

病院スローガン(2月～4月)

聞こえてますか？ 患者様の心の声

発行：紀南病院組合立紀南病院 〒519-5293 三重県南牟婁郡御浜町大字阿田和4750 ☎05979-2-1333(代) renkei@kinan-hp-mie.jp(地域連携室)

元旦の丸山千枚田



目次

おにぎりの力……………	2
年頭挨拶……………	3
アルコールについてのお話①……………	4
検査科紹介……………	4
地引網大会……………	5

クリスマスコンサート……………	5
「背抜き」について……………	5
外来診療担当表……………	6
タウンミーティングのお知らせ……………	6

行により、患者さんへのQOLを損ねることなく病院機能は維持されております。重ねて感謝申し上げます。先生方には少しでも肉体的・精神的負担をとれるように医師獲得やシステムの改革を詳細に実施していく所存です。

どんな小さなストレスでもこれに耐えることは、やがて来る大きなストレスに打ち勝てる耐性が獲得出来るため、夢を持って展開したいと思います。目的はそんな遠くにはありませんし、視野にとらえることも可です。だからこそ、厳しい現況をもうしばらくじっと我慢していただかねばなりません。紀南病院職員が「おにぎりの力」で得た「優しさと温かみ」を結集させて励まし合えば、きっとソメイヨシノに蕾を芽生えさせ開花させることが出来ると信じています。その時は、患者・御家族の皆さんだけでなく、職員同志で、「良かったヨ～」と分かち合いたいです。紀南が第1・第2・第3のふるさとなのですから、「愛」をもって！

年頭のあいさつ

事務部長 久保 治也



つつしんで新春のお喜びを申し上げます。

新年も医師不足から始まり、何かと厳しい1年となりそうですが、「今が我慢の時」と、職員一同心をひとつにして、管内唯一の病院である紀南病院を盛り上げていく覚悟です。

住民の皆様のご理解、ご支援をよろしくお願いいたします。

看護部長 宮向井ちとせ



新年あけましておめでとうございます。

先日、紀南病院の医師不足についての新聞記事を見たという患者さんから、「私達患者にも何かできることはないかな」という声をかけていただきました。地域住民の皆さんも病院職員と同じ思いで医師不足に前向きに考えていただいていることを知り、とても有難くそして心強く思いました。

私達看護師も医師不足のなか、なんとかこの地域の医療に貢献できないかとみんなで相談しながら努力していきたいと考えていますので、これからもご支援よろしくお願いいたします。

副院長 須崎 真



皆様明けましておめでとうございます。

平成もいつの間にか20年になりました。つくづく月日のたつのは早いものだ実感いたしております。

さて、今年も医療業界に吹く風は厳しく、当院でも医師不足は慢性的な感があります。少ない医療資源で当地域の医療効果を最大限に上げるために医療機関、行政、住民が力を合わせて対策を講じる必要があります。今年もタウンミーティングなどで情報交換を行いたと思いますが、行政の皆様、住民の皆様のご協力を宜しくお願いいたします。

アルコールについてのお話①

紀南病院内科医長 鈴木 孝明



アルコールは嗜好品として古くから人々に親しまれ「酒は百薬の長」という言葉もある程です。しかしこの言葉には続きがあり「酒は百薬の長、されど万病のもと」なんだという説もあります。結局飲みすぎは良くないということですが、この話をすると「そんなことは分かっているよ!」という声がすぐ聞こえて来そうです。「よくないのは分かっとるんやけど、どうもやめれんのや」「健診で肝機能異常と言われているけど、つい毎日飲むなあ」という方、広い意味でのアルコール依存症なのかも知れません。「そんなことは分かっているよ!」「飲んで死ぬんや」といった反論は、依存症という病気の特徴である“否認”の現れだそうです。

アルコール依存症をチェックする簡単な質問法があります。よかったら皆さんも自分でチェックしてみてください。CAGE法と言い、2項目以上でアルコール依存症を疑います。

- 1 飲酒量を減らさなければと感じたことがありますか。(Cut down)
- 2 他人があなたの飲酒を非難するのが気に障ったことがありますか。(Annoyed by criticism)
- 3 自分の飲酒について、悪いとか申し訳ないと感じたことがありますか。(Guilty feeling)
- 4 神経を落ち着けたり、二日酔いを治すために、「迎え酒」をしたことがありますか。(Eye-opener)

他にもチェックの方法があります。サントリーのホームページにはKASTという方法がありますので、興味のある人はのぞいてみるといいでしょう。

予防面では「健康日本21」にアルコールのことが触られています。ご存知ですか？ここでは割愛しますがインターネットや保健センターで調べてみてください。『週に2日の休肝日を設け、1日のアルコール量は20g（ビール500mlと同量）に留める』ことを目標にしています。飲みすぎてしまう人は、少なくとも毎日飲むのをやめることから始めませんか？

分からないことがありましたら、お近くの医療関係者に尋ねてみてください。

次回は昨年夏のアルコール研究会の報告を中心にお伝えします。

検査科

紀南病院の検査科は総勢12人で仕事をしています。

仕事は大きく生理検査と検体検査に分かれます。

生理検査は、心エコー・腹部エコー検査、心電図検査、呼吸機能検査、神経伝導検査、脳波検査、サーモグラフィ検査、ホルター心電図検査などです。

検体検査は、肝機能・腎機能・脂質・ホルモンなどの内分泌・貧血・感染症・癌・アレルギー・糖尿病などがわかる血液検査、腎臓病や膀胱炎・糖尿病などがわかる検尿検査、寄生虫・直腸癌スクリーニングの検便検査、組織や体液などを染色して顕微鏡でがん細胞などを調べる病理検査、体液・皮膚などに感染した病原菌を同定してそれに効く抗生剤を調べる細菌検査などです。日々進歩する医療業務において、検査も例外ではありません。これからも地域の医療にお役に立てられるよう力を合わせて働きたいと思えます。



大漁でした！地引き網大会

昨年に引き続き、11月23日に紀南病院地引き網大会が行なわれました。好天に恵まれ、職員・家族や病院ボランティアさんたちが、秋の一日を過ごしました。



クリスマス コンサート

12月20日(木)17時15分から紀南病院外来棟にて、紀南高校ブラズバンド部をお招きし、コンサートを行ないました。紀南病院コーラス部も『四季の歌』『もろびとこぞりて』を歌い、最後は会場全員で『きよしこの夜』を合唱しました。



『背抜き』について

リハビリテーション科

理学療法士 松本 公博

すっかり肌寒くなってきた今日この頃… 皆さん、どうお過ごしですか？

自分はというものの、次から次に出てくる新鋭女優 長澤まさみ、沢尻エリカ姫などなどに骨抜きにされている日々を送っています…

さて、今日お話するのは、『骨抜き』ではなく、『背抜き』のお話…。在宅などで介護をされているご家族の方、『背抜き』という言葉をご存知でしょうか？介護用ベッドは、大抵背もたれが拳がって「く」の字になるようになっています。これをギャジアップといいます。ギャジアップ後は『背抜き』をするように聞いたときはありませんか？要するにギャジアップ後、またはダウン後、背中がズレてなんともいえない違和感が生じます。そのズレ力が褥創（床ずれ）につながり、不快感が筋肉の緊張を高め、拘縮（関節が固まる）の原因になる可能性があります。その違和感・ズレ力を無くす為に、一度ベッドから患者さんの背中を離す（起こす）行為を『背抜き』といいます。自分の体を全く動かさない、いわゆる「寝たきり」患者さんは、このような不快感があっても自分で直せません。ですから背中を一度ベッドから離してあげる（背抜き）ことが必要です。

皆さん！韓流スターに骨抜きにされる前に、『背抜き』を試みてはどうでしょうか…？

外来診療担当表

平成20年1月末日現在

区 分		月	火	水	木	金	
内 科	午 前	1診(初診)	鈴木 光哉医長	松浦りつ子医長	鈴木 孝明医長	武田 裕子医師	浦吉 俊輔医師
		2診(初診)	西久保公映副院長	關 めぐみ医師	中前 範子医師	小林 文人医長	鈴木 光哉医長
		3診(再診)	松浦りつ子医長		西久保公映副院長	鈴木 孝明医長	中前 範子医師
		4診(再診)	小林 文人医長	浦吉 俊輔医師	松浦りつ子医長	鈴木 光哉医長	關 めぐみ医師
	午 後	3診(再診)		中前 範子医師	鈴木 光哉医長	西久保公映副院長	糖尿病専門外来(月1回)
		4診(再診)		西久保公映副院長			
外 科	1 診		須崎 真副院長	野口 孝院長	野口 孝院長	須崎 真副院長	
	2診	熊本 幸司医師	熊本 幸司医師	熊本 幸司医師	信岡 祐医師	信岡 祐医師	
整 形 外 科	1 診	田中 雅医長	倉田 竜也医師	田中 雅医長	田中 雅医長 倉田 竜也医師	倉田 竜也医師	
	2診	倉田 竜也医師	田中 雅医長	倉田 竜也医師	奥山 典孝医師	田中 雅医長	
脳神経外科	1 診					種村浩医師(午後)	
眼 科	1 診	山田 敦医長	山田 敦医長	山田 敦医長	山田 敦医長	山田 敦医長	
	2診	八木 達哉医師	八木 達哉医師	八木 達哉医師	八木 達哉医師	八木 達哉医師	
産 婦 人 科	1 診	葛西 普一医長	川戸 浩明医長	關 義長医師	葛西 普一医長	川戸 浩明医長	
小 児 科	1 診	鈴木 幹啓医長	鈴木 幹啓医長	鈴木 幹啓医長	足立 基医師	鈴木 幹啓医長	
皮 膚 科	1 診	嶋 聡子医長		嶋 聡子医長		嶋 聡子医長	
神 経 内 科	1 診					木田 博隆医師 谷口 彰医師 成田 有吾医師	
	2診					柴田 益成医師	
泌 尿 器 科	1 診				今村哲也医師(午後)		
耳 鼻 咽 喉 科	1 診	松浦 徹医長	松浦 徹医長	松浦 徹医長	松浦 徹医長	松浦 徹医長	
歯科口腔外科	1 診	柳瀬 成章医長	柳瀬 成章医長	柳瀬 成章医長	柳瀬 成章医長	柳瀬 成章医長	
備 考	1. 受付時間は午前7時30分～午前11時30分までとなっております。ただし急患については時間外でも受付します。 なお当院を初めて受診される患者様及び、診察券をお持ちでない患者様の受付時間は、午前8時からとなります。 2. 神経内科・脳神経外科の診療は原則として予約制となっています。						

タウンミーティング

『紀南の医療を一緒に考える会』のご案内

主催 紀南医師会・熊野市消防本部・紀南病院・紀南地域救急医療対策協議会・各市町

住民の皆様と意見交換を行ない、共同して『私たちの医療』を作り上げてゆくための集いです。19年度は7ヶ所で開催しています。すでに熊野市新鹿、御浜町尾呂志、紀宝町浅里、御浜町神志山で開かれ、今後の予定は、以下のとおりです。多くの方のご参加をお待ちしております。

平成20年 2月7日(木) 19時～20時半 紀宝町大里多目的集会施設
 2月21日(木) 19時～20時半 紀和町コミュニティセンター
 3月6日(木) 19時～20時半 御浜町役場内くろしおホール

