サザンクロス

vol.10
KINAN HOSPITAL
OFFICIAL INFORMATION PAPER
May 1.2010

心臓リハビリテーション

循環器科　奥本　泰士

5月1日より心臓リハビリテーションを始めることとなりました。

「心臓病の患者さんにリハビリテーション」と言われてもピンと来ない人が多いのではないでしょうか。整形外科や脳外科の患者さんのように手足の運動の障害があるわけではありません。むしろ、狭心症や心筋梗塞など心疾患のある人は安静が重要で、運動は危険なのではないかと思われるかもしれません。しかし、最近の研究から心臓病の患者さんの生命予後と生活の質を改善するためには、心臓リハビリテーションが極めて有効であることがわかってきました。

心臓リハビリテーションには、二つの柱があります。一つは運動療法、もう一つは患者教育やカウンセリングによる生活指導です。

心筋梗塞、狭心症、心不全、心臓手術後、大血管疾患の患者さんは、心臓の働きが低下しています。また、心臓をいたわるための安静な生活を続けたことによって、運動能力や体の調節の働きも低下しています。ですから、退院してすぐには強い活動はできませんし、また、どの程度活動しても大丈夫かわからないために不安もあります。社会復帰や職場復帰の前に、低下した体力を安全なやり方で回復させ、精神面でも自信をつける必要があります。また、心筋梗塞や狭心症の主な原因は、心臓の表面を走る冠動脈の動脈硬化です。再発の予防には、原因となる動脈硬化の進行を防ぐことが大切です。動脈硬化の進行を防止するには、食生活や禁煙とともに、運動療法が有効であることが分かっています。

早いところ「心臓リハビリテーション」とは、心臓病の患者さんが、低下した体力を回復し、精神的な自信を取り戻して、社会や職場に復帰し、さらに心臓病の再発を予防し、快適で質の良い生活を取り戻すことを目的とする長期にわたる包括的なプログラムです。

最後に、看護師・理学療法士・栄養士・薬剤師・臨床検査技師・医師など、さまざまな方々のご協力に感謝いたします。

フリーアクセス

病院長　山本忠生

　ごく軽い症状で緊急性もないのに、夜間や休日に病院の救急外来を気軽に利用することをコンビニ受診という。コンビニ受診が増えると、当直医は本来の救急患者に対応できなくなり、被害を被るのは患者さん自身である。このままではお産も子育てもできないと立ち上がった兵庫県立柏原病院の小児科を守る会のお母さんたちは、コンビニ受診を控えよう、かかりつけ医を持とう、お医者さんに感謝の気持ちを伝えよう、という三つのスローガンをかかげた。これをきっかけに地域医療を守ろうという住民運動が全国に広がった。宮崎県の延岡市では行政と市民の責務や理念を定めた「地域医療を守る条例」が昨年九月に成立した。条例で、「市は市民の健康長寿のための施策を行う。市民はかかりつけ医を持ち、安易な夜間・休日の受診を控える。医療機関は患者に適切な説明を行い信頼関係を醸成する。」と努力目標を定めている。

　時間外に受診した軽症患者から追加料金を徴収することでコンビニ受診を制限しようという議論もなされている。時間外に受診する理由は、待ち時間が短いという不届きな者もいるが、病気の家族を見てくれる人がいない、仕事が休めない、軽症だと思っていたが次第に不安が増した、などそれなりの理由がある。核家族ともなると相談する相手もなく、病気の知識も不足してくる。効率一辺倒で動き続ける現代社会は、コンビニ受診を増やす社会でもある。受診患者の多くは、発症が日中であったり慢性的な症状で、必ずしも夜間や休日の時間外に受診しなくてもよいものが多い。逆に自分は軽症と思っている患者の一割は重症であったというデータもあり、コンビニ受診を制限すると重症な患者まで受診しなくなる恐れがある。二次、三次の救急病院の負担を軽くするには、軽症患者に自己負担金を課して受診制限することより、夜間診療所や休日診療所などの一次救急を充実させる事が先決である。

