



明日のなめがた

Namegata District General Hospital

回復期リハビリテーション病棟の紹介

回復期リハビリテーション病棟は、急性期の治療を受けて、病状が安定し始めた発症または手術後から1〜2ヶ月以内の脳血管疾患、大腿骨頸部骨折などの下肢の骨折、肺炎等治療中の安静によって体力が低下した（廃用症候群）などで、機能回復や日常生活に必要な動作の改善・向上が見込め、寝たきり防止、社会や家庭復帰を目的としたリハビリテーション（以下、リハビリ）を受けられることが出来る病棟です。（入院対象となる疾患を参照してください）

当院は、平成25年4月より16床の回復期リハビリ病棟を開設、平成26年4月には32床に増床しリハビリ部門の体制拡充を図ったことにより、集中的で効果的なりハビリが出来る様になりました。

リハビリを継続するために、他の施設に転院する人、無理に在宅復帰する人がいましたが、今では約96%の方が当院で安心して入院生活を続けることが出来るようになりました。また、行方市にリハビリ病棟が出来たことにより、近隣地域（鉾田・潮来・行方・鹿嶋）の人が自宅に近い当院へ、入院を希望して来る人が増えていきます。

現在の施設基準は、回復期リハビリ病棟入院基本料3を取得して、稼働率は約85%、入院疾患の割合は、整形外科疾患が



約85%、脳血管疾患が10%、その他5%の患者さんが入院しています。担当職員は、医師、看護師、看護補助者、理学療法士、作業療法士、言語療法士、医療ソーシャルワーカー、薬剤師、管理栄養士、医療事務等で、各専門スタッフが情報の共有をして、他職種合同カンファレンスの開催やプログラムに基づき、患者・ご家族様が安心して効果的なりハビリをされてご自宅に帰ることを目標に支援しています。病棟の雰囲気は、急性期一般病棟では味わえない、明るくて見晴らしの良い5階南病棟で、穏やかで家庭的な過ごしやすさを目指しています。一日の過ごし方も、ご自宅にいるように寝衣から日常着に着替え、病室に居るだけでなく、テレビを観たり、レクリエーションをしてデイールームで過ごす時間が多くなるように工夫をしています。



特に、リハビリスタッフが専門知識を取り入れた、誰でも出来る体操を指導してくれ、笑顔で患者さんと共に職員も楽しく寄り添っています。病棟での日常生活動作の向上が、寝たきり防止やリハビリになるように、ひとり一人の患者さんに合わせた、計画的なりハビリをほぼ毎日（休日以外）行います。看護職員は、患者さんの退院後の生活に向けた日常生活行動（食事、更衣、排泄、入浴、移動、会話など）の支援をし、リハビリが必要な時期に適切なリハビリが行えるように定期的なカンファレンスを行い協力しています。

リハビリのゴールが見えると、退院後の患者さんを支える家族の力が大きく、生活現場を知ること重要です。そのために、退院前他職種合同の家庭訪問の実施や外泊・外出をして病院内での歩行練習、生活の安全性を体感していただき退院の準備を進めています。また、必要に応じ、多様な問題解決のために地域でのチーム体制が取れるシステムの相談も医療ソーシャルワーカーが中心に受けています。

〈参考〉入院対象となる疾患と最長入院期間

1. 脳血管疾患、脊髄損傷、頭部外傷、くも膜下出血のシャント術後、脳腫瘍、脳炎、急性脳症、脊髄炎、多発性神経炎、多発性硬化症、腕神経叢損傷等の発症後もしくは手術後、または義肢装着訓練を要する状態
 - ・発症または手術後2ヶ月以内が回復期リハ病棟に移れる対象
 - ・入院期間は最長 150 日
 - ・高次脳障害を伴う場合などは 180 日
2. 大腿骨、骨盤、脊椎、股関節または膝関節の骨折、または2肢以上の多発骨折の発症後もしくは手術後の状態
 - ・発症または手術後2ヶ月以内が回復期リハ病棟に移れる対象
 - ・入院期間は最長 90 日
3. 外科手術または肺炎等の治療時の安静により廃用症候群を有しており手術後または発症後の状態
 - ・発症または手術後2ヶ月以内が回復期リハ病棟に移れる対象
 - ・入院期間は最長 90 日
4. 大腿骨、骨盤、脊椎、股関節または膝関節の神経、筋または靭帯損傷後の状態
 - ・損傷後1ヶ月以内が回復期リハ病棟に移れる対象
 - ・入院期間は最長 60 日
5. 股関節または膝関節の置換術後の状態
 - ・術後1ヶ月以内が回復期リハ病棟に移れる対象
 - ・入院期間は最長 90 日

