

寺岡記念病院

外来診療表

外来受付時間 平日:午前8:30～11:30
土曜日:午前8:30～11:00

外来診療時間 月～土曜日:午前 9:00～12:00
午後 1:30～ 5:30

診察室		月	火	水	木	金	土
内科	1 診	松本 寛	武田 昌	城戸 雄一	武田 昌	足立 卓哉 (肝臓)	武田 昌
	2 診	熊谷 功	熊谷 功	松本 寛	福田 真治	熊谷 功	松本 寛
	3 診	寺尾 俊紀	寺尾 俊紀	砂田 匠彦 (月2回)	松村 彰文	松村 彰文	福田 真治
	4 診	福田 真治	城戸 雄一			杉本 太路 (脳神経内科)	寺岡 朋子
	専門外来	西森 久和 (月2回・血液内科)		音成 秀一郎 (脳神経内科)	鈴木 英之 (消化器内科)	中村 重信 (月2回・パーキンソン)	榎野 博史 (月1回・腎疾患)
	専門外来	内田 治仁 (月2回・糖尿病)		中川 晃志 (循環器内科)	病院長午後外来	吉栖 正生 (月1回 循環器内科)	岩崎 良章 (月2回・肝臓)
脳神経外科	1 診		森田 明夫	森田 明夫			東京大学
	2 診	竹信 敦充	竹信 敦充	東京大学	竹信 敦充	竹信 敦充	竹信／小池
	3 診	平野 雄大	小池 司	平野 雄大	小池 司	小池 司	赤塚 啓一 (月1回・脊椎脊髄外来)
	会長診察室	寺岡 暉			寺岡 暉		
	専門外来		脳健診	総合診療	脳健診		國井 尚人 (月1回・てんかん外来)
外科	1 診	花畑 哲郎	蓮岡 英明	花畑 哲郎	蓮岡 英明	因來 泰彦	花畑／因來／新田
	2 診	蓮岡 英明	因來 泰彦	松本 聖	因來 泰彦	花畑 哲郎	岡山大学
	専門外来		新田 泰樹 (内視鏡外科)		大澤 晋 (心臓血管外科)		
整形外科	1 診	松本 芳則	中道 亮	小坂 義樹	小浦 卓	松本 芳則	周 鉅文
	2 診						
	小児整形			小坂 義樹			
	形成外科			光井 恵麻			岡山大学
泌尿器科	1 診	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二	志田原 浩二

2023.8.1 現在

専門外来

糖尿病	月 (月2回)	14:00～16:00	予約制	パーキンソン病	金 (月2回)	14:00～16:00	予約制
血液内科	月 (月2回)	9:00～12:00	予約制	総合診療科	水	14:00～16:00	予約不要
循環器内科	水	14:00～16:00	予約制	てんかん	土 (月1回)	9:00～11:00	予約制
消化器内科	木	11:00～12:00	予約制	心臓血管外科	木	9:00～12:00	予約制
病院長午後外来	木	14:00～15:30	予約制	小児整形外科	水	14:00～14:30	予約制
肝臓	金	9:00～12:00	予約制	形成外科	水・土	10:00～11:00	予約制
	土 (月2回)	9:00～12:00	予約制	ストーマ外来	第3木曜日	14:00～16:00	予約制
腎臓	土 (月1回)	10:00～12:00	予約制	脊椎脊髄外来	第2土曜日	9:00～12:00	予約制
痙攣外来	火	14:00～16:00	予約制	内視鏡外科	火	9:00～12:00	予約制

地域医療連携室

外来・入院紹介 **TEL／0847-40-3656**
FAX／0847-40-3657

寺岡記念病院

TEL／0847-52-3140 (代) FAX／0847-52-2705

通所リハビリテーション「フォース」

TEL／0847-52-7655

検査予約 (CT・MRI) **TEL／0847-51-8045**

本誌について、ご意見ご感想がございましたら是非お聞かせください。

てらおか メディカル・クォーターリー



TERAOKA MEDICAL QUARTERLY

Vol. **76**
2023.08

社会医療法人社団陽正会
寺岡記念病院



〒729-3103 広島県福山市新市町新市37番地 TEL0847-52-3140 (代)
Email: info@teraoka-hosp.jp http://www.teraoka-hosp.jp



発行

Vol. **76**
2023.08

てらおか
メディカル・クォーターリー

特集 素戔鳴プロジェクトの 進捗状況と今後

4月に開設された、高齢者健康医学センターのセンター長森田医師から、プロジェクトの進捗状況と今後についてお話しいただきます。

また、4月から当院脳神経外科に着任した小池医師よりめまいについてのお話しや、当院認定看護師の紹介や地域講座、イベントのご案内など盛りだくさんとなっています。

メディカルクォーターリーは、
WEBでも閲覧できます。



素戔鳴プロジェクトの進捗状況と今後・・・P1
めまいについて・・・P11
看護師の特定行為について・・・P13
失語症とは
～失語症向け意思疎通支援者としての活動～・・・P17
出張フレイル予防塾に参加しています！・・・P19
検査室のお仕事 第3回『生理検査』・・・P21
第12回手づくりマルシェ・・・P24
イベント案内・・・P25
理念・病院カレンダー・・・P26
外来診療表・・・裏表紙

