

ちめいどうだより

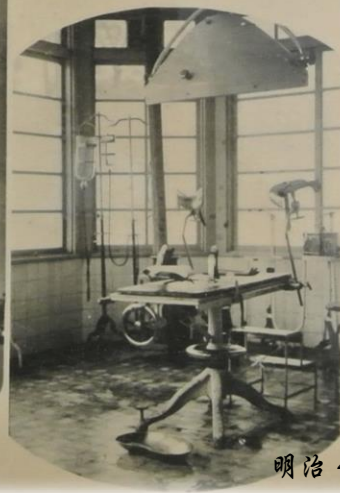
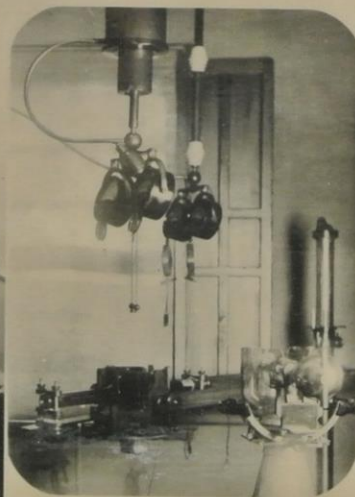
住 所

上越市西城町3丁目6番31号

電話 025-523-2161

Fax 025-526-1511

発行責任者 理事長 森川 政嗣



明治4年創立 150周年

基本理念：地域の皆様の健康と生命を守り、心のこもった医療と福祉を提供できる施設

目次

- 1頁 表紙：昭和初期（森川政三院長）の頃の病院風景
- 2頁 循環器科シリーズ その1「心不全について」
- 3頁 地域連携通信
- 4頁 訪問看護ステーション通信
- ※ 「くびきのだより」
- 5頁 職場紹介「検査科」
- 6頁 エッセイ「心 豊かに 筆を持つ」
- 7頁 新人紹介（4月16日～10月1日までの採用者）
「大げやきの会」主催、創立150周年記念写真展など
- 8頁 外来診療担当医表

併設施設等

訪問看護ステーション
介護老人保健施設くびきの
指定居宅介護支援センター
地域包括支援センター「たかだ」

☆この度、ホームページ
をリニューアルしました。
スマートフォンからもご覧
頂けます。



QRコード

循環器科シリーズ その1

「心不全について」

理事長 森川 政嗣

初めに:心臓の病気は、怖いのは狭心症や心筋梗塞で、患者さんが多いのは心房細動という不整脈です。でも最近増加している怖い病気が心不全です。

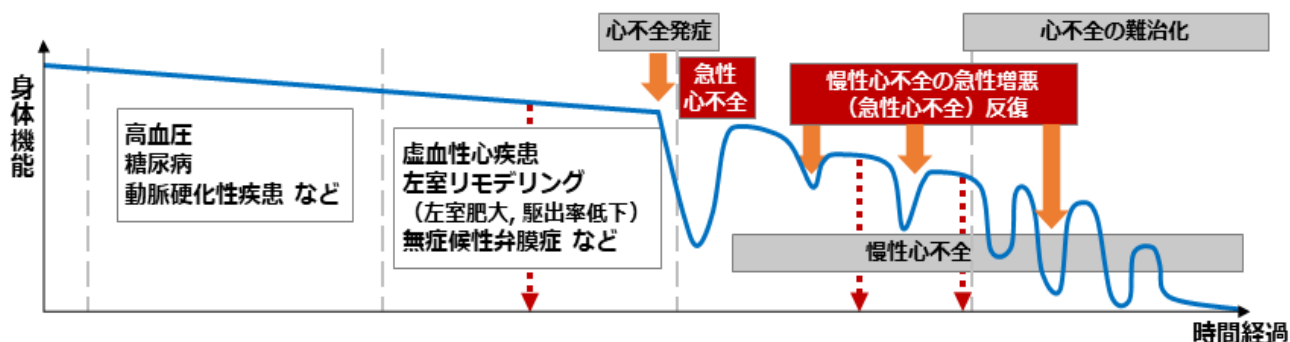
日本人の死因の第1位は悪性腫瘍(がん)です。そして第2位が心疾患です。その心疾患の中で、心筋梗塞は有名ですが、早期の有効な治療により、死亡率は低下してきました。それに代わって、高齢化とともに心不全による死亡が増加しています。

