

はあとのあと

“心を綴ったノート” “心が奏でる音”

珠洲市総合病院

TEL(0768)82-1181

FAX(0768)82-1191

2006(3)

第3号



題名 燈籠山 リハビリ患者さんの作品

病院理念

“市民の心の支えとなる、地域の中核病院に”

1. 疾病の予防から在宅医療までの一環した体制の確立を目指します。
1. 安心と信頼の地域医療を目指します。
1. いたわりの心で皆様の健康と命を守ります。

目次

- ・お子さんが熱を出したら 1
- ・皮膚科ってどんなところ
- ・地域医療連携室を開設しました 2
- ・お薬の種類と使い方 3
- ・患者さんとのふれあい
- ・カメラのすすめ ー見えないところの健康管理ー 4
- ・「ふれあい看護体験」を行いました

お子さんが熱を出したら

小児科医師 岡本 浩之



子どもが急に熱を出すとびっくりしますね。熱は細菌やウイルスなどから体を守るための生体防御反応で、病気に対する抵抗力を高めるためにでるもので、熱のために脳が悪くなるということはありません。

そこで、どんな熱の時に急ぐ必要があるのか知っておくことが大事です。

子どもの平熱は 37.5 くらいと、大人に比べるとやや高めですが、**38 を超える場合は明らかな発熱**といえます。特に生後 3 ヶ月以下の赤ちゃんは元気が良くても急いで受診する必要があります。4 ヶ月以上で機嫌や食欲がそれほど悪くない場合は、翌日の受診でも大丈夫でしょう。ただし生後 6 ヶ月以内はあまり熱がでる時期ではないので翌日には必ず受診する必要があります。

年齢にかかわらず、意識がおかしくボーっとしている、顔色が悪い、ぐったりしている、機嫌が悪い、

嘔吐や下痢がひどい、息が苦しそう、これらの場合は急いで受診するようにしてください。

発熱時の注意点として、まずは十分な水分補給です。お茶、白湯、乳幼児用イオン飲料、果汁などをまめに与えるようにします。もちろん母乳、ミルクも OK です。食事も欲しがれば、消化がよいもの、口当たりが良いものを与えてください。熱の上がり始めで手足が冷たい場合は温かくします。熱が上がって体が熱くなったら薄着にし、汗でぬれた衣類は頻回に交換してください。しぼったタオルで体をふくと、からだがさっぱりし、熱も放散します。アイスノン等をタオルにくるんで首すじ、わきの下、足のつけ根を冷やしてあげるのも効果的です。

一口に熱といっても原因は様々ですから、**年齢にかかわらず 38.0 以上の熱が 2 日以上続く場合は、医療機関を受診する**ようにしてください。



皮膚科ってどんなところ？

皮膚科医師 川筋 綾子



みなさん、皮膚科ってどんな病気を診るところか、ご存じですか？湿疹？水虫？

でも、それだけではありません。皮膚に症状があれば、すべて皮膚科となりますので、実は、もっともいろいろな病気を扱う科です。

例えば、包丁で指を切ってしまった、転んでできた傷がぱっくり開いている、大したことがないと思った傷がなかなか治らない、などいわゆる“きず”の処置や、最近、高齢者で足のタコやウオノメだと思って痛いのを我慢していたが、実はそのウオノメの下に深い傷ができていた、こういう場合も皮膚科の扱いとなります。ただし、タコやウオノメを長い間放置しておくとう傷を作ることがありますので、早めに皮膚科で“タコ削り”をしてもらうことをお勧めします。



また、その他によくある“きず”として、やけどや床ずれがあります。あんななどでの低温やけどや、おしり・かかとなどの床ずれを見かけますが、これらは高齢者や糖尿病患者さんに多く、ひどくなって骨まで達しているのを見たりします。表面は小さな傷でも、実は骨まで達していたということも多々ありますので、特に高齢者や糖尿病患者さんは早めの受診をお願いします。

その他、“きず”以外に、皮膚にできた発疹、できもの、痛いもの、かゆいもの等、皮膚にあり、“皮膚の外からみて、少しでも症状があるもの”は、どんなものでもみめますので、“あれ？”と思ったら、気軽に皮膚科を受診してみてくださいね。