寺岡記念病院情報誌

2021 駅家花火

すさのお 素戔鳴プロジェクトの進捗状況と今後



寺岡記念病院
高齢者健康医学センター・センター長
脳神経外科顧問 森田 明夫

このメディカルクォーターで2回目に掲載させていただけることになりました。今回は、前回趣旨を紹介させていただきました素戔鳴プロジェクトの現況と今後のプランをご紹介させて頂こうと思います。3ヶ月ではなかなか世の中物事を進めるのは難しいとは思いますが、人生短し、私もこれまで65年間生きてまいりましたが、実は本当に頑張ったとか価値があったと思われるのは、重要なところでの3ヶ月間が何度かあったと思われることがあります。(わたしの日本医科大学退職の際の記念講演のサブタイトルは「Key wordは3ヶ月」でした。前回お示した私の紹介ページにその時のビデオがありますので、もしご覧になりたい方は文末のQRコードから参照して下さい。)

さて素戔鳴プロジェクトのその後の進捗状況をご紹介します。

5月20日にローカルコモンズしんいちのガーデンテラスで開催された手づくりマルシェの催しに合わせて「美しい歩き方イントロ講習」をしていただきました。前回のメディカルクォーター記事でも紹介させて頂いたNHKでラジオ放送された、より良い歩き方(黒田恵美子先生の講義)の内容も素晴らしいのですが、板橋先生の実地講習はとても素晴らしかったです。特に素戔鳴神社の境内の広い敷地で5月の心地よい風の元での歩行演習はとても良かったです。その後5月31日にも2時間コースの初級編を講義とともにしていただきました。(当院ホームページにもイベント紹介しております。QRコードまとめて添付)

2回分の講習の内容の概要をまとめて記載させていただきますと、
まず大事なのが

①靴の履き方です。

靴はwalkingには運動靴がベターですが、これも足にあったものを選ぶことが大事。福山近辺は靴のメーカーも多く、また福山駅近くのCueというお店はそれぞれの人の足にあった靴を提供してくれるそうです。(まだ行けてません)すごく大切なのはまず靴べらを使って履いて、靴の背中を潰さないこと!踵をしっかりトントンと叩いて靴の背中に合わせる。次にいつも靴を履くときは、まず紐を全体に緩めて指がそれぞれの靴ひも穴ごとの紐の下に入れられるようにして、特に中足骨(足の甲と指の間です)の周辺を紐を外側(上ではなく)に引っ張って締め込むことが重要とのこと。最後のところに紐だけ閉めると足の甲だけ締め付けられて痛みを出す原因になってしまうそうです。「靴なんてどうでも」なんて大間違い!靴の選択と履き方はあなたの歩き方の命運を左右します!(とのこと)

②次に重要なのが「後ろ足の残し。」

歩く時に後ろ足をしっかり意識し、残して歩いていくようにする。そうするとしっかりと前足を出すことができます。

01 Walking classの開講

経済リポートの山田様からご紹介を受けて府中市上下町にお住まいのポスチャースタイリスト(ポスチャーウォーキング協会の認定講師です:<https://www.posturewalking.jp/>)の板橋千代美先生に

③次に「あらいい匂い目線」。

黒田さんの時には水平に、または無限に遠くを見るようにと説明しましたが、ポスチャーウォーキングでは、「あらいい匂い、この花(うなぎでも良い)の匂いはどこから?」と周囲の嗅いでいるような、やや上目線で、空気の匂いを嗅ぎながら歩くような感じで歩く。そうすると自然と上体が起きて、頭が前屈みでなくなる。一番悪いのは下目線で、前屈みで、小刻み歩行。頭が背骨の中心線にしっかり乗っている感じ。前に傾いて落ちる感じではなく。これは座っている時も同じで、クタって前屈みで座っているといつか腰を悪くします。しっかりと椅子の背に背中をつけて、頭を真上に、少し上向き加減ですわる。そうすると会議の時も意見は言わずとも少しは前向きに見えるのではないかなと。

④次のポイントは「手の振りしっかり」。

黒田流では45度前後振りと言いましたが、こちらでもほぼ同様。しっかり前にも後ろにも腕を振ることが大切です。女性の場合は、後ろに少し指を残すような色っぽい所作。男性の場合は卵を指で抱えているような半にぎり腕を前後させることが大事とのこと。

⑤最後に「男歩きと女歩き」の足の出し方です。

女性の場合は線の上をまっすぐ歩くような感じ。すなわち少し内股気味になるか?男性の場合は綱引きの綱が一本置いてあるようなその両脇を歩いていく:一歩幅あける。



文章よりはやはり実地練習が大事です。8月30日、またその後も3ヶ月ごとくらいに板橋先生のwalking講習を予定しておりますので、興味のある方はぜひご案内をお待ちください。



靴紐を歩くたびに
しっかり締めるのが
大事!