心不全とは:「心臓が悪いために、息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を縮める病気」です。その心不全の原因には、心筋梗塞、不整脈、心臓弁膜症、心筋症など様々な心臓の病気があります。心不全は何かの心臓の異常で心臓の機能が低下し、そのためにむくみや労作時の息切れ、更には安静時の呼吸困難をきたす症状から定義した病気です。

治療:医師は心不全の患者さんに対し、心臓の機能を温存し、息切れやむくみを改善しながら、原因となる心臓病をも治療する事になります。

普段は外来で内服薬、さらに貼り薬などで治療しますが、急激に悪化する場合は入院治療が必要になります。この場合は急変し死亡する危険もあるので、勧められたらすぐに入院した方が良く、早く入院した方が早く改善し退院できます。

ただし残念ながら心不全は完全には治らず、入院を繰り返すうちに、さらに悪化していきます。



患者さんにしてほしい事:じつは心不全は患者さんが注意する事で、悪化を予防したり、早期に悪化を知る事ができます。ポイントは4つ。

悪化の予防には、①薬を飲む(貼る)事、②運動制限を守る事、③食事は塩分と水分を取りすぎない事です。栄養士が栄養食事指導で詳しく説明しますので、心不全と診断されたらぜひ一度は指導を受けて下さい。

心不全の悪化を早く知るには、④毎日の体重測定が有効です。起床し排尿した直後や、夜の入浴時などの決まったタイミングで測定し記録しておき、随時外来担当医に見せて下さい。体重がなぜ大事なのでしょうか? 多くの病気では具合が悪くなると体重は減少しますが、心不全では逆に体重が増加します。症状がなくても体重が急に増えてきたら要注意、食欲がなくあまり食べてないのに体重が減らないのも危険、そういう時は連絡を、また症状があれば受診してください。

地域連携通信

上越市の地域包括ケアシステムの進むなか、当院では2017年6月より地域医療介護連携センターの活動を始め、皆様のご協力のもと5年目を迎えることが出来ました、ありがとうございます。

今回は、入退院支援について紹介させていただきます。

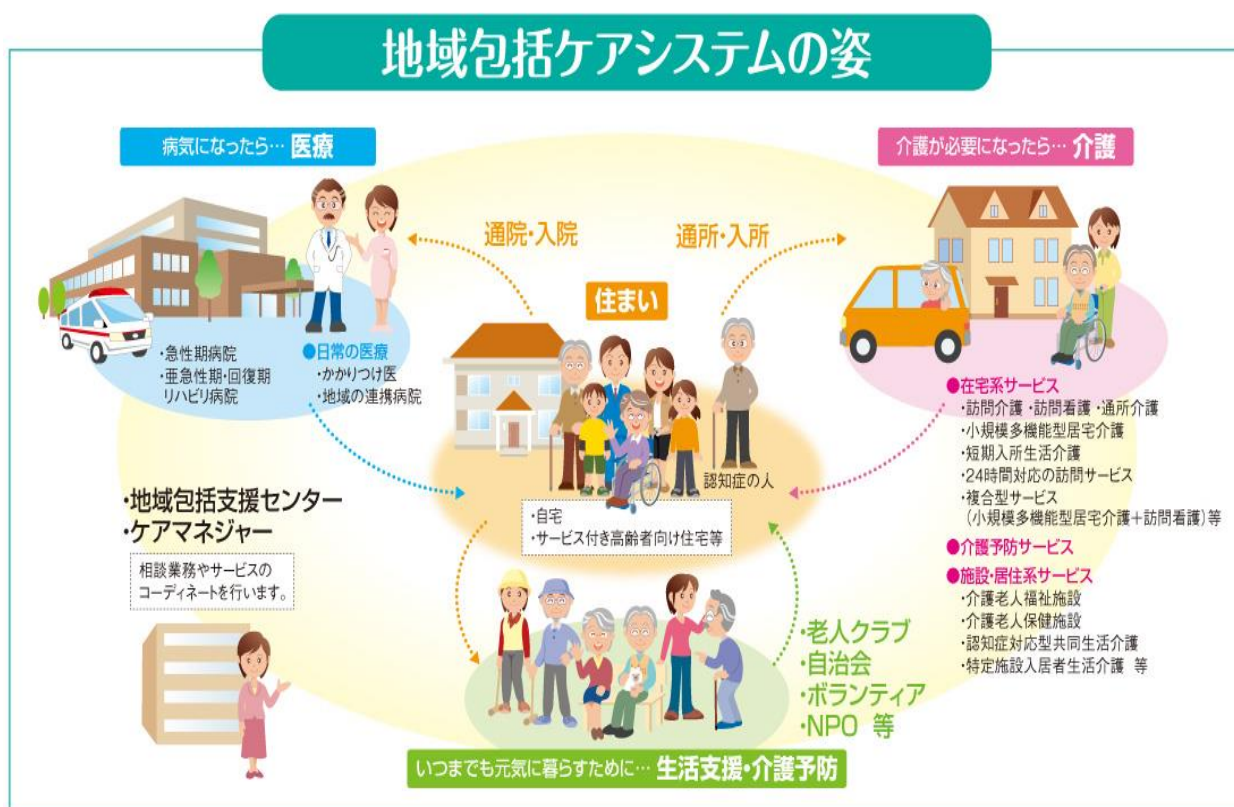
入院支援(前方連携)は、急性期病院や開業医(かかりつけ医)の先生方から入院治療が必要な方をご紹介します。入院された後は、回復期のリハビリテーションや在宅移行のお手伝いをさせて頂き、退院に向けての支援を行います。

