

# ふれあい

～平成24年12月1日発刊～



## 病院理念

『より質の高い 心あたたまる医療の実現』

## 基本方針

1. 患者様の人権を尊重し、十分な説明と同意のもとに安全で良質な医療をめざします。
2. 地域の基幹病院として医療機関との連携を促進し、地域医療の向上に努め、地域住民の健康維持に貢献します。
3. 救急医療と小児医療及び周産期医療の充実を図り、地域住民が安心できる医療を提供します。
4. 自治体病院として公共性を保ち、効率的な病院経営に努めます。
5. 職員は専門職としての誇りと目標を持ち、常に研鑽して知識と技術の向上に励み、チーム医療を推進します。
6. 働きがいのある職場として環境を整備し、明るい病院づくりをめざします。

## 院内広報誌『ふれあい』

患者様ならびにご家族の方々に病院をよく知っていただき職員と患者様の交流の場となる誌面をめざしています。

千歳市北光2丁目1番1号  
市立千歳市民病院  
編集長 大田 光仁  
事務局 総務課総務係  
0123-24-3000(内線 231)

# 冬に注意したい怪我

今年もまた冷え込む冬の季節がやってきました。この季節になると、凍結した路面での転倒を原因とした怪我をしてしまう恐れが高くなってしまいます。今回は皆さんに転倒により受傷する可能性のある代表的な怪我を紹介します。

## 《橈骨遠位端骨折》

手首の骨折で、受傷のほとんどは転倒の際に手をついて起こります。そのため 50～70 歳といった活動性の比較的高い方に発生しやすいです。

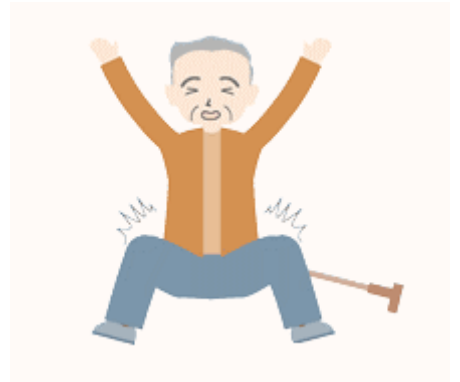
症状としては手首の痛み、運動困難、腫れや内出血などが認められます。骨折の程度によりますが、ギプスによる固定あるいは手術が必要になります。



## 《脊椎圧迫骨折》

背骨の骨折で、腰の辺り（胸腰椎移行部）に発生することが多いです。尻餅をついての転倒などで起こりやすいですが、骨粗鬆症のある高齢者の場合は、中腰や前屈姿勢での作業程度でも圧迫骨折を生じることがあります。

症状としては腰痛が主ですが、圧迫の進行により下半身麻痺を生じたりするケースもあります。治療は痛み止めとコルセット装着での安静が多いですが、麻痺が生じた場合や、骨の付きが悪い場合は手術となる場合もあります。



## 《上腕骨近位端骨折》

肩関節の骨折で、転倒して手をついた場合、あるいは直接肩の外側をうった場合に起こります。

症状としては肩の痛みがあり万歳ができなくなります。肩関節の脱臼を伴う場合には神経麻痺の症状がでることもあります。治療はズレの小さな骨折では三角巾で腕を吊って、早期にリハビリを開始しますが、手術が必要な場合も少なくありません。



## 《大腿骨頸部骨折》

65歳以上の下半身の骨折では最も頻度の高い骨折で、毎年10万人以上の方がこの骨折を受傷しています。転倒により受傷することが多く、股関節の痛みがあり歩行できない状態となります。手術を行わなければ寝たきりになってしまうため、ほとんど全ての患者さんに手術が必要となります。また受傷後は適切な治療が行われても、歩行能力が著しく低下してしまう患者さんも少なくないため、予防が非常に重要であり、運動療法や骨粗鬆症の薬物療法などが推奨されています。



今回紹介した怪我はいずれも骨粗鬆症が背景にあって、骨折してしまうことが多いです。そのため定期的に病院で骨粗鬆症の検査・治療を行うことで骨折を防ぐ可能性を高くできます。また「転倒」が主要要因のため、「転ばぬ先の杖」ならぬ転倒の予防が重要になります。転倒のリスクを下げるために、お家でできる訓練として、下半身のストレッチ、関節の曲げ伸ばし、開眼片足立ち訓練、スクワットなどがありますので、無理のない範囲で実践することで健康で長寿の生活を保つことができるようになります。

文責：整形外科 医師 榊原 醸

# 新任医師紹介

2012年7月より新しく着任した1名の医師を紹介いたします。  
どうぞよろしくお願いいたします！

### 【氏名】

青木 剛太 (アオキ ゴウタ)