正しい座り方



上を見て、手を振って、後ろ足を残して歩く



図1 Susanoo-Walking Class

02

病院訪問と連携強化

6月の素戔鳴ブログで紹介させていただきましたが、4月・5月と近隣の医療機関を訪問させていただき、更なる病院間連携の強化のお願いと、本プロジェクトの紹介、ご賛同およびご協力をお願いをしてまいりました。(各病院の紹介など詳細はブログを参照・QRコードまとめ)

私はといえば、センター長などと名乗っておりますが、これまで寺岡記念病院や富士宮市の病院での勤務を除けば地域医療に関わったことはほとんどなく、いわば地域医療の初期研修医です。

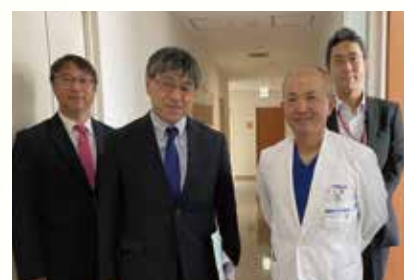
それに引き換え当院や近隣医療施設でずっと地域の医療をささえてこられた先生方が考えられることは一つ一つのコメントが重く、実情に根ざしています。まずは調査で使おうと思っていたむずかしすぎるアンケートを簡単でわかりやすく、絵などを挿入して親しみやすいアンケートにすること。項目数もずっと少なくして行く方針としました。また運動施設についても色々ご意見いただきました。次の項目に紹介記載させていただきたいと思います。

病院訪問させて頂いた、府中市民病院、福山循環器病院、小島病院、大田記念病院、沼隈病院、日本鋼管福山病院、福山医療センターの院長、事務長、連携スタッフ、看護スタッフの先生方大変ありがとうございました。でもこの地域の大問題として、看護師さんや医師の確保の困難さ、そして少子化の進行、コロナ後の病院運営の難しさは都市部でも非都市部でもどこも共通する課題であることがわかりました。なんとか国や地方自治体とも協力してこの地域の急性期及び慢性期、予防医療が崩壊しないように協力して努力していきたいと思います。

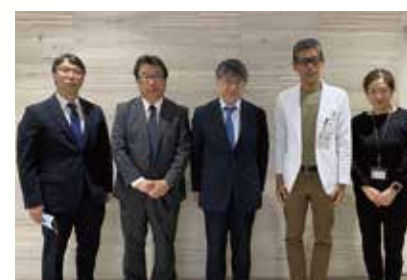
図2 病院訪問



小島病院
小島敬太郎会長・廉平院長
当院寺岡謙理事長と



福山循環器病院 向井院長・
渋谷事務長と



大田記念病院
大田泰正理事長・章子先生、
当院竹信脳神経外科部長



沼隈病院
檜谷会長・川眞田院長と



日本鋼管福山病院
浜田病院長・久保田事務部長と



福山医療センター
稲垣病院長・平事務部長と

03 小規模運動施設開設準備

本プロジェクトの一大企画は寺岡暉会長の東京大学体育学部時代の同僚で東京大学名誉教授・本プロジェクト顧問の宮下充正先生ご提案である小規模運

動施設の地域での充実と、地域の運動習慣(意識)の向上です。1)で取り上げたWalking classもその一環ですが、何しろこの地域では歩くことが少ない。私

でさえ歩行歩数が昨年の1/4程度に落ちてしまっています。1kg10万円以上かけて痩せた○○○ッププログラムの恩恵が、リバウンドまっしぐらです。したがって「歩いていける近所」に無料で安全に運動ができる施設が必須なのです。大掛かりなマシンやベンチプレスなど有する本格的なエクササイズルームというよりは、安全に腹筋運動やダンベルを持ってスクワットなどができる簡便に立ち寄れる小運動施設を考えています。宮下先生の理論に基づいて、安価で安全で効率的な施設設置をしていこうと考えております。まず手始めに福山市の保健福祉局に本構想のことをお話しさせていただきました。次に府中市ともお話しさせていただきました。まずは公民館や交流センターの一角にブースを確保して小規模施設を作っていこうとご示唆を受けております。機器の配備にはクラウドファンディングなども検討したいと思います。またこれは病院訪問でのご意見ですが、作っても皆さんが来なければどうにもならない。そのきっかけとしては、まずは施設開設オープニングイベント、運動の勧め講座の実施、トレーナー実習の実施、「運動の勧め」を各連携病院に掲示してもらったり、

主治医やかかりつけ医の先生からお話ししてもらう。ボランティアを通じて市民への周知を促す、などの施策を考えたいと思います。また、トレーニングの指導者として地元でリタイアされたりハビリ技師さんや看護師さんたち、また体育学部の学生などのボランティア・アルバイトリクルートなどを考えたらどうかという提案も受けております。より安全な運動習慣をつけてもらうことを企画したいと思います。

