

ふれあい

さいせい



発行
 済生会西条病院
 2014年11月第64号

西条市朔日市269-1
 TEL(0897)55-5100



平和健康 ことて終結 伊曾乃祭礼
 ご覧あれ!! 華麗なる男の祭典
 西条祭神戸振興会(運営委員)

伊曾乃神社祭礼の伝統行事「川入り」

ごあいさつ

副院長 石井 博

白内障について

眼科 越智 理恵

目薬の正しい使い方

糖尿病教室のご案内

乳がんピンクリボン運動に参加して
 検診課 足田 良子

パーキングパーミットを
 導入しました

中四国ソフトボール大会
 が行われました

口腔ケア教室が行われました

ヨイトサー!!敬老会にだん
 じりが慰問にやってきた
 いしづち苑介護福祉士 奥山 博文

ニューフェイス

ごあいさつ

副院長 石井 博



副院長

石井 博

今年はペルー沖の水温上昇からエルニーニョ現象が発生し、フィリピン沖の水温上昇から多雨による土砂災害が頻発しています。また世界の約10%の火山を有し、活発に動いている3つの大陸プレート上に存在する日本は常に自然災害に晒されている土地です。大和以前の時代から自然を神と考え、八百万(やおろず)の神を祀る日本人は自然を畏れるだけではなく崇拝し、自然と共存する多くの知恵を持っているはずですが、残念ながら自然の脅威を予知することは困難ですが、適切な対応(災害工学)は被害を最小限にすることを可能とするため、得られた叡智を活かしながら災害の多い日本で生きていかなければなりません。自然界に存在する全てのものは有限であり、「全ての自然のおかげで自分が生きている」ということを「いただきます」という感謝の言葉から学び、「もったいない」という言葉から、限りあるものを大切にしようということを知っています。

さて医療資源も同様に有限であり、特に災害発生時には救命のため早急に治療を行う方を最優先する制度(トリアージ:緊急度選別)を採用しております。当院では平日および夜間休日時間外においても緊急を要する方からの治療を最優先に行うトリアージを行っておりますため、時間内および時間外にかかわらず診察にあたり長い時間お待ちいただくことがございますことをご理解いただければと存じます。また軽症および状態が安定している場合には開業医の先生をかかりつけ医としてご利用いただき、急を要しない時間外受診や救急車利用などを可能な限りお控えいただき、当院のような急性期病院では必要な時に必要な医療が受けられるよう皆様にご協力をお願いしたいと存じます。

白内障について

眼科 越智理恵

白内障は水晶体が濁って、ものが霞んだり、ぼやけて見えるようになる病気です。原因として多いのは加齢によるものです。一般に老人性白内障と呼ばれています。その他の原因には先天的なもの、外傷、アトピーによるものなどが挙げられます。水晶体が濁り始めると、水晶体で光が散乱するため、霞む以外にも、ものが二重に見える、まぶしく見えるなどの症状が出現し、進行すれば視力が低下し、眼鏡でも矯正できなくなります。

ごく初期の白内障は点眼薬で進行を遅らせることが可能な場合もありますが、濁った水晶体をもとに戻すことはできません。進行した白内障に対しては手術が必要となり、濁った水晶体を取り除き、眼内レンズを挿入する方法が一般的に行われます。

近年、白内障手術は大多数の患者さんにとって視力を回復することができる安全な手術となりました。当院でも年間200～300件ほど行っています。手術後の管理をしっかり行うために一泊二日の入院をしていただいています。

手術は局所麻酔（点眼麻酔）で顕微鏡を使って行います。3mm弱の創（きず）から超音波で振動する吸引管を挿入し、灌流しながら水晶体を吸い出し、眼内レンズを挿入する方法で主に行っています。進行した白内障は手術が難しく、ほかの手術方法が選択される場合もあります。また前立腺肥大症のお薬を内服されている方や、何らかの原因で散瞳しづらい方は手術が難しくなることがあります。一言に白内障の手術といっても短時間でできる眼もあれば、高度な手技を必要とする眼までさまざまです。眼科を受診してご自身の眼がどのような状態にあるか説明を受けることをお勧めします。

