

病院理念 手には技術 頭には知識 患者には愛を

はくとのはくと

Shinkomonji Hospital

新小文字病院

2020.1

Vol.52

ご自由に
お持ち帰り下さい

はくとのはくと Vol.52



2020年の年頭にあたって
院長・看護部長・事務長の決意

新任医師の紹介
脳神経外科医師・齋藤しおり

病棟シリーズ 第4回
内科・循環器科病棟副部長・赤木美香

膝の痛み
整形外科主任部長・佐藤元紀

逆紹介って何ですか？
医療連携室・奥本明子

健康講座のおしらせ
1月～3月の間の開催日程表

冬の運動不足解消
リハビリテーション科・黒田琴子

健康フェスタに1,500人超の参加者
総務課・岡崎晴彦

施設参加型研修会実施報告
感染対策の視点で行う環境整備

令和ゆかりの地 太宰府市の坂本八幡宮

新小文字病院を
身近に感じる広報誌

2020年1月15日発行

企画
社会医療法人財団池友会
新小文字病院 広報委員会

〒800-0057
北九州市門司区大里新町2-5

TEL 093-3911-1000
FAX 093-3911-7001

基本方針

高度医療 学問的に、技術的に高い水準の医療を提供します。そのために必要な施設・設備の整備拡充に努めます。

総医療 患者と医療情報を共有し、急性期治療から早期リハビリ、在宅医療まで一貫した、患者のニーズに沿った安全で安心できるチーム医療を提供します。

地域医療 地域の医療・福祉施設と密接な連携を図り、いつでも誰でも安心して利用できる、救急医療に重点を置いた地域医療の中核病院を目指します。

患者の権利と責務

- 1. 平等な治療を受ける権利があります。**
患者は、その社会的経済的地位、国籍、人種、宗教、年齢、病気の種類によって差別されずに、平等な治療を受ける権利を持っています。
- 2. 治療を自己決定できる権利があります。**
患者は、医師による明確でわかりやすい言葉で十分な説明を受けた後で、治療を受ける権利、あるいは治療を受けることを拒む権利があります。
- 3. 情報を知る権利と情報を提供する責務があります。**
患者は、医師による診断・治療、または変わり得る治療方法・予後、今後予測される問題に関して知る権利を持っています。患者は、自身の症状や健康に関する正確な情報を提供し、治療に積極的に参加する責務があります。
- 4. セカンドオピニオンを受ける権利とプライバシーが守られる権利があります。**
患者は、自分の医療内容に対して、医師と共同して選択する権利、他の医師が

- らの意見・相談を得る権利、いかなる場合であっても人格的に扱われ、患者自身の診療に関する全てのプライバシーに関して、万全の配慮を受ける権利を持っています。
- 5. 相談する権利があります。**
患者は、十分な情報を得、利用可能な財政的支援について相談する権利を持っています。
- 6. 良質な医療を速やかに受ける権利があります。**
患者は、効果的医療行為を速やかに行われることを要求する権利、継続的に支持、検討された質の高い医療を受ける権利を持っています。
- 7. 病院秩序を守る責務があります。**
患者は、全ての患者が安全で良質な医療を受けられるように配慮して頂くとともに、職員が適切な医療を行うことを妨げないよう協力する責務があります。また、医療費を適正に支払う責務があります。

トピックス 第6回施設参加型研修会「感染対策の視点で行う環境整備～それって、本当にキレイですか?～」

本年度も1コマを感染対策にいただくことができました。毎年、開催させていただいていることから、同じ内容にならないようにと考え、今回は環境整備に注目しました。

近年、耐性菌対策は、国際的な取り組みがなされていることもあり、大きな注目を集めています。そのような中、北九州市においても耐性菌がメディアに取り上げられることが多くなっています。耐性菌のほとんどは接触感染という伝播経路で伝播します。この対策の一つに環境整備が挙げられますので、このテーマを採用させていただきました。

今回も何か実践できる内容がないか

と模索しましたが、適切な実践事例がなく、講義形式のみの研修会になってしまいました。しかし受講生の皆さんには、非常に熱心に聞いていただきました。環境整備という内容に、男性の私が講義をするのも“おこがましい”とも考えたのですが、日常の清掃と、感染対策を視点とした環境整備では見るポイントと、手順に差が出ることもお伝えしたところ、内容を適切に理解できたとアンケートをいただいた時は、非常にうれしく感じました。また研修会の中でお話しした高頻度接触面(コンタクトポイント)を、研修会のキーワードとして皆様に覚えていただいたことで、研修会