まず簡単な筋トレメニューとして、①腹筋(椅子でもできますし、ダンベルを抱えると負荷を増やせます)②スクワット(なるべくお尻を後ろに出してゆっくりするのがコツ、こちらもダンベルを持つと負荷を増やせる)③机腕立て これらのメニューに関してはNHKテレビ「筋肉体操」「やるか? 今やるか?」が合言葉の順天堂大学の谷本道哉先生のYouTube動画があります。ぜひ参考に筋トレ運動を今すぐ!始めてください。



谷本道哉先生筋トレ

小規模運動施設構想 (Miyashita-Labo)

顧問 宮下充正 東京大学名誉教授



高齢者の筋力トレーニング
(上肢、体幹、下肢と色々な組み合わせで行う)

実際のトレーニング
上体起こし



レッグプレス

図3 小規模運動施設設備

04 研究プロジェクトの始動

現時点で以下の2つの研究プロジェクトを立ち上げ、寺岡記念病院倫理委員会の審査を経て研究を開始しております。まだ脳神経外科・脳関連の研究ですが、今後癌や糖尿・腎臓など研究も立ち上げていきたいと思ひます。

①Susanoo-MRI project :

「認知症およびFrail発症患者と非発症患者の頭部MRI所見とその経時的変化、生活習慣・基礎疾患の関連の検証」

これまで寺岡記念病院に受診され頭部MRIを受けられた患者さんの画像の経過をAIなどを活用した評価手法を開発し、脳卒中や認知症、Frailを発症された患者さんと健康を維持されている患者さんの脳にどのような変化が起きてきたか、どのような特徴量が将来の疾病発生に関与するかを解明しようとする研究です。

②Susanoo-Life-Brain Project :

「高齢者生活習慣データ・バイオバンクの構築と予後調査」

こちらはまだ準備段階ですが、65歳以上の新市・府中地区住民の方に協力をお願いして、生活習慣のアンケートにお答えいただき、また同意の得られる方か

らは血液・唾液・便の提供を受けて、住民の生活習慣データベースとBiobankを構築する予定です。だいたい1000名の方のデータを集めたいと思っております。唾液・便は細菌叢の同定のために用い特に現疾患の解明のために用いるわけではありません。この調査は5年後、10年後の経過観察とペアになっており、生活習慣や体内の細菌叢がどのように高齢者の予後に関わるかを検証することを目的としています。この調査は直接ご協力いただいた方の健康状態の把握

に役立つわけではありませんが、血液に関しては基本は血漿と血球に分けて凍結保存する予定ですが、ご希望があれば一部を健診データとして肝臓・腎臓機能・糖尿チェックなどをさせていただくことも可能です。ただし癌のマーカー検査は有料となります。またさらにBiobank構築にご協力をいただいた方には寺岡脳簡易MRIドック受診券(MRI/MRAと結果説明)を格安で配布することを検討しています。

05 地域経済と医療ツーリズムの連携

東京で長年暮らした者にとっては、新市や福山、府中市は隠れた秘境ではないかと思われるくらい美しいところです。優れた医療技術と診断力、そして美しい風景と、美味しい食事があれば、医療ツーリズムの最も大きな原動力になります。そして福山・府中地区にはデニムや服飾、機械、靴などの日本を代表する医療に関連する事業団体が数多く存在します。ぜひこの地区に産業と医療の共同連合体を構築できればと考えています。手始めに会長と親交のあるカイハラ株式会社の会長にお願いしてデニム生地のスラブを作っていただきました。まだ試作品で私が着ているだけですが、普段着としても、医療着としてもとても素晴らしいと思っております。



カイハラ株式会社のスラブ。とても肌触りが良くて着やすいです。モデルが悪くて申し訳ありません。

またこれは沼隈病院の会長で広島県病院協会の会長もされている檜谷義美先生のアイデアでもあるのですが、常石の造船業界と協力して、次の日本で必ず起こる災害に備えて手術室機能も備えた病院船を作ってどうかなどと考えています。当然平時にその船をどうするかが問題となりますが、GUNTUが瀬戸内海クルーズで予約不能くらい大変人気と聞いていますので(滞在5日で100万円くらいだそうです!）、平時は人間ドック兼ツアー船として活用してはどうか?などと考えています。

「病院船」とネットで引くと韓国ドラマ「病院船」とWikipediaの記事が出てきます。日本では戦前に病院船が作られたようですが、その後は計画はあっても費用などの面で大規模災害があったのちも断念せざるを得ない状況であったようです。でも2021年6月に国会で「災害時等における船舶を活用した医療提供体制の整備の推進に関する法律」(略称:病院船推進法)が成立して3年以内に実施されるとのことで、国家規模の事業が始まるようです。



米国の病院船マーシー



瀬戸内クルーズで人気のGuntu



病院船記事

図4 地域産業と医療ツーリズムの連合推進

06

素戔鳴プロジェクトの今後の方針と雑談

さて雑駁なプロジェクトの現況の話をダラダラと記載しましたが、まだまだこのプロジェクトは始動したばかりです。当初より企画しているコグニサイズの運用、朗読会、Walking ツアーや筋トレコースなどまだ実施できておりません。次の3ヶ月間には開催したいと思っております。また健康食に関しては、寺岡朋子先生が主催されているTWO Moons Kitchen(巻末QRコードに紹介)を中心に企画を立てていただこうと考えております。

府中には朝じめ鶏専門の中林商店や神石牛などを扱っている山一精肉店などのお肉の名店があります。先月の素戔鳴ブログに書かせていただきましたが、中林さんの鶏肉は最高でした。もちろんこの地域は肉だけではなく魚や野菜なども大変美味しい。そのような美味しい素材を生かした備後発健康食を開発したいですね。



朋子先生のkitchen

図5 食事は大事!



