

北成病院季刊広報誌

ほくせい

冬号

医療法人社団 延山会
北成病院
 広報編集委員会

〒001-0933
 札幌市北区新川西3条2丁目10-1
 TEL 011-764-3021
 FAX 011-764-4331

年頭ご挨拶



院長 三宅直樹

昨年総選挙で小泉首相率いる自民党が圧勝し、イエスマンばかりの国会となりました。民主党もいまいち政策が見えてこないように感じられます。

郵政改革の次はいよいよ社会保障改革、特に医療が粗上に載ってきました。小泉首相は前回の自己負担三割への引き上げの際に「三方一両損」と称し大岡さばきをしたと得意がっておりました。医療費負担のうち公費(税金)を下げ、医療費(診療報酬)を下げ、自己負担を上げました。これでは「二方大損」と言えます。

高齢化や医療の質の向上などで医療費は自然増が生じます。政府とくに財務省は、自然増は生じて当然であるが、公費の分は節制しますよ、従って医療費は下げて自己負担は上げますよと主張しています。そこで手始めに高齢者の自己負担を上げます(平成十八年四月より)。更に医療費本体も一・五パーセント引き下げが確定しました。

高額納税者のランク上位に医師が名を付らねているので、医師は金持ちとの印象を持たれる人が多いのですが、これらの医師は一握りの医師であることはメディアも周知のことです。

自己負担が増えれば入院が必要でも経済上入院出来ない事態となりましょう。医療費が下れば医療の質も下がります。このような社会にならないことを願うばかりです。

明けましておめでとございます



総師長 米谷倭子

北成病院も昨年で二十六周年を迎えました。振り返りますと病院周辺は当時、牛舎に牧草畑と、のどかな風景に囲まれ療養環境に恵まれていました。反面、交通機関の不便等で冬期はかなりご苦労をお掛けしたと思います。この十年、病院周辺も学校・施設・工場と近代化して参りました。交通機関も便利になり道路状況も拡大されました。

病院の外壁は二十六年間を物語っていますが、利用されている皆様はお気づきになりましたでしょうか？土足になり、外来待合室は椅子・テーブル等で明るくまとめ、診察室もプライバシーを守り個室化しました。又受付窓口もオーブンにして皆様の声が聞こえるよう改善しました。皆様のいろいろな意見等を頂きそれをより良い病院づくりに活かしております。

今年も職員一丸となって改善に取り組み、看護面では患者様の目線に立ち、安心・思いやり・優しさのある看護に徹し、明るく笑顔で信頼されるよう努力をしたいと思っております。職員一同、皆様から選ばれる病院作りを目指して、昨年同様今年も頑張っていく所存です。

新年ご挨拶

- 冬に多い心筋梗塞 1頁
- 冬の安全対策 2頁
- 皆様の声から 3頁
- 地元企業との関わり 4頁
- クリスマス会 4頁

理念

日々研鑽を積み、全人的対応をもって、良質な医療を提供し、組織一体となって地域社会に貢献することを目指します。

基本方針

1. 私たちは、医療人としての自覚を常にもち、切磋琢磨してチーム医療を実践します。
2. 私たちは、急性期から慢性期まで、患者様の立場に立ち、真心こめた医療サービスを提供します。
3. 私たちは、患者様の権利と安全を重視し、地域の皆様から信頼される病院づくりを目指します。
4. 私たちは、経営の健全性を高め、安定した病院経営を続けられるよう努力します。

冬に多い心筋梗塞



食生活やライフスタイルの変化などにより、日本人の心筋梗塞による死亡率は年々増加しています。日頃からの生活習慣の改善が大事なことはいうまでもありませんが、特に寒いこの時期には注意が必要です。というのは、1・2月は心筋梗塞の死亡率が最も高い月だからです。（逆に、夏の7・8月は最も心筋梗塞が少ない月です。）これは、寒さによる血圧の上昇が発作の引き金になったり、交感神経が寒さで刺激され血小板が増加したり、血液凝固能が高まるなど動脈に血栓ができやすくなるなどいろいろな原因が考えられています。胸がしめつけられる症状がある場合は心筋梗塞の前段階の狭心症の可能性があるので、早めに病院で検査を受けましょう。

狭心症のうちはすぐ症状が治まってしまうのでつい放置したり、病院にいても症状が取れてしまったからの心電図では異常がでないで見落とされてしまうことがあります。症状が治まっている狭心症の診断には運動負荷心電図などが有用です。狭心症の症状は特徴があるので、実は我々循環器の専門医は症状のみでもほぼ診断がつきますが、それを客観的に確認するのがこの検査です。狭心症の疑いが濃厚になれば他にも精密検査が必要になりますが、まず、この検査だけでも異常がなければ安心できます。もし、異常があれば最低限投薬と生活指導を受けるだけでも心筋梗塞のリスクは大幅に減少します。胸のしめつけられる感じが一度でもあればぜひ外来を受診してください。（精密検査として心臓カテーテル検査などは一泊入院で可能です。医師と御相談ください。）

