

ふれあい さいせい



発行
済生会西条病院
 2016年1月第69号

西条市朔目市269-1
 TEL(0897)55-5100



七五三ヶ浦[しめがうら] (愛媛県今治市)

- ごあいさつ**
 西条医療福祉センター長 長櫓 巧
- お口の中は全身状態を表すバロメーター
 歯科口腔外科 田中 宏史
- 嚥下機能について**
 言語聴覚士 山内 和子
- 産業祭に参加しました**
 看護師 矢野 美也子、藤原 睦子
- 済生会ミドルマネジメント研修を開催しました
 総務課 石村 一美
- 第1回地域連携交流会を開催しました**
 地域医療連携室 山中 知也
- 災害訓練を実施しました**
 看護師 越智 尚美
- 平成27年度 いしづち苑文化祭**
 済生会西条老人保健施設いしづち苑
 介護福祉士 藤原 彩香
- 初めての家族・施設懇話会を開催しました!**
 済生会西条特別養護老人ホーム
 生活相談員 村上 佳弥

ごあいさつ

済生会西条医療福祉センター長 長櫓 巧



西条医療福祉センター長
長櫓 巧

明けましておめでとうございます。皆様どのように新年を迎えられましたか。年頭にあたり今年の目標を決められた方も多いと思います。小さくても大きくても目標を実現し良い年にして頂きたいと思います。

当院の地域連携交流会を昨年の11月19日に開催致しました。西条市を中心にした東予の地域医療連携に関わる多職種約100名に集まっていただきました。西条の医療を語り懇親会で親交を深めました。この会は当院の円滑な地域医療連携ができることを目的にしたもので、第一回でしたが初期の目的は達成できたと思います。今後の地域医療の課題は急性期医療の維持と拡充、そして地域の人々を巻き込んだ介護・医療の実践と思います。

今年は消費税の増税、診療報酬改定が実施されます。西条市では住民の高齢化、過疎化が進み、医師、特に若手医師の不足をはじめ医療従事者は充足されていない状態です。今後、この状態は加速され、患者さんおよび医療機関には、益々厳しさが増すことが予想されます。ただ、足りないづくめで、できない、しないでは、前に進みません。このような状況の中で現在ある資源で、できることから課題を解決し、少しでも良い方に向かって行くことが大切と思います。

西条は石鎚山をはじめ四国山脈の山々と瀬戸内海の恩恵を受ける豊かな所です。皆さん今年も力を合わせて、当院が更に西条地域の人々に信頼される病院になり、地域医療の充実により西条に住みたい人が増えるように頑張りましょう。本年も宜しくお願い致します。

👤 お口の中は全身状態を表すバロメーター

歯科口腔外科 田中宏史

11月1日から歯科口腔外科外来を開設しました。歯科口腔外科は常勤医師1名、歯科衛生士3名に加え、月、水、金曜日は愛媛大学医学部附属病院歯科口腔外科の協力により非常勤医師に来ていただき診療を行っております。「口腔外科」という名の通り、親知らずの抜歯やインプラント、嚢胞、外傷をはじめとする口腔外科疾患の診療を得意としていますが、それに併せて積極的に取り組んでいるのが、手術前後、透析中、糖尿病などの全身疾患を有する患者に対する歯科治療と口腔ケアです。

最近では手術前後の口腔内環境と、誤嚥性肺炎や感染症などの合併症との関連が明らかになってきました。手術前に歯科を受診し、歯石除去、クリーニングを行い口腔ケアが介入することで術後の合併症を予防するだけでなく、入院期間の短縮につながるということがわかっています。そこで当院では全身麻酔で手術を受ける方に歯科口腔外科を受診していただき、手術前後の口腔ケアを行うシステムを導入しました。当科受診後に、レントゲン検査、歯周検査を行った後に、歯科衛生士による専門的口腔ケアと手術前後のセルフケアの指導を行います。かかりつけ歯科医院をお持ちの方はこちらから紹介状を作成し、必要に応じて手術までに治療をしていただきます。原疾患の治療を合併症なく行うためにも周術期口腔ケアは非常に重要と考えます。