府中市の中林鶏肉店



鶏もも肉と肝のソテー



中林さんの鶏で作った妻の誕生日祝



超美味しそうなお肉を売ってます

図6 関連QRコードまとめ



Key wordは3ヶ月講演サイト



Style walking event 紹介記事

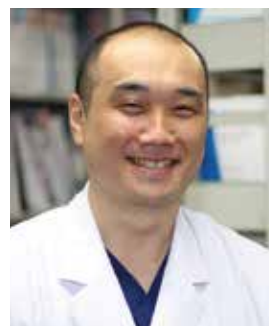


素戔鳴ブログ: 病院訪問紹介



Two Moons Kitchen 情報

めまいについて



寺岡記念病院
脳神経外科
医師 小池 司

みなさま、「めまい(眩暈)」は、非常に一般的な症状で、誰でも経験する可能性があって、一口に「めまい」といっても、実際には様々な症状が含まれて原因が異なります。

今回は、そんな「めまい」についてお話させて頂きたいと思います。

めまいとは ● ● ● ● ●

自分自身や周りのものがぐるぐる回転しているような不快な感覚や、ふわふわする感覚、気が遠くなりそうな感覚、目の前が暗くなる感覚、物が二重に見える、不安感、動悸や息切れといった様々な症状をめまいとして感じる場合があります。

めまいは原因が多岐にわたるため、適切な治療法を見つけるためには、正確な原因を特定する必要があります。



めまいの原因について ● ● ● ● ●

めまいには、以下のような種類があります。

前庭性めまい

耳(内耳や三半規管)の異常が原因となるものです。症状として、ぐるぐる回転する感覚、揺れるような感覚があり、吐き気が出ます。代表的なものとして、良性発作性頭位めまい症や前庭神経炎があります。比較的中年以降にみられる傾向があります。寝返り、布団からの起き上がりなど、頭の向きを変えるときにめまいが出ます。良性発作性頭位めまい症では、お薬の他にめまい体操を行うこともあります。

また、時として耳鳴りや聴力の低下を伴う場合があります、メニエール病や突発性難聴などの可能性があるため耳鼻咽喉科での診察が必要となります。

中枢性めまい

脳卒中などが原因となることが多いものです。症状として、ふわふわする感じなどの他に、物が二重に見える、激しい頭痛、呂律が回らない、手足が動かない、しびれ、意識障害などが急に生じる場合があります。この場合、脳卒中(脳梗塞、脳出血、くも膜下出血)が疑われるため、速やかに医療機関へ受診する必要があります。治療は、診察と画像検査により原因を診断し、適切な対処を行います。

発症・再発の予防ため、脳卒中の危険因子(高血圧症、脂質異常症、糖尿病、心房細動、喫煙、メタボリックシンドローム、睡眠時無呼吸症候群など)を管理することが重要となります。別の原因として、脳腫瘍でも、類似した症状を示すことがあり、状況に応じた治療が必要となります。

まとめ ● ● ● ● ●

日常生活でめまいが出た場合は、安全な場所に移動し、横になるなどして休息することが大切です。また、症状が続く場合や重度の場合は、早めに医療機関を受診することをお勧めします。また、脳卒中の発症やその他の原因によるめまいが起こることを減らすため、普段の生活習慣改善として規則的な生活、バランスのとれた食事、十分な睡眠、ストレスの軽減などを心がけましょう。

その他のめまい

原因は多岐にわたります。血圧など自律神経によるもの、不整脈によるもの、脱水などによるもの、体液の減少により脳への血流が少なくなると、目の前が暗くなる感覚や、不安感を覚えたり、動悸などの症状に繋がることがあります。その他、熱中症や外傷後頸部症状、心身のストレスなどでも起こりえます。

治療は原因に応じて行います。高血圧症の治療や、薬剤の調整、血糖のコントロール、熱中症の治療を行います。各々の治療のため主治医、救急医療機関、内科、耳鼻咽喉科、整形外科、心療内科、精神科などでの治療が必要となります。



看護師の特定行為について



脳卒中看護特定認定看護師
特定行為実践看護師
外来看護師長 井上 友美

わが国では、少子高齢社会において多様化する国民のニーズに応えるため医療提供体制の改革が行われています。医療の高度化・複雑化が進む中で、質が高く安全な医療を提供するため「チーム医療」を推進し、各医療従事者が高い専門性を発揮しつつ、業務を分担しながら互いに連携することにより、患者の状態に応じた適切な医療を提供可能になると考えています。そのために、医療従事者の業務の内容及び業務の実施体制の見直しが行われています。その中の一つとして看護師に対して、「特定行為研修制度」の創設が挙げられます。