　日本の医療制度の長所の一つに「フリーアクセス」がある。イギリスでは家庭医の診察を受けてから病院を受診するのが原則であるが日本ではいつでもどこでも誰でも自分の選んだ医療機関で診察を受ける事ができる。ところが医師不足や医師の偏在から、このフリーアクセスを制限する動きが出てきている。利用者の自制を呼びかけるだけではコンビニ受診問題は解決しない。一次救急を充実させないと、医療を安く平等に提供するという日本医療の最大の長所は維持できなくなる。フリーアクセス制限の次に待っているのは混合診療の導入と自由開業の制限である。

看護学校だより

災害訓練

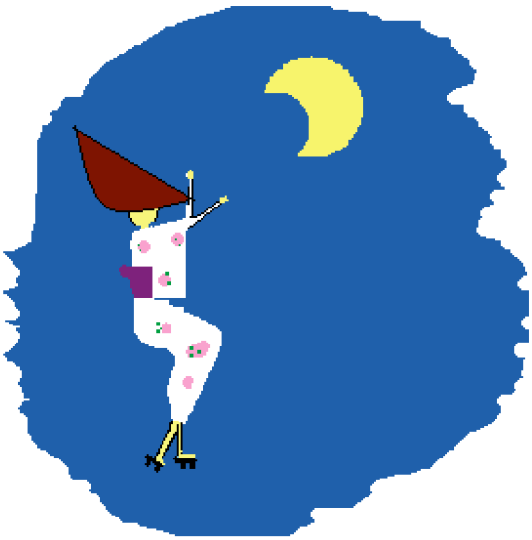
２月２０日（土）、紀南病院の災害訓練に学生１０名が参加しました。学生達は、患者役になり災害時の病院での医療従事者の動きを見ました。今年度より、看護学校の授業で災害看護が始まります。

入学式

４月６日（火）、桜の花も咲き誇り、晴天にも恵まれ春の日差しの注ぐ中、入学式を迎えることができました。今年度は女子26名、男子4名、計30名（全員、和歌山県出身）が入学しました。新入生の福山奈月さんが、「仲間たちとのコミュニケーションを大切にし、豊かな人間性を養っていきたい」と宣誓の言葉を述べました。

地域医療連携だより

生まれ故郷の四国・徳島を離れ、現、独立行政法人国立病院機構南和歌山医療センターに赴任してから１４年、紀南地方の温暖な気候、風土と人柄に惹かれ、この地を第二の故郷にしようと思い開業してから早６年が経とうとしています。この間、産婦人科医療をめぐる環境は劇的に変化してきました。医療訴訟の増加、産婦人科医の減少と疲弊、救急受け入れ態勢の不備等々数え上げれば限がありません。当紀南地方でも産科医療の集約化を余儀なくされ、平成１８年秋に貴院と南和歌山医療センターの産婦人科が統合されました。



レディスクリニックばんどう
板東　律雄

幸いにも病院側の応援体制も整い、先生方のご奮闘とご努力のおかげで地域周産期医療センターとしてうまく機能していることは、住民にとってとても有難いことだと感謝しております。当院からも昨年度は地域連携室を通して２３９名（産科１６５名、婦人科７４名）予約外でも５０～６０名紹介させていただき、大変お世話になっております。

さて、開院して６年経ちますと、開院当初の地域医療に対する情熱を維持することが難しくなり、ややもすると倦怠期（私自身は更年期ですが・・・）にさしかかる恐れが生じてきます。そんな矢先、某先生（皆様方もよくご存知の先生です。）の開院式に出席させていただく機会がありました。そこで開業に対する先生の理念と思いを聞かせていただき、また、来賓の諸先生方のお話をうかがうことで、初心に戻ることの大切さを再確認できました。

