

病院ボランティアを募集しています！

“病院ボランティア”とは

病院内で医師・看護師・その他の職員と協力して、患者様が少しでも良好な環境のもとで安心して治療ができるように、自発的に無報酬で奉仕することです。

活動する日

平日の午前8:30から午後4:00の間で、都合の良い時間帯。
週1回以上で、1回の活動時間はおおむね2時間以上。

活動内容

- 患者様の案内（各診療科、放射線科、検査科等）
- 車椅子利用者への介助、誘導
- 花の水かえ
- 本棚の整理
- 掲示物の整理
- 屋外のごみ拾い、草取り
- その他 できること



いつもありがとうございます！

柿崎区 小山智恵子さん(火曜日午前)
田中操さん(水曜日午前)
ご協力に感謝いたします。

お問い合わせ、お申込みは事務長、看護部長へどうぞ



外来診療担当表



＜お知らせ＞ 水曜日の眼科は、当分の間休診となります。

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
総合診療科	午前 8:30~11:30	1診 太田	太田	太田	坪野	坪野
		2診 眞水	眞水	佐藤	佐藤	眞水
		3診 大倉	大倉	坪野	大倉	佐藤
外科	午前 8:30~11:30	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木	鈴木
眼科 (水曜は予約制)	午前 8:30~11:30	石川 診療9:00~		塚本 診療10:00~		石川 診療9:00~
	午後 13:00~14:00			塚本 診療13:00~		
皮膚科	午前 8:30~11:00		濱田 診療9:00~	石田/濱田 診療9:00~		
婦人科	午後 13:00~15:00					新潟大学 診療14:00~
耳鼻 咽喉科	午後 13:00~15:00		新潟大学 診療13:30~			新潟大学 診療13:30~
整形外科	午前 8:30~11:00		労災病院 診療10:00~		労災病院 診療10:00~	

●外来の予約変更のお電話は、平日午後2時以降にお願いします。

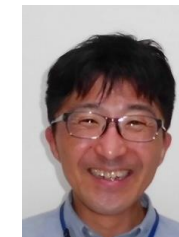
柿崎病院だより



発行日:平成30年5月1日
発行元:新潟県立柿崎病院
〒949-3216
上越市柿崎区柿崎 6412-1
TEL 025-536-3131
FAX 025-536-3136
ホームページ <http://kakizaki-hp.niigata.jp/>

医療をめぐる意外な事実

院長 太田 求磨



日本はすでに高齢社会ですが、元気な高齢者がたくさんおられます。日本の医療は皆保険で様々な医療機関に受診できることが世界では評価されています。これを読まれる皆さんも現在何か治療を受けられている方も多くおられると思います。十数年やもっと長くなにかの薬を飲んでおられるかもしれません。柿崎病院に勤務するようになり、外来診察では、5年くらいたったら、今飲んでいる薬を見直すといいのではないのでしょうかとっております。なんでそのようなことを伝えているか、下に最近の内科的な治療の話題を挙げてみようと思います。これらは、学会などで日本の様々な医療機関が調べた今の日本の医療です。

- ✓ 65歳以上の糖尿病の治療の目標は、1つではなく3種類に分けられている。
- ✓ 75歳以上の心疾患の既往のない高脂血症の治療効果には、実は医学的根拠が乏しい。
- ✓ 75歳以上の患者さんへの食事療法は、蛋白摂取が減っていないかの確認は重要である。
- ✓ 高血圧の治療目標値は、年齢、ほかの疾患の有無で分けられている。
- ✓ 高血圧の治療薬には、1錠で2種類入っているもの、3種類入っているものなど様々である。
- ✓ 骨粗鬆症がある場合は、動脈硬化になりやすい。
- ✓ 糖尿病治療薬には週に1回のものできている。
- ✓ 60歳台男性では、10人に1~2人が糖尿病と推定される（厚生労働省調査）。
- ✓ 喘息の定期的吸入治療薬は、10種類以上もある。
- ✓ タバコを吸っている人の5人に1人は、知らないうちに肺気腫にかかっている。
- ✓ 睡眠薬の一部には、10人に1人が転倒する危険性がある。
- ✓ 6種類以上の内服薬を飲んでいる状況を、くすりが多すぎる状況（ポリファーマシー）と呼んでいる（時には必要です）。
- ✓ 薬剤の副作用を減らすために、測れるものは採血で血液濃度を見ておく。
- ✓ 加齢減少では、脚の筋肉が特に落ちやすい（もともと筋肉の多い男性のほうが顕著）
- ✓ 80歳の時には、筋肉量は若い時の3~4割減っている。
- ✓ 筋肉が減ることをサルコペニアといっているが、60歳~70歳の1割前後がその状態。80歳なら3割とも言われている。

私が、普段柿崎病院で診療をしていて、よく出会う状況を踏まえて、上のようにごく1部の内容を箇条書きしてみました。治療を受けている方やそのご家族の方は、初めて聞かれた内容でしょうか。65歳から治療を始めておられて、現在、76歳になった方はいかがでしょうか。今受けている治療を主治医の先生と見直し、自分の持っている病気を、主治医の先生と一緒に解決していくいい機会があるとよいと思います。他にも病院には、看護師、薬剤師、理学療法士、栄養士など様々な専門職がたくさんいます。柿崎病院のこれらのスタッフもみなさんの健康問題解決に向けて、ご協力できればと思い、日々を過ごしております。今年度も柿崎病院を宜しく願いいたします。

