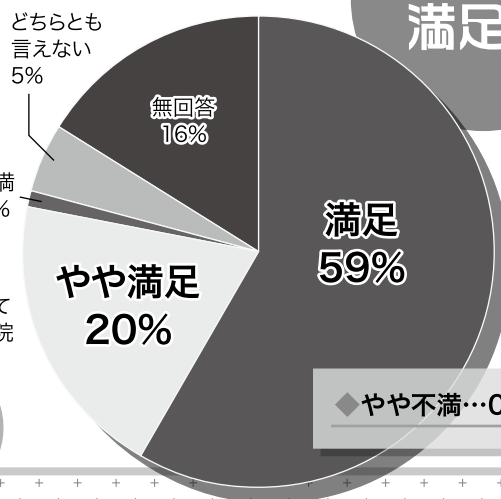
当院を勧めるか



入院期間・入院履歴



入院患者様満足度



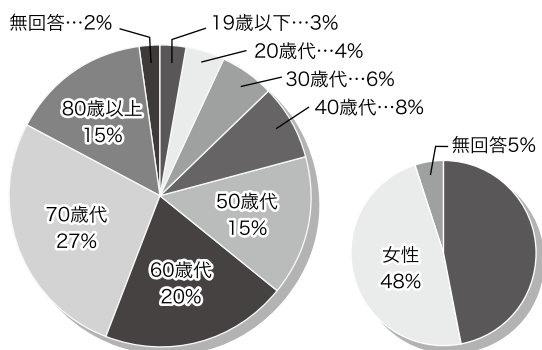
◆ やや不満…0%

外来

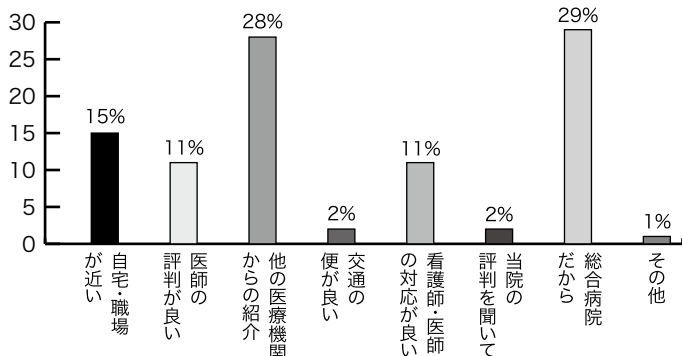
実施期間:平成25年10月4日(金)
回収率:70.8%(配布473人 回収335人)

公立富岡総合病院

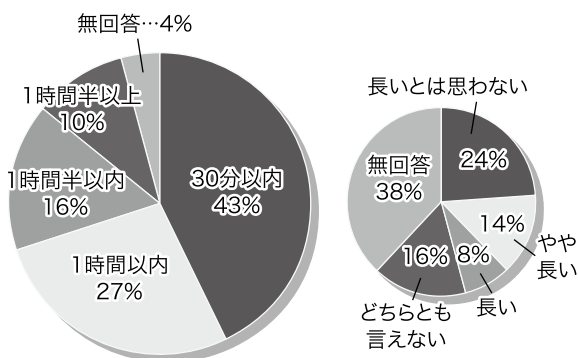
回答者年齢・性別



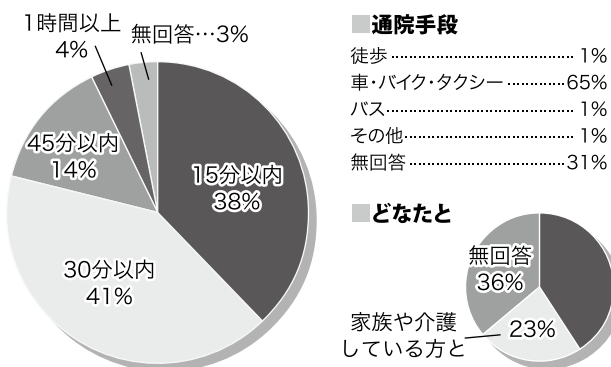
当院を選択した理由(複数選択あり)



