



## フォトギャラリー



「秋」 撮影：高畑 周子さん



「紅葉」 撮影：浴 薫さん



「もみじ」 撮影：鶴田 勝重さん



「いちょう」 撮影：仲野 敏夫さん

私たち、筋ジストロフィー病棟写真クラブ一同は、写真を趣味としているボランティアさんの協力を得て活動しています。「秋」をテーマにライブラリーからご覧下さい。



梅雨から夏の盛りと思ったのもつかの間、なにやら秋の気配が感じられるようになりましたが、国立病院機構下志津病院ニュース「下志津」も第3号を発刊することとなりました。

第3号のトップニュースはなんとと言っても新型インフルエンザの動向です。8月中旬以降明らかに流行の兆しが見え、9月以降は急速にその勢いを増すことが予想されます。すでにマスクなど予防対策については詳しく報道されておりますので、皆様もご注意いただきたく存じます。当院としましては、

筋ジストロフィー、重症心身障害、リウマチ疾患、小児喘息など、いわゆる感染予防上の「弱者」を抱えている診療機能の特徴から、入院および外来を含めて待合い場所や診察順番の変更、マスクの着用、手洗いの励行など院内における感染防止上その対策には万全を期したいと考えておりますので、ご利用の皆様にはご理解とご協力のほどお願い致します。

今後も地域連携をはかり、患者さまの目線に立ち、安心・安全で、質の高い医療の提供ができるよう努力いたします。

院長 吉田 孝宣

# リウマチ科の紹介

リウマチ科医長 杉本 豊彦

## ●リウマチ性疾患について

「リウマチ」とは、古代ギリシア語の「ロイマ」(rheuma, 流れの意)という言葉から発生したもので、このころの人々は脳から体液が下のほうに流れ、うっ滞すると腫脹や発赤をきたすと考えられていました。体の中の悪い液体が病気を引き起こしているという考えで、これから全身の関節に腫脹、痛みが出現する疾患をリウマチ性疾患というようになりました。

現在リウマチ性疾患といわれているものには、関節リウマチなど痛みや腫れを起こす病気のみではなく、膠原病や自己免疫疾患と言われるものを含んでおります。

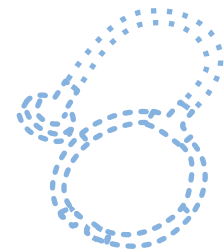
当科はこのようなりウマチ性疾患全般の診断治療を行っております。

## ●外来診療について

新患、他医療機関からのご紹介、予約外の患者さんは午前8時30分～11時まで受け付けております。午後は原則として予約対応となりますが、救急の患者さんにも対応可能です。事前に電話での確認をお願いいたします。

## ●臨床治験へのご協力をお願い

当院ではリウマチ疾患専門施設として新しい治療薬の臨床治験を行っております。現在多数の患者さんにご協力いただいております。詳細についてご説明いたしますのでお問い合わせください。



## ●スタッフについて

下志津病院リウマチ科のスタッフは、現在常勤医師2名ですが、このほかに、末石副院長、杉山臨床研究部長、古川内科医長の3名を合わせ、5名の日本リウマチ学会専門医によって診療にあたっております。また日本リウマチ学会の研修施設に認定されております。

入院診療では当院院内認定の専門看護師制度によりリウマチ性疾患に対しての知識、経験を持った看護師、薬剤師、理学療法士、作業療法士と協同し診療にあたっております。



毎週金曜日午後に末石副院長による勉強会を行っており、膠原病全般、関節リウマチ、ステロイド剤などについて毎週テーマを変え1時間程度のプログラムになっています。興味のある方は外来までお問い合わせください。



## ●リウマチ看護●

1病棟は内科（リウマチ・消化器）疾患患者さまが多数入院しています。関節の痛みが強く体動困難な方や、手足の腫脹や変形があり日常生活に支障をきたしている方など様々です。リウマチは慢性疾患であり治療も長期に渡る為、日常生活の援助だけではなく、精神面でのケアに重点をおき看護をしています。

また、末石副院長が主催している患者さま対象の勉強会では、「院内認定内科（リウマチ）専門看護師」の3名が中心となり、生活の中でのリハビリ訓練（リウマチ体操）の実施、生活指導（バランスの良い食事、薬の飲み方、安静の必要性）、自助具の紹介などを行っています。私達は入院生活の中に様々な工夫を取り入れ、退院後も患者様一人ひとりが自分らしく生活できるよう看護を行っています。