手術後は医師が処方した点眼薬を一定の期間ささなければなりません。また手術を受けてから約1週間は洗顔や洗髪を控え、汚れた手で眼をこすらないようにして清潔な管理に注意する必要があります。通常の日常生活はすぐに再開できますが、処方された点眼薬を怠らないことはとても大切です。

白内障の手術は安全で簡単にできると言われがちですが、実は眼の狭い空間で行われる繊細な手術です。また眼底（特に黄斑）や視神経に別の病気が隠れている場合は、手術がうまくいっても視力が思うように回復しないことがあります。最近、眼が霞む、視力が低下したなどの症状があり、「もしかすると白内障かも・・・」と思われる方は遠慮なく眼科を受診して相談してください。

目薬の正しい使い方

- ①目薬をさす前に手を洗ってください。
- ②指で頬の少し上を下にひっぱり、容器の先が眼やまぶたにつかないように目薬を“1滴”落としてください。
- ③目薬をさした後は、“5分間”目を閉じてください。

注意すること

- 目薬は1回に“1滴”で十分です。
- 目の中には“1滴”しか入りません！
- 2種類以上の目薬をさすときは、5分程度あけてからさしましょう。
- 目から流れ出た目薬はティッシュペーパーなどで拭き取りましょう。
- 開封して1ヶ月以上たった目薬は、捨てるようにしましょう。
- 他人の目薬や古いものは使わないようにしましょう。
- 目薬は温度や光で成分が変化し、効果が低下することがあります。

目薬用の袋に入れて直射日光の当たらない涼しい所で保管しましょう。

- 冷所保存の目薬は、開封前のものは冷蔵庫で保管しましょう。
- *ご不明な点がありましたら、主治医や薬剤師にお尋ねください。



平成26年度 糖尿病教室のご案内

糖尿病について学び向き合ってみませんか？当院では糖尿病教室を開催しています。

興味のある方は、是非お越し下さい。

※ 予約が必要です（定員：15名）。

外来患者さんは内科外来看護師、入院患者さんは病棟看護師または受付に声をおかけ下さい。

開催時間：14時00分～15時30分

金曜日 2回/月

場 所：当院2階 講堂

お問い合わせ先：TEL(0897) 55-5100(代表)

11月7日・28日	治療編「お薬について」 ○ 外食について ○ 糖尿病治療薬について ○ 低血糖について
12月5日・19日	基礎編「糖尿病とは？」 ○ 食品交換表について ○ 糖尿病の運動療法
1月16日・30日	合併症編①「三大合併症とは？」 ○ 減塩のポイント ○ 糖尿病の検査

乳がんピンクリボン運動に参加して

検診課 疋田良子

10月19日(日曜日)に乳がん検診を行いました。当院は昨年からジャパン・マンモグラフィーサンデーに賛同しています。ジャパン・マンモグラフィーサンデーとは子育て、介護、仕事など多忙な女性のために10月第3日曜日にマンモグラフィー検査を受診できる環境を目指し日本乳がんピンクリボン運動(NPO法人J.POSH)が2009年から開始した取り組みです。この取り組みを周知するために病院ホームページや愛媛新聞(10月4日)に案内を掲載し、来院された方にパンフレットをお渡ししました。

当日は午前9時から12時までの予定でしたが予約患者さんが5名でしたので午前10時30分に終了となりました。また今回は私自身が受診者となり外科医師の視・触診、マンモグラフィーの検査を体験しました。女性の外科医師による診察は日頃、気になっていたことを質問することができとても安心し

ました。診療放射線技師も女性なので緊張することなく検査を受けることができました。

もっと多くの方にこの運動を知っていただき来年度へつなげていきたいと思ひます。



パーキングパーミットを導入しました

愛媛県では障がいのある方、高齢で歩行が困難な方、出産前後やけがで一時的に歩行が困難な方に対してパーキングパーミット（利用証）を交付し、施設の身体障がい者等用駐車場の適正な利用を働きかける「パーキングパーミット制度」を平成22年7月1日から導入しており、当院も本制度に賛同する施設として愛媛県に登