冬は温度差が激しいので、風呂に入るときには浴室の温度も上げておくこと、急に寒いところに出るときは暖かい格好をすること。寒さで運動不足になりやすいので意識的に運動を心がけることなどが大事です。特に高血圧・高脂血症・糖尿病・喫煙習慣（止めるのが一番ですが）のある方は注意して健康に冬を過ごしましょう。

（副院長：棚澤 哲）

心筋梗塞予防のために～危険度を下げるために役立つ検査～



寒い時期に多い心筋梗塞。でも、身体の状態が良ければ起きる危険度は下がります。まずは今の身体の状態を知ることが大切。そのために役立つ検査についてお話します。

【血液検査】

●「どろどろ血液」ってどんな状態？

「どろどろ血液」とは、血液の流れが悪いために、よどみやすく、**血管が詰まりやすくなる状態の血液**のことです。「どろどろ」になるには幾つかの要因があります。例えば、大量に汗をかいた時の水分不足、食事や生活習慣病による脂肪分や糖分の増加、ストレスや疲れなどです。

この状態が長く続いている方は**心筋梗塞を起こす危険性も高い**と言えるでしょう。

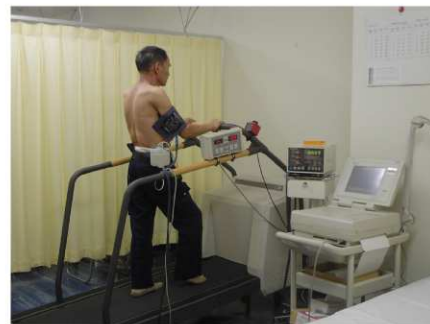
●自分の血液はどうなんだろう？…まずは血液検査

いくら「どろどろ」と言っても採った血液を一目見ただけでは判断できません。わかりやすい指標として血液中の**総コレステロール値、中性脂肪値、血糖値**があります。血液検査でこれらの値が**基準値より高い**と要注意。値が高いだけではなかなか症状に表れませんが、心臓や脳の血管が詰まりやすい状態になっているかもしれません。特に血液中の総コレステロール、中性脂肪の高い方は血管そのものに影響を及ぼして、動脈硬化も起こりやすくなるのです。

どろどろ血液、動脈硬化を予防するため、血液検査は定期的に受けるようにしたいものです。

【運動負荷心電図】

●狭心症のうちに見つけよう！



狭心症では運動などの負荷がかかると、症状を感じていなくても心電図には変化があります。

「運動負荷心電図」は、「歩く」などの**運動負荷をかけて心電図の変化を観察**する検査です。

当院ではトレッドミルという運動装置を用いて行っており、外来でも受けることができます。トレッドミルとはベルトコンベアのような台の上を機械のスピードにあわせて歩く装置で、スポーツクラブなどで目にすることも多いと思います。速度や傾きを段階を追って変えながら、運動中と運動後の心電図の変化を観察、記録します。

運動負荷による心電図の変化は狭心症に特異的なものではありませんが、症状がはっきりしない場合や無症状の場合の診断にも役立ちます。

「もしかしたら…」というような不安や症状がある方は、まず、医師に相談してみたいはいかがでしょうか。

（臨床検査技師：本村明美）

冬場の安全対策



北海道の厳しい冬も本格的に寒くなってきました。この時期になると路面が雪や氷などで滑りやすくなり、毎年転倒して骨折される方が出ます。そのため、今回は転倒予防の福祉用具やその他、外出や通院される時などに付き添ったり、雪かきなどのお手伝いをしてくれるサービスなどを取り上げて皆さんに紹介します。

★転倒予防

アイスピック……………杖を利用されている方で、杖の先に装着する、先のとがった用具です。冬場、凍結した路面を歩く時にこれを装着する事によってすべり止めとなり転倒を予防する事ができます。(1, 500円ほどで福祉用具専門店などで取り扱っています)

すべり止め……………靴底に張り凍った雪道を歩く時に滑りにくくするもので一般的によく知られている商品です。(1, 000円ほどで一般の靴屋さんなどで取り扱っています)

★通院や外出の付き添いをしてくれる

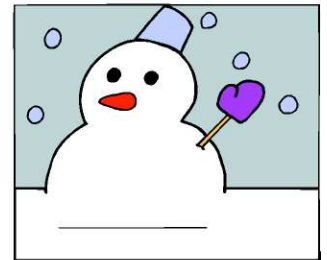
外出する時、夏場は一人でできていたが冬場は滑って転倒する不安がある方など、一緒に通院や外出に付き添ってくれるサービスがあります。

