

お元気ですか？

第2号

2020年10月発行



撮影者：渡邊 美幸

CONTENTS

- 富 特集・感染対策 コロナ禍の感染対策 2
正面玄関AIサーマルカメラ導入 3
- 富 紙上ナイトスクール☆シ 認知症の人と共に生きるコツ 4
- 富 MRI装置が新しくなりました 5
- 富 臨床心理士の仕事、人命救助で感謝状 6
- 富 シリーズ職場紹介（外来） 7
- 七 回復期リハビリテーション病棟について 8-9
- 七 シリーズ在宅療養 在宅でできるリハビリテーション 10
- 七 専門・認定看護師の仕事 皮膚・排泄ケア認定看護師 11
- 富 七 地域医療連携だより 12

特集

感染対策

コロナ禍の感染対策

内科 増淵 健

今年1月に日本で新型コロナウイルス感染者がはじめて確認されてから半年以上が経過し、春の第一波がすぎたかとおもえば、いつの間にか第二波がきているという状況にあります。新型コロナウイルス感染症に対してはワクチンや治療薬の開発は進められているようですが、いま確実に効果が認められたものはまだ手元にはありません。

私たちの病院では数年前から、おもに冬季のインフルエンザの院内感染をふせぐために12月から3月まで面会禁止をおこなってきました。今年は新型コロナウイルス感染症の院内感染をふせぐために冬季をすぎても面会禁止を継続しています。

感染症をふせぐにはその感染経路を断つということがとても有効です。新型コロナウイルス感染症については世界のいくつかの国でロックダウンという方法がとられています。必要最低限の外出以外許されない状態で、感染者は確実に減らすことができます。しかし、デメリットもおおきく経済への甚大な影響がでます。面会禁止についても、デメリットはあり、ご家族の面会で精神的な安定を得られる患者さんは多くいらっしゃいますが、それができなくなります。しかし、院内感染がおこりクラスターが発生してしまうと、病院は一時的に機能を停止せざるを得なくなる可能性があります。感染対策は一部の医療者が頑張ればよいというものではなく、患者さんやそのご家族も含めすべてのみなさんのご協力が必要です。One teamとなつて乗り切りましょう！

AIサーマルカメラによる 体温測定実施中！

発熱がある方に声を掛けさせていただきます。



発熱がなくても
右記にあてはまる場合、
職員にお知らせください。

- ・風邪等の症状がある。〈咳・痰・息苦しさ（呼吸困難）・だるさ（倦怠感）等〉
- ・味覚障害・嗅覚障害等の症状がある。
- ・2週間以内に海外の滞在歴がある。
- ・新型コロナウイルス感染症を発症した人と、2週間以内に接触歴がある。

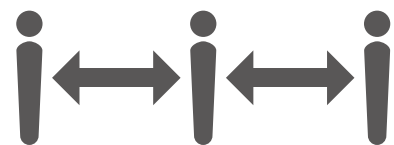
感染症対策へのご協力をお願いします。



マスクの着用



手指消毒



並ぶ時は、前の人に近づきすぎない



座る時は、隣の人と一つ飛ばしに座る

お問合せ TEL:0274-63-2111(代) 医療情報課受付係



MRI装置が新しくなりました



放射線技術科
野々下 裕也

MRI (Magnetic Resonance Imaging:磁気共鳴画像装置)とは非常に強い磁力を使い、人間の体内にあるプロトンから発生される信号を画像化し、任意の断面で輪切りの画像を撮影する装置となります。



3T (テスラ) MRIの導入

当院では、令和2年8月24日より3T MRI (SIEMENS Lumina 3T:ドイツ製) が導入となりました。以前のMRI (静磁場強度1.5T) よりも静磁場強度が強くなった事により画像の高画質化が可能となりました。撮影時間も以前より5～10分程短縮出来るようになりました。この事で1日に撮影出来る検査数が増加することとなり、患者様の予約待ち日数の短縮も可能となります (ただし、撮影内容で従来通り撮影時間が必要な検査もあります)。

また、撮影時に入る装置のトンネル内も以前より少し広くなり明るくなりました。この事で検査中の圧迫感が減少し、以前よりも楽に安心して検査を受けて頂くことが可能になったのではないかと考えています。