昔から徳島には有名？な“ぞめき・ときめき”という言葉があります（そんな名前の出版社がNHKあたりであったような・・・）。阿波踊りの“よしこの”のリズムにぞめき（体中から湧き上がってくるぞくぞくするような情熱と感情）、ときめく。徳島県民の底流に流れる熱き感情です。医療の現場でも診断や治療に対して“ぞめき・ときめき”の心を持って患者さんに接することができれば（変な意味じゃありませんよ）、すばらしい医療が展開できるのではないかと思います。幸いなことに貴院産婦人科の５人の先生方は少なくとも６年間は徳島の地で過ごされ、阿波踊りを踊ってこられたことでしょう。どうか“ぞめき・ときめき”の心を忘れずに日々の診療に取り組んでいただきたいと思います。

私も精一杯産婦人科の地域医療に貢献できるよう努力し、少しでも先生方のお役に立つように頑張ります。今後ともなにとぞよろしくお願い申し上げます。

病院のまど

第24回市民健康講座について

胃がんは日本人がかかりやすい癌として知られ、今なお多くの方がお亡くなりになっています。しかし、医学の進歩により、今では、早期発見・早期治療をすれば完治を目指せます。又、治療法が進歩し、内視鏡による治療も可能となりました。

以前に比べ治りやすくなった胃がんについて、この機会に一緒に勉強してみませんか。

日　時　　平成２２年５月２３日（日）
時　間　　午後２：００～３：００
会　場　　紀南病院　３階講堂
演　題　　胃がんについて
　　～内視鏡で治せる胃がんとは～
演　者　　木村　りつ子　（消化器科部長）

院内ＭＥＴ（Medical Emergency Team）トレーニングコース開催

現在、欧米で導入が進んでいる新しい院内急変対応システムにＭＥＴ（Medical Emergency Team）と呼ばれるシステムがあります。現行の緊急コールシステムは心停止が起こってからの対応ですが、ＭＥＴは心停止など急変が起こる前の前兆があったときに、それに対応するシステムです。緊急コールに比べ、より早期に急変に対応できるので、救命率も上がると期待されています。

このＭＥＴについて学習するため、社会保険紀南病院麻酔科と聖マリアンナ医科大学救急医学講座との社会保険共同研究の一環として、院内ＭＥＴトレーニングコースを開催しました。

災害対応訓練

災害拠点病院として災害発生時に適切な対応を行うため、災害対応訓練を実施しました。

休日に震度6強の地震が発生し、被災者多数という想定で行いました。救急車で搬送された模擬患者や、直接来院した模擬患者を症状に応じてトリアージし、治療していく一連の流れを訓練しました。多数の患者が来院という想定でしたが、スムーズな受入ができ、とても有意義な訓練でした。

編集後記

今年の大河ドラマの主人公は坂本龍馬ですが、彼の有名な言葉に『世の人は我を何とも言わば言え、我がなすことは我のみぞ知る』とういう言葉があります。

「世の中の人たちが何と言おうと、自分が信念を持って今していることの行く末は自分だけが知っている」。孤独感すら感じられますが、信念を持ってブレずに「自分流」に行動せよ！と自らを鼓舞する言葉です。

私と言えば、周りの目ばかりが気になり、大きなものに巻かれ続ける日々・・・龍馬の言葉に、少しの勇気をもらいました。

M.W

第23回市民健康講座について

平成22年3月24日(日)に、市民健康講座を開催しました。今回は、「認知症について」と題しまして、紀南こころの医療センター精神神経科部長糸川秀彰が講演しました。

家族や身近な人が認知症となったとき、どう接すればよいのかについて精神科医の視点から解説しました。皆さまの関心も高く、聴講にお越し頂いた皆さまは、講演中じっと耳を傾けて聴いてくださっていました。

基本理念

社会保険紀南病院
私たちは、患者さまに優しさをもって接し、皆様から信頼される医療を目指します。

紀南こころの医療センター
やさしさをもって、信頼と満足の得られる医療を行います。

社会保険紀南病院
〒646-8588　和歌山県田辺市新庄町 46-70
Tel　0739-22-5000　Fax　0739-26-0925
http://www.kinan-hp.or.jp

Southern Cross
kinan hospital official information paper