

1月17日

粟嶋神社に初詣に行きました



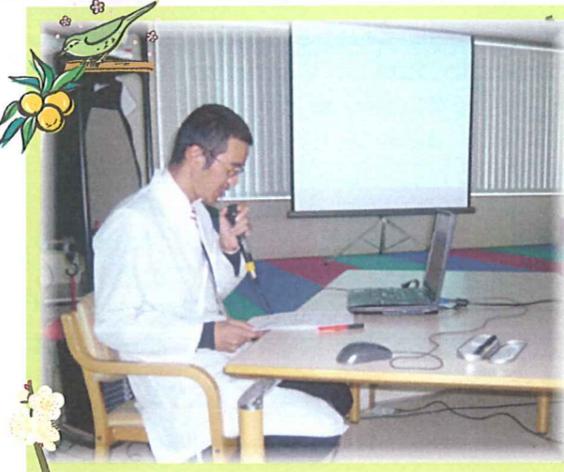
1月17日～22日の期間、利用者さんと粟嶋神社に初詣に行きました。粟嶋神社は日本一小さい鳥居がある神社です。このミニ鳥居をくぐるとご利益があると言われています。今年一年が良い年になるようお願いを込めて、利用者さんと職員は、ミニ鳥居くぐりに挑戦しました。狭い狭いミニ鳥居をくぐるのは容易ではありません。左の写真のように職員がお手伝いをしながらなんとかくぐることができました。

粟嶋神社は子宝の神社でもあります。下の写真のように置物を触るとご利益があるそうです。



にしくまだより

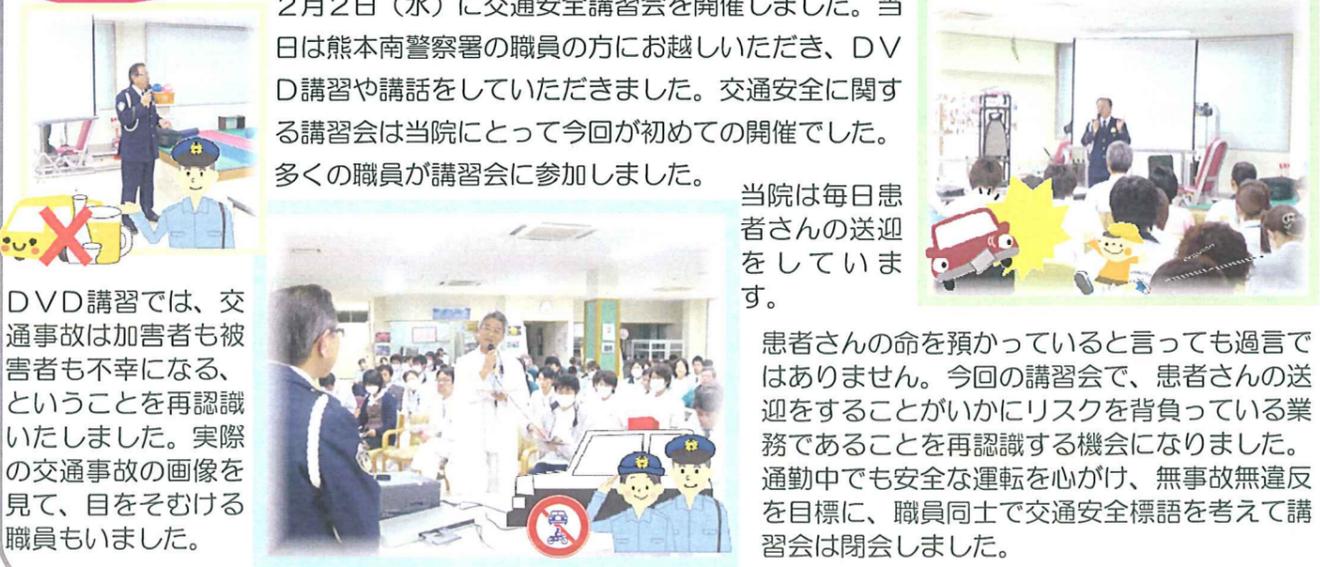
第2回部署目標達成度報告会を開催しました



3月13日(日)第2回部署目標達成度報告会を開催しました。今回で2回目の開催になります。日曜日にもかかわらず、多数の職員が参加をしました。この報告会は各部署がどのような目標を立案して、どのような活動をしているのかを他部署が認識することを目的に昨年より開催しています。3月の年度末に目標達成状況を全職員に報告することで、職員の意識向上を図っています。にしくまもと病院はISO9001を認証しておりますが、この報告会もISOのシステムに沿って、計画Plan-実行Do-確認Check-改善Actionで実施しました。発表スライドをPDCAサイクルで作成し、さらに発表後に質疑応答を行うことでチェックをしました。