「テスラ」とは、磁力の強さの単位です

MRI検査内容

頭部 (急性期脳梗塞の診断など) やMRCP (胆嚢や膵臓の中の胆汁や膵液を画像化)、脊椎や脊髄 (ヘルニアや圧迫骨折など)、婦人科 (子宮や卵巣)、泌尿器科 (前立腺や膀胱)、筋肉や関節の靱帯、神経などの異常の有無の抽出は従来通り撮影可能です。乳房など脂肪組織の多い部位も、以前より脂肪組織をしっかりと消して撮影出来ることにより高画質化が可能となりました。さらに、今回からは造影剤を使用せずに心臓や四肢の血管の撮影が可能となることで、今まで以上に多くの患者様に検査を受けて頂けるようになります。



●まずは、近くの高齢者をイメージして、次の表の11項目にいくつ当てはまるかチェックしてみてください。

- ☐ 同じことを何度も話したり、尋ねたりする
- ☐ 出来事の前後関係がわからなくなった
- ☐ 服装など身の回りに無頓着になった
- ☐ 水道栓やドアを閉め忘れたり、後片付けが出来なくなった
- ☐ 同時に二つの作業を行うと、1つを忘れる
- ☐ 薬を管理してきちんと内服することが出来ない
- ☐ 計画を立てられなくなった
- ☐ 以前はテキパキ出来た家事や作業に手間取るようになった
- ☐ 複雑な話を理解できない
- ☐ 前よりも怒りっぽくなったり、疑い深くなった
- ☐ 興味が薄れ、意欲がなくなり、趣味活動などを止めてしまった

さて、いくつ当てはまりましたか？この質問で、3項目以上当てはまれば、認知症が疑われます。ただし、介護者が客観的にチェックをつけた場合です。



認知症の人と共に生きるコツ

看護部4B病棟 萩原昌樹

紙上ナイトスクール

新型コロナウイルス感染拡大の影響によりナイトスクールを休止していますが、予定していた講義内容の一部をお届けします。

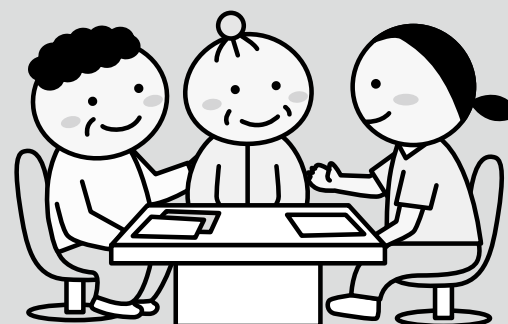
認知症はひとり暮らしに手助けが必要な状態

この11項目を見ると、認知症になると、いろいろな生活に支障が出るのが分かります。「ひとり暮らしに手助けが必要」というのが認知症の判断基準です。

認知症高齢者への接し方 「介護者の心構え」

認知症の人と接する上で家族が大切にすることは、「昔の姿」と「今の姿」を比べないことです。認知症の初期の段階では、「今まで出来たことが出来なくなった」「なぜ思い出せないのか」「何となく変だ」という違和感を感じていきます。そして、「出来なくなったこと」に対する不安や憤り、戸惑いを感じているのはご本人自身なのです。また、介護者の否定する言葉やイライラした態度は、すぐに

認知症の人に伝わり、より一層混乱をきたします。まず、介護者は少し離れた場所から見守り、危険行動が無いを観察し、深呼吸をして落ち着きましょう。認知症の症状は人によっても、日によっても違います。そして介護者はひとりで頑張るのではなく、ケアマネジャーや訪問介護を利用し、認知症の人が多くの介護の専門職と関わる機会を作るのも大切なことです。



シリーズ職場紹介

外来（看護部）

★看護部スローガン★
私たちは、一人一人を慮り、
最善最適な看護を
目指しています。

慮るとは、相手の状況や気持ちに
思いを巡らせ、相手の立場になって
想像力を働かせること。

外来は一般外来をはじめ、救急室・中央処置室・放射線部門・入院案内・化学療法室・内視鏡室・血液浄化室・健診センターの検査・処置・診療（診察・治療）の介助に携わっています。救急看護、糖尿病、緩和ケア、小児救急の認定看護師が1名ずつ在籍、また緩和ケアチームや皮膚排泄ケア認定看護師も一般外来に出向き、患者さんやご家族に寄り添う看護やストマケアなど、地域の皆様の支えになるべく、専門性を発揮しています。



多岐にわたる専門的な診療は、医師・検査技師・放射線技師・臨床工学士・視能訓練士・歯科衛生士・薬剤師・事務部門と連携を図り、チーム医療を実践しています。

一般外来には各病棟所属の看護師も配属されており、外来から入院退院後の外来までの継続的な看護提供を心掛けています。また、外来看護師は横断的に各部署を担当しています。例えば、中央処置室で各検査の説明をしたり、内視鏡室で検査の介助をしたり、造影CT室の対応をしたり繋がる看護を提供しています。更に、各部署混雑時には応援体制をとっており、待ち時間の短縮に努めています。



仕事紹介
Job introduction

臨床心理士・公認心理師の仕事

臨床心理士・公認心理師

磯田 美深

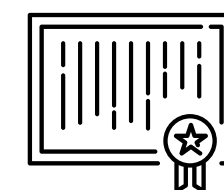
臨床心理士は、さまざまな分野でこころのケアを行う心理専門職として活動しています。年々社会が複雑かつ多様化するなかで、臨床心理士の専門性に加えて、他職種・他領域との連携強化等を目的に、平成29年、国内初の心理職の国家資格「公認心理師」が誕生しました。

当院では、医療とともにこころのケアを必要とする人に対して、臨床心理学の専門知識と技術を用いて、心理的援助・心理査定・心理教育を行います。対象者は患者さんやその家族に限らず、所属する学校などの組織も含みます。

また、チーム医療の一員として他職種と連携し、医療のなかにある心理社会的問題に気づき支援する働きかけとして、小児科や心療内科、緩和ケアなど診療科を限定せずにコンサルテーション・リエゾンを行います。

こころのケアは、病院というときに過酷な現場で働く職員自身にも必要とされます。コロナ禍にある現在、現場職員のおもいを汲み支えるためのこころのケアを提供できるよう、社会や組織に働きかけていく役割があります。

このように、臨床心理士に加えて公認心理師という新たな資格を活かして、変化しつづける病院で起こるこころの問題に対応しています。



当院看護師の越塚史さんが、
川に転落した高齢女性を助けたとして
群馬県警渋川署より
感謝状が授与されました。

この度私事で恐縮ですが「お元気ですか」にご紹介いただきありがとうございます。

川に人が倒れているのを発見した時は無我夢中で駆け寄っていました。近所の人も一緒になって救助に入り、また救急隊員の誘導をしてくださった方もいました。知らない人同士でしたが「助けたい」といった気持ちは皆一緒でした。姪との散歩途中の出来事だったのですが、姪も一緒にその方に「大丈夫ですか。」と繰り返し声をかけていました。

その方は今元気にリハビリをして頑張っているそうです。今年に入り自粛生活でとげとげしい気持ちになつてしまいがちですが、人と人とのつながりを感じる温かい経験ができました。



— 公立七日市病院ニュース — 回復期リハビリテーション病棟について

更なる向上を目指して

副院長兼

在宅医療支援センター長

金古 美恵子

回復期リハビリテーション病棟は、脳血管疾患、大腿骨の骨折などの急性期治療が終了した後、まだ身体機能が回復していない患者さんに対して、集中的にリハビリテーションを行い、ADL（日常生活動作）向上、寝たがり防止、早期在宅復帰、社会復帰を目的とした病棟です。入院対象疾患、疾患別の入院期間が定められています。

回復期リハビリテーション病棟は57床を有し、医師5名、看護師24名、看護補助者11名（内介護福祉士6名）、理学療法士13名、作業療法士12名、言語聴覚療法士3名、社会福祉士1名、管理栄養士2名、薬剤師1名が関

実績・特徴について

リハビリテーション技術科

回復期リハビリ係 係長

戸部 沙代理

ここでは、回復期リハビリテーション病棟でのリハビリの実績や特徴についてお伝えします。令和元年度に入院された患者さんの疾患別内訳は、脳梗塞や脳出血などの脳血管疾患が153名、大腿骨頸部骨折や腰椎圧迫骨折などの運動器疾患が72名、肺炎や手術後の廃用症候群が27名でした。

リハビリは単に機能回復を目指すものではなく、社会復帰に適した体の動きを取得する目的もあり、それぞれの機能に合わせた専門性があります。理学療法士（PT）は生活の基本となる動作（起きる、歩くなど）、作業療法士（OT）は身の回りの動作（トイレや着替えなど）や生活関連動作（家事や役割、自動車運転など）、言語聴覚士（ST）は飲み込みやコミュニケーション、高次脳機能障害（注意や記憶の低下など）についてリハビリを担当します。

入院初日は、主治医より健康状態

わっています。さまざまな専門技術・知識を持った医療スタッフがチームを組んで、患者さん、家族と一緒に機能回復、ADL向上を目指しています。リハビリテーションは365日実施しています。訓練時間だけではなく、病棟生活全般（着替え、整容、食事、トイレ、入浴など）も重要リハビリテーションと捉え、積極的に支援しています。

