

ホスピカインド

vol.39

ホスピカインドとはhospitality(親切なもてなし)とkind(優しさ)の2つの単語を合成した造語です。翔仁会の願いがこめられています。この情報紙は輪厚三愛病院の機関紙です。

発行日 平成20年11月1日

編集 医療法人社団 翔仁会 〒061-1264 北広島市輪厚704

TEL 011-377-3911 FAX 011-376-3526

翔仁会グループ

経営(診療)理念

『夢』

すべての利用者様に医療・福祉を介して「夢」を実現する。

(「夢」とは心が満たされることである。)

輪厚三愛病院

基本方針

私たちは患者様とご家族様に、『夢』を提供します。

患者様とご家族様の笑顔が私たちの『夢』です。

- 1 私たちは、利用者様の尊厳と権利を重んじ、常に謙虚な気持ちで接します。
- 2 私たちは、プライマリーケアの精神を尊重し、実践します。
- 3 私たちは、プロとしての自覚をもち、質の高いサービスを提供します。
- 4 私たちは、常に最新の知識を学習し、自己研鑽の努力を怠りません。
- 5 私たちは、*EBMに基づき、インフォームドコンセントに努めます。
- 6 私たちは、よい職場環境を構築し、チーム医療を円滑におこないます。

* EBM (Evidence Based Medicine) 実証に基づいた医療

世の中は今？そして「ケ・セラ・セラ」

院長 安念 俊二



今回、巻頭を書かせていただくことになりました。さて医療業界では20年ほど前には医師過剰といい、そして4年ほど前から研修医制度というものを立ち上げその結果、地方では医療を学べないということで中央集中化がおこり、医師の撤退が相次ぎました。結果地方での医師不足という事態が起こりました。そこで医師を増やすという話が急浮上しているとのこと。また2年ほど前から療養病床の削減（介護療養病床の廃止、医療型療養病床の削減と、転換型老健への移行）、後期高齢者医療制度発足、特定健診・特定保健指導（メタボ対策）開始を謳っていましたが、いざ実施となると実態は穴だらけのシステムであり、各方面より指摘がありここに来て修正あるいは廃止となる可能性もありいったい今後はどうなるのやら？

話はかわって昨年サブプライムローン問題から始まったアメリカの金融危機。今年5月にはベア・スターンズという銀行・証券会社の破綻・買収、9月にはリーマン・ブラザーズの倒産、AIG（American International Group、Inc.）の実質上の破綻。そして、その影響は世界へ。...とこれを書いているときには先進7カ国財務相・中央銀行総裁会議（G7）が行われていたが、果たしてどうになってしまうのか？末端の人間にとっては日々の生活が大事。ガソリン代が上がったり下がったりで一喜一憂。病院の管理者としては「冬の暖房費が...、いや入浴のための重油代が...、さりとてこの医療業界臨時値上げということも出来ない」。耳元でドリス・デイの曲がささやかに「ケ・セラ・セラ」と聞こえるような、でも病院としては何かしなくては...？

注：

サブプライムローン問題：低所得層に対する住宅ローンで証券取引の商品

ベア・スターンズ：アメリカ第5位の投資銀行・証券会社

リーマン・ブラザーズ：アメリカ第4位の投資銀行・証券会社

AIG（American International Group、Inc.）：ニューヨークに本社を置く保険会社

ドリス・デイ（女優・歌手）：映画【知りすぎていた男】アルフレッド・ヒッチコック監督

「ケ・セラ・セラ」：意味「なるようになるわ」映画【知りすぎていた男】の中で歌われた

はじめまして！

歯科医師 川島 美香



此の度、前任医師であった松本貴子先生の退職に伴い、8月4日付で勤務する事になりました歯科の川島です。15年間の永きにわたり松本先生が続けられてきた診療室を引き継ぐ事になり、毎日、緊張の続く日々をすごしております。

今から、二十数年前に岩手医大歯学部を卒業し、北大第2保存科（歯内・歯周病学）に3年間勤務しました。その後、結婚・出産等で家庭に引きこもっていた時期もありましたが、札幌市内の開業医2軒でアルバイトとして働かせていただきながら、北大での研究生としても勉強させていただいておりました。家庭の事情で、この3年近く現場から遠ざかっていましたが、対馬眞智子先生のご厚意で復帰する機会をいただき、大変感謝しています。まだまだ、皆様にご迷惑をおかけする事も多数あると思いますが、一日も早く職場に慣れ、明るく、優しい診療室を目指して努力したいと思っています。どうぞ、皆様、よろしくお願い致します。