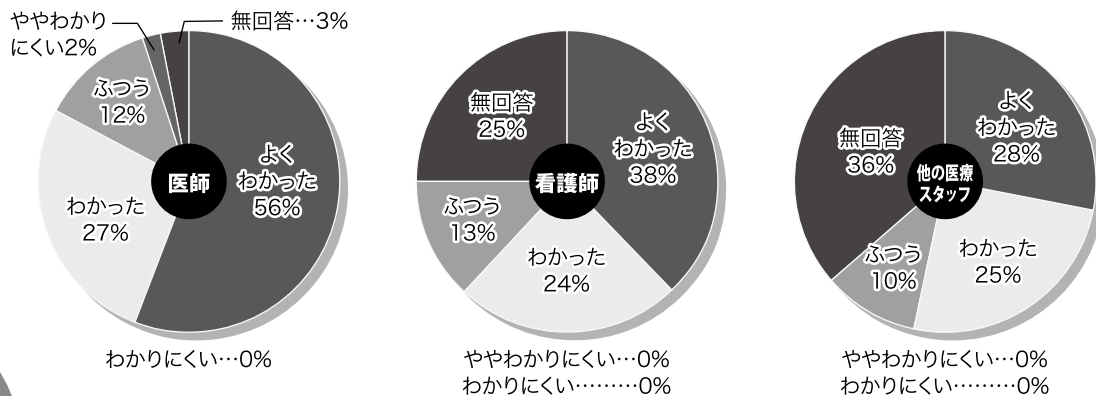
待ち時間・感想(予約・当日受付全体)



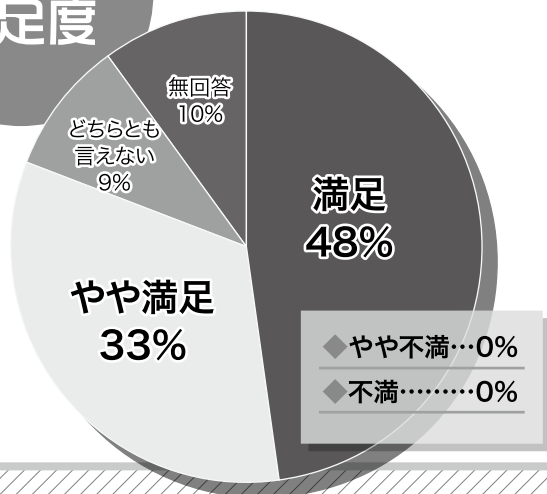
来院にかかる時間・手段



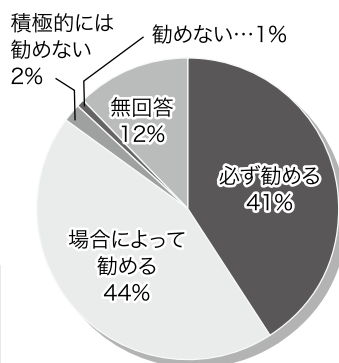
医師や看護師・スタッフによる説明



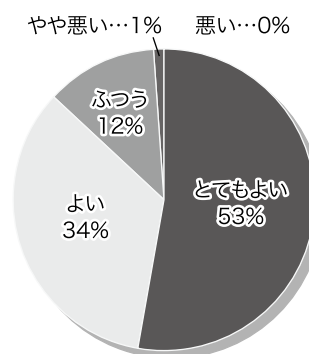
外来患者様満足度



当院を勧めるか



医師の対応



市民公開講座

昨年11月15日に当院の地域がん診療拠点病院事業の一環として、長楽寺住職の峯岸正典先生を招き、「死と向き合うところ」と題し、市民公開講座を開催させていただきました。

定員を超える市民の方に御参加いただき誠にありがとうございました。
今年も引き続き、地域住民のための公開講座を企画したいと思っています。



クリスマスコンサート

昨年12月22日当院エントランスホールにて、県立富岡東高校音楽部・富岡オカリナクラブのみなさまによるクリスマスコンサートが開催されました。

豊かなハーモニーがホール一杯に広がり、入院患者にもその旋律が耳にひび



き、やすらぎをもたらしてくれました。
また、翌日の23日には甘楽教会愛光会の聖歌隊による慰問が行われました。気品高い賛美歌が病棟を包み込み、入院患者へなごみの時間を与えていただきました。
ご参加いただいた入院患者の皆さん、そして、素晴らしい歌声・音色を聴かせてくれた富岡東高校の皆さん、富岡オカリナクラブの皆さん、甘楽教会愛光会の聖歌隊の皆さん、誠にありがとうございました。

がん患者会『お話しませんか?』

がんの治療を受けている患者さん同士でお話してみませんか?
これから治療開始する方も、また終了された方も気兼ねなく参加いただけます。
がん専門看護師が毎回参加し、参加者の相談に応じたり、日常生活のこと、治療のことなど自由に話しあっています。ご家族のみの参加もどうぞ。
事前の予約は必要ありませんので直接お越しください。

今後のスケジュール

1月30日(木) 13時30分～15時00分
2月26日(水) 13時30分～15時00分
3月28日(金) 13時30分～15時00分

公立富岡総合病院 がん相談支援センター
地域医療連携課 患者支援係 TEL.63-2111 (内線2180)