「特定行為に係る看護師の研修制度」は「地域における医療及び介護の総合的な確保を推進するための関係法律の整備等に関する法律」において「保健師助産師看護師法」の改正に伴い、2015年(平成27年)10月1日から施行されています。

特定行為は、診療の補助と位置付けられます。看護師が行う医療行為のうち手順書¹⁾により行う場合には、実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及びスキルが特に必要とされるものとして定められた38行為があります。

特定行為を看護師が行う場合、医師又は歯科医師の指示のもと、手順書に基づき実施されます。特定行為は診療の補助であるため、難易度の高い行為であり、実施するためには**特定行為研修²⁾**の修了が不可欠になります。

- 1) 手順書とは、医師・歯科医師が看護師に診療の補助(特定行為)を行わせるために、その指示として作成する文書であって「看護師に診療の補助を行わせる患者の病状の範囲」「診療の補助の内容」等が定められている。
- 2) 特定行為を行う看護師に対して行われる共通科目・区分別科目からなり、科目によって講義、実習、演習が行われる研修。

研修を修了した看護師は、「診療の補助」である特定行為を手順書に基づいて行うことが認められています。特定行為研修は、「特定行為」のみを行うのではなく、病状の変化や疾患を包括的にアセスメントする能力を身につけるため、看護を基盤としてさらに医学的知識・技術を強化する研修です。**対象となる患者の状態に合わせたタイムリーな対応と専門性を発揮することで、質の高い医療・看護を効率的に提供することが期待されています。**

特定行為
PICC挿入実践風景

外科医の指導下で安全に
実践しています。



(特定行為PICC挿入実践風景)



私は2010年に脳卒中リハビリテーション看護認定看護師を取得しました。認定看護師として看護実践を行っていき中で、患者さんの急変時などにタイムリーな対応ができない場面に多く遭遇し、ジレンマを感じるようになりました。そんな中、特定行為に係る看護師の研修制度があることを知り、特定行為研修を受けたいと思うようになりました。2020年に岡山県にある川崎医科大学附属病院で特定行為研修を開始しました。しかしコロナ禍での研修であった

ため、1年の休学期間を得て、2022年3月に無事特定行為研修を修了し、特定行為実践看護師として特定行為ができるようになりました。

感染対策遵守や体調管理の徹底など多くの制約がありましたが、上司や同僚、病院職員のみなさまの支えがあり、何とか乗り越えることができました。

2022年度は54件の特定行為実践を行っています。今後もタイムリーな対応を目指します。

特定行為実践後のご相談、看護指導の研修会を行っております。

ご要望がありましたら出向いて対応させていただきます。

地域連携室へご相談ください。



研修指導の様子



院内にポスターを掲載しています。
お気軽にお声かけ下さい。



失語症とは

～失語症向け意思疎通支援者としての活動～



回復期リハビリテーション病棟
看護師主任 森川 美香

皆様は「失語症」という症状をご存じでしょうか。例えば、頭の中では話したい言葉があるのに、伝えようとしてもうまく話せない。(運動性失語)相手の言っていることが理解できない。(感覚性失語)などの症状があり、コミュニケーションに大きな障害をきたします。

社会復帰または日常生活をおくる失語症のある方の支援には、症状の理解と対象者のニーズを的確にとらえることが大切です。時には支援者として失語症のある人の意思決定を支え、代弁することもあります。

当院には“回復期リハビリテーション病棟”があります。主に脳血管疾患(脳出血や脳梗塞)による後遺症の他に骨折やケガによる運動機能障害がある方に対して、多職種の連携を図り社会復帰を支援しています。



回復期リハビリテーション病棟に配属されて4年が過ぎ、支援者としての成長を考えていた時「失語症向け意思疎通支援者研修」という研修があることを知り、「失語症」に対する理解を深め、より患者に寄り添った支援ができるようになりたいと思い受講を決意しました。

未だ「失語症」に対する社会の認知度・理解度は低く、支援を必要としている「失語症のある人」が地域には多くおられる事を知りました。入院中は医療・看護・介護・リハビリスタッフの支援があり安心して過ごすことができます。しかし退院すると社会的理解を得ることに困難があり、十分な支援を受けることができず、次第に引きこもってしまう人も多いということでした。

「失語症向け意思疎通支援者」とは、「失語症のある人」が安心して社会参加できるように2018年から活動が開始されました。私も2022年度5期生として認定され、まだまだ未熟者ですが、経験を積み、「失語症のある人」が笑顔で生活できる支えとなれるよう頑張りたいと思います。

現在は所属病棟で言語聴覚士と共に「失語症のある人」への支援を行っています。先日、当法人のイベント「手づくりマルシェ」でも相談ブースを設けて、支援の必要性について相談会を行いました。また、毎月「失語症の会(備後の会)」へも参加しています。