Dr. 安念の豆知識

ソケイヘルニア

みなさんはヘルニアという言葉をよく耳にすると思いますが、ヘルニアというのは物が出てくることを指します。通常は腰のヘルニアとならんで鼠径ヘルニアという言葉をよく聞くのではないかと思います。この鼠径ヘルニアというのは昔でいう『脱腸』のことです。男児では胎生期（生まれてくる前）に腹の中より睾丸が降りてくるのですが、その通り路は自然と細くなり閉じてしまうのですが、それが閉じなかつたりして腹の中の腸が重力に従って降りてきて鼠径部の弱くなっている壁から出てくるというわけです。治療は一般に手術治療を行います。昔は通じているところを閉じ、弱くなった壁を縫い縮めるといったことを行っていたのですが、最近ではテフロンパッチというものを当てて補強しています。歳をとると腹壁が弱くなって出てくるということがあります。女性では鼠径の少し下に大腿ヘルニアとして出てくるものもあります。いずれにしても、腸が陥頓（ヘルニアから出てきて戻らなくなった状態）すると緊急な処置を要する場合があります。

平成20年度 翔仁会合同夏祭り

8月23日土曜日の午後から毎年行われている翔仁会合同夏祭りが開催されました。天候は晴れていたのですが、風が強く患者様やご家族様、職員にとっても辛い寒さの1日での開催となりました。そんな中、患者様や入所者様、ご家族様、近隣の住民の方等たくさんの方々に来て頂くことが出来ました。



特設ステージでは保育園児の踊りを始め、くーうねる・遊Bu様のよさこい、大曲きくの会様の踊り、よしもとクリエイティブ・エージェンシー様のお笑い、フラサークル・ホア・ロゼ様のフラダンス、西川流・鯉延の会（コイエンノカイ）様の日本舞踊が出演されました。



皆様の出演により、患者様や入所者様の

普段見ることが出来ないような笑顔を見せて頂くことが出来ました。

又、フリーマーケットでは、職員の方々から多くの寄贈を受け、たくさんの商品を販売させて頂きました。おかげさまでほぼ完売することが出来ました。

出店は焼そば、そば、うどん、焼き鳥、焼き豚、枝豆、チョコバナナ、アメリカンドック、おでん、クレープ、ビール、ジュースを販売しました。

中でも焼そば、焼き鳥、おでん、ジュースはたくさん販売されました。



平成20年度 翔仁会 合同夏祭り収支報告

収 入		支 出	
食 品	165,240円	食 品	203,284円
フリーマーケット	8,140円	フリーマーケット	0円
協 賛 金	0円	協 賛 金	0円
ボランティア様 雑 費	0円	ボランティア様 雑 費	9,860円
		営業許可証の申請	2,200円
計	173,380円	計	215,344円
合 計		41,964円	

収入内訳 食品		支出内訳 食品	
輪 厚 三 愛 病 院	40,480円	出 店 代	184,284円
エスポワール北広島	51,150円	弁 当 代	10,000円
雪 ぼ う し	3,840円	ジ ュ ー ス 代	9,000円
当 日 売 り 上 げ	69,770円		

支出内訳 ボランティア様	
ボランティア様・雑費	7,160円
ぺんぎん保育園	2,700円

支出内訳 収入証紙代	
収 入 証 紙 代	2,200円

収支金額は税込み

エスポワール北広島、入所様よりビールの寄贈がありました。ありがとうございました。



RICE (ライス)

1 RICE (ライス) とは？

皆さんはRICE (ライス) という言葉は聞いたことがありますか？ライスと聞くとお米の事かと思う方もいらっしゃるのではないのでしょうか？しかしここでは医療用語としてのRICE (ライス) をご紹介いたします。

RICE (ライス) とは怪我をした時に行う応急処置に必要な4つの処置の頭文字を取ったものです。この4つの処置を適切におこなう事で必要以上の腫れや痛みをコントロールし、治療を早め、日常生活への復帰を早めることができます。

R ...Rest (レスト) 安静、活動の停止

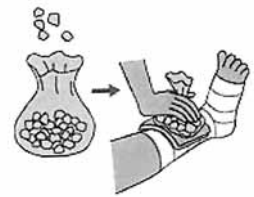
受傷直後から体内で傷めた部分の修復が始まります。しかし安静をさせずに運動続けるとその修復作業は遅れてしまいます。その遅れが完治を遅らせ、リハビリテーションに費やす時間が長引いてしまいますので安静にすることが大切です。痛まない姿勢を取らせてから、板や厚紙等があれば固定するのが良いでしょう。