当院は回復期リハビリテーション病棟入院料1の施設基準を満たしています。リハビリテーション効果を量る実績指数40以上が必要条件となり、実績指数は入院期間が短いほど、またADLの改善度が大きいほど高くなります。令和元年度の実績指数は52・3でした。さらに質の高いリハビリテーションが提供できるよう、今後もチーム一丸となつて努力していきます。

に合わせた注意事項や禁忌事項、リハビリ方針が決められます。回復期病棟責任者はリハビリ体制についての説明、リハビリ室の案内をさせていただきます。また、病棟で安全に過ごせるよう、患者さんの日常生活動作を確認し、多職種で共有します。

リハビリでは習得したい動作をより多く繰り返し、それが生活に定着できるよう病棟でも練習を行います。患者さんにも病棟でできる自主練習に取り組んでいただきます。

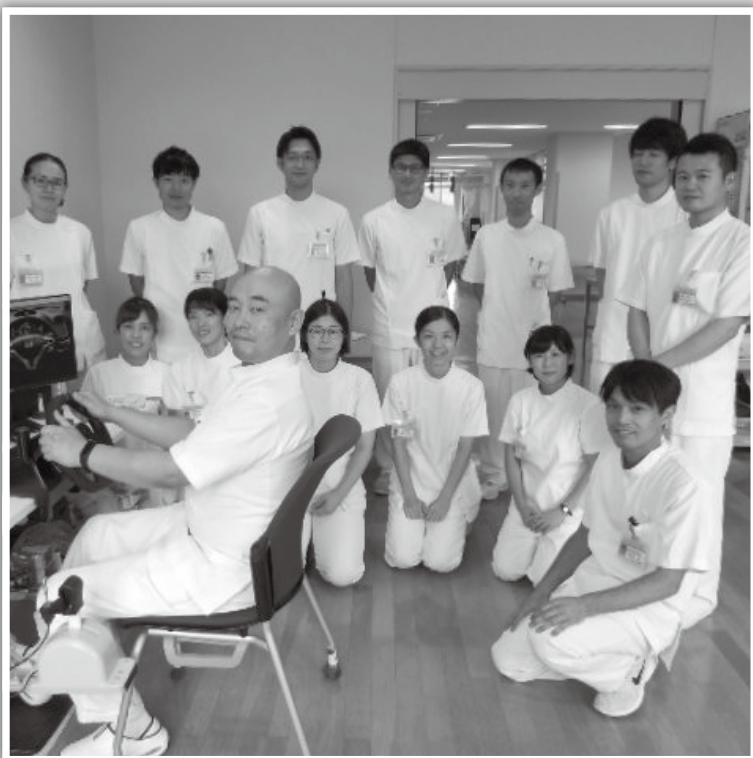
退院前にはリハビリスタッフがご自宅に訪問して、手すりや段差の解消、ご家族への介助方法を提案する家屋調査や、退院後介護保険サービスを利用される方に対してはケアマネージャーや介護サービス施設等への情報提供も行います。また、近年は若年の脳卒中患者さんも増えており、自動車運転のサポートにも力を入れていて、昨年はドライビングシミュレーターを導入しました。

患者さんが退院後も安全に安心して生活が送れるようスタッフ一同取り組んで参ります。何か心配な点やお困りのことがありましたら、気軽に声がけ下さい。

病棟診療実績

令和2年4月～7月

平均在院日数	68.2日
平均病床利用率	91.2%
在宅復帰率	87.2%
重症患者受入率	44.8%
重症患者改善率	53%



いつも、笑顔でサポート。
ドライビングシュミレーターの前でリハビリスタッフ。



カンファレンスにて。多職種で話し合い、
患者さんにとって最適な支援を見出します。

仕事紹介
Job introduction

専門・認定看護師の仕事

皮膚・排泄ケア認定看護師

看護部1病棟 主任 工藤 亜希子

専門・認定看護師とは、特定の看護分野における熟練した看護技術や知識を持っていてあらゆる場で看護を必要とする対象に、水準の高い看護実践のできる看護師のこと。ここでは、当院に在籍する専門・認定看護師を数回に渡って紹介していきます。



みなさんこんにちは、公立七日市病院看護師の工藤です。
公立富岡総合病院から異動（修行）して6年目になります。人生100年時代、死ぬまで看護師として働きたいと思い、より専門性の高い皮膚・排泄ケア認定看護師を取得しました。この認定看護師は褥瘡・創傷・皮膚障害に対してスキンケア、ストーマケア・失禁ケアを行います。体圧分散寝具の管理や選択リスクアセスメントにより褥瘡予防ケアの介入を行い、褥瘡予防ケア向上のため活動しています。
当院では、毎週月曜日に群馬大学医学部附属病院皮膚科、関口明子先生の病棟回診があります。先生は仕事熱心な方で、毎回休まず患者さんを診察されています。



