



## 結核対策講習

本年9月、市立秋田総合病院 中央診療部長 本間先生に結核についての講習を行っていただきました。

### 医療法人 敬徳会 藤原記念病院の理念と基本方針

私たちは設立の動機である『地域のための医療』を理念とし、次の事項を基本方針といたします。

#### 基本方針

#### 1.良質な医療提供に関する事項

患者さま本位の医療と良質な医療を提供することを念頭に、救急病院として急性期医療から慢性期医療までを担う病院。また、地域の福祉施設、訪問看護ステーション、自治体などと連携し患者さまに最適な療養環境の提供を目指します。

#### 2.患者さまに対する職員の対応に関する事項

笑顔をもっととし、常に患者さまの立場に立ち、患者さま中心の精神を持って行動します。

#### 3.患者さまの権利の尊重に関する事項

患者さまの権利章典を制定し、常に患者さまの権利を尊重し、十分な説明と合意に基づいた『共同的な営み』として医療を行います。

#### 4.職員の就業に関する事項

私たちはプロ意識を持ち、常に自己研鑽に励み、新しい知識と技能の習得に努めます。



# 二人の新米ママ!!がんばっています

### 3階病棟 看護師 高橋 優子

私は出産後1年の産休、育休を頂き、子育てに取り組みました。その間も母乳の事や子供の成長の具合で悩んだり、今の自分の育児は合っているのか、仕事に復帰して子育てと両立できるのか不安を抱きながらも、子供の誕生・成長に嬉しさや喜びを感じながら過ごしていました。

いざ仕事に復帰すると、仕事をする事の充実感を感じながらも、想像以上に難しい仕事と子育ての両立に今でも悩むことが時々あります。しかし、子育てをしながら仕事をする中で気付かされることや、感謝することが沢山ありました。

まずは、1年という長い休みをくださった師長はじめ、病棟スタッフの皆さん、本当にありがとうございます。復帰してからは、先輩ママから沢山のアドバイスや励ましを頂いたり、子育てしやすい環境をつくって配慮してくれたり、感謝でいっぱいです。また、私が妊婦の時、病棟には他に3人の妊婦さんがいて病棟はとても大変だったと思います。だけど初めての妊娠でわからないことだらけの私にとっては、励ましてもらったり相談し合ったり、出産後にはママ友として集まって話したりと、とてもかけがえのない存在でした。

そして、旦那さんや家族です。旦那さんや家族の協力なしでは仕事と子育ての両立はできません。たくさんたくさん協力してもらい助かっています。ありがとう。

最後に…子育てをしている中で、親としての大変さを実感すると共に、自分が今子供にしているように、自分の両親も沢山の愛情を注いで自分を育ててくれたんだと気づき、それがとても嬉しかったです。

これからも色々な事がありますが、沢山の人の支えられながら、妻として、母として、看護師として頑張っていきたいと思います。

### 3階病棟 看護師 平川 梨佳

仕事に復帰して7ヶ月。目が回る忙しさとはこのことかな、と思うほど毎日があっという間に過ぎていきます。

復帰して5ヶ月での妊娠発覚。重くはないもののつわりや倦怠感、眠気の中、旦那さんの支えは思った以上にすごかったです。掃除、洗濯をほとんどやってくれていて本当に助かりました。

初めての妊娠、出産は心待ちにしていたことだったはずなのに、そのストレスは想像以上のものでした。夜は寝られない、自分の時間は取れない、楽しいはずの育児は時々辛いものになっていました。そんな中、私の道しるべになってくれたのは、まさかの病棟での4人目の妊娠発覚に涙を流して喜んでくれた優子さんの存在でした。何かあればすぐに優子さんにメールや手紙で相談し、共感してくれて、そのストレスは半分以下になっていたと思います。同時期に妊娠、出産する友人がいる心強さはとても大きい存在でした。

でも、どんなにストレスが大きくても本当に子は宝。最近はどんどん話せる言葉が増えて、これ以上かわい生き物はいないと思ってます。実家の両親や旦那さん、友人や先輩たちなどたくさんの人の支えがあり、協力体制が整っているのが2人目の妊娠も素直に喜んで受け入れられたのかな、と思ってます。