痛まない姿勢で患部を
休ませる



I ...Ice (アイス) 冷却、アイシング

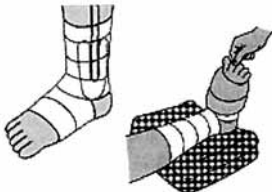
冷やすことで痛みを減少させる事が出来ます。また冷却は血管を収縮する作用があるので、腫れや炎症をコントロールすることが出来ます。一般的なのはビニール袋に氷を入れて当てるという方法です。冷やしすぎると凍傷の危険もあるので直接当てずにタオルを巻いてから当てるようにすると良いでしょう。冷やし始めるとピリピリとした痛みが出てきて、やがて無感覚になります。(15~20分程度) そうなったらいったん氷をはずし再び痛みが出てきたら氷を当ててください。これを24~48時間ほど続けます。



なるべく患部に直接氷をあてず
に、アンダーラップを巻いたり、
アイスパックをタオルで巻いて
からあてるようにする

C ...Compression (コンプレッション) 圧迫

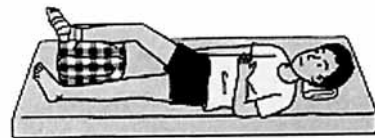
適度な圧迫を患部に行う事で出血や腫れ、炎症をコントロールすることが出来ます。弾性包帯やテーピングの他にもパッド等を当てて包帯で巻く方法もあります。時々患部より先の手足の指先などを触り感覚や皮膚、爪の色をチェックしてください。感覚が無くなってしまったり、皮膚などが変色してしまっていたらすこし包帯を緩めて下さい。



患部にパッドなどをあてて
弾性包帯やテープで強く巻く。
ときどき指先などをつまんで
感覚や皮膚・爪の色をチェックする

E ...Elevation (エレベーション) 挙上

心臓より高い位置に患部を上げることで重力を利用し、出血や腫れをコントロールすることが出来ます。椅子や台、クッション等で手ごろな高さのもので構わないので患部を乗せて下さい。



手頃な高さのものの上に患部を乗せる

2 RICE (ライス) 処置のQ&A

- 1、いつRICE (ライス) 処置を行いますか？
受傷直後(怪我してすぐ)~20分程度行い、40~60分の間隔をあけてから再び行います。症状によりますが24~72時間はこのサイクルを繰り返します。
- 2、どんな時に行いますか？
日常生活で起こりやすい事で言えば捻挫(足や膝をひねった時)、打撲(手足をぶつけた)、骨折(転倒したら手首が痛い)、肉離れ(急いで横断歩道を渡ったら、ボールが当たったような痛みがはした)等の場合です。

3 最後に

RICE 処置はあくまでも応急処置であって治療ではありません。つまり根本的な原因を直すのではなく、治療を早めるための処置ですので、怪我をした時にはすぐに整形外科の先生に診てもらう必要があります。

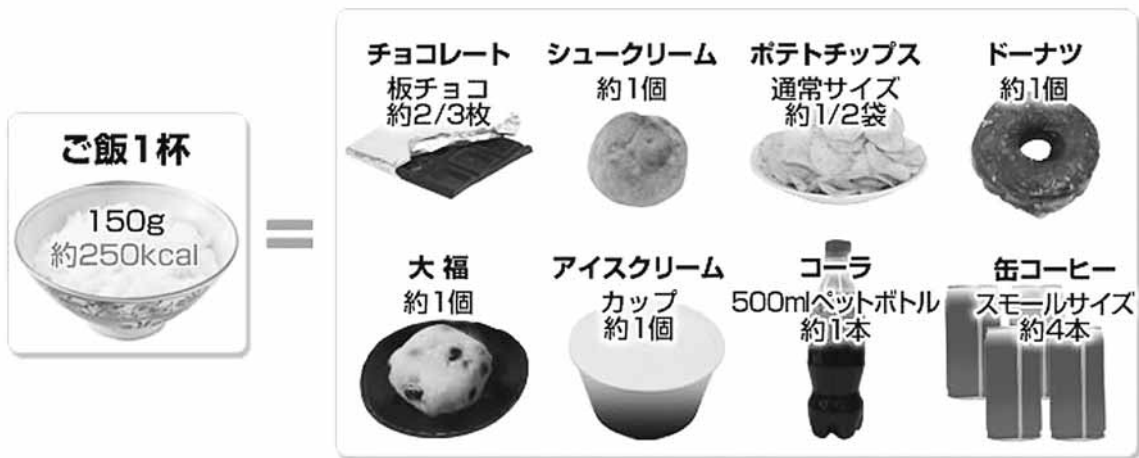
先生に診てもらい、その後は先生の指示を仰ぐ事が大切です。

バランス食事アドバイス

健康なカラダづくりには、カラダを動かし、きちんと食べる事が大切です。
毎日のことだから気をつけたい！「食事」を見直してみませんか？

正しく食べる4つのポイント

- ポイント1 3食規則正しい時間に食べましょう
- ポイント2 バランス良い食事を心がけよう
- ポイント3 食事は時間をかけてゆっくりと楽しもう
- ポイント4 つい食べてしまう間食を控えよう