月曜日は男性医師、女性医師ともいますので、見せにくい場所もどちらの先生がいいか受付でおっしゃって下されば対応できます。



地域医療連携室を開設しました

医療改革の一環として、地域における機能分担が急速に推進されつつあります。かかりつけの先生や医療・福祉・保健施設などがそれぞれ持つ機能を十分に発揮するために、病院と診療所（かかりつけの先生）との「病診連携」が不可欠です。そのためには患者さんやご家族および医療関係者などが満足していく連携とネットワークの構築が必要です。

その窓口として当院では、平成18年4月1日に「地域医療連携室」を設置し、医療機関だけでなく、幅広く地域の福祉・保健施設と連携し、患者さんをサポートする機能を担っていきます。連携室の中には医療相談・訪問看護・健診科があり、医療費の支払い方法、退院後の生活などの様々な相談や、健康診断・相談について対応させていただきます。

地域医療連携室の役割

医療相談

訪問看護

健診科

病診連携



- ・入院・手術などで医療費が心配。
- ・入院中、家に残った家族の生活が心配。
- ・福祉や保険の制度を利用したいがどのようなものがあるかわからない。

- ・退院してまたかかりつけの先生に診てもらいたいけど、入院中のことは連絡がいくの？
- ・かかりつけの先生から紹介されて病院を受診したけれど、自分の情報は、きちんと伝わっているだろうか？
- ・退院しても、自宅で過ごす自信はまだない。もう少し療養のできる所に転院したいけど、情報がわからない。



連携室は正面玄関を入ってすぐ右横にあります。
気軽にドアをノックしてください。

私達職員一同が、患者さんやご家族が不安に思われていることや情報がなくお困りのことに耳を傾け、その解決のお手伝いをさせていただきます。

連絡先

TEL (0768) 82 - 1181 (代表)
内線:1110

FAX (0768) 82 - 8117 (専用)

お薬の種類と使い方

薬局 高谷 雅樹



お薬には、内服薬、外用薬、注射薬等があり、それぞれお薬に合った使い方があります。たくさん使えば早く病気が良くなるということはありませんので、必ず医師の指示通りにお使いください。今回は内服薬についてお話しします。

内服薬

錠剤

裸錠、糖衣錠、フィルムコーティング錠、口腔内崩壊錠等があり、フィルムコーティング錠は効果が長く続くようにしたお薬で、口腔内崩壊錠は水無しで飲めるお薬です。

カプセル剤

硬カプセル剤と軟カプセル剤があります。なかには、効果が長く続くようにしたカプセル剤もありますので、お薬をカプセルから出して飲む時には注意が必要です。

散剤

胃腸薬、小児用ドライシロップ等があり、分包された状態では湿気に注意が必要です。また、小児の場合お薬の苦味等が原因で服薬しないことがあります。そのときは、少量の牛乳、コンデンスミルク、アイスクリーム等に混ぜると飲ませやすくなります。

水剤

鉄剤、てんかん剤、小児用シロップ等があります。小児でシロップを嫌がる場合は、パンやカステラにしみこませて食べさせるという方法もあります。

お薬は患者さんの病気、状態に合わせて処方されていますので、飲み残さずにきちんと服用してください。病院でお渡しするお薬は患者さん本人以外の方に使い廻すことのないようにしてください。

患者さんとのふれあい

リハビリテーション科

お花見会



4月18日の午後、少し肌寒い天候でしたが、病院敷地内の桜よりも早く咲いた飯田高校下の公園まで、ボランティア職員と患者さんの家族の協力を得て恒例のお花見会を実施しました。いつもは下を見ながら歩くことの多い患者さんたちもこの日は桜を眺め、談笑しながら楽しい時間を過ごすことができました。

病院へ帰ってから、参加した全員で紅白のお団子を食べ、そのうち余興として「唄」まで飛び出しました。

リハビリ菜園

5月の中旬、畑作業に従事していた患者さんが多いことから、作業を通じて季節感を味わってもらおうと、リハビリ庭園の一角で畑作りとトマト・ナスの苗植えを楽しみました。

活動した患者さんからは「早くけがを治してまた、畑仕事をやりたいねえ」と作業をしながら話をされていました。また企画した職員は「元気になるきっかけになってくれれば・・・」と一緒に汗を流しました。

リハビリは院内だけで完結するものではありません。色々な活動を通し、退院後に早く病前の生活が可能となるようにと考えています。



カメラのすすめ 見えないところの健康管理

内視鏡室 舟木 優子



「内視鏡」というと、皆さんどんなイメージをお持ちでしょうか？「怖い」「苦しい」といったマイナスイメージが強いかもしれません。カメラを受けようと思うまでに、それこそ「胃がいた〜く」なるほど悩んで来られる方もおいでるようです。