かかりつけ医の先生からご紹介を頂いた方は、退院後再び元の医院へ通院して頂きます。

退院支援(後方連携)は、患者様の退院に向けて、地域包括支援センター・ケアマネジャー・地域事業所の方々と連携をとってサービス調整を行います。

患者様と、ご家族様がより良い状態で次のステップに移ることができるように退院前に各種関係者とカンファレンスを持っています。

以上が入退院支援の様子です。これからも皆様のご心配が少なくなるような入退院を心がけて活動して参りますのでよろしくお願いいたします。



問い合わせ先

知命堂病院 地域医療介護連携センター

代表電話: 025-523-2161

受付時間: 月曜日～金曜日 8時30分～17時

時間外の医師からの緊急連絡については夜間休日窓口にて常時受け付けいたしております。

訪問看護ステーション通信

今年も残すところあと1か月になりました。

日ごとに寒さが厳しくなり、本格的な冬が訪れます。

寒くなって気をつけなければならないことの中に、**ヒートショック**があります。

ヒートショックは、暖かい部屋から寒い廊下やトイレに移動したり、寒い脱衣所で着替えた後、暖かい湯船につかったりすると、急激な温度変化によって血圧が大きく変動し失神や心筋梗塞などを引き起こし身体に悪い影響を及ぼしてしまうことです。

では予防策を紹介します。

(🛀お風呂の時の注意)

- ①入浴前の脱衣所や浴室を暖める
- ②湯温は41℃以下、湯船につかる時間は10分を目安に
- ③浴槽から急に立ち上がらない
- ④食後すぐの入浴や飲酒後の入浴は控える
- ⑤入浴前に血圧を測る
- ⑥入浴する前に同居者に一声かける
- ⑦入浴後にも注意する、水分補給を忘れずに



(🚽トイレの時の注意)

- ①トイレに暖房器具を設置する、便座を暖める。
- ②いきみすぎに注意する。



こんなことに十分に気をつけて冬を乗り越えましょう。

記録的な大雪に始まり、コロナウイルス感染拡大などつらいことの多い1年でした。ワクチン接種が進み、1人1人が感染予防に気をつけ我慢していたおかげで、少しずつ行動制限が解除され少しホッとしています。