～薬膳レシピの紹介・白菜のスープ～

鶏肉・400g
白菜・小1/4株
春雨・50g
鶏ガラスープの素・大さじ2
水・900ml
ゴマ油・大さじ2
オイスターソース・大さじ1
しょうゆ・大さじ1
塩コショウ・適量
土ショウガ絞り汁・適量



- 1 春雨は袋の表示よりも、かために戻し、5～6cmに切っておく。鶏肉は3～4cm角、白菜は大きめのざく切りにしておく。



- 2 大きめの鍋にゴマ油大1を熱し、鶏肉を炒め、キツネ色になれば水と鶏ガラスープの素を入れ、煮立てば白菜、春雨を加える。



- 3 鶏肉に火が通り、白菜が柔らかくなれば、オイスターソース、しょうゆ、塩コショウで味を調え、最後にゴマ油大1を回し入れる。

食べる直前にお好みで土ショウガの絞り汁を掛けると更に美味しく、体も温まりますよ！

白菜の薬効

風邪予防・整腸作用・便秘解消・
解熱作用・二日酔いの緩和

ご紹介と案内図

翔仁会

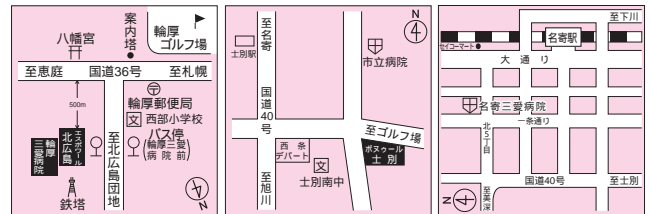
輪厚三愛病院 TEL(011)377-3911
 介護老人保健施設エスポワール北広島
 TEL(011)376-3911
 居宅支援相談センター「きぼう」
 TEL(011)376-3911
 北広島市にし高齢者支援センター
 TEL(011)370-3922
 グループホーム「雪ぼうし」
 TEL(011)377-3914

三愛会

名寄三愛病院 TEL(0165)43-3911
 介護老人保健施設ボヌール士別
 TEL(0165)23-3911
 居宅サービス事業 通所リハビリテーション
 名寄三愛デイケアセンター
 TEL(0165)43-3911
 居宅介護支援相談センター「さんあい」
 TEL(0165)43-3911
 在宅介護支援センター「しあわせ」
 TEL(0165)29-2229
 グループホーム「里の家」
 TEL(0165)42-6612
 総合福祉センター「さんあい」
 小規模多機能型居宅介護 ゆうあい
 指定訪問介護事業所 のぞみ
 有料老人ホーム あじさい TEL(0165)22-3966

関連グループ

【社会福祉法人 士別三愛会】
 グループホーム「サンフラワー」
 TEL(0165)29-6661
 【メリーライフ株式会社】
 TEL(011)377-8444
 【三愛商事株式会社】 TEL(011)377-8371
 グループホーム里の家「桂岡」
 TEL(0134)61-2511
 グループホーム里の家「大曲」
 TEL(011)377-8373
 グループホーム里の家「平岸」
 TEL(011)841-7046
 グループホーム里の家「千歳」
 TEL(0123)28-5184
 【有限会社 メディカルビジョン】



翔仁会ホームページ

<http://www.shojinkai.or.jp>

外 来

医師 消化器科 対馬 伸泰 村上 研
 寺本 順子
 循環器科 増田 敦
 (毎週水曜日午後1:00~5:00)
 整形外科 安念 俊二
 呼吸器科 木下 淳
 皮膚科 松坂 英信
 (月・木・金)

診察時間 / 午前 9:00 ~ 12:00
 午後 1:00 ~ 5:00
 土曜午後・日曜・祝日休診

歯 科

医師 対馬眞智子 川島 美香
 診察時間 / 午前 9:00 ~ 12:00
 午後 1:00 ~ 5:00
 土曜午後・日曜・祝日休診

救 急 外 来

毎週金曜日
 午後 5:00 ~ 午後 7:00
 翌朝午前 7:00 ~ 午前 9:00

院長ホットファックス **011-377-7790**

院長へ直通のファックスダイヤルです！
 何かお気付きの点がございましたらお気軽にご利用くださいませ。