当院では、年間 2,500 人あまりの方が胃や大腸の検査を受けられています。珠洲の人口から考えるとかなり多い件数だと思われます。最近では自主的に検診に来られる方も増えていますが、今まで検査を受けたことのない方や何十年も前に経験された方からは「カメラは死んでも受けたくない!」という声をお聞きすることがあります。特に大腸に関しては、症状があっても便秘や痔のせいだと思い込んで我慢されていたり、検査自体に抵抗があつたためられる場合も多いようです。

しかし、以前に比べて内視鏡は細くなり、ポリープや初期の悪性腫瘍をカメラで切除する技術も大きく進歩してきました。何よりも一番大切なのは、「まず来ていただいて早く病気を見つける」ということです。内視鏡は、身体の外からは見えない部分の健康を守るための道具です。

時には立ち止まって、毎日働き続けるお腹の点検をしてみませんか・・・？

私達は、来てくださる方が少しでも楽に安心して検査を受けていただけるようお手伝いしていきたいと考えています。



*カメラの消毒は徹底して行っていますので、ご安心ください。

「ふれあい看護体験」を行いました

5月9日、当院において、「ふれあい看護体験」が行われ、高校生9人と婦人会の方1人が参加されました。

参加された方は、血圧測定の見学や、入浴・足浴・食事の介助を行いました。



参加者の方より、

「患者さんの体を拭いたり、服を着せてあげた時に、「ありがとうございます」と言われ、「あー、やってよかったなあ」とか頑張ろうと思えた」「反省会のときに素質があるって言ってもらえた時には、嬉しくて涙が出そうになりました」という意見がありました。

参加してくれた高校生の皆さんは、将来看護の道を考えているようです。立派になって、また総合病院に戻ってきてくださいね(^_^)。



病院内には、ご来院の皆さんや患者さん等からの当院における接遇・診療・施設・設備等についてのご意見・ご要望を投函してもらう「ご意見箱」が5箇所に設置されております。今回より投函されたご意見・ご要望について、文書にて回答することにいたしました。ただし、投函された内容によって1件ずつ対応が違ってくると思われますが、公表できるものは、**1階の放射線室受付横の掲示板**に掲示して皆さんにお知らせする予定であります。



「ご意見箱」は原則として、毎週月曜日に開箱しております。

外来診療日程

午前

H18.7.1現在

診療科		月	火	水	木	金
内科	1 診	黒瀬	波佐谷	波佐谷	波佐谷	黒瀬
	2 診	升谷	坂下	黒瀬	岡本	浜野
	3 診	坂下	浜野	岡本	升谷	坂下
外科		坂本	正司	坂本	正司	正司
小児科		岡本				
耳鼻咽喉科		志賀	栴田			
眼科		鶴岡				
整形外科		金澤・小村				
産婦人科		久保				
脳神経外科		浜田	玉瀬・木下		浜田	
泌尿器科		庄田・泉 成本・小堀				
皮膚科	1 診	永岡	川筋			
	2 診	川筋				
精神科				下畑		
放射線科			香田			小林

受付時間

7:30 ~ 11:30
12:00 ~ 16:00

診療時間

9:00 ~ 12:30
14:00 ~ 17:00
(皮膚科のみ14:30 ~)

小児科

(月) 三種混合 15:00 ~ 15:30
(火) 慢性疾患 14:00 ~ 16:00
(水) 健康診断 14:00 ~
予防接種 15:00 ~

産婦人科

(水) 健康診断 13:30 ~

午後

診療科		月	火	水	木	金
内科	1 診	波佐谷	黒瀬	升谷	浜野	升谷
	3 診	岡本	健康診断		坂下	岡本
小児科		三種混合	慢性疾患	健康診断		
耳鼻咽喉科		栴田		栴田		
産婦人科		健康診断				
皮膚科				川筋	川筋	

救急患者は、表示時間に関係なく診療します。都合により、一部変更になる場合があります。

編集後記

今回の表紙はリハビリに来られてる患者さんが作られた“燈籠山”の貼り絵です。紙をうまくちぎることができず1つ1つの大きさは不ぞろいですが、折り紙と患者さん達の力を重ね合わせることで素敵な絵が完成しました。病院内の売店前に貼ってありますので皆さん見に来てください(*^_^*)。