1病棟看護師 山下 みどり



## 長期入院患児の海浜合宿を終えて

8月2日から5日間岩井海岸へ海浜合宿に行ってきました。海浜合宿は気管支喘息や肥満で入院しながら隣の特別支援学校へ通っている長期入院の子供達が、心身の鍛練として行う特別支援学校と病院の共催行事で、今年41回目を迎えました。子供達は特別支援学校の温水プールで毎週泳いでおり、その成果を発揮する場でもあります。職員は医師・看護師・保育士・事務職員が参加し、学校職員と協力し子供たちをサポートします。

子供たちは、夏休みに入ってすぐに夏期水泳訓練として5日間連日プールで泳ぎ、力を付けていきます。訓練中一番泳げる子供は2時間の間に4キロ以上も泳いでいました。

海浜合宿は過去2年間台風・雷という天候不順に悩まされました。今年も現地に着いた途端に土

砂降りの雨でどうなることかと思いましたが、訓練の始まる午後には雨が上がり、冷たい水ながらも泳ぐことが出来ました。海といえば、波に乗ったり浮き輪で浮かんでいるイメージだったので、真剣にクロールと平泳ぎで泳ぐ子供達の姿を初めてみたときは衝撃的でした。今回、私も自由時間に子供とクロールで競争してみましたが、波で泳ぎづらく水も塩辛くて、クロールで何百メートルも泳ぐ子供達に頭が下がる思いでした。最終日まで天気が大きく崩れることはなく3日間の訓練の後4日目に遠泳を行い、それぞれ力を発揮することが出来ました。波が荒かったので目標の距離にわずかに届かなかった子もいましたが、目標に向かって努力するという貴重な経験をすることが出来たと思います。また、泳ぎだけではなく、夜には花火や肝試しそしてキャンプファイヤーを行ったことが、楽しい思い出となっています。

私たち看護師は普段病棟では24時間を通して子供達と過ごすことはありませんが、海浜合宿のまさに寝食を共にするような生活の中で、病棟ではみられない表情や行動を見ることができ、とても新鮮でした。子供達にとっても看護師にとっても実りの多い海浜合宿だったと振り返っています。

3病棟師長 下田 すみ子



## 院内医療安全教育研修について

医療安全に関する教育研修会を年に6回以上開催しています。下記の写真は、昨年度末に実施した「一ヒヤリ・ハット事例から防止策を考える」をテーマに事例検討会RCA分析をグループ毎に行っているところです。



### 【平成21年度 医療安全に関する研修計画】

- 4月 新採用者研修 重症心身障害児（者）医療安全研修
- 5月 トピックス「気管切開関連器材を安全に使うために」
- 6月 「医療事故情報収集事業の現状について」講演会
- 7月 「医薬品安全使用に関する知識を得る」勉強会
- 9月 トピックス「転倒・転落事故防止」  
ー ベッド周囲の環境要因を考える ー 勉強会
- 10月 事例検討会「ヒヤリ・ハット劇場」
- 11月 シンポジウム「各職場の医療安全取り組み」
- 2月 事例検討会「RCA分析」

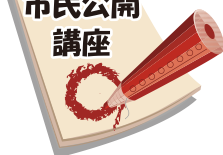
今月、9月16日には、転倒・転落事故防止対策について「ー ベッド周囲の環境要因を考える ー」をテーマに勉強会・実技演習を行います。このように、医療安全に関して、病院職員一人一人がリスク感性を高める事が出来、事故を未然に防ぐように努めています。

医療安全管理係長 尾形 千恵子

## 新型インフルエンザについて

このインフルエンザは、ソ連型や香港型などのA型インフルエンザの仲間です。強毒性のトリ型H5N1とは全く別の新しいウイルスですが、ほとんどの方は免疫をもっていないため、通常のインフルエンザ以上に感染力が強く、健康な若い世代の方でも感染するのが大きな特徴です。変化しやすいのもインフルエンザの特徴ですが現在のところ、毒性に変化はありません。

### 市民公開 講座



今秋の予定を  
お知らせします。

詳細は、今後「四街道市市政だより」  
及び院内の掲示板にてお知らせします。

- 10月1日 食物アレルギーについて  
アレルギー科 鈴木 修一
- 11月13日 リウマチ性疾患について  
副院長 末石 眞
- 12月8日 パーキンソン病について  
神経内科 内田 以大

1月以降も計画をしていますのでご期待下さい。  
多くの方々のご参加をお待ちしています。

第一病棟部長 渡辺 博子

症状は、通常のインフルエンザと同様で、1日～2日の潜伏期間のあとに急激な高熱、関節痛、頭痛などが続き、数日から7日で自然と解熱します。まれですが肺炎や急性脳症など重症の合併症を起こせば、命に関わる場合もあります。心臓や腎臓、糖尿病、喘息などの慢性疾患がある方、妊娠中の女性、乳幼児は特に注意が必要で、インフルエンザを疑ったらず医療機関に相談して下さい。治療薬は発熱期間の短縮や重症化を防ぐ効果があります。うがい、手洗い、マスクの使用の徹底は予防に効果があります。感染して回復した方も発症後8日目までは感染力がありますので、極力外出を控えるようご協力願います。

アレルギー科医長 佐藤 一樹

## 臨床検査科 国立病院機構QC活動奨励表彰（優秀賞）2年連続受賞

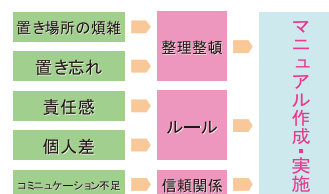
臨床検査科は平成20年度院内医療安全研修会にてシンポジウム形式で発表した内容を、国立病院機構QC活動に投稿し、平成20年9月9日優秀賞を受賞しました。

また、今年度は小児肺機能検査向上への取り組みを行い、平成21年7月29日優秀賞を受賞しました。臨床検査科を始め職員が一丸となり取り組んだ結果、昨年度に続き2年連続2回目の優秀賞を受賞をしました。

### 1. 「職場で取り組んだマニュアル改正とヒヤリハット削減」で優秀賞

ヒヤリハットの原因として、環境整備（整理整頓ができていない）、医療安全のABC（あたりまえのことを、ほんやりしないでちゃんとやれ）、ほうれんそう（報告・連絡・相談）ができていない等を反省し、自己満足的なマニュアルを廃止し、共通のルールに基づき、図や写真を使い簡素化したマニュアルを作成して業務の効率化・安全化を行いました。

#### 問題点について解析



（平成20年2期）

### 2. 「小児科における肺機能検査向上への取り組みについて」で優秀賞

小児肺機能検査は患児に対して細やかな心配りや対応が必要であり、言葉だけの説明でなく、風車等のおもちゃを使用し、遊び感覚で呼吸動作を教え、検査技師以外の医師・看護師には掛け声をかけるタイミング、波形のポイント、患児の検査意欲を高める誘導法など、一定基準以上の結果を得られるように勉強会を行い、検査精度向上に取り組みました。



（表彰式）



（平成21年3期）

（QC活動及び表彰の趣旨）仕事内容から離れた活動ではなく、仕事をしながら具体的問題点の改善に取り組み、職務・職責を越え互いに協力しあい、様々な改善や質の向上に意欲的に取り組まれた職員の功績を表彰するとともに、その取り組み方の成果物を国立病院機構の全施設が共有し、財産として広く紹介し、他の病院でもできるものは役立てていき、明るい職場づくりや業務効率の向上につながる取り組みを奨励していく活動です。

臨床検査科技師長 名賀 秀己



## セルフメディケーションってなに？



平成21年6月1日より改正薬事法が施行され、医薬品販売制度が変わりました。なんとなく「薬の買える場所が増える」とか、「いままで病院でしかもらえない薬が町の薬局で買えるようになる」というように理解された方が多いと思います。本当のところはどうなのでしょう？

今回は、改正薬事法の要点とメリット、それに関係のある「セルフメディケーション」についてお話したいと思います。

ところで、「OTC医薬品」とか「なんとかOTC」ってよく耳にされると思います。そもそも「OTC」って何でしょう？「OTC」とは、「over the counter」の頭文字をとったもので、「カウンター越しに」という意味です。つまり、町の薬局の薬剤師が、患者さんの症状にあわせた医薬品を「カウンター越しに」販売するという事です。そういった医薬品をOTC（一般用）医薬品といいます。

OTC（一般用）医薬品については、リスクの程度に応じて第1類医薬品（危険度：高）、第2類医薬品（危険度：中）、第3類医薬品（危険度：低）の3つに区分し、情報提供を重点化することになりました。（表参照）

### 一般用医薬品の区分と情報提供の比較

	対応する 専門家	質問がなくても 販売時に文章で 行う情報提供	相談を受けて 対応する場合の 情報提供
第1類医薬品	薬剤師	義務づけ	義務化
第2類医薬品	薬剤師又は 登録販売者	努力義務	
第3類医薬品		不要 (薬事法上の定めなし)	

今回の法改正のメリットは、OTC（一般用）医薬品の中で、危険度の高い薬剤については情報提供を義務づけることによって、今までよりさらに安心してOTC（一般用）医薬品を使用することができるようになったことです。

タイトルにある「セルフメディケーション」も最近よく聞かれるようになりましたが、実際はどういうことなのでしょう？ 世界保健機関（WHO）によれば、

### 「自分自身の健康に責任をもち、軽度な身体の不調は自分で手当てする」

ということが「セルフメディケーション」と定義されています。今回の法改正によっていままで病院でしかもらえなかった医薬品のいくつかは、町の薬局で買える薬剤に加わりました。軽度な身体の不調を自分で手当てする場合には、町の薬剤師に相談しOTC（一般用）医薬品を使用する時、選択肢がさらに増えたわけです。

皆さんが、OTC（一般用）医薬品を使用する時は、町の薬局の薬剤師の説明をよく聞き、医薬品の説明書をよく読んでから使用していただきたいと思います。かかりつけの薬局がある方は、そちらの薬剤師に相談するとよいでしょう。また、それでも症状がよくならない場合は再度薬剤師に相談するか、病院への受診をさせていただきます。

病院へ受診される際は、それまで使用していた医薬品の名称が書いてある説明書などを一緒に持参してください。OTC（一般用）医薬品の特徴として、薬品名の最後についているアルファベット1文字で医薬品の成分が大きく異なることがあります。また、病院の医師が処方する薬剤と同じ名前のOTC（一般用）医薬品でも、使用方法や有効成分の含有量の異なる医薬品があるため注意が必要です。

# 巨木を訪ねて



## 3 菩提寺のイチヨウ

イチヨウ、楠木、杉は日本では巨木が多く知られています。岡山県の山奥、菩提寺のイチヨウも日本有数の巨木です。浄土宗の法然が地面にさした杖がそのまま成長したとされています。この樹は思う存分枝を広げ、その太い枝には気根が垂れ下がっています。気根は乳房を思わせ、せんじて飲むとお乳の出がよくなると思われています。

この木ははじめて20年以上前に見に行っていました。以前と変わらず元気に堂々としていました。

樹高45m、幹周13m、推定樹齢900歳  
国指定天然記念物  
岡山県奈義町高円菩提寺境内

参考：巨樹巨木をたずねて  
高橋弘氏著 新日本出版  
訪ね人：末石 真



## 四街道市にお住まいの皆様へご案内

平成21年度 当院の四街道市個別検診実施予定



下表の予定で個別検診を行います。下志津病院の各種個別検診のお申し込みは、電話番号 422-2511 をお願いします。

また、今年度は40歳以上の国民健康保険加入者を対象に特別健康診査の実施を予定しております。

対象年齢はすべて平成22年3月31日現在の年齢です。

なお、四街道市健康増進課のお問い合わせは電話番号 421-6100 をお願いします。

検診の種類	乳がん検診 (要予約)	骨粗しょう症検診 (要予約)	大腸がん検診	肝炎ウイルス検診 (要予約)
対象年齢	40歳以上の女性	30. 35. 40. 45. 50. 55. 60. 65. 70歳の女性	40歳以上	①40歳 ②40歳以上で過去に検診を受けたことのない人
検査内容	マンモグラフィ (乳房レントゲン撮影)	腰椎骨密度測定	便潜血反応検査	血液検査
受付期間	6月1日～11月30日	6月1日～11月30日	6月1日～11月30日	6月1日～10月31日
検査実施曜日	火・金曜日	月・水・木曜日	月曜日～金曜日	月曜日～木曜日
検査最終日	12月18日	12月24日	12月4日	11月26日
検査料金	1,000円 (一部負担金)	1,000円 (一部負担金)	500円 (一部負担金)	1,000円 (一部負担金)
申し込み方法	四街道市の整理番号が必要になります。	四街道市骨粗しょう症個別検診問診票が必要になります。	当院の初診受付に午前11時までに採便容器を受取にきてください。	