私の住まいは限界集落で有名な南牧村です。
よつまたやま かなたけ
四ツ又山と鹿岳のふもとに家があります。
私が住み始めた時は4世代8人家族でしたが、子供もひとり暮らしをはじめ、今では夫、義母、私の3人家族となってしまいました。コンビニはなく不便なところですが、パワースポットも多くあり、避暑地のようなところ。登山や滝めぐりに一度皆さんおいでなんし南牧村へ。



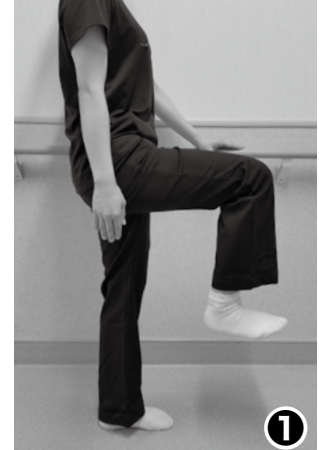
▼はじめに
新型コロナウイルスによる生活様式の変化により、動く量が減ってしまったという方も多いのではないだろうか。安静にしていると筋力が1週間で20%、2週間で40%、3週間では60%低下してしまうとされています。
筋力が低下することで、体の動きが悪くなったり、体力がなくなったりしてしまい、結果として転倒によるケガや体力低下による病気を招いてしまう可能性があります。
それらを防ぐためには、毎日少しずつでも運動して筋力を維持することが重要になります。
そこで、今回はご自宅でできる効果的な運動を2種類ご紹介します。

シリーズ在宅療養

在宅でできる リハビリテーション

リハビリテーション技術科
作業療法士 小澤 貴明
理学療法士 松井 智子

▼つま先立ち、踵立ち
転倒予防に重要なすねやふくらはぎの筋肉を強くします。
1日1セット 10〜20回（目安）
少し疲れる程度



▼もも上げ
歩く際に重要な足の付け根の筋肉を強くします。
1日1セット 10〜20回（目安）
少し疲れる程度

運動について
※無理をせずに痛みのない範囲で行ってください。
※立ったまま行うことが難しい方は、椅子に座りながら行ってください。

やさしい
運動は習慣化することが大切です。そのために、①毎日同じ時間に行うようにする、②運動した日はカレンダーなど目立つところへ目印を入れる、③一定期間継続出来たら自分にご褒美をあげる、などの工夫をすることで、いつの間にか習慣にすることが出来ます。
ご自分のペースで運動して、お元気に毎日をお過ごしください！





医療ソーシャルワーカーの新しいユニフォームです



昨年度より、公立富岡総合病院と公立七日市病院の医療ソーシャルワーカー部門、地域連携部門を統合して「患者支援サービス課」が発足しました。病気を抱えた患者さんに、切れ目のない医療を提供できるよう両院の連携を深めて参ります。

病気は長期間に及ぶことがしばしばで、治療費の負担や休職による収入減、社会復帰に向けた関係先との調整、患者本人やその家族の介護など心配事は多々出てきます。相談業務を担当する医療ソーシャルワーカーは、入院外来問わず皆さんが安心して生活できるよう相談に応じているので、困った時には、是非、頼りにしてください。

統合に引き続き、より相談し易い環境を目指して、ひと目見れば医療ソーシャルワーカーが分かるよう、ユニフォームを一新しました。落ち着いた色合いのダークブルーと爽やかなコバルトブルーの2パターンで両院共通のデザインです。このユニフォームを見かけた際には、どうぞ、気軽に声をかけて下さい。



公立富岡総合病院よりお知らせ

11月より整形外科初診患者は完全電話予約制となります。
詳しくは地域医療連携室、またはかかりつけの医師にご相談ください。

発行

富岡地域医療企業団 公立富岡総合病院

〒370-2393 群馬県富岡市富岡2073-1

TEL.0274-63-2111

FAX.0274-64-1406

<http://www.tomioka-hosp.jp>

tomihp@mail.gunma.med.or.jp



富岡地域医療企業団 公立七日市病院

〒370-2343 群馬県富岡市七日市643

TEL.0274-62-5100

FAX.0274-62-5211

<http://www.nano-hosp.jp/>

nanobyin@nano-hosp.jp