これからもたくさんの人に支えられていることを忘れず、あと4ヶ月、仕事に励みたいです。



HちゃんとSくん

☆病棟内で微力ながらWLB(ワークライフバランス)を実践しています。これからもみんなで支え合い頑張りたいと思います。

3階病棟 スタッフ一同☆

## お正月を太らずに 乗り切るために



今年ももうすぐ終わります。お正月は特に祝い事ということもあり、飲んだり食べたりするわりには、体を動かさない日々が続きます。体重が増えがちになりますね。そんな皆様に、太らないためのお正月の過ごし方のポイントをご紹介します。

(2014年になってからこの冊子を読まれている方へはごめんなさい。2015年のお正月に活かして下さいネ)

### お正月を太らずに 乗り切る8カ条

1. 食べ過ぎたと感じたら、その後もしくは次の日は外出し、なるべく体を動かす
2. お正月に食べ過ぎてしまう好物料理の量を、あらかじめ決めておく
3. 食べ過ぎたと感じても、決して朝、昼、晩のメインの食事は抜かない
4. 早食いしない
5. 最初に一つの食材だけ多く取らずに、さまざまな食材を少しずつ取る
6. 小さいお皿に盛って食べる
7. テレビばかり見て食べるのではなく、人との会話を楽しみながら食べる
8. 元旦から無理な食事制限をしない

以上、素敵なお正月をお過ごしください。



## 各部門紹介コーナー

今回は看護部「2階病棟」の紹介です。

### 部門概要

主に外科・泌尿器科・内科の混合病棟です。

スタッフ：看護師21名、看護助手6名、病棟クーク1名

病床数：47床

### 病棟アピール

Fujiwara Memorial Hospital

私達の病棟は急性期～慢性期・手術を受ける患者様まで、色々な方が入院されています。目まぐるしく変化する日々ですが、安心して入院治療が受けられるよう“あたたかい言葉と思いやり”をモットーに頑張っています。時には患者様や御家族の方に逆にいやされながら…これからも地域の皆様に愛され、信頼される病棟をめざして頑張ります。

<2階病棟師長 菅原 延江>



### スタッフから一言

- 活気ある病棟
- 笑顔が絶えない病棟
- 団結力がある病棟
- 忙しい業務ではありますが、力を合わせて頑張っています。
- ポジティブに看護業務を実践しています



副院長 耳鼻咽喉科 東 紘一郎

遺伝によるかもしれない病気に自分や親族が罹ったときに、子孫や親族がその病気に罹る危険や保因者診断のこと、結婚に関することなどを多くの人は心配し詳しく知りたいと思うでしょう。

しかしながら、遺伝病の種類は無数にあり、しかも一つ一つの疾患はまれなものが大部分ですのでなかなか一般の臨床で患者さんに十分な情報を与えることが難しいのが現実です。

そのために臨床遺伝学の知識を持った専門家による遺伝相談(遺伝カウンセリング)が行われてきました。

ところで、遺伝病と言うのは一口で言えば遺伝子の異常によっておこる病気です。ただ、病気には、例えば血の止まらなくなる血友病のようにはっきりと遺伝によると分かる病気もありますが、多くの病気は、遺伝と環境による外因との協力で発病すると言えるでしょう。一例を挙げれば、糖尿病と言う、日本人に多い病気があります。これは、糖尿病になりやすいという遺伝的素地を持った人が、糖尿病を誘発しやすいいろいろな生活習慣と言う外因にさらされて発病します。また、細菌と言う外因によると思われる各種の感染症、例えば肺炎や結核、中耳炎、扁桃炎なども、ある特定の細菌に対する抵抗力はある程度遺伝が関与していることもあると考えると遺伝が全く無関係ではないことがわかります。ただし、遺伝相談(遺伝カウンセリング)で扱う疾患には、はっきりと遺伝と分かる疾患が多く見られます。

遺伝カウンセリングとは「ある家系の遺伝性疾患の発症や発症の危険に関わる人間の問題を扱う話し合いの過程である」とされています。

具体的には、第一に診断とその疾患のおおよその経過、実施可能な治療法などの医学的知識を理解してもらうことがあります。次に、その疾患の遺伝形式と特定の血縁者に再発する危険率を正しく理解してもらわなければなりません。

さらに、再発の危険に対応するためのいくつかの選択肢を理解することが必要です。最近目覚ましい進歩のみられる出生前診断や保因者診断についても、理解してもらわなければなりません。最後に、危険率とその家族の最終目標や倫理的価値基準などを考慮した上で、適切だと思われる方策を選び、それが実行できるようにすることが目標となります。