2月2日

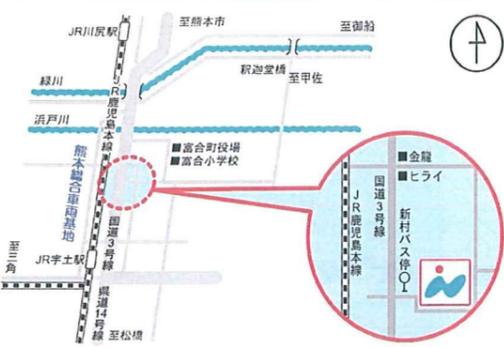
交通安全講習会を開催しました



2月2日(水)に交通安全講習会を開催しました。当日は熊本南警察署の職員の方にお越しいただき、DVD講習や講話をしていただきました。交通安全に関する講習会は当院にとって今回が初めての開催でした。多くの職員が講習会に参加しました。

DVD講習では、交通事故は加害者も被害者も不幸になる、ということを再認識いたしました。実際の交通事故の画像を見て、目をそむける職員もいました。

当院は毎日患者さんの送迎をしています。患者さんの命を預かっていると言っても過言ではありません。今回の講習会で、患者さんの送迎をすることがいかにリスクを背負っている業務であることを再認識する機会になりました。通勤中でも安全な運転を心がけ、無事故無違反を目標に、職員同士で交通安全標語を考えて講習会は閉会しました。



医療法人相生会
にしくまもと病院

〒861-4157 熊本市富合町古閑1012番地 (熊本総合車両基地前、富合駅より徒歩10分)
 TEL: 096-358-1118 (代) FAX: 096-358-1099

一関連施設—
 居宅介護支援事業所
 通所リハビリテーション事業所 れんげ草
 訪問看護ステーション きんもくせい
 臨床薬理センター

一診療科目—
 整形外科、内科、糖尿病・代謝内科、
 消化器内科、神経内科、麻酔科、消化器外科、
 泌尿器科、皮膚科、リハビリテーション科、
 呼吸器内科、循環器内科、
 人間ドック・企業健診(産業医)、特定健診



昨年度の発表は主に部署長が発表しましたが、今年是一般職員が発表する部署もあり、一般職員の意欲の高さが表れているような報告会でした。質疑応答では、管理職だけでなく一般職員からも多数の質問が出され、時間が足りないほどでした。開催するだけで終わるのではなく、分析を強化するためにアンケートも実施しました。アンケートの結果では、ほとんどの職員が「有効性有り」の回答で、次回開催に向けて新しい提案を出す積極的な職員もいました。



患者さんからの質問にお答えします

夜間頻尿は年のせいだからあきらめないといけないの…??



みなさん、こんにちは!! にしくまもと病院で泌尿器科を担当している大谷と申します。尿についてみなさんにわかりやすくQ&Aの形でお話します。

Q、夜間頻尿とはどんなものですか?

A、夜間頻尿とは、夜間の睡眠中に1回以上おしっこで目が覚めることを言います。

Q、夜間頻尿で困ることはどんなことですか?

A、夜間頻尿で困ることは、夜間の眠りが浅くなり、日中の眠気や疲労感により日中の活動に支障をきたします。また、夜間トイレに向かう際のふらつきや段差でのつまづきにより転倒し、大腿骨を骨折して寝たきりになるケースもあります。夜間2回以上トイレに行く人は、死亡リスクが上昇するといわれています。

Q、夜間頻尿の原因は何ですか?

A、夜間多尿（夜間にたくさん尿が作られる状態）と膀胱蓄尿障害（膀胱にためることのできる尿の量が少なくなる状態）の大きく2つの原因が考えられます。夜間多尿の原因は、①抗利尿ホルモン（尿の量を減らす物質）の分泌量減少、②腎臓や心臓の機能低下、③水分の取り過ぎ、④高血圧（特に夜間睡眠中の血圧が高い「夜間高血圧」、⑤糖尿病、⑥睡眠時無呼吸症候群など、生活習慣が多く含まれています。膀胱蓄尿障害の原因には、過活動膀胱（膀胱の過敏な状態になる病気）や前立腺肥大症（前立腺の肥大により尿道が狭くなり、排尿がうまく出来なくなる病気）など、おしっこの通り道の病気が考えられます。これらの原因を調べる上で、排尿日誌の記録が必要になります。排尿日誌の記録に関しては、泌尿器科の専門医がいる病院で指導してもらえます。

Q、生活習慣でのポイントは何ですか?