また、透析を導入している患者さん、糖尿病の患者さんは一般的に細菌に対する免疫力が低下しているため、口腔内の感染症である虫歯や歯周病にかかりやすく重症化しやすい傾向にあります。現に、糖尿病は第6番目の合併症に歯周病が挙げられており、血糖コントロールをよくすると、歯周病の状態が改善することが知られています。逆に、歯周病の治療を行い口腔内の状態が改善すると血糖コントロールが良くなると言われており、糖尿病は、全身疾患と口腔との関連が注目されている疾患の一つであります。

透析の患者さん、糖尿病の患者さんに共通しているのが、口渇やドライマウスの訴えです。透析患者さんでは唾液腺の萎縮や降圧剤、鎮静剤などの内服薬の副作用によって唾液の分泌量が低下している傾向にあります。糖尿病患者さんでは、糖代謝の異常により唾液腺が障害を受け、唾液の分泌量が低下したり唾液の組成が変化したりします。また通常より高濃度の尿が尿管を通過するため、浸透圧によって多くの水分が尿として排泄されることで脱水になり口腔乾燥を引き起こします。唾液には、口腔内の汚れを洗い流し、口腔内の細菌バランスを整える、さらには殺菌や粘膜を修復する作用もあります。口腔ケアの中でも保湿は特に重要視されており、唾液と類似した成分を含む保湿剤は口腔乾燥による不快感や痛みを緩和するだけでなく、口腔内の細菌の増殖を抑え感染症の予防も期待できます。

もちろん全身疾患の治療が優先されますが、歯科治療や口腔ケアによって口腔内環境を整えることは、その主治療をスムーズに行うための補助療法と言っても過言ではないと思います。歯科は「痛くないから大丈夫」、「面倒くさい」、「怖い」と敬遠されがちですが、定期的な歯科受診と口腔ケア指導、日々のセルフケアがいつまでも健康でおいしく、楽しく過ごすための近道ではないでしょうか？



済生会西条病院 歯科口腔外科スタッフ

えんげ 嚥下機能について

言語聴覚士 山内和子

食べるという行為は当たり前すぎて意識することなく自然に行っていることが多いのですが、実は体のさまざまな機能や数多くの筋肉、感覚などを使って行われています。スムーズな一連の流れですが、食べ物の通過するところによって異なる仕組みがあります。

人は食べ物を見た瞬間に五感と記憶を使って、味や食感、温度などを予測しています。これによって唾液が分泌されて、胃液の分泌も盛んになり食べる前に準備を整えています。そして一口量も自分で食べられる量を調整して、口の中に取り込み、唇を閉じて舌や歯を使って噛み砕いていきます（咀嚼）。咀嚼を繰り返すうちに、唾液と混ぜ合わされた食べ物は飲み込みやすい形（食塊）に整えられます。その食塊を舌を使って口の奥の方へ送り込み、さらに奥に移動すると「ごっくん」と飲み込みの反射（嚥下反射）が起こり、一瞬で（0.5秒以内）のどを通過します。この場所が、まさに誤嚥が起こる1番の難所です。

誤嚥とは食べ物が入管の方へ入ってしまうことです。0.5秒以内という一瞬ですが大変複雑な変化が起こります。鼻への逆流が起これないようにしたり、気管への通路になる気道を閉鎖したりします。実に巧みな仕組みで誤嚥しないようになっています。そして最終段階の食道に食べ物が入っていくと自動的に筋肉の運動と重力によって胃に送り込まれていきます。

この流れのどこかに異常があると嚥下障害が起こりやすくなります。嚥下機能の低下は病気や加齢、体力の低下による筋力の低下などいろいろな原因で引き起こされ症状も様々です。

嚥下機能が低下すると、食事や水分でむせることが増える、食事の量が減ってくる、食べるのに時間がかかる様になったりする、食べていないのにむせたり、夜間に咳込むことが多くなったりするなどの症状がみられることがあります。ひどくなると誤嚥性の肺炎になったりします。

飲み込みやすい食事の形態や水分にとろみをつけるなどの対応で嚥下しやすくなる場合もあり、弱った筋肉の運動などもあります。その状態によって食事の形態やとろみの付け方や運動も異なります。もしこのような症状があれば言語聴覚士に相談して下さい。



産業祭に参加しました

11月14日は世界糖尿病デーでシンボルマークとしてブルーサークルを掲げています。世界糖尿病デーは国際糖尿病連合によってインスリンを発見したバンディング博士の生誕を記念して定められました。今年のテーマは「ライフステージにあわせた糖尿病治療」です。世界糖尿病デーを含めた前後1週間を全国糖尿病週間として、日本国内各地でも毎年さまざまな啓発活動が行われています。当院でも11月9日～12日までの4日間は病院玄関ホールでポスター展示やパンフレットの配布、栄養指導などを行いました。さらに11月14、15日の2日間は愛媛県立西条農業高校で行われた産業祭に参加しました。