遺伝病と言えば、忌むべきものとか隠さなければならないものとか不名誉なことなどと言う否定的な意識がまだ強く、遺伝相談(遺伝カウンセリング)外来の敷居もまだ高いようです。しかし、すべての人が病気の遺伝子をいくつか保因者の形で持っていることを考えると、健康な人が遺伝病を発症していないことは、単なる偶然の幸運にすぎないとも言えます。いずれにしても、遺伝相談(遺伝カウンセリング)が、遺伝の関係した問題で悩んだり心配したりしている人の助けになることを期待したいと思います。



## 『床ずれ』について

褥瘡認定看護師 加賀谷みどり



「床ずれ(褥瘡)」は病気等で体を動かすことができなくなり、長時間同じ体位にいるために体の重みにより血液の流れが止められて皮膚に潰瘍ができる状態です。

「床ずれ」は皮下脂肪の少ない、仙骨部、腸骨部、踵や肘などに発生しやすいと言われていています。予防のためには時間ごとに体の向きをかえ、同じ部位が圧迫されないようにすることが大切です。最近では体圧分散マットレス等の用具も開発され広く使用されるようになりました。

二次的要因としては加齢による皮膚の変化、摩擦やずれ、おむつ使用のための皮膚の湿潤、皮膚疾患の局所的要因。低栄養、やせ、加齢に伴う活動の低下、糖尿病・心不全・鬱状態などの全身的要因。介護のマンパワー不足、経済力不足、情報不足などの社会的要因が挙げられます。社会的要因については介護保険制度などの社会的資源を活用することで解決されることも多いと思います。

「床ずれ」対応については10年くらい前までは「消毒後乾燥」という処置が行われていましたが、現在は「保湿」が重要とされています。微温湯で洗浄し適切な軟膏を塗布し保護が一般的な処置になっています。きれいな状態の「床ずれ」にはドレッシング剤を使用することもいられています。

感染のない「床ずれ」に対しては在宅での対応で可能と思います。しかし「床ずれ」の状態が悪化(深くなっている、悪臭がする、黒くなってきている、熱がある等)と思われる時はすぐに病院受診が必要です。特に感染が認められる場合は生死に関わることもあります。

私たちは常に新しい知識を得るために研修会・学会活動に参加しています。私たちが得た知識を地域の皆様に広く提供したいと考えています。

病院では二次的要因を克服するために医師、看護師、薬剤師、管理栄養士の専門職が関わり栄養等も考え日々活動しています。

医療スタッフだけでは解決できないことも多くあります。地域の方々のご理解を得、交流を深めながら患者様のために努力していきたいと思ひます。

床ずれ対策しましょう





## 院内暴力の対応・ 護身術の実践

平成25年11月に五城目警察署員の方々より“院内暴力の対応・護身術の実践”について“実技あり”の講習を行って頂きました。



### 編集後記

気がつけば、すでに師走。あっという間に1年が経ちますね。みなさんはどんな年でしたでしょうか。

今回のなつめは、結核・遺伝・痔瘻と専門的な内容になりました。自分に来ることを極め、地域の皆様に貢献していく…専門性を発揮しながら、お互いが力を合わせより良い医療を提供するべく頑張っています。

相手が笑顔になってくれると、こちらも嬉しくなります。そんな気持ちを忘れずに、来年も、たくさんの笑顔に会えるよう日々精進していきたいと思えます。



Fujiwarahospital

# 藤原記念病院

〒010-0201 潟上市天王字上江川47

TEL 018-878-3131 FAX 018-878-7234

URL <http://www.fujiwarahsp.or.jp/>

### 特選! 受付のお花

いつも患者様にご好評頂いている  
受付の花を特選し、紹介します。

この花はアラクニスとアスコケントルム、パンダの3属を交配して人工的に育種されたラン目ラン科モカラ属の蘭です。花色には、黄色や橙色などがあり、通年開花します。

トロピカルムード漂う南国のお花って感じですよ。色も、南国の強烈な太陽光線に負けないようビビッドな色がメインのようです。最近では淡い色もあるようで、淡い色だと和風やエレガント調のお部屋に飾ってもファッショナブルでgood!

一般名:モカラ  
学名:Mokara

原産地:栽培品種(東南アジア)  
花言葉:優美・気品



### なつめの由来



花自体は小さくてあまり目立たないなつめ。実は利尿作用や滋養強壯の薬として使われたり、食用として食べたりと用途は様々で、とても重宝されております。決して大きい病院ではありませんが、当院も地域の皆様に重宝されるような病院を目指しなつめと名付けました。(なつめの花言葉『健康の果実』)