まだまだ気を緩めることはできませんが、会いたかった人に逢ったり、美味しいものを食べたり、旅行にいたりしてリフレッシュできるといいですね。

知命堂病院訪問看護ステーションは看護師5名のスタッフで活動しています。
体調の確認や日常生活の注意点などのアドバイス、医師へ連絡など行っています。
お困りなことがあればお気軽にご相談ください。

(連絡先:025-522-5539) 管理者 植木

職場紹介





検査科

検査科主任 武田 友美

私たち検査室で勤務している者は「臨床検査技師」という資格を持っています。なかなか聞きなれない名前だと思います。看護師とは違い、採血、血液検査、心電図、超音波検査などを専門に行っています。よく、患者様にも「採血もして、心電図もとってくれるの？何でも屋ね！」と声をかけていただくことがありますが・・・そうなんです！！『検査』と付くものについては何でもしています。（レントゲン・CTは診療放射線技師さんですが）特に当院は検査の担当者は決まっていないので、どの技師もなんでもこなします。

例えば



- 採血 
- 超音波検査（心臓・頸動脈・甲状腺・腹部・下肢血管） 
- 血液検査
- 睡眠時無呼吸検査 
- 心電図検査
- 血圧脈波検査
- 肺機能検査
- ホルター心電図（24時間） など 

検査と聞くと何となく・・・痛いかな？時間掛かるかな？何されるの？と思われる方もいらっしゃると思います。検査について詳しい説明もないまま予約・・・ってこともあるかと。

そんな時はいつでも検査室に声をかけてください。検査内容についてご説明します。もちろん検査に来られた時に聞いていただいても大丈夫です。

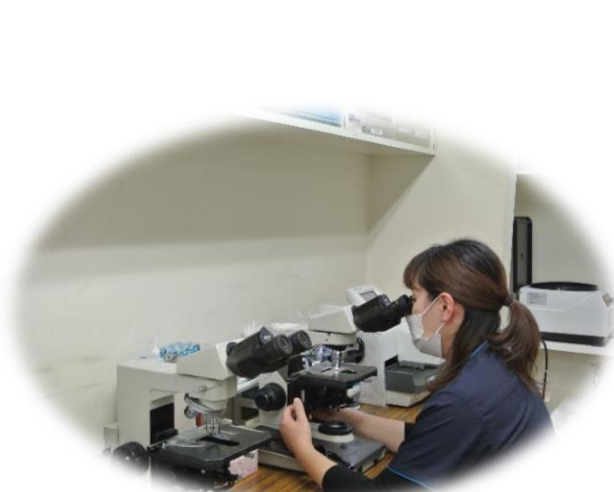
ただし、お答えできないことが1つ。それは『検査結果』についてです。

検査中に、「どんなもんなの？大丈夫なの？」と聞かれることがしばしばあります。検査技師は『診断』してはならないので、お答えできません。なので検査はこんな感じで進みました。こういうところをチェックさせてもらいました。など検査内容は説明させていただいています。あとは受診時に主治医に検査結果についてどんどん聞いてください！

せっかく受けた検査です。ご自身がどんな状態なのか知ることは大事なことです。

最後になりますが臨床検査技師は各検査に真剣に取り組み、迅速・正確な検査結果を出すために努力しています。ただ、検査中や採血中に険しい顔になることも・・・でもそれは患者様に真剣に向き合っている証拠で、検査の始まりと終わりは笑顔で対応するよう心掛けています。

検査についてのご相談もお受けしますので、お気軽に声をかけてください。



「心豊かに筆を持つ」

介護老人保健施設くびきの 稲川葉子

老健くびきでは、四季折りおりに行事を行っています。
その時々で壁に絵を飾ってみたり、折り紙で作品を作ったりしています。

私も大きな紙に絵を描いたり筆で大きな字を書くことがあります。そんな時「上手だね～」と入所者さんから言葉をかけていただいています。「今度は何を描くんだね？」なんて言われると嬉しくなり、ついつい色々なものを書いてきました。