\* 麻酔科 \*

### 【市民に向けての今後の抱負】

7月から麻酔科として働かせていただいています。安全に、苦痛なく手術を受けていただけますように、また、外来での痛み治療に少しでもお役にたてるよう頑張らせていただきます。  
よろしくお願いいたします。



# 市民病院開院10周年を迎えて

市立千歳市民病院 院長 横丸 博幸



当院は平成14年に東雲町から現在の北光2丁目に移転し10周年を迎えました。移転に伴い名称を千歳市立総合病院から市民のための病院とのポリシーを打ち出すため市立千歳市民病院と改め現在に至っております。この10年間市民の皆様のご理解・ご協力をいただき診療にあたってまいりました。誠にありがとうございました。

この間、正統的な医療を効率よく実践するために病院全体の見直しが必要と考え、全職員の努力により、平成18年には病院機能評価（version 5）の認定を受け、平成23年は更新時期となり version 6 としての認定を受けることができました。

このほか7対1の看護基準・電子カルテ・DPC制度・最新鋭のMRIの導入などを行いました。今後はより安全に、より確実に診療し、地域完結できる疾患の一つでも多くし基幹病院としての役割を全うしていきたいと考えております。

当院の理念である「より質の高い心温まる医療の実現」を追求し、市民の皆様にも愛される医療機関として努力してまいりますので今後ともよろしくお願い申し上げます。

## ～市民病院10年間の主な取組～

- |         |  |
|---------|--|
| 14年9月   | 現在の場所（北光2丁目）に新築移転<br>※ 前後して循環器科、脳神経外科、消化器科、救急外来部門を新設 |
| 17年7月   | 地域医療連携室を設け病診・病病連携を推進                                 |
| 18年12月  | 病院機能評価（Ver. 5）の認定を取得                                 |
| 19年7月   | 当院で初めて認定看護師の資格取得者誕生                                  |
| 20年7月   | 7対1の看護基準を取得  |
| 21年2月   | 市民病院改革プラン策定  |
| 21年3・4月 | 電子カルテシステム、DPC制度の導入                                   |
| 24年1月   | 病院機能評価（Ver. 6）の認定を取得（更新）                             |
| 24年3月   | 民間活力を活かした新医師住宅の供用開始                                  |
| 24年5月   | 作業療法の導入  |



# クリスマス 年末年始のお食事紹介

栄養管理科では毎年、行事食としてクリスマスやお正月をイメージした料理をお出ししています。今回は常食を例に挙げて、昨年度振る舞われたメニューの一部をご紹介します。

昨年はデミライスを中心に、クリスマスには欠かせないチキンやケーキも加えた献立でした。デミライスの赤、水菜やブロッコリーの緑、ケーキの白と配色もクリスマスを意識しました。



デミライス  
コンソメスープ  
ローストチキン  
水菜のマリネ  
ブロッコリーホワイトソース焼き  
クリスマスケーキ



エネルギー808kcal, 塩分3.2g

大晦日の夕食から正月2日間は年末年始のメニューになります。

大晦日の夕食は“年越し蕎麦”として、汁物にお蕎麦を加えた蕎麦汁を提供。お節に見立てたおかずには伊達巻きや干支かまぼこを加え、彩にも配慮しました。

そして元旦、夕食にはお正月限定でお刺身を提供させていただきました!

行事食で少しでも季節を感じ、楽しんでいただけるよう、今後も工夫して行きたいと思います。

ごはん  
みそ汁  
三色造り  
まぐろ, サーモン,  
甘エビ(いくら添え)  
含め煮  
京がんも, 筍, ふき, 人参, コニャク  
白菜梅しそ和え



エネルギー523kcal, 塩分3.3g



煮物。蓮根は見通しのよい1年を願って。



伊達巻き。巻物に似た形から学問、教養を持つことを願う縁起物。



## 食事と共に提供されるカード



# 作業療法というリハビリ

作業療法というリハビリテーション（以下、リハビリ）を初めて耳にする方も多いのではないのでしょうか。リハビリって歩いたり、筋力をつけたりすることじゃないの？と思う方もいらっしゃるかと思います。そこで今回は作業療法について紹介させていただきます。

作業療法は、昭和40年の理学療法士及び作業療法士法の制定とともに、医療の診療報酬として認められるようになりました。養成校は2008年時点で専門学校・短大・大学など約170校あり、3年または4年の就学後に国家試験を受験して合格すると免許が交付されます。作業療法士有資格者は2001年時点で15,000名程度でしたが、2008年時点では42,354名と大幅に増え、2010年には5万人を超えるなど近年人気のある職種の一つと言えるでしょう。