が効果的であったのではないかと考える次第です。

2019年10月17日 感染管理認定看護師
小嶋 隆広



新小文字病院 2020年度 施設参加型研修会開催予定のご案内

実施予定日	研修テーマ	講師	時間
2020年 ⑨ 1月16日(木)	栄!栄!養!～安全な食事助と食事形態～STと栄養科コラボの企画♪	栄養科・リハビリ (ST言語聴覚士)	18:00～19:30
⑩ 2月20日(木)	“脳卒中”って何?! ～基礎を知り、生活支援を通して予防する脳卒中!!～	脳卒中リハビリテーション 看護認定看護師	18:00～19:30
⑪ 3月19日(木)	腰痛予防～腰に優しい介護技術～あなたの腰を守りましょう♪	リハビリ (PT理学療法士・OT作業療法士)	18:00～19:30

参加費 無料 ※毎月第3木曜日の18時～19時まで。実践を含む研修は18時～19時30分まで。※時間が変更になる場合があります。本年度も様々なテーマを用意しておりますので、ぜひご参加ください。

診療科目のご案内

- | | | |
|-------|-------|---------------|
| 内科 | 消化器内科 | 内分泌・糖尿病内科 |
| 循環器内科 | 呼吸器内科 | 外科 呼吸器外科 |
| 整形外科 | リウマチ科 | 形成外科 皮膚科 |
| 泌尿器科 | 放射線科 | 脳神経外科 脊髄神経外科 |
| 救急科 | 病理診断科 | リハビリテーション 麻酔科 |



交通アクセス



駐車場のご案内

- ご来院の際は400台収容可能な駐車場をご利用ください。
- 外来受診・お見舞い
4時間まで……………100円
以降1時間毎に……………200円
 - 検査・手術付添等に関わる長時間滞在
8時間まで……………100円
以降1時間毎に……………200円

新小文字病院 🔍 検索
E-mail: info@shinkomonji-hp.jp
http://www.shinkomonji-hp.jp
NPO法人列島会
創造館クリエイティブハウス 印刷事業部

謹んで新春のお慶びを申し上げます



院長 甲斐 秀信

明けましておめでとございませう。

令和初めてのお正月で、十二支の始まりの子年が明けました。小文字病院よりこの地に新築移転開業したのが平成20年の子年でしたので、新小文字病院も十二支を一回りしたことになります。お蔭様で地域の皆様にも認知していただき、この地にしっかりと根を張りつつあります。

私は、病院の在り方を職員に語る時ラグビーをたとえに出すことが多いのですが、昨年のワールドカップでの日本代表が成し遂げた快挙と世界に知らしめた彼らの合言葉One Teamは、今でも私の胸を熱くいたします。おこがましいかも知れませんが、私は新小文字病院もOne Teamだと思っています。いろいろな資格を持った専門職が強いスクラムを組んで前へ進まなければ、よい病院と

しての成果を達成することはできません。今はそれができていますが、もっともっと強くなれると私は信じています。また病院の存在価値は、地域での役割を明確にし、それを全力で果たすことで決まると思っていますが、そのためには地域の皆様ともOne Teamでなければなりません。これまで以上に皆様との連携の絆を強くしていかなければならないと考えています。

12年間の活動を通してこの病院にも伝統が芽生え、自信も持てるようになってきましたが、そんな時こそ自らの姿を見つめなおし、マンネリ化を打破しなければなりません。そこで、令和二年度の標語をInnovation(革新)といたしました。これは、奇抜なことを行うことではありません。病院の在り様や一つ一つの業務をしっかりと見つめなおし、より安全性や信頼を高めるための合理的な工夫をすることを意味しています。驕り高ぶるのではなく、誠実に正直に前に進まなければなりません。

私たちがもっと強いOne Teamに成長しますように、地域の皆様方には新小文字病院をしっかりと見守っていただき、ご支援ご助力をよろしく願っています。

新任医師のご紹介

脳神経外科医師 齋藤 しおり



自己紹介

- 出身校** 杏林大学医学部卒業
- 出身** 山形県
- 信条** 向上心を持ち患者さん第一の医療を心がけます
- 趣味** 読書・テニス
- 座右の銘** 冬来たりなば春遠からじ