A、まず水分の取り過ぎには注意が必要です。最近、マスコミや勉強不足の医師の指導のもと脳梗塞や心筋梗塞、脱水予防目的に過剰な水分摂取をされている患者さんが増えています。一日に必要な水分量は体重の約2%（体重50kgの人なら約1リットル）であり、水分の摂取量が多くなればトイレの回数が増えるだけとなります。また利尿作用のあるお茶やコーヒーを夕食後に飲むことを控え、眠りを浅くするアルコールの量を減らすことも有効です。昼間は夜間の睡眠に影響しないように30分以内とし、さらに足のむくみを軽減する目的で、枕などを利用し、少し足を上げて昼寝をすると効果的です。夕方の散歩や軽いジョギングは適度な疲労を自覚し、眠りが深くなります。最後に下半身が冷えるとトイレが近くなるので、冬場は湯たんぽ、腹巻き、電気毛布などを使用し、下半身を冷やさないようにすることは良いことですが、低温やけどには注意が必要です。

Q、生活習慣を工夫しても改善しない場合はどうすればいいですか?

A、生活習慣病、前立腺や膀胱の病気、睡眠障害などの治療が必要となります。「おしっこのことで相談するのは恥ずかしい」とはためらわずに、泌尿器科医に相談してください。



おおだにまさゆき

大谷将之先生：平成9年熊本大学医学部を卒業。福岡大学医学部泌尿器科学教室に入局。平成16年熊本大学医学部で排尿障害の遺伝子治療の研究で博士号を修得。平成21年4月より現職となる。在宅復帰をする上で、大きな障害となる排泄障害の治療とケアを専門としている。院内外で勉強会の主催や学会発表などの教育活動に力を注ぎ、熊本県内で唯一のリハビリ専門病院に常勤として勤務している泌尿器専門医。

◆ご利用者の声◆



当院では、院内数箇所にご意見箱を設置し、ご利用者の皆様のご意見・ご要望を随時承っております。ここでは最近寄せられたご意見を紹介致します。

1 食事ですが、揚げものが多いです。肉もかたまりになっています。一度みなさんで食べてみてはどうでしょうか。タイプピー燕、ちゃんぽん、ラーメンなどめん類が食べたいです。

ご要望とご指摘誠にありがとうございます。肉がかたまりになっていた件は大変申し訳ございませんでした。かたまりをほぐす工程を下ゆでの後に徹底いたします。めん類のご要望については、献立に加えるようにいたします。お食事は入院中の楽しみのひとつですよ。患者様に美味しいお食事を提供をできるよう今後も努力いたします。

2 健康診断受診の予約を事前にしていただけに待ち時間が長かった。

事前に予約をいただいていたにも関わらずお待たせして大変申し訳ございませんでした。状況を確認したところ、人数の把握不足と他企業の方と時間帯が重なってしまったことが原因でした。早速、関連部署と改善対策を検討いたしました。今後は可能な限り企業側の方に検査詳細を決定していただき、人数の把握ができるよう努めてまいります。

3 ワクチン接種の予約をした。接種当日に何度も電話があり来院を催促された。

ご不愉快な思いをさせたこと誠に申し訳ございません。ワクチン接種は、接種後の容態急変を30分観察することになっており、そのために早めに来院していただくお願いの連絡をさせていただきました。説明が十分に行き届いておらず申し訳ございません。今後、ご理解していただける十分な説明を心がけて参ります。

貴重なご意見、ありがとうございました。

今後も当院では、出来る限り皆さまのご要望に沿うような病院となるよう努力していきたくと考えております。お気軽に皆様のご意見をお寄せ下さい。



3月5日

看護過程・看護研究・QC 看護師合同発表会を開催しました



3月5日（土）、「看護過程・看護研究・QC 看護師合同発表会」を開催しました。各部署の代表看護師が症例を発表、担当した看護師は、この日のために膨大な資料をまとめ上げ、多数の看護師の前で発表を行いました。発表前は「緊張するわ・・・」と不安げだった看護師も、発表を始めるとプロの表情に変わりました。



より高い分析をするために、発表者ごとに評価者も決めて行いました。各評価者は師長が担当、幅広い視野で意見交換をするため、各発表者の評価は別部署の師長が担当しました。師長たちは的確な意見と、ベテランの評価を述べ、発表者は師長の期待に応えるかのように堂々と回答を述べました。