介護認定を受けていて、要介護1～5と認定されている方は、必要に応じ、ヘルパーを利用しての外出や通院介助を利用する事ができます。(介護保険のサービスを利用されている方は担当ケアマネジャーと相談してみてください)

介護保険の通院介助の対象とならない方や認定を受けていない方でも有料ボランティアなどを利用する事ができます。(区役所などでも紹介してくれます)

★雪かき

有料ボランティアを利用しての雪かきなどその他のお手伝いを行なったりもできます。(区役所などでも紹介してくれます)



今回紹介したものなどできることから始め、転倒予防に努めましょう！

利用方法や利用対象が限られるものもありますので、詳しくお知りになりたい方はお気軽に1階医療相談室までお越し下さい。(医療ソーシャルワーカー：小木絢介)

《皆様の声に感謝》

皆様の声からたくさんの貴重なご意見を頂き有り難うございます。昨年の皆様の声の中で、実際に活用させていただいた事項、まだ検討中のもの等ありますが、改善の一例として、

【Q】 面会の延長はできませんか？

【A】 看護業務に支障が出ない程度で30分延長（19時30分）いたしました。

【Q】 全館土足になりませんか？

【A】 外来院長診察室のみスリッパに履き替えていただきますが、他は土足にいたしました。

【Q】 禁煙について

【A】 『健康増進法』に基づき院内全館禁煙にいたしました。

検討中のものとして、『外来待ち時間の短縮』『接客対応』に関しても様々なご意見をいただいております。

当院をご利用いただいた方に安心感・信頼感を持っていただけるよう、職員一同医療人としての意識を今一度見つめ直し、さらなるサービス向上に努めたいと思います。今後も皆様の声を励みに、より良い病院作りに活用させていただきます。

地元企業との関わり～産業医～



12月8日石狩東洋株式会社にて

健康診断や事後措置としての健康相談により早期に病気を見つけて健康を維持する。健康教育講演などで体と心の健康を保持する。以上のことにより労働災害を減らし快適な職場作りを進めるのが産業医の役割です。皆さんの職場に産業医がいましたら、遠慮なく相談して下さい。(副院長/産業医：内山茂夫)

当院の三宅院長・内山副院長は、産業医としても地元企業従業員の方々の健康管理にたずさわっております。写真はその活動の一環として企業で行われた健康に関する講演の様子です。

講演を行った内山副院長に「産業医の役割」について聞いてみました。

現在、従業員50人以上の事業場は衛生管理者を選任することが義務づけられ、また1名以上の産業医の選任(3,000人超は2名)も義務づけられています。

職場の安全のためには、作業管理(仕事の内容)、作業環境管理(仕事場)、健康管理(仕事をする人)の3本柱があります。

産業医は職場巡視、健康診断、健康教育をとおして仕事をする人の健康を確保するために必要な勧告や指導を事業主に対して行います。具体的には職場巡視では、職業病のための環境整備や安全整備を。

クリスマス会

12月21日(水)療養病棟ではクリスマス会が行われました。

スタッフからなる「北成劇団」が「君の名は・・・」を熱演し、皆様に盛大な拍手をいただくことができました。

患者様方の協力もあり、無事大盛況で幕を閉じることができましたことをスタッフ一同うれしく思っております。また、サンタクロースにふん装したスタッフが患者様一人一人にプレゼントを手渡し、たくさんの笑顔を見せていただきました。

これからも皆様に元気の種を蒔けますよう、スタッフ一同力を合わせて頑張っていきたいと思っております。

(ケアワーカー：伊藤美奈子)



編集後記

明けましておめでとうございます。今年は戌年、我が家にも8ヶ月のミニチュアダックスがおります。犬の育て方の本を読みながら家族全員で悪戦苦闘していますが、ホッとさせてくれる癒し犬です。

私たち広報委員は皆様の身近な情報、役立つ情報、そして心癒される記事をお届けできるよう今年一年頑張ります。どうぞお気軽にご覧下さい。(編集委員：小野あけみ)



北成病院概要

□診療科目：内科・循環器科・呼吸器科・消化器科・放射線科

□病 床：一般病床58床 (I群入院基本料2)

療養病床64床 (療養病棟入院基本料1)

介護病床22床 (療養型介護療養施設サービス費Iのii)

～患者様とご家族の権利～

1. 基本的人権と人格を尊重される権利
2. 思いやりのある、良質な医療を公平に受ける権利
3. 適切な情報提供や十分な説明を受ける権利
4. 納得のもとに、検査や治療を受けるか、受けないかを決定する権利
5. プライバシーを保護される権利
6. 健康であるために情報を求める権利
7. 他の医師に診断を受け、治療法についての意見(セカンドオピニオン)を聞く権利