脳神経外科の齋藤です。研修医・脳神経外科1年目は関連病院の新水巻病院で過ごし、令和元年10月1日より当院脳神経外科で勤務しております。脳外科の女医さんは珍しいですね、とよく患者さんからびっくりされるの

ですが、実は始めから脳外科志望だったわけではなく、自分でも予想外の展開に驚いています。もともとは形成外科志望でした。大学時代に切断指のオペを見学したことがきっかけです。顕微鏡を使って直径1mmあるかないかの血管や神経を吻合していくその細かな作業を見て、顕微鏡を使う外科手術に興味を持ちました。脳神経外科でも、脳血管障害・脳腫瘍など顕微鏡を使う手術が多いです。研修医時代に見た動脈瘤のクリッピング術(顕微鏡で最大約30倍に拡大しながら脳血管にできた瘤をクリップで閉じる手術です)に魅せられ脳外科への道を志しました。女性の自分に脳外科医が務まるのだろうかと不安もありましたが、いざ働いてみると女医さんで良かったと声をかけていただけてことも多く大変うれしく思っています。当院の理念である、「手には技術・頭には知識・患者には愛を」の信念のもと日々邁進してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。



看護部長 成瀬 早苗

新年あけましておめでとございませう。昨年新たに令和という時代を迎え新たな元号での年明けとなりました。

昨年はラグビー・バレーボールW杯で大いに盛り上がり、今年は東京オリンピック開催も控えており、また一段と大きな盛り上がりを見せることでしょうか。今回のW杯後、海外の選手が「日本のおもてなしに感動した」と発信していることが多く報道されていきました。特別なことをしたというよりも、日本人が当たり前のように行っている行動の一つ一つが海外の方の胸に響いたのではないのでしょうか。

新小文字病院も10年の節目を超えました。「患者さんのために」という合言葉の下、救急医療に邁進してきましたが、当たり前前にできていなければならぬのに長い年月の中でできなくなっていることはないかを看護の原点に振り返り改めて考え、来院して下さる全ての方に「新小文字病院にきてよかった、心から癒された」と言って頂けるくらいの看護を提供できるよう、日々努力し続けてまいります。本年も宜しくお願い申し上げます。

病棟シリーズ 第4回

内科・循環器科病棟 副部長 赤木 美香



4階の内科・循環器科病棟で副部長を務めています。病棟の特徴の一つは、患者さんの多くが高齢者であり介護度も高い病棟だということです。

近年、「団塊の世代」が高齢化社会を迎えるにあたり地域包括ケアシステムの整備が進められています。私たちがの病棟でも患者さんが退院後に住み慣れた地域や自宅で速やかに日常生活に戻れることを目標に掲げ、入院当初より認知機能やADL(日常生活動作)の低下予防のための対策に医師とともにスタッフ一同で取り組みを行っています。

患者さんの状態に合わせて日中はできるだけ離床を促し、食堂で食事を摂っていただくことやリハビリとともにレクリエーションを取り入れるな



事務長 白石 慈一

新年あけましておめでとございませう。新元号に変わり2年目を迎えようとしております。申し遅れましたが、当院も昨年4月より事務長が変わり、同じく2年目を迎えようとしております。これまで諸先輩方が作り上げてきた新小文字病院の伝統を守ることも大事ですが、時代は刻一刻と進歩していますので時代の流れに素早く対応し、高度な医療を地域の皆様に還元できるように革新し続けたいと思います。これからも何卒宜しくお願い致します。

また、昨今よく耳にする事柄として、「医師の働き方改革・地域医療構想・医師の偏在対策」など医療機関にとって運営が厳しくなる時代へと移り変わってきております。私も事務職員として、やることは非常に限られておりますが、医師およびスタッフの負担軽減、サポート体制をしっかりと構築し、今まで行ってきた門司地区での医療体制を守っていきたく思っております。窓口での対応・サービスの充実をことごとん追求し、職員患者さんの双方が満足できる病院作りを継続して目指していきます。今年もどうぞ宜しくお願いいたします。