地域連携室では、患者様、ご家族様一人一人に寄り添い、住み慣れた地域で安心して生活ができるように努めています。地域の医療・福祉関係との連携を通じ、継続された医療・看護が受けられるようお手伝いします。日々の生活の中で、ご心配なこと、お困りのことがありましたら、お気軽にご相談ください。

地域連携室のメンバーを紹介します

・室長1名 ・退院調整看護師1名 ・訪問看護師1名 ・社会福祉士1名



具体的な活動内容をお知らせします

☆医療相談(困りごと相談)

- ・病気や介護等でお困りのこと
- ・福祉サービスについて知りたいこと
- ・費用等について知りたいこと



1階売店の斜め向かいに地域連携室があります。お気軽にご相談ください。



☆在宅医療

退院後もご自宅で安心して過ごしていただけるように、訪問診療・訪問看護・訪問リハビリを行っています。退院後の通院が困難な場合や、家庭での医療・介護が必要な患者様、家庭でのリハビリをご希望の患者様は医師や看護師等身近な職員にお伝えください。在宅医療についてご案内いたします。

☆入退院支援

- ・入院される場合、患者様、ご家族様に入院前の生活についてお困りのこと等をお聞きます。
- ・退院後はどのような生活を望まれるかをお聞きして、ご希望に沿った生活ができるよう支援させていただきます。
- ・患者様やご家族様が退院後も安心して生活を送れるように、関係機関と連携を図ります。

☆医療連携

患者様が安心して、医療機関を受診できるように、受診予約等を行っています。

呼吸教室のご案内

COPD(シー・オー・ピー・ディーと呼びます)という病気をご存知でしょうか。日本語では慢性閉塞性肺疾患といいますが、一般的にCOPDと言っています。主にタバコを長期間喫煙していたことが原因で、呼吸をする時に大切な肺がゆっくりと壊れてくる慢性の呼吸器の病気です。この病気は壊れた肺が治らないばかりか、放っておくと徐々に進行してゆきます。身体を動かした時に息切れが出やすいなどの症状が現れます。専門の医師の診察を受けるとともに、病気のことをよく知り、適切な自己管理(最近セルフマネージメントという言葉がよく使われます)を行ってゆくことが大切です。柿崎病院ではCOPDの患者さんがセルフマネージメントできるように、定期的に呼吸教室を開催しています。



糖尿病教室のご案内

血糖値はどうすれば下がる?薬をのんでいるけれどもなかなか血糖値が下がらない...など糖尿病についてお困りのことはありませんか?糖尿病教室では、糖尿病と上手につきあっていくために食事、運動、日常生活で気を付けること等楽しくするためのアドバイスをお話します。ちょこっと参加してみませんか!?



呼吸教室、糖尿病教室の開催日時や内容については、院内ポスターにて掲示します。お気軽にご参加ください。

最期まで住み慣れた地域で健康で安心した生活を送るために

老人看護専門看護師 布澤奈緒美

こんにちは、柿崎病院に勤務して8年目になります、布澤奈緒美(ふざわなおみ)です。

おむつフitterの資格取得を機に、高齢者の看護を深めたいと考え、一昨年の12月に老人看護専門看護師の認定を受けました。院内での活動の他、近隣施設でのおむつ交換学習会や看護学校での老年看護学の非常勤講師の役割を担っています。院内外の皆様に支えられ、勉強の毎日です。

私の専門は高齢者の看護の中でも、おむつ交換や医療処置の習得など介護に関することや退院に向けた準備です。また、昨年度より、むせなく安全に食事をするための支援について学び、病棟スタッフと共に取り組みをしています。

患者様とご家族の意思を最大限に尊重した看護が提供できるよう、日々の振り返りを大切にし、1つ1つ経験を積み重ねていきたいと考えております。柿崎病院にいられた際は、介護の相談など、気軽にお声かけください。健康や介護に関する困りごとや不安を解決できるよう、一緒に考えさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。



皆さまの健康をサポートいたします

慢性疾患看護専門看護師 糖尿病看護認定看護師 伊藤麻紀

現在、外来で勤務しています、糖尿病を専門とする看護師です。慢性的に経過する病気(高血圧症・脂質異常症・腎臓病・呼吸器の病気など)も担当しています。

近年、食生活や生活習慣の変化などから糖尿病などの生活習慣病を持つ患者さんは年々増え続けています。食事と運動を生活にうまく取り入れ、糖尿病や生活習慣病からくる余病を未然に防ぐことで、病気を持たない方よりも健康的に過ごすことが可能です。私の役割は、患者さんがより良い生活を過ごすことができるよう、一人ひとりの生活スタイルに合わせた改善策を一緒に考え、医師と相談しながら治療に反映していくことです。

現在の活動は、①外来や入院中の患者さんやご家族への生活の調整、②病院内外のスタッフへの指導や困りごとの相談を受けています。今後の活動として、地域住民や施設に入所されている方が、病気を未然に防ぎ、病気の進行を抑えることができるよう、保健福祉施設等との連携体制を構築したいと考えています。

体調や病気に対する疑問など、何かお困りの際には、お気軽にご相談ください。

