

〈健康教室〉

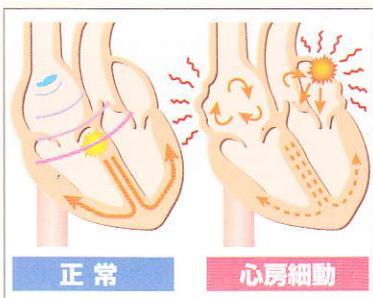
心房細動といわれたら…

広島共立病院 病棟診療部長・循環器内科 鷹屋 直 医師

不整脈の一種で、 自覚症状がないケースも

私たちの心臓は筋肉でできたポンプで、血液を全身に送り出しています。心臓には右心房、左心房、右心室、左心室という4つの部屋があり、その動きは心臓の中を流れる電気信号によって調節されています。電気信号は、洞結節、房室結節という連結部分を通して心室全体に伝わっていきます。正常な場合、洞結節から出た電気信号は、波紋のように心房の中を広がっていきますが、心房細動が起きている場合、複数の異常な信号が心房の中を不規則に走り回るような状態になります。この不規則な電気興奮が心室にも伝わり、心室での興奮も不規則になります。これが心房細動で、心電図をとると脈の乱れがはっきり分かります。

心房細動は、急な胸痛や激しい動機が起こる発作性、体の不調が続き、受診して初めて指摘される持続性、自覚症状がなく、心電図で見つかる永続性の3タイプがあります。



心房細動が 脳梗塞の引き金に？

現在、心房細動の患者さんは増えており、その原因は高血圧や糖尿病、心不全などの生活習慣病、高齢化、ストレス、お酒の飲み過ぎなどが考えられます。

心房細動が怖いのは、心臓内の血液によどみができ、血のかたまり(血栓)ができやすくなり、それが心臓を飛び出して脳にいくと、脳梗塞を起こしてしまうことです。心房細動による脳梗塞は半身麻痺や失語症などの重大な後遺症を残すことが多く、死に至ることもある怖い病気です。心房細動と診断されたら、まずは原因になっている病気の治療を優先します。そして、ワーファリンという薬で血液を固まりにくくし、脳梗塞を予防します。さらに正常な脈に戻す治療、正常な心拍数に戻す治療などから、症状に合わせて投薬を中心に治療を行ないます。高度な治療として、カテーテルを使って不整脈の電気の流れを治す手術で「カテーテルアブレーション」があります。体への負担が少なく、成功率も高く、根治療法として注目されています。が、年齢や症状により必ずしも有効とは限らないので、医師としっかり相談してください。

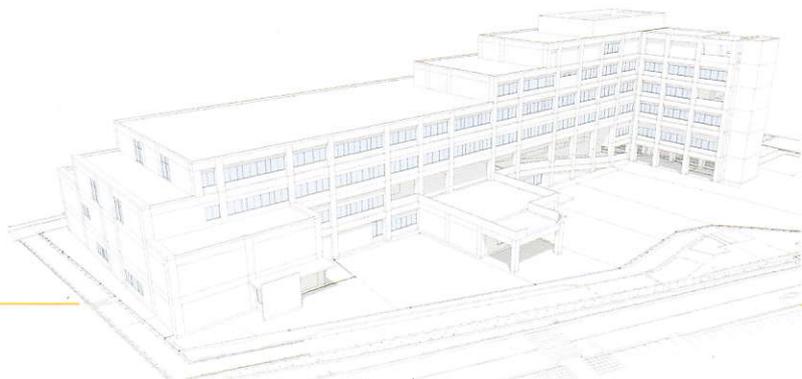


新病院 レポート

6F					検査	厨房
5F				セミナ ルーム	薬局	医局
4F	4階急性期病棟41床 (外科・消化器内科)			緩和ケア病棟19床		
3F	3階急性期病棟41床 (整形外科・小児科)			回復期リハ病棟44床		
2F	手術	放射線	内視鏡	救急	2階急性期病棟41床 (循環器内科)	
1F	健診	外来診療		生理機能	リハビリテーション	レストラ ン 厨房

新病院のフロア構成

今回は、新病院のフロア構成を紹介します。新病院は6階建てで、1階の外来は診察室のスペースを広くして、総合性と専門性を発揮できる構造に。健診ルームは独立させて、保険診療と動線が交差しないよう考えています。2階は救急室、重症者治療室を含む内科循環器救急病棟と手術室。手術室は1室増えて4室になります。3、4階は病棟と回復期リハビリテーション病棟、緩和ケア病棟になります。緩和ケア病棟は全室個室で、患者さんに寄り添ったケアを実現します。より機能的で患者さんに配慮した新病院にご期待ください。



健康ひと言
アドバイス

食事と栄養について

秋といえば「食欲の秋」!旬の食材が豊富で、何でもおいしいですね。でも食べ過ぎは禁物ですよ。食事は生きていく基本。節度を守りつつ、おいしく楽しく食事をしてください。

栄養科科长 管理栄養士 遠藤 由紀子



秋にたくさん食べるのは人間の本能?