ど、生活の場に合わせた支援を行っています。スタッフが若い看護師からベテラン看護師まで幅広く在籍していますが、スタッフ間の職場環境も良好で働きやすい職場です。今年度は新人看護師が5名配属となりましたが、上司や先輩スタッフの指導の下、日々成長しており、これからがとて楽しみみです。今後ともスタッフ一同、患者さんのために、質の高い看護を提供できるように日々精進してまいりますので内科・循環器科病棟をよろしく願っています。



朝のミーティング風景

膝の痛み

整形外科主任部長
佐藤 元紀

学歴
山口大学 H16年卒
資格
日本整形外科学会専門医-指導医
日本整形外科学会リウマチ医
麻酔科標榜医
北九州骨関節セミナー世話人
北九州肩関節研究会世話人



膝の痛みは大きく分けて外傷と加齢性変化による痛みに分けられます。今回は中高齢者に多い変形性膝関節症について説明します。

変形性膝関節症とは？

膝の痛みにて整形外科を受診される患者は腰痛、肩の痛みについて3番目の多さです。

中高年の日常生活に支障をきたす膝の痛みにて一番多い疾患は変形性膝関節症であり有症状患者数は国内約800万人といわれています。

変形性膝関節症の分類

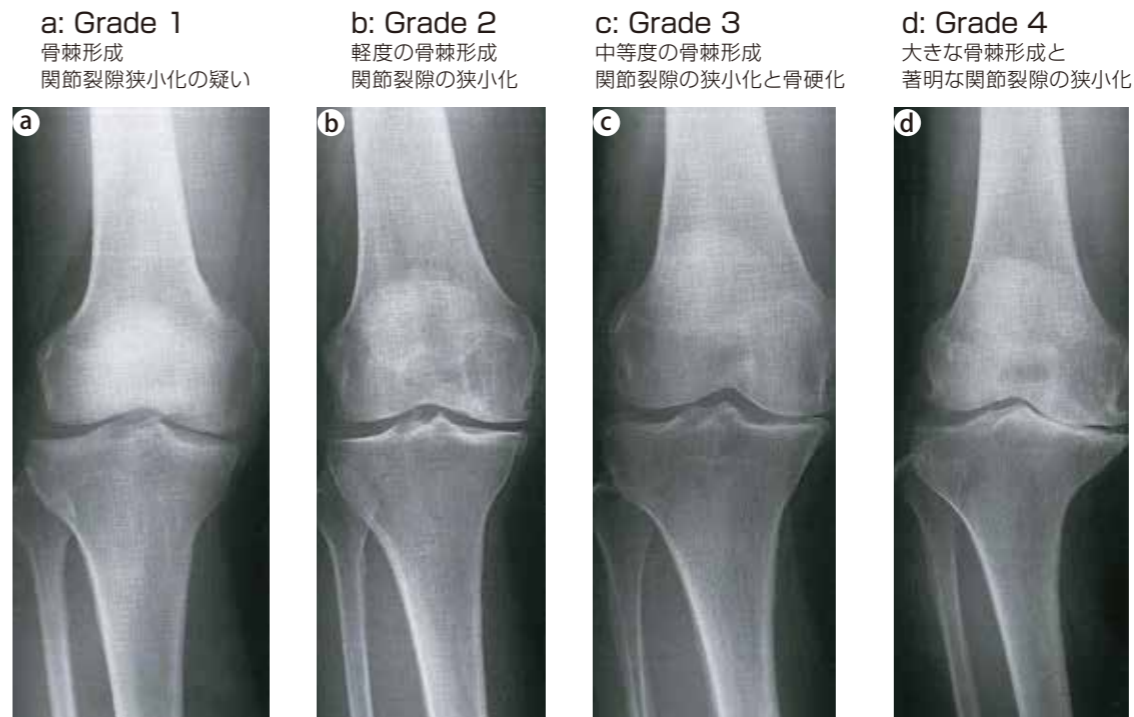
Kellgren-Lawrence分類 (1~4)レントゲン分類をご参照下さい。

MRI検査により、膝の骨壊死、軟骨下骨脆弱骨折、骨髄浮腫、靭帯、半月板の損傷、レントゲンではわからない損傷がわかります。

変形性膝関節症のX線所見に基づく病期分類

関節外科 Vol.38 10月増刊号(2019)より引用

a ~ dは各々 Kellgren-Lawrence分類におけるGrade1から4に相当する画像所見を示す



治療法

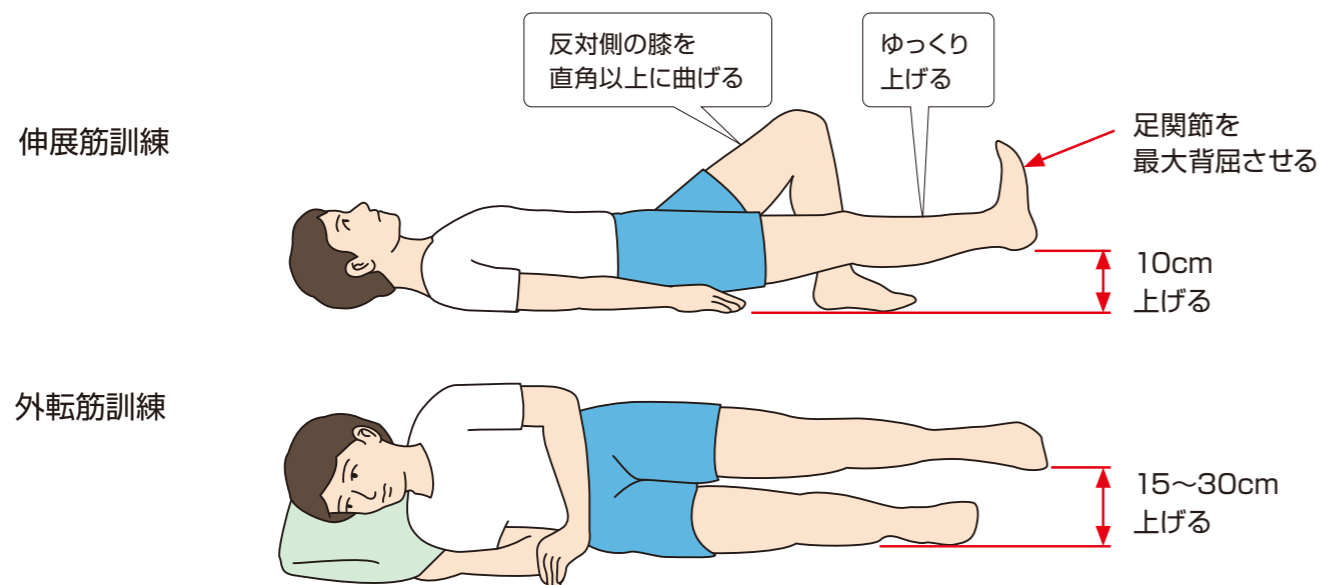
保存的治療

- 運動療法リハビリテーション
変形性膝関節症で変形の程度が軽い場合膝周辺の筋力トレーニング(大腿四頭筋筋カトレーニング)が有効です。膝周辺を安定化させ症状を改善させます。
- 関節内注射(ヒアルロン酸、ステロイドの注射)
- 内服処方(痛み止め、湿布剤)
- 装具の作成(足底板)