今後も院内への普及活動、地域社会の中で「失語症向け意思疎通支援者」として支援活動を増やしていきたいと思っています。

失語症に関するご相談は、当院地域連携室まで

出張フレイル予防塾に参加しています！

リハビリ室
公認心理士 植松 尚美

フレイルとは何か？

皆さんは「フレイル」という言葉を耳にしたことがありますか？

フレイルとは、加齢とともに心身の活力が低下し、「健康」と「要介護」の中間の状態で、要介護の危険性が高まった状態をいいます。しかし、早めにフレイルの兆候に気づき、日常生活を見直すことで健康な状態に戻ることが期待できます。



フレイル予防の3本柱



フレイルを予防するためには「栄養・口腔」「社会参加」「運動」の3つに取り組むことが大切です。3つの柱は、お互いに影響し合っていますので、どれか1つだけをすればいいというものではありません。

福山市によるフレイル予防の取り組み

福山市では、高齢者が生き生きと活躍できる健康長寿社会をめざし、フレイル予防の取り組みを推進しています。健康寿命を延ばすためには、日常生活を見直し、フレイル予防に取り組むことが大切です。こういった予防の取り組みが「出張フレイル予防塾」という形で始まりました。

当院も2022年度から、この取り組みに参加し、リハビリスタッフや社会福祉士が地域の通いの場に出張し、フレイル予防(3本柱)の健康教育やフレイル状態の把握、健康相談に応じています。

わたしたちが
支援します



理学療法士:1名 作業療法士:1名 公認心理師:1名 社会福祉士:2名



寺岡記念病院による出張フレイル予防塾の様子

健康教育

フレイル予防について当院で作成した資料をもとに健康教育を行っています。



健康相談

健康相談では、参加者からの質問や相談に個別に対応をしています。



身体が動けば自動車にも乗れると思いませんか？

脳卒中や頭部外傷、認知症の恐れのある方などは、身の回りのことができても素早い判断や正確な判断が難しい場合があります。そのため、運転を再開する前には主治医に相談する必要があります。



寺岡記念病院では
運転支援も行っています



ドライブシミュレーターで運転能力の評価ができます。

外来での流れ

主治医の診察

運転能力評価

診断書作成

ご相談は脳神経外科外来もしくはリハビリ室まで



生理検査

連載3回目として臨床検査室で一番患者さんと接する機会が多い生理検査の紹介をします。

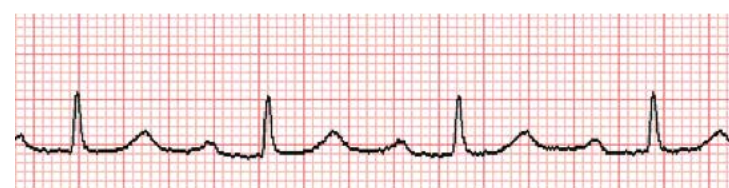


生理検査とは、患者さんから採取した検体を検査するのではなく、直接患者さんの身体を調べる検査の総称です。

生理検査には心電図検査・超音波検査・脳波検査などがありますが、当院で臨床検査技師が実施しているものについて簡単に触れていきます。

○心電図検査

心臓が拍動する時に微量な電気が心臓の筋肉から発生します。胸に電極を取り付け、その電気信号を捉えて記録する検査です。脈の乱れによる不整脈、心臓の拡大や肥大、狭心症や心筋梗塞といった心疾患などが分かります。



正常波形だよ



不整脈が出ているよ



○脳波検査

脳が活動すると、脳の中には微弱な電気が流れます。その電気的な変動を頭部につけた電極でとらえ、波形として記録し脳の働きを調べるのが脳波検査です。

電気活動の異常を起こす代表的な病気はてんかんですので、てんかんの診断には非常に役立ちます。その他、意識のない時に何が起きているのか(寝ているのか、てんかん発作なのか、脳症による意識障害なのかなど)を調べたりもします。



頭に電極をたくさん付けるよ

時間がかかるから先にトイレを済ませてね



○肺機能検査

肺がどれだけ空気を取り込みどれだけ吐き出す事ができるか、空気を出し入れする換気機能を調べる検査です。

ぜんそく、COPD(慢性閉塞性肺疾患)、間質性肺疾患をはじめとする呼吸器の病気が疑われるときや手術前に肺が手術に耐えることができる状態かを確認するために行います。

真っ直ぐ背筋を伸ばして検査すると良いよ



○神経伝導検査

手や足の筋肉や神経に異常が無いかを調べる検査です。手や足の神経の上から電気で刺激して、誘発される筋反応から刺激が伝わる早さを測定したり、波形を分析したりする検査です。

手足がしびれる、力が入りにくいなどの神経障害の診断に役立ちます。



ピリピリ刺激するので少し痛いよ



○超音波検査

人の耳では聞こえないほどの高い周波数の音を超音波といいます。体の中に超音波を送信し、臓器や組織からはねかえってくる反射波を映像化して、腹部、心臓、血管などから様々な部位を評価する検査です。超音波検査は被曝の心配もなく、検査が可能です。