夏バテでダウンしていた胃腸も整って、何を食べてもおいしい「食欲の秋」到来。なぜ「食欲の秋」というのでしょうか?昔、人間は食材が乏しくなる長い冬を耐えながら生き延びていかななくてはなりません。そこで、獲物や木の実などの豊富な秋にたくさん食べて、エネルギーを蓄えておこうとしました。現在でも、冬眠する動物はそうした行動をとります。

【食生活の基本】

- 規則正しくバランスの良い食事を心がける
- よく噛んでゆっくり食べる
- テレビ、新聞を見ながらの「ながら食い」はしない
- 汁ものや繊維質の食材から食べ始め、お腹を落ち着かせる
- ストレスから食欲へ暴走している場合は、適度なスポーツをする

季節を問わず守りたいことですが、ぜひ見直しを。規則正しい食事のバランスについては、イラストを参考にしてみてください。1日あたり「何を」「どのくらい」食べると良いのか、目安として分かりやすく示しています。

秋こそ食生活を見直し、バランスの良い食事を。

食欲は①空腹中枢②満腹中枢③感覚中枢の3つの中枢によってコントロールされています。空腹中枢が「もっと食べなさい」と指令を出し、満腹中枢が「もう食べなくていいですよ」とストップをかけます。でも、お腹いっぱいなのに食べてしまうことがありますよね。それは感覚中枢が働くため、味覚や嗅覚などの五感が記憶を呼び覚まして、食欲促進に繋がると言われています。

秋になると、この感覚中枢の働きが乱れやすくなるのかもしれませんが。とはいえ、感覚中枢の思うままに食べていると肥満にまっしぐら!

そこで、食生活の見直しが大切になります。



こんにちは! ご近所ドクター



広島共立病院では、地域の開業医ドクターと連携しながら患者さんをサポートしています。今回は、親子2代で奮闘されている石川胃腸科医院です。

親子で地域医療を支える

- Q.** 石川胃腸科医院の特徴を教えてください。
- A.** 胃や大腸、食道など消化器系の癌検査を中心に診療を行っています。昨年からは息子が一緒に診察するようになり、内視鏡を増やしたので癌の発見率が高くなりました。
- Q.** 先生が患者さんに対して心がけておられることは?
- A.** 最新の機器を積極的に取り入れ、診断に役立てたいと思っています。もちろん、それに伴う知識や技術も磨きながら癌の早期発見に繋げたいですね。
- Q.** 広島共立病院との連携は?
- A.** 開業医は設備に限界があるので、より精密な検査が必要な患者さんは広島共立病院にお願いしています。こちらで紹介して入院された患者さんの情報を共有できるので、退院後のケアもスムーズですね。新病院は、リハビリの強化や緩和ケア病棟の設置などにも取り組まれるとのことなので大いに期待しています。
- Q.** 地域に対する思いは?
- A.** 当医院は、2代目がこの地で開院して以来、息子の代で4代目になります。ますます地域との絆を深め、地域の皆さんのかかりつけとして、今後も貢献していきたいです。また、地元の開業医間のネットワークも強めたいと思います。

石川胃腸科医院 院長/石川 純 (写真右) 信 (写真左)

731-0103
広島市安佐南区緑井4-25-7
TEL.082-879-3351

診療科/胃腸科・内科
外来受付時間/
9:00~12:00、15:00~18:00
休診日/
日曜・祝日、木曜・土曜の午後

受付事務課 お仕事カルテ



各診療科の業務やスタッフなどを紹介します。今回は「広島共立病院の顔」ともいえる受付業務課を田中裕子課長がナビ!

私たちの第一声、第一印象が 広島共立病院のイメージになる。

受付事務課は、電話交換、受付窓口、コンシェルジュの3つの部署に分かれ、女性のみ17名で構成しています。どの部署も患者さんと最初に接するところなので、「広島共立病院の顔」であることを自覚し、仕事に取り組むよう指導しております。

電話交換は、お相手の顔が見えませんので、第一声には細心の注意を払い、勤務につく前に発声練習を行っています。判断力を磨き、お問い合わせに対し、的確に素早く対処することが一番と考えております。

受付業務は、不安を抱えて来院される方のお気持ちに配慮し、明るく爽やかな対応ができるよう努力しています。

コンシェルジュは、看護資格を持った2名を配置しています。総合受付で症状にあわせた診療科をご案内したり、車椅子の手配から入院案内など細やかなフットワークで外来を飛び回っています。

患者さんに寄り添った ご案内をしていきたい。

院長が接遇に力を入れており、航空会社の元CAを招き、接客マナーの研修を行ないました。この研修がとてもよい刺激になり課員一同、「相手の立場になって行動する」「次に何をしたいか想像力を働かせる」受付事務課 田中 裕子 課長 この2点を常に心がけております。元CAの方が研修の中で、「最大限の努力を全員が継続してこそ、初めて少しの変化に気付いてもらえます。」とおっしゃった言葉が、心に深く残っています。