産業祭にはブルーサークルを背中に配したお揃いの黄色いジャンパーを着て参加しました。当院のブースは来場者の方に体験していただけるように工夫しました。初めての試みとして数種類の清涼飲料水を選び、それぞれに含まれる砂糖の量をペットボトルに入れて展示しました。意外に多い砂糖の量に来場者の方の驚きを誘いました。体験コーナーでは



看護師 矢野 美也子、藤原 睦子

自己血糖測定、血圧測定、体脂肪測定を大勢の方に体験してもらい、自分の測定値を実感していただくことができました。

また禁煙啓発コーナーでは肺活量のチェックやパンフレットの展示と配布も行いました。医師による健康相談、管理栄養士による栄養相談なども好評でした。秘密の小部屋と名づけたスペースでは足病変のDVDを放映しました。

当院のブースへの来場者は約1,500名で昨年と比較すると若干減少していたものの、職員にとってやりがいを実感できた活動でした。今後も社会に貢献する活動を続けていきます。

済生会ミドルマネジメント研修を開催しました

総務課 石村 一 美

11月26日、27日の2日間、当院で済生会人材開発事務部会ミドルマネジメント研修を開催しました。この研修は中間管理職を対象とし、全国から36施設36名が参加しました。

1日目は全国済生会事務長会 鈴木顧問から「済生会ミドルマネージャーに求められるもの」をテーマに基調講演が行われました。そのあと4人1チームでグループとなりミドルマネージャーとしての悩みや問題を話し合いました。印象に残ったことを付箋に書き込み、各グループで話し合った内容を、全体で共有しました。この研修は「自身が思い描くマネージャー像」や「リーダーとして自分に何が必要なのか」を考えるよい機会になりました。

最後に「済生会ミドルマネージャーから学ぶ」の

セッションでは、「当院総務課の取り組み」についてBSCを導入し、数値目標の設定、成果評価を行うことで、方向性の共有や意識の向上に繋がっていることを発表しました。

2日目は株式会社日本経営の渥美講師を招き「マネジメントとフォローアップ」、「部下育成とコミュニケーション」について研修が行われました。コミュニケーション能力を高める良い研修となりました。

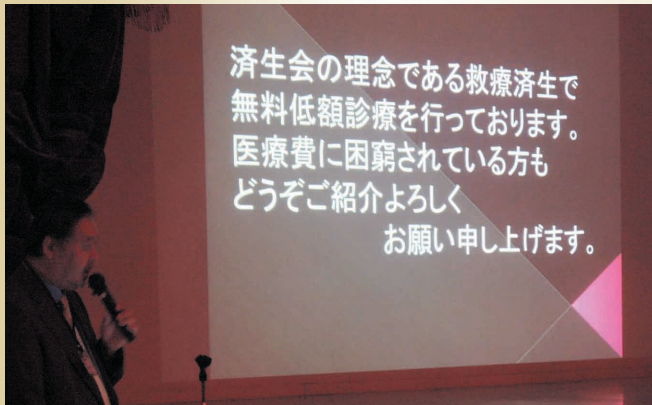
今回の研修では職場における自分自身の行動を振り返ることでマネジメントに必要な知識や、リーダーの役割や行動について再認識することができました。今後の業務に活かしていきたいと思えます。

第1回地域連携交流会を開催しました

地域医療連携室 山中 知也

平成27年11月19日(木)に第1回地域連携交流会を開催しました。お忙しいなか医師・看護師・地域連携室・MSW・事務職などさまざまな職種の方々にご参加いただきました。

当院からの情報提供として石井副院長から「病院



の概要」、長檜センター長から「痛みの治療と原則」について講演をしていただきました。その後は懇親会に移り西条市医師会長 松浦 裕先生からご挨拶をいただき和やかな雰囲気の中かでさまざまな意見の交換と親睦を図ることができました。