よく見えるように
ジェルを塗って検査するよ



○血圧脈波

手と足の血圧の比率や脈波の伝わり方を調べることで、血管の硬さや詰まり具合、動脈硬化の進行度を知ることができる検査です。

動脈硬化は自覚症状がないまま進行し、脳卒中や心筋梗塞といった生命にかかわる様々な病気を引き起こします。動脈硬化が進行する原因は主に加齢や生活習慣病で、進行の度合いを定期的に確認する事が大切です。

足の血圧測定は
腕より圧迫感があるよ。



他にも当院では24時間心電図・血圧測定、手術室で行う誘発電位検査なども実施しています。他院ではMRIも臨床検査技師がしている施設もあります。

臨床検査技師は業務の種類が多い仕事のため、担当を分けて検査している病院も少なくないと思います。当院でも担当は分けて専門性を高めていますが、夜間救急も対応しているので皆が一通りの検査が出来るように、担当以外の検査も定期的に学習するようにしています。

次回最終回として
尿一般検査、免疫・生化学検査、
について紹介します。



手づくりマルシェ

@ローカルコモンズしんいち

第12回手づくりマルシェ@ローカルコモンズしんいちを5月20日(土)に開催しました。約3年半ぶりのイベント開催ということでとてもにぎわい、過去最多の来場者数でした。今回はパン、たこ焼き、アロマのワークショップ、アクセサリー、多肉植物など47店舗52作家さんにご出店いただきました。そして、県立戸手高等学校吹奏楽部・箏曲部・書道部・ダンス部のステージ、寺岡理事長と出原昌直県議とのトークイベント、寺岡記念病院脳神経外科の森田明夫先生と板橋千代美先生によるウォーキングイベントが行われ、会場は盛り上がりしました。

寺岡記念病院「看護の日」のイベントも同時開催しました。血圧、骨密度、血糖測定など日頃なかなかできない健康測定や看護師、薬剤師、ケアマネジャーといった医療福祉専門職による各種健康相談ができ、大好評でした。

完売されたお店もあり、大盛況のまま無事終わることができました。ご協力いただいた皆様、ご来場の皆様に御礼申し上げます。



イベント案内

多くの方々との交流、そして生きがいづくり、
楽しい地域づくりを目的として様々なイベントの
開催を予定しています。
皆様のご来場お待ちしております。

イベント情報は
↓こちら↓

@TEZUKURI_MARCHE

手づくりマルシェ
@ローカルコモンズしんいち
10月14日(土)
10:00～15:00

～手づくりのものっていいなあ～
手づくり作品、ワークショップ
フード、ドリンクなど

パンマルシェ
ローカルコモンズしんいち
11月18日(土)
11:00～14:00

～パンのおいしさでみんなにっこり～
パン、スイーツ、ドリンク

市民公開講座・素戔鳴プロジェクト

参加無料

フレイル予防・オーラルフレイル予防を通した“健康長寿のまちづくり” ～元気なまちを自分たちの力で～

脳を活性化する、フレイルを予防する科学を突き詰めてきた先生による講演です。

日時 2023年10月1日(日) 14:00～15:30
(13:00より病院スタッフによる健康相談、
血圧測定などあり)
場所 広島県立ふくやま産業交流館
(ビッグ・ローズ) 研修室
(広島県福山市御幸町上岩成正戸476-5)
講師 東京大学 高齢社会総合研究機構 機構長
未来ビジョン研究センター教授
飯島 勝矢 先生

健康講座(ウォーキング)

参加無料

日時 2023年8月30日(水) 13:30～15:30
場所 新市支所3階コミュニティーホール
(福山市新市町新市1061番地1)

講師 一般社団法人POSTURE WALKING協会所属
板橋 千代美 先生

準備物 当日はウォーキングの実技紹介もございますので、簡単な
運動ができる服装・運動靴・飲み物をご持参ください。

その他

出張フレイル予防塾

9/25(月)万下会館

ガーデンコンサート

9月開催予定

認知症カフェ

日時が決まりましたら、
HPかInstagramで
お知らせします。

寺岡記念病院 理念

トータル&シームレスケア 全人的で切れ目のない医療提供の推進

スローガン

保健・医療・福祉の統合とネットワーク形成による新地域医療を実践しよう

方針

- ①地域住民の健康と安心を守る医療機関であり続け、健康地域づくりに貢献します
- ②医療を受ける人の個々のニーズに応える医療を提供します
- ③安全で良質な医療提供のためスタッフの職務能力と人格能力を高めます
- ④社会の要請に対応した医療を提供します
- ⑤長期的に安定した医療を提供するため健全な経営を行い病院の総合力を高めます

2023年 寺岡記念病院 カレンダー

8月							9月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28	29	30		

12月													
日	月	火	水	木	金	土							
					1	2							
3	4	5	6	7	8	9							
10	11	12	13	14	15	16							
17	18	19	20	21	22	23							
24	25	26	27	28	29	30							

休診日のご案内

①日曜日・祝日 ②年末年始(12/31・1/1・2・3) ③お盆(8/15・16)

外来受付時間

●平日/午前8:30～11:30 ●土曜日/午前8:30～11:00

外来診察時間

●平日(月～土)/午前9:00～12:00 午後1:30～5:30

日曜・祝日
以外の
休診日