いよいよ新病院が着工されます。より一層患者さんに寄り添った優しく行き届いた対応をしていきたいと思えます。



電話交換



総合受付



コンシェルジュ



現場 ボイス シーツ交換 ボランティア

主婦の知恵を活かしたシーツ交換は職人技。

私たち3人は、毎週火曜日に2時間ほど入院病棟のシーツ交換を行っているボランティアです。広島共立病院でボランティアを始めて15年以上になります。



シーツ交換の手際の良さは「職人技」と自負しています(笑)。例えば、ベッドのマットにも種類があり、滑りやすいマットのシーツは結ぶなど、今では当たり前になっていることも、私たちが工夫して始めた、いわば「主婦の知恵」なんです。

広島共立病院には、診察だけでなくさまざまな方面から患者さんや病院スタッフを支えている部署があります。

シーツ交換ボランティアの皆さんは単にシーツ交換をするだけでなく、患者さんの声を病院スタッフに伝える頼もしい存在でもあります。

人のためというより 自分のためのボランティア。

シーツ交換の際に気をつけるのは、動けない患者さんへの気配り。

シーツ交換が患者さんの苦痛にならないよう、様子を見ながら手早く作業します。そんな私たちに、いろいろな要望を託す患者さんも多いですね。患者さんの声を病院スタッフに伝えることも私たちの大事な役割だと思っています。

ボランティアって人のためにするものだと思いますが、私たちは自分のためにやっています。週に一度シーツ交換をした後、お茶を飲みながらおしゃべりするのが楽しいんです(笑)。



トピックス

8月6日 絵碑前集会を開催しました。

広島共立病院では毎年8月6日の午前8時から絵碑前集会を行なっています。就業前の職員や組合員が170名参加しました。

民医連・医療生協の病院として、平和を発信していく決意をする場になりました。



ピカに灼かれてpartII 第7集完成!

今年は32名の2年目職員が11名の被爆者から被爆体験をお聞きし、7月28日に開催された2012年平和まつりで完成の報告をしました。冊子は1冊300円で販売しています。購入希望の方は総合受付の職員へ声をおかけください。



地域まるごと健康づくり「健康教室」開催中!



2012年5月26日
「健康を害する喫煙」

山田 篤 薬剤師
(安佐薬剤師会 加藤薬局)



2012年6月30日
「からだの健康はお口から」

山村 健 医師
(安佐歯科医師会 山村歯科医院)



2012年7月28日
「心房細動といわれたら」

鷹屋 直 医師
(広島共立病院病棟診療部長・循環器内科)

以上、好評のうちに終了しました。
今後の予定は下記をご確認下さい。

地域まるごと健康づくり「健康教室」のご案内

この健康教室は医療従事者が講師となり、地域の皆さんの健康づくりをサポートします。

事前申込不要、どなたでも無料で参加できます。
お気軽にお立ち寄りください。

9月29日(土) 14:00~15:30

『運動して元気で長生き』
～心臓リハビリテーションの極意～

講師：村田 裕彦 医師
(広島共立病院院長)

10月27日(土) 10:00~11:30

『骨と関節に関する
四方山話』

講師：田中 玄之 医師
(広島共立病院リハビリ病棟医長)

11月24日(土) 14:00~15:30

『糖尿病・
旬な話題をお届けします!』

講師：森下 尚明 医師
(広島共立病院副院長・糖尿病内科)

開催場所:安佐南区総合福祉センター 広島市安佐南区中須1丁目38番13号 お問い合わせ:広島共立病院 健康教室担当 地域連携室:立石 ☎082-879-1111



今年も開催!いきいき健康カーニバル

10月14日(日) 10:00~15:00(雨天決行)、広島共立病院駐車場にて

今年も『いきいき健康カーニバル2012』を開催します。

当日は健康・育児・介護・リハビリ等に関する相談コーナー、地域のみなさんによるバザー、アニメキャラクターショーや漫才、豪華賞品があたる福引き等、ご家族で楽しめるイベントになっています。この機会にぜひお越しください。

※当日は駐車場がありません。公共交通機関等をご利用ください。(JR大町駅北側出口から無料送迎致します)

理念

患者の人権を尊重した
安全・安心で信頼される医療を実践します

基本方針

1. 常に医療水準の向上に努め、質の高い医療を提供します。
2. 患者・住民との共同の営みをすすめて、無差別・平等の医療をおこないます。
3. 地域での、保健・医療・福祉のネットワークづくりに貢献します。
4. 職員教育を重視し、いきいきと成長する専門職を育てます。
5. 平和をつくり、社会保障を守り発展させる活動を強めます。



広島医療生活協同組合

広島共立病院

〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目19-6
URL <http://www.hiroshimairyo.or.jp> E-mail kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp



TEL.082-879-1111(代)
kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp