吉祥院病院広報誌

ISO 9001 認証取得

2011 spring

きっしょういん 春

●ワンランク上の看護をめざして

●職場紹介　栄養課
治療と予防に役立ち、
喜ばれる食事作りを目指します

●ホルター心電図とは?

●平和塾

ワンランク上の看護をめざして
～３階病棟・グループ活動の紹介～

３階看護課
副主任
真柄 明子

３階病棟（44床の一般病棟）では、2009年度から小グループ活動を始めています。看護師全員を５つのグループに分け、それぞれテーマを決めて、年間通じての学習活動を展開しています。
2010年度は、「緩和ケア」「呼吸器ケア」「スキンケア」「認知症・せん妄ケア」「摂食・嚥下」の５つのテーマで進めてきました。それぞれの取り組みを紹介します。

（２ページへ）

緩和ケアグループ

静かで穏やかな日々を送って頂くことをめざして

２００９年にホスピス（緩和ケア病棟）である薬師山病院から緩和ケア認定看護師さんを講師に招いての学習会を開催しました。その学んだ知識を実践に生かすべく、２０１０年度はメンバーに薬剤師が加わり、院長も交えた事例検討会を中心に活動しています。

また、厚生労働省委託事業で、がん診療拠点病院が開催している緩和ケア研修会に４名が参加し、着実に学びを深めています。

緩和ケアとは、「生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対して、疾患の早期より痛み、身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題に関してきちんとした評価をおこない、それが障害とならないように予防したり対処したりすることで、ＱＯＬ（生活の質、生命の質）を改善するためのアプローチである」と定義されています。

がんの末期状態にある患者さんに、出来るだけ苦痛が少ないように、静かで穏やかな日々を送って頂くことをめざしています。

Episode
痛みを訴えることが出来ない患者さん

3階病棟
土居原 美岐

がん末期のＡさんは、認知症のために痛みを正しく伝えることが出来ませんでした。痛い？と聞くと、いつも「痛くない」と言われます。でも「しんどい」「起こして」と、夜もあまり眠られませんでした。

「しんどい」は痛みや苦しさの表われだと考え、オピオイド鎮痛薬（医療用麻薬）を開始したところ、様子は落ち着き夜も眠れる日が続きました。予測・先取りの看護の大切さを実感しました。

※オピオイド鎮痛薬(医療用麻薬)…麻薬とありますが、医療用につくられたもので、怖い薬ではありません。

呼吸器ケアグループ

高い専門性で院内肺炎ゼロを

３階病棟には、３～４名の人工呼吸器装着患者さんがおられます。また、マスク型の人工呼吸器であるＮＰＰＶ療法をしている患者さんも何名かおられます。人工呼吸器の管理やそれをつけている患者さんのケアは、看護技術の中でも高い専門性が求められる、複雑で重要なものです。

呼吸器グループでは、文献学習を始めとした知識学習と、参加した研修の伝達講習などを通じて学びを共有し、理学療法士も加えて、実際に患者さんのベッドサイドに行って、〝正しい方法でチューブ類の管理が出来ているか〟〝患者さんの体位は適切か〟などの点検・評価を行なっています。

スキンケアグループ

より自然に・早く・キレイに治すケア

グループメンバーは3名と少ないですが、京都民医連中央病院の皮膚排泄ケア認定看護師さんからの助言を力に、患者さんの皮膚トラブルに対する看護について、学習・実践しています。**人工肛門や胃ろう、浮腫、気管切開部のケアからちょっとした傷の手当まで**、まずは皮膚トラブルを起こさないような予防的ケア、そしてトラブルが発生しても**「より自然に・早く・キレイに治すケア」のマニュアルづくり**に取り組んでいます。

インターネットのＷｅｂセミナーの視聴や、独自の学習会開催、認定看護師さん講師の学習会など、盛り沢山な一年でしたが、以前と比べると、患者さんのろう孔（チューブなどが入っているところの皮膚）は格段にきれいになりました。日々のケアの成果を感じています。

認知症・せん妄ケアグループ

笑顔がたくさん見られるようなケアを

入院患者さんの多くはご高齢なので、認知症の方もたくさんおられます。認知症の方の言動は、周囲から見れば理解出来ない困ったものでも、ご本人にとっては理由がある、意味のある言動です。しかし看護師は毎日忙しくバタバタとしてしまい、とかくそのことを忘れてしまいがちです。

認知症グループでは、認知症ケア専門士の資格を持つ療養病棟の看護師にも参加して貰い、認知症についての理解を深め、困った行動の背後にある患者さんの心理に近づきたいと学習をしてきました。そして年度末には事例検討会を行ない、**〝その患者さんにどうなってほしいか、看護者として心を寄せる〟**をテーマに、1人の患者さんにつき1時間かけて話し合いました。

「○○さんの笑顔が見えてくるようだ」…事例検討会後のメンバーの感想です。

認知症患者さんの笑顔がたくさん見られるようなケアを実践していきたいです。

認知症の方との関わり方のポイント

認知症の方に対し、言動や行動を「やめて」と怒ってしまうことがあります。たとえ、どんなに理解できないと思われることでも、少し離れてその人を見てください。表情や手の動きが、一生懸命その人の思いを伝えているかもしれません。

日常の中で、おだやかに過ごされた時の様子はどうでしたか？ 今、何を思っているのか？ どうしたら幸せなのか…？ その人に関心を向けてみてください。

摂食嚥下グループ

安全に、口から食事を食べて貰いたい

理学療法士を交えた6名のグループで、嚥下機能障害の程度の見立て、嚥下機能を高めるケア、食事介助の方法、口腔ケアの4つについて分担して学習し、日々のケアに取り入れることが出来るように試行錯誤を積み重ねています。

進んだ取り組みを展開している京都民医連第二中央病院の摂食嚥下口腔ケアチームから、昨年10月に言語聴覚士さんをお招きし、学習の成果を発表しました。そこで助言をたくさん頂き、1月には見学にも伺いました。

高齢患者さんが多い中、誤嚥性肺炎※を繰り返す患者さんは少なくありません。残念ながら点滴だけでの栄養管理になってしまう場合もありますが、食べることは人間の楽しみの一つであり、**「出来るだけ末永く、誤嚥をせずに、安全に、口から食事を食べて貰いたい」**と思って活動しています。

※**誤嚥性肺炎とは…**病気や加齢などで嚥下（飲み込む）機能や咳をする力が弱くなると、食事でむせやすくなり、口の中の細菌が誤って気管に入りやすくなります。その結果発症するのが誤嚥性肺炎です。

ここまで、5つのグループの2010年度の活動を紹介しました。人員数に余裕が無いことや三交代勤務なこともあり、業務時間中にはグループ活動の時間は取れないため、だいたい月1回、夕方に集まって取り組んできました。休みや夜勤明けのメンバーもいて、本当に頑張って活動しています。

より良いケアを提供出来るように、自己研鑽の姿勢を忘れず、地道に継続していきたいと思っています。

治療と予防に役立ち、喜ばれる食事作りを目指します

栄養課

栄養課は管理栄養士2名、調理師4名の計6名で日々の業務を行っています。

私たちの主な業務は、入院中の患者さんに食事を提供することです。ただし、入院中の食事とは、単に空腹を満たすだけでなく、患者さん一人ひとりの病気に対して、効果的な治療を行うための「治療食」であることが大切です。そのため、それぞれの病態別に管理栄養士が献立を作成し、調理師がその献立にそって食事を作っています。噛めない、飲み込めないなど身体機能に応じて、軟菜食、キザミ食、ソフト食、ミキサー食などの提供も行っています。また、あらぐさデイサービスの昼食も、栄養課で調理し、配送しています。ここでも、利用者の方全員が、安全に食事ができるよう対応しています。

できるだけ新鮮な食事を提供したいとの思いから、ほとんどの食材は、地元から仕入れ、生鮮食品は即日納品、即日調理をしています。そして、衛生管理を徹底し、安心で安全な食事を提供しています。患者さんに全量摂取していただけるよう、個人対応や嗜好調査、残食調査などを行い、食事のサービス・質の向上に努めています。

また、毎月行われている療養病棟のお誕生日会に、手作りのおやつを提供したり、毎月、四季折々の季節を取り入れた献立「行事食」にメッセージカードも添えて提供しています。入院中でも四季を感じ、食事を楽しんでいただけるように心がけています。そして、入院中の食事は治療の一環であることを理解していただき、退院後の健康管理に役立つ事を願っています。

その他の活動として、糖尿病や高血圧の患者会で「実際に治療食を食べていただき、食事療法の重要性を知ってもらいたい」と試食会を行っています。食事の後には、調理師が当日の献立の調理ポイントを説明し、栄養士が「食と健康にまつわるテーマ」を取り上げてお話しています。みなさんもぜひ一度ご参加ください。

管理栄養士は入院・外来の患者さんに、各疾病に応じた栄養相談や食事指導を行っています。医師の指示に基づいて、患者さんの病気の状態、年齢、性別、生活スタイルなどを踏まえた上で、治療に必要な食事の摂り方など、具体的で実践しやすい内容の相談ができるよう心がけています。

今後も、治療と予防に役立つ情報を発信し、患者さんや利用者さんから「美味しかったよ」と喜んでいただける食事を提供できるよう、頑張っていきたいと思います。

栄養課長　**岩瀬 香子**

こんなお悩みありませんか

- なかなか体重が減らない
- 何キロカロリー食べればいいの？
- 血糖値が下がらない
- サプリメントって効くの？
- 食事中にむせることが多い

栄養や食事のことについて気になることがあれば、お気軽にご相談ください。

最新医療機器で安心して受けられる検査室をめざして

（ホルター心電図とは）

心臓に不安のある人にとって検査で何の異常も検出されないのはかえって不安をかき立てるものです。そんな不安もホルター心電図なら解消されます。

Q ホルター心電図とは

A ひとことで言えば心電図を長時間記録する検査です。「ホルター」とはアメリカの物理学者で1950年頃（今から約60年前）に24時間心電図を記録することを開発したことにより名前が由来しています。この検査からは日常生活で不整脈の診断や狭心症などが起きていないかどうか、自律神経の機能評価がわかります。またペースメーカーの機能評価や薬物治療効果を判定することができます。

Q ホルター心電図を装着しても、症状が出なかったら検査は無駄になってしまうのか？

A 症状は常に病気を正確に表現しているとは限りません。人間社会と同じで少しの労働でも疲れたという心臓もあれば、非常に疲れているのに何も言わず我慢している心臓もあります。ホルター心電図におきましても、症状がありながら心電図記録には異常がみられない場合もよくあります。症状は病気をみつけていくための指針であり、きっかけであって、病状や体調を完全に表しているわけではありません。

デジタルホルター記録器
FM-180S

Q 普通の心電図と違うの？

A 病院で普段されている心電図は、心臓の状態を細かく知ることが可能な優れた機械なのですが、記録時間に限りがあるという欠点があります。心臓に何らかの問題を抱えている人の中には短時間の記録状態では異常が確認されないことも少なくありません。とくに不整脈や狭心症の場合、突然発症することも多く、心電図でのチェックが難しいという難点を抱えています。そんな問題点を解消するべく開発されたのがホルター心電図なのです。

Q 入院する必要はあるの？

A ホルター心電図の機械は非常に小さくて、自宅で普段の日常生活をしている間に心臓の働きを検査することで、健康状態を確認することができるのです。心臓に何らかの異常がある場合、24時間以上検査すれば何らかの症状を把握することができるといわれます。ですから、ホルター心電図を使用して検査を行えば異常があるにも関わらず検出されない、ということはほとんどなくなります。このように、ホルター心電図は心臓の健康状態の確認におけるもっとも信頼性の高い機械であることを知ってください。

Q どこが最新なの？

A **①入浴できます。**

防水構造を実現したためホルター検査中も入浴制限がないため、患者さんが日常生活での入浴中にも検査記録が可能になりました。機械なので濡れて壊れるとどうしようと不安がられますが、私も経験しましたが入浴中も問題ありません。入浴はくつろぎの時間である反面、心臓に負担がかかり、年間約1万人にものぼる入浴中の事故が発生しています。

②さらに頑丈になりました。

小さくても落下や衝撃に対しての強度を上げるために、度重なる実験を経て新しい素材を採用しました。より安心してお使いいただけます。

検査課
関　隆則

平和塾に参加して

戦争加害者・被害者としての日本に触れて

平和塾は、各事業所から青年職員が集まり、半年間平和について学ぶという取り組みです。今回の平和塾での取り組みと学びを紹介します。

第1講座～第3講座は、沖縄の歴史と基地問題についての講義を受けたり、舞鶴へ出向き、自衛隊基地や引き上げ記念館を見学したり、被爆体験の聞き取りをしたりと、日本の戦争被害や現在の社会情勢について学びました。

第4講座では、韓国の歴史について講義を受け、塾生それぞれがまとめた「韓国事前学習」を発表してしっかり学んだあと、11月に韓国視察に行きました。視察直前にヨンピョン島の爆撃事件があり、情勢は非常に不安定でした。そのため、韓国視察に参加できない塾生もいました。しかし、ソウル市内は日本が報道するほども深刻に捉えている様子はなく、普段と変わりないように生活されていました。

韓国視察では、グリーン病院※を訪問して職員と交流したり、「ナヌムの家」という日本軍慰安婦の被害にあった女性たちが共同で生活している場所を訪問したり、独立記念館を見学したり、パゴダ公園や西大門刑務所跡地を見学し、加害者としての日本を学びました。

これまで日本のさまざまな平和資料館などを訪れましたが、どれも被害者としての日本しか知ることはできません。また、現在の歴史の教科書でも残念ながら加害者としての日本を学ぶことはできません。今回、韓国視察に行ったことで、加害者として日本軍がしてきた行為を目の当たりにしました。同じ日本人がしてきたこととは思えませんでした。現在、日本は加害国ということを認めていません。そのせいで現在も多くの被害者が苦しんでいます。韓国で出会ったガイドさんが、「被害者、加害者などは関係なく、お互いが手を取り合って、よりよい世界を作りましょう」と私たちに言ってくださいました。戦争は、被害国だけではなく、加害国も多くの傷を負います。そんな戦争は絶対にしてはいけません。世界に誇る憲法9条をもつ国として、過去を学び、平和な世界を作る姿勢をもっていなければならないと学びました。

また平和塾では、事業所も年齢も職種もバラバラな者同士が集まっていましたが、皆で一緒に学ぶことで、その学びをさらに深めることができました。「このメンバーでよかった」と皆で感じることができました。平和塾は卒業してしまいましたが、私たちにとってはこれがスタートです。これから平和への取り組みを、さらに強めていきたいと思います。

3階看護課　**辻崎 由加**

グリーン病院とは　化学繊維工場で発生した労災・職業病患者のたたかいを背景に、2003年9月にソウルに開院した400病床規模の病院で、地域住民と働く人々の健康を守ることを使命の第一に掲げています。韓国には、このような理念をもつ病院がなく、グリーン病院が唯一の病院です。京都民医連中央病院と姉妹関係を結んでおり、交流を持ちながら、互いの理念や活動について学びあっています。

お知らせ

京都保健会基金に、ぜひご協力ください

吉祥院病院も所属する京都保健会は、「お金の心配なく、安心してかかれる医療機関を」という地域の方々の声から生まれ、地域のみなさんに支えられながらともに歩み、安全で安心・親切な医療・介護をすすめてきました。社会保障制度の連続改悪で、多くの医療機関・介護事業所が経営難に追い込まれています。吉祥院病院、京都保健会の事業を強化・発展させるために、ぜひ「京都保健会基金」にご協力ください。

詳しくは、職員にお尋ねください。

編集後記

夏は猛暑で冬は厳冬。体調管理はいかがでしょうか。今号が発行される頃には、過ごしやすい季節になっているのでしょうか？　今年は猛暑の影響で花粉の飛散も多いようです。花粉症の方にはまだまだつらい時期がつづきますね。季節と同じように、世の中が激しく動きそうな気配です。ゆっくり桜でも見に行きたいのですが…。　（村）

外来診療体制のお知らせ

2011年2月現在

			月	火	水	木	金	土
朝	内科	1診	近藤	近藤	清洲	三浦	近藤	近藤
		2診	三浦	三浦	井上		清洲	三浦
		3診		沢田		近藤		高屋
	外科	1診	加藤	谷村	倉田	倉田	鈴木	長岡
昼	内科	1診	近藤	近藤	春田（糖尿病）		近藤	
		2診	清洲	中野（内科/卒煙）1・3・5週			三浦（糖尿病）	
	外科	1診					泌尿器科	
夜	内科	1診	沢田		中野		福間	
		2診	梅本		細野		三浦	
		3診			沢田			
	外科	1診	有吉 18:30～		長岡		素輪	
		3診	泌尿器科					

受付時間　朝 8:00 ～ 11:30　　夜 16:30 ～ 20:00

診療開始は朝9:00、夜18:00　（月・金曜日の夜の内科は17:30）
診療体制は事前に告知なく変更する場合があります。ご了承ください。

◎昼は予約制の診療です。事前の予約をお願いします。朝・夜は一部が予約制です。
　予約に関することは「予約・相談コーナー」でお尋ねください。
◎内科の急患の方（16歳以上）は、朝８時から夜９時まで、受付時間外でも診療します。
◎当病院は社会福祉法の無料低額診療事業の指定病院です。保険や負担金でお困りの方は、
　早めに受付にご相談ください。

吉祥院病院で実施中の健診

○特定健診は医療保険者が行う健診です。健診を受けるためには医療保険者が発行する『受診券』と『健康保険証』が必要です。

対象となる方	対象年齢	自己負担額
①京都市国民健康保険	40 ～ 74歳の方	保険者により異なります（①京都市国保は500円）
②被用者保険者の被扶養者(家族)※		
③国民健康保険組合※		

※②被用者保険と③国民健康保険組合は受診いただけない医療保険者があります。病院窓口または電話にてご確認ください。

○京都市民の方が受けていただける健診

京都市国民健康保険の特定健康診査とほとんど同じ内容です。対象になる方には京都市から案内がとどきます。

対象となる方	自己負担額
④京都市民の後期高齢者医療の被保険者	負担はありません
⑤京都市民の生活保護受給者	

上記の健診制度の対象でない方も、吉祥院健康友の会の健診など受けていただける健診制度がありますので、当院健診担当者までお問い合わせください。

連絡先：保健管理課　電話075-691-6473（直通）

吉祥院病院広報誌
きっしょういん
2011 spring
春号 No.14
民医連
社団法人 京都保健会 吉祥院病院
連絡先／〒601-8314 京都市南区吉祥院井ノ口町43 TEL 075-672-1331 FAX 075-691-3477

民医連 社団法人 京都保健会 **吉祥院病院**

〒601-8314 京都市南区吉祥院井ノ口町43

TEL 075-672-1331 FAX 075-691-3477

http://www.kissyouin-hp.org/

ISO 9001 認証取得

交通のごあんない

●公共交通でお越しの方

JR 西大路駅徒歩 7 分
市バス「西大路九条」下車南西へ徒歩 5 分
市バス「吉祥院車道町」下車南東へ徒歩 5 分

●お車でお越しの方

西大路九条の交差点を西へ
1 つ目の信号を南へ 200m
病院の南西方向に駐車場があります