今後も第二回、第三回と継続して開催し開業医の先生と顔の見える連携を大切にします。またさまざまな職種間で情報の共有や意見の交換ができるよう



に取り組んでいきます。多くの方々に参加いただきありがとうございました。

災害訓練を実施しました

看護師 越智 尚美

当院では毎年災害対策委員会を中心に災害訓練を行っています。今年は平成27年12月5日に震度5強以上の地震が平日14時頃に発生し、2時間後に3mの津波到達が予測されるという想定で災害訓練が実施しました。病院の2階は津波による被害が出る可能性があり、2時間後にライフラインはストップ、病院全体においては各所に被害がでているが、患者の被害はない状態での初動活動を行いました。

院長を中心に災害対策本部を立ち上げ、各部署から本部へ被害状況を報告しました。本部の指示のもと外来では模擬患者を帰宅させるための誘導を行い、ハイケアユニットでは実際に寝たきりで人工呼吸器を使用している患者や術後の患者3名を3病棟への避難を実施しました。透析室は緊急離脱訓練と愛媛透析災害医療ネットワークへの報告訓練を行いました。

今回は、いしづち苑と特養と合同で訓練し、災害対策本部との連絡体制を確認しました。トランシーバを用いた各部署との連絡と衛星電話を使用した通話も行なわれました。普段使い慣れないトランシーバの使用に戸惑いながらも各部署との連絡を行いました。最後には実際に備蓄食のけんちん汁と豚汁を

試食。冷えたままでの試食でしたが、おいしくいただきました。

災害マップや災害伝言ダイヤルなどの紹介もありました。私たちは各個人での備えを行うことや、各自の避難場所を知っておくことも大切です。災害は、いつおこるか分かりません。訓練で出た課題を改善し災害対策委員会を中心に、日ごろから備えていきたいと思ひます。



平成27年度 いしづち苑文化祭

済生会西条老人保健施設いしづち苑 介護福祉士 藤原 彩香

今年のいしづち苑文化祭は、11月21日(土曜日)に開催しました。昼食試食会では、普段利用者が食べているメニューを家族さんと一緒に食べていただきました。利用者は家族と一緒に食事をする機会が少ないため、とても喜ばれていました。

介護教室では、いきいき100歳体操をしたあと、職員による講義では認知症の方との関わり方について考えました。家族さんが介護予防の必要性など、介護について知る良いきっかけになれば良いと思いました。

次はメインイベントのお餅つきです。入所、通所の利用者と家族、職員も参加しとても賑やかでした。

お餅をつく音に合わせて手拍子や「よいしょー！よいしょー！」と大きなかけ声がかかり大盛り上がりでした。家族さんにも協力していただき、4升分のお餅もあつという間にできあがりしました。お餅を丸めながら、昔お餅をついた時のことを懐かしそうに話される利用者さんもいました。ついたお餅はきなこやあんこ、お汁粉など自分の好みの味付けでいただきました。皆で協力して作ったお餅は柔らかくとてもおいしかったです。

短い時間ではありましたが、利用者、家族、職員が交流できる楽しい1日となりました。今後も皆で楽しめるイベントを計画していきたいと思ひます。



初めての家族・施設懇話会を開催しました！

済生会西条特別養護老人ホーム 生活相談員 村上 佳弥

平成27年12月5日土曜日に済生会西条特別養護老人ホーム1階の地域交流スペースにて第1回家族・施設懇話会を開催しました。私たちは利用者さん全員がその方らしい施設での生活を送れるように利用者さんの家族と施設をつなぐことを目的としてこの懇話会を企画しました。当日は50名以上の数多くの家族に参加していただきました。

懇話会はアンケート結果への回答、ユニットリーダーとの座談会、試食会の三部構成で行いました。まず9月に実施した利用者満足度調査のアンケートをもとに、日常のケアに対しての意見や疑問、施設への要望について施設長から回答しました。その次にユニットリーダーから利用者さんの日々の様子を説明し家族からの要望などを伺いました。家族からの要望は数多くありました。今後のケアに活かしていきます。

最後に行われた試食会では普通食だけでなく、軟菜食やソフト食といった嚥下機能が低下している方

のための食事も試食していただきました。「想像していたよりもずっとおいしい」と多くのお褒めの言葉をいただき本当にうれしかったです。

家族同士で悩みやこれまでの苦勞を共有され、なかには涙を浮かべながら話している様子を目にしました。利用者さんの家族同士の交流の機会もどんどん作っていきたく感じました。これからも開かれた施設であるために第2回の懇話会の準備に取り組んでいきます。