外科的治療

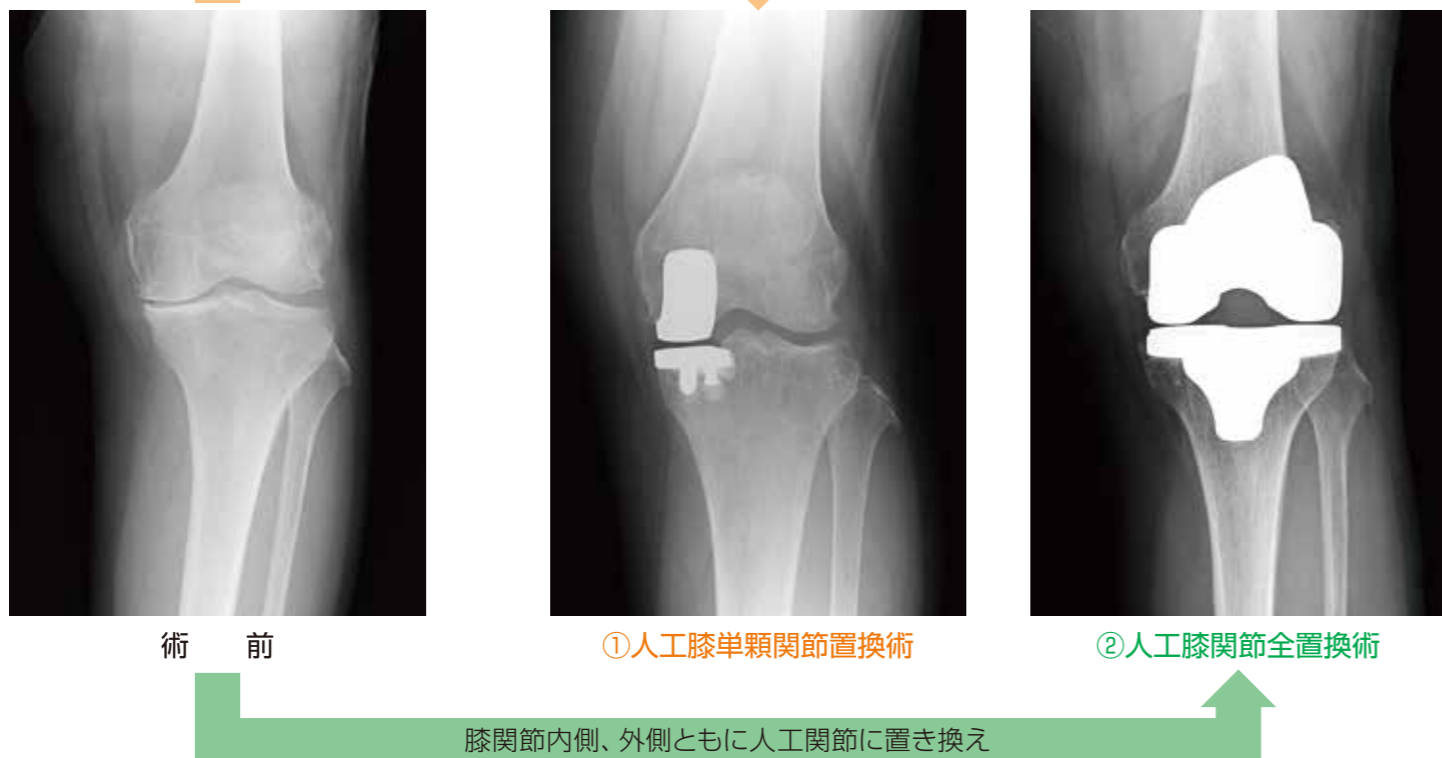
- 鏡視下手術
変形性膝関節症に伴う半月板断裂の場合内視鏡にて半月板の縫合、切除を行う方法
- ①人工膝単顆関節置換術
人工膝単顆関節置換術、内側または外側のみ人工関節に置き換える方法
- ②人工膝関節全置換術
膝関節内側、外側ともに人工関節に置き換える方法
長期生成期も15年90%以上と非常に安定しています。

保存的治療 運動療法リハビリテーション



外科的治療 人工膝関節手術

膝関節内側または外側のみ人工関節に置き換え



膝関節内側、外側ともに人工関節に置き換え

冬の運動不足 解消

リハビリテーション科
作業療法士 黒田 琴子

平成25年度の厚生労働省国民生活基礎調査によると、年齢を重ねるごとに冷え性の方が増えていることが分かりました。
では、なぜ冷え性になるのでしょうか？

- 原因**
- 1 筋肉が硬直し、血流が滞っている
 - 2 筋肉量が低下することで代謝が悪くなり、熱を作り出す力が弱っている
 - 3 自律神経の乱れ

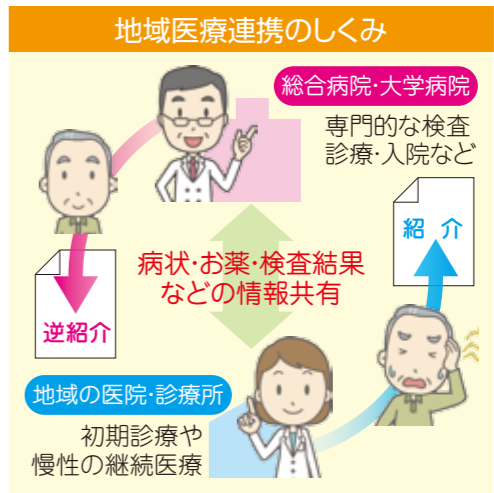
等が挙げられます。今回はそんな冷え性を改善する運動・ストレッチをご紹介します。

運動

- 1 つま先上げ
ふくらはぎの筋肉は第2の心臓とも言われています。そのため、ふくらはぎの筋肉を使うことで重力で足に滞った血液を心臓に戻し、血液循環が良くなり冷え性の改善に繋がります。
- 2 スクワット
大腿四頭筋という筋肉を使うことで、静脈血流の循環を良くし、血行が良くなります。