今後更に、充実した病棟を目指したいと職員一同協力して行きます。回復期リハビリ病棟について、ご質問や見学などいつでもお問い合わせください。

回復期リハビリテーション病棟
看護副部長 須藤礼子



睡眠時無呼吸症候群について

当院では睡眠時無呼吸症候群 (SAS: Sleep Apnea Syndrome) の簡易スクリーニング検査を始めました。SASとは10秒以上呼吸が止まる無呼吸が1時間に5回以上繰り返される病気です。十分な睡眠をとっているつもりでも無呼吸の状態では、脳や体に負担がかかってしまい質の良い睡眠をとることが出来ません。その結果、起床時に頭痛がしたり、日中の強い眠気や倦怠感を生じます。習慣性の強いいびきも症状のひとつです。また放っておくと高血圧や心臓循環障害、脳循環障害などに陥るといわれております。検査は自宅で自宅でお休みになる際に指と鼻にセンサーを取り付け、小型の機械を装着し一晩睡眠をとるだけで出来ます。SASを疑うような症状がある場合、病院を受診されるだけをお勧めします。検査は予約制ですが機械が空いていれば、当日でも検査は可能です。



検査部 伊勢澤真里子

睡眠自己チェック

下記のような状況で、「うとうと」したり眠り込んでしまうことがどれくらいありますか？最近の生活をふり返って感じたままにお答えください。

0=居眠りすることはない	2=ときどき居眠りしてしまう
1=たまに居眠りしてしまう	3=居眠りしてしまうことが多い

- ・座って読書をしているとき
- ・テレビを見ているとき
- ・公の場で座って何もしないと (観劇や会議など)
- ・1時間続けて車に乗せてもらっているとき
- ・状況が許す場合で、午後横になって休息するとき
- ・座って人と話しているとき
- ・アルコールを飲まずに昼食をとった後、静かに座っているとき
- ・車を運転中、交通渋滞で2～3分停止しているとき

〈点数の結果〉

- 1～4点…十分な睡眠がとれています。
- 5～10点…平均的な点数です。
- 11点以上…眠気が強く、医師の診察を受けた方がよいでしょう

医師学会活動記録

2014年4月～2014年8月

部署	氏名	年月	学会名	部署	氏名	年月	学会名
眼科	井口 綾	2014年4月	第34回国際眼科学会 第29回アジア太平洋眼科学会 第118回日本眼科学会総会	内科	小田 有哉	2014年5月	第17回日本臨床救急医学会総会・学術集会
眼科	浅野 宏規	2014年4月	第34回国際眼科学会 第29回アジア太平洋眼科学会 第118回日本眼科学会総会	救急科	小山 完二	2014年6月	第17回日本臨床救急医学会総会・学術集会
外科	平沼 進	2014年4月	第114回日本外科学会定期学術集会	病理	黒岩 俊彦	2014年6月	第55回日本神経病理学会総会学術研究会
内科	石橋 肇	2014年4月	第111回日本内科学会講演会	整形	清水 顕	2014年6月	第51回日本リハビリテーション医学会学術集会
病理	黒岩 俊彦	2014年4月	第103回日本病理学会総会	脳外科	大木 純	2014年6月	第29回日本脊髄外科学会
内科	石橋 肇	2014年4月	第100回日本消化器病学会総会	整形	清水 顕	2014年6月	第17回水と健康医学研究会
内科	高部 和彦	2014年4月	第54回日本呼吸器学会学術講演会	脳外科	石和田幸弘	2014年6月	第29回日本脊髄外科学会
内科	石橋 肇	2014年5月	第5回日本プライマリ・ケア連合学会学術大会	脳外科	大木 純	2014年6月	第26回日本頭蓋底外科学会
内科	石橋 肇	2014年5月	第87回日本消化器内視鏡学会総会	脳外科	石和田幸弘	2014年6月	第26回日本頭蓋底外科学会
脳外科	石和田幸弘	2014年5月	第34回日本脳神経外科コンgres総会	脳外科	石和田幸弘	2014年6月	第31回脳神経外科生涯教育研修会
脳外科	田畑 均	2014年5月	第34回日本脳神経外科コンgres総会	内科	小田 有哉	2014年6月	第28回日本外傷学会総会・学術集会
脳外科	大木 純	2014年5月	第34回日本脳神経外科コンgres総会	眼科	浅野 宏規	2014年7月	第29回JSCRS学術総会
整形	梶原 将也	2014年5月	第87回日本整形外科学会学術総会	脳外科	田畑 均	2014年7月	第41回関東農村医学会学術総会
整形	清水 顕	2014年5月	第87回日本整形外科学会学術総会	外科	飯塚 一郎	2014年7月	第69回日本消化器外科学会総会
皮膚科	岸本 浩	2014年5月	第113回日本皮膚科学会総会	内科	湯原 孝典	2014年8月	基盤型教育セミナーFun SimJ
脳外科	石和田幸弘	2014年5月	第42回日本小児神経外科学会・教育セミナー	内科	小田 有哉	2014年8月	救急総合内科セミナー
皮膚科	岸本 浩	2014年5月	第6回日本静脈経腸栄養学会 首都圏支部学術集会				