まず、作業療法の対象となる方は脳血管障害（脳梗塞、脳出血）・リウマチなどの身体に障害がある方、認知症・躁うつ病などの精神に障害がある方、脳性麻痺・自閉症など発達に障害のある子供と多岐にわたっています。一般病院や老人保健施設、児童福祉施設・保健所など、さまざまな場所で働いています。



では、実際にどのようなことを行っているのでしょうか。

日本作業療法士協会による定義では、「身体又は精神に障害のある者、またはそれが予測されるものに対し、その主体的な生活の獲得を図るため、諸機能の回復、維持および開発を促す作業活動を用いて、治療を指導及び援助を行うこと」とされています。ここでいう“作業活動”とは、日常生活の諸活動や仕事、遊びなど人間に関わるすべての活動のことをいい、治療や援助、もしくは指導の手段としています。

## <作業活動の一例>

日常生活活動(ADL)	整容・口腔衛生・入浴・トイレ・更衣・食事・服薬・ コミュニケーション・移動動作・外出
仕事・生産活動	金銭管理・学習活動・職業活動
遊び・余暇活動	遊び・余暇活動

これらの“作業活動”を用いて以下(①~③)を測っていくのが作業療法です。

- ① 運動機能・精神機能・高次脳機能といった基本能力
- ② 食事やトイレなど生活で行われる活動能力  
(以下、日常生活動作)
- ③ 就労・就学の準備など社会生活適応能力の改善

しかし、どうしても障害が残ってしまう場合や進行性の疾患の場合もあります。そのような方々に対しては、障害されていない身体機能を最大限に利用するための方法の工夫や、自助具・福祉用具を使用し生活環境を整えるなど、作業療法士は色々なアプローチ方法で関わり、その方の生活上の問題軽減およびその人らしい生活の獲得を目標にリハビリを行います。



## <作業療法の目標>

1. 基本能力	筋力強化、関節可動域拡大、協調性・巧緻性の改善、感覚・知覚再教育、精神・認知機能の改善、健康管理など
2. 応用能力	起居動作の改善、上肢運動機能の改善、セルフケアの改善、コミュニケーションの改善、各種装具の適用、自助具の適用、代償方法の獲得など
3. 社会適応能力	日常生活活動の訓練、家事活動の訓練、職業準備、余暇活動への援助など
4. 環境調整	人的支援環境調整、物理的環境調整とその利用など

以上、簡単ではありますが作業療法の説明とさせていただきます。  
御精読ありがとうございました。

文責：リハビリテーション科 相馬 彩杏

### 編集後記

冬がやってきました。世界で初めて人工的に雪の結晶を作ること成功した中谷宇吉郎博士は「雪は天からの手紙である」といいました。雪の結晶を詳しく調べると、その雪がどんな条件で結晶化したのかがまるで手紙に書いてあるようによくわかるということですが、空にばかり目をやって転んでしまわないようお気をつけください。 臨床検査科 水上 愛

# 患者様の権利と責任

当院では、患者様の人権を尊重し、患者様と医療従事者が信頼と協力のもと、より質の高い心あたたまる医療を実現するため、『患者様の権利と責任』を定めています。

## 1 医療を受ける権利

どなたでも公平に、安全で適切な医療を継続して受けることができます。

## 2 知る権利

ご自分の病状や検査、治療について、理解し納得できるまで十分な説明を受けることができます。また、ご自分の診療録(カルテ)の開示を求めることができます。

## 3 自分で決定する権利

十分な情報提供を受けたうえで、ご自分の意思により検査や治療に対する同意や選択、拒否を決定することができます。

また、他院の医師の意見(セカンド・オピニオン)を求めることができます。

## 4 プライバシーの権利

診療の過程で得られた個人情報や病院内での私的なプライバシーが保護されます。

## 5 参加と協力の責任

これらの権利を守るため、患者様には医療従事者とともに医療に参加し、協力することが求められます。

- ① 現在の病状や過去の治療歴について、できるだけ正確に教えてください。
- ② 検査や治療は、必要性和安全性を十分理解したうえで受けてください。
- ③ 他の患者様の権利を尊重し、職員の業務に支障をきたさないよう、病院内のルール・マナーを守ってください。
- ④ 医療費の請求を受けた時は、速やかにお支払いください。
- ⑤ 臨床研究や医療従事者の教育にご理解のうえ、ご協力をお願いします。

平成 22 年 4 月 1 日  
市立千歳市民病院 院長

『患者様の権利と責任』について、何かご意見がありましたら承りますので、ご遠慮なく医師、看護師、その他の職員もしくは【患者様相談窓口：1階医事カウンター①番窓口】までお知らせください。

患者様からいただきましたご意見を尊重し、日常の診療の改善に役立てたいと考えておりますので、どうぞよろしくをお願いします。