2014年 正月 作品



2021年 5月 作品

絵は自己流で描いてきましたが、書道については「こんなじゃいけない!!」と思うようになり、また、以前から関心があったことから書道教室へ通うようになりました。白い紙の上を墨が走る魅力と美しい書への憧れもあって今年で9年目になります。教室では作品制作の後に、批評と併せてコーヒーとお菓子でおしゃべりタイムが待っています。仲間には小学校の先生やどこやらの社長さんもいて、一緒に学び和気あいあいとした語らいから学ぶ事も多くとても楽しいひと時を過ごしています。

書は王羲之や顔真卿、空海をはじめ多くの先人の作品を臨書して学んできました。お陰様で10月の昇段試験で「師範格」に合格しとても驚いています。これも書を習う「キッカケ」になった入所者の皆さんの一言のおかげだと感謝しています。

「書は人なり」という言葉があります。心から豊かに自分らしい作品が書ける様に、これから精進していきたいと思っています。



2021年 9月 作品

稲川さんが通っている一凛書道教室（旧 春日書道教室）渡邊谿雪先生による

「新元号発表 書道パフォーマンス」
令和元年4月1日 本町3 イレブンプラザにて。

紹介コーナー

新採用者

今年4月16日～10月1日までの間に採用された職員です。どうぞよろしくお願ひします。(10月18日第二回オリエンテーション時の写真、1名が欠席です。)



「大けやきの会」主催、創立150周年記念写真展が開催されました。

「大けやきの会」の由来と活動

病院裏(四之辻側)に残っている欒の木は創設当時から植えられていて、明治、大正、昭和、平成の激動を乗り越え、令和の新型コロナウイルス渦中にあっても春には若草色に芽吹き、天に向かって悠々と立ち、静かに病院を見守っているように見えます。この欒を会の名前として活動しています。創立百五十周年記念写真展は、本年9月4日～13日まで高田城址公園オーレンプラザで開催されました。

「大けやきの会」はOBを中心に2017年5月に設立、会の代表は近藤 豊氏です。



左の写真は「上越よみうり」に掲載されたものです。

右から

森川理事長、福澤さん(大けやきの会の事務局)

上ノ山さん、畠山さん



※JCVに放送された他、新潟日報、上越タイムス、上越よみうりなど、地域の話題として各新聞にも大きく掲載されました。

(医)知命堂病院 診療担当表

外来診療

2021年12月1日

		月	火	水	木	金	
内科	午前	1診(再来)		森川	石橋	森川	石橋
		再来・予約	森川 <small>(予約制)</small>		磯貝	阿部	森川
		新患・予約外	磯貝	石橋	磯貝	阿部 第3:石橋	磯貝
	午後	新患・予約外	磯貝 林	石橋	石橋	石橋 第3:阿部	磯貝
脳神経内科	午後	3診(再来・新患)			14:00~15:00 完全予約制 県中病院医師		
外科	午前	4診(再来・新患)		羽尾			
		5診(再来・新患)	藤田 <small>(予約制)</small>		藤田	藤田	藤田
		2診(呼吸器心臓血管)			矢澤		
	午後	急患	藤田	羽尾	矢澤	藤田	藤田
整形外科	午前	4診(再来・新患)				10:00~12:00 完全予約制 県中病院医師	
婦人科	午前	再来・新患	磯貝		磯貝		
泌尿器科	午前	再来・新患		9:00~11:30 新屋	9:00~11:30 新屋		9:00~11:30 新屋
	午後			13:30~15:00 新屋			13:30~15:00 新屋

内視鏡検査

		月	火	水	木	金
内視鏡	胃カメラ	藤田 林				

診療時間 9:00~17:00 (月曜日から金曜日)

外来診療受付時間 8:30~11:30 (医事課窓口)

面会時間 午前10時から12時 午後3時から8時 ※現在は面会禁止となっています。

休日 土曜日・日曜日、国民の祝日、創立記念日(4月1日)、お盆(8月15・16日)

年末年始(12月31日~1月3日)

※ただし、急患の場合はこの限りではありません。

☆介護員急募集☆

~高齢化社会の一躍を担う私たちと一緒に働きませんか~

勤務場所: 知命堂病院または介護老人保健施設

資格: 介護福祉士、ヘルパー2級以上(初任者研修)

問い合わせ先: 電話 025-526-2161(直通) 事務長