ストレッチ

- 1 ふくらはぎ
片足を前に出し、出した足の方のつま先をできるだけ上に向けます。
- 2 太ももの裏側
片足を前に出し、出した足の膝を押さえ、背筋を伸ばした状態で、膝を真下に押しします。
- 3 おしり
片足を組み、背筋を伸ばして、組んだ方の足の膝を下へ押しします。



総合病院や大学病院などの大きな病院から地域の医院・診療所などの医療機関に紹介することを、一般的に逆紹介といっています。

昨今医療現場は多様化しており、各医療機関の特性や機能を明確化し、地域の医療機関との連携・機能分化を促すことが重視されています。高度医療を提供する大きな病院に患者さんが集中することを避け、症状が軽い場合は「かかりつけ医」を受診し、そこで必要性があると判断された場合に高い機能を持つ病院を紹介してもらいます。

治療後、症状が安定した患者さんは医師の判断のもと「かかりつけ医」または、自宅近くの医院・診療所へ逆紹介

紹介します。初期診療や慢性の継続診療などは「かかりつけ医」の先生に診ていただき、専門的な検査や診察、入院が必要な治療は大きな病院が担っていくという地域医療連携が推進されているため、患者の皆様には「かかりつけ医」を持ち地域の中で効率的に継続性のある医療を受けることをお勧めしています。これを相互理解の上で協力することで、地域の医療と連携を図ります。

「かかりつけ医」を持つことで身近なお医者さんとして日常的な予防や治療、健康相談など気軽に行えます。大規模な病院と比較すると待ち時間が短く、1対1でじっくりと診療を受けることができ、より身近なお医者さんに経過を診てもらうことで患者さんはより安心できる医療サービスを受けることができます。

紹介状には患者さんのこれまでの病状や処方されているお薬、検査結果など、大切な情報が記載されており、紹介状をもとに「かかりつけ医」との間でスムーズに情報を共有する事ができます。その時々状況に応じて紹介・逆紹介を行うことにより円滑に診療を進められるメリットがあります。

逆紹介って何ですか？

医療連携室 奥本 明子

新小文字健康フェスタに1,500人を超える来場者

第10回新小文字健康フェスタ2019を10月27日(日)に当院第2駐車場で開催しました。当日は暖かなイベント日和になり、北九州市副市長をはじめ多くの来賓の方々や、自治会・近隣学校、企業を含めた地域の方々のご好意のお陰をもちまして、昨年に引き続き約1,500名超の来場者があり、大盛況のうちに幕を閉じることができました。

ステージでのプログラムや各ブースでの催し、院内での作品展示等、大勢の出演者・来場者とのふれ合いが地域のイベントとして認知されるとともに、新小文字病院を身近に感じて頂けたのではと感じています。来年も創意工夫で更に盛り上げるようにしたいと考えています。ありがとうございました。

総務課 岡崎 晴彦



「新小文字イキイキ健康体操・健康講座」好評開催中

参加費 無料

時間
●受付 12:45~13:00
●健康体操 13:30~14:10
●健康講座 14:15~14:45

会場 新小文字 スマイルスタジオ
※会場の場所は受付でお尋ねください

お問合せ 093-391-1001
健康体操・健康講座 担当 中谷・宮近

- 第1部 健康体操 13:30
- 第2部 健康講座 14:15

医師、専門家監修で考案された新小文字病院オリジナルの健康体操を新小文字病院別館のスタジオで行います。初心者の方でも簡単に出来る体操ですので、お気軽にご参加ください。



日程	テーマ	担当部署	講師
1月23日(木)	動脈硬化について	検査科職員	
1月30日(木)	脳疾患について	脳神経外科部長	藤村 陽都 医師
2月13日(木)	安全な放射線検査 どのくらい被ばくしているの？	放射線科職員	
2月27日(木)	肩の痛みについて	整形外科医長	渡邊 匡能 医師
3月12日(木)	介護保険について	連携室職員	
3月26日(木)	隠れている血管の病気	内科医師	富永 尚樹 医師