録を行いました。

身体障がい者等用駐車場にはコーンを設置しパーキングパーミットについて表示をしています。

駐車場を利用される皆様には、本制度の趣旨をご理解いただき、本当に必要とする方の駐車スペースが確保できるようご協力をお願いします。

パーキングパーミット（利用証）の申請・交付手続きは、県障害福祉課、県出先機関（地域福祉課等）、市町窓口等で行うことができます。パーキングパーミットを持っている方が同乗している場合も、利用証を車内に掲示して停めることが可能です。



中四国ソフトボール大会が行われました

平成26年8月31日(日)に丸亀市土器川公園で第36回済生会 中・四国ブロック親善ソフトボール大会が行われました。

前日まで不安定な天候が続きましたが、2年連続全国大会出場を目指す選手の気持ちが届き快晴のなか試合開始となりました。試合は2つのブロックにわかれて行われ、全部で12チームが参加しました。

西条病院の初戦の相手は今治病院。5月に行われた県大会では1点も奪えず悔しい負け方をしただけに応援にも力が入ります。

今治病院にリードを許し4対2で迎えた最終回、西条病院に逆転のチャンスが訪れます。打者は大仲均主将。しかし今治病院の作戦により敬遠、2アウト満塁となりましたが打線が続かず試合終了と

なりました。

西条病院に勝利した今治病院は順調に勝ち進み全国大会の切符を手に入れました。今回は残念な結果となりましたが来年は全国大会の切符を手にするのを期待しています。



口腔ケア教室を開催しました

西条市在宅介護支援センターいしづち苑 藤田 秀子

西条市在宅介護支援センターいしづち苑では西条市の委託を受け毎年7回の介護予防教室を開催しています。今回はその一つである口腔ケア教室を紹介します。

口腔ケア教室は平成26年9月11日（木）済生会西条病院2階会議室にて、吉峯耳鼻科歯科クリニック 歯科部長 吉峯隆史

先生を講師にお迎えして「訪問治療の現状と未来について」の講演を開催しました。

内容は、虫歯がどうしてできるのか、インプラント治療の現状、訪問治療のキットも近年ではコンパクトで軽量化になったこと、先生が訪問治療をされた貴重なお話、舌のケアから口腔癌の事例



など講演は幅広い内容となりました。聴講されていた方々も熱心に聞かれておりました。

最近、介護現場では高齢者の誤嚥性肺炎がクローズアップされ、医療・介護関係者の中で口腔ケアの重要性が広く認められるようになりました。さらに口腔機能は介護予防に必要な「閉じこもり

防止」、「転倒防止」、「栄養改善」に密接に関わっています。

介護予防教室では、これからも高齢者の方が元気で暮らしていけるようお手伝いをさせていただきます。

ヨイトサー!! 敬老会にだんじりが慰問にやってきた

今年の敬老会は敬老の日を前に、9月14日の日曜日に実施しました。今年で3回目となった恒例の市塚・玉津の2屋台による、だんじり訪問です。両自治会の方々のご協力もあり、また晴天にも恵まれ盛大に行うことができました。

入所者さんとご家族が揃った所に太鼓、鐘、笛の音と一緒に担ぎ手の「ヨイトサー!!」と勇ましいかけ声が聞こえ、だんじり2台の登場です。入所者の方々は、「おお～。すごいのう。わしゃ～若い時はよう担いだんぞ」や「だんじりが来た、はやお祭りがいいねえ」と拍手をしながら喜ばれ、なかには涙ぐまれる方もいらっしゃいました。また、市塚・玉津の代表者の方より「これからも皆様

いしづち苑 介護福祉士 奥山 博文

お元気で過ごせますように」と太鼓、鐘に合わせた伊勢音頭の披露に、入所者の皆様も手拍子をしながら聴かれました。その後、各フロアに戻り職員手作りの久寿玉割りを行い、紅白まんじゅう（敬老の日バージョン）を召し上がりました。「今日は、だんじりが見れたし、おいしいもんも食べれたし・・・」と笑顔で過ごされ、敬老会を終えることができました。

西条といえばお祭り、お祭りといえばだんじり。そのだんじりを目の前で見て元気が湧いてきたことと思います。

いつまでも いつまでも お元気で素敵な笑顔を見せてくださいね。



だんじりの差し上げ



だんじりの担ぎ手と記念撮影



伊勢音頭の披露



伊勢音頭にあわせて手拍子を送る利用者