学会活動記録 (コメディカル)

2014年4月～2014年8月

部署	氏名	年月	学会名	部署	氏名	年月	学会名
臨床工学部	浅野 和志	2014年5月	第24回日本臨床工学会	看護部	青田 典子	2014年7月	第41回関東農村医学会学術総会
臨床工学部	山口 克樹	2014年6月	第59回日本透析医学会学術集会・総会	看護部	廣瀬 明美	2014年7月	第41回関東農村医学会学術総会
臨床工学部	大内 智之	2014年6月	第89回日本医療機器学会大会	看護部	富田早百合	2014年7月	第41回関東農村医学会学術総会
リハビリ	藤田 義隆	2014年7月	第64回日本病院学会	放射線部	石橋 一希	2014年7月	第41回関東農村医学会学術総会

10月13日は さつまいもの日



10月13日は「さつまいもの日」です。皆さんご存じでしたか？

なぜこの日になったのでしょうか。それは、皆さんも聞いたことがある「栗（九里）より（四里）うまい十三里（9+4=13）」の「十三里」から始まります。これはさつまいもの異名で、江戸から十三里（約52km）離れた所にある川越のさつまいもがおいしかったことから生まれた言葉です。そこから川越芋の友の会が、さつまいもが旬である10月に、この日を記念日に制定しました。

元々さつまいもは、中南米が原産地です。1200年前には、すでに中央アルプスで栽培されていました。日本には今から400年ほど前、中国から琉球（今の沖縄県）に伝わり、琉球から薩摩（今の鹿児島県）に伝わりました。薩摩で盛んに栽培され、そこから、全国に広まったので「さつまいも」と呼ばれるようになりました。今では、さつまいも生産量全国二位が茨城県です。その中でも行方は、有数の産地になりました。

さつまいもは、ビタミンやミネラル、食物繊維をたくさん含んだ食べ物です。また、おなかの中でビフィズス菌が増えて腸内環境を整えてくれます。調理師のおすすめ料理として、さつまいものコロッケはいかがですか？ 具材の肉をツナにするのもおいしいです。さつまいもが主菜になる一品です。



食欲の秋、10月13日は旬のさつまいもを取り入れた料理を作り食卓を囲みながら、さつまいものルーツを話すのも楽しいのではないのでしょうか？

栄養部 調理師 新堀久男

病院からのお知らせ



なめがた地域総合病院

看護師による健康相談コーナー常設

- 日時：平成26年7月より
毎週火曜日
15:00～16:30
- 場所：正面玄関入口付近
- 内容：健康面で気になる症状、食事や生活のこと、介護方法のコツなどなんでもお尋ね下さい。



無料

院外処方せん発行のお知らせ

平成26年10月1日より開始します。

近年、健康に対する関心の高まりによって、より質の高い医療サービスが求められており、このような中で、患者さんが薬を充分理解して、安全で有効な治療が必要とされてきています。この対応として、処方せんにより（保険薬局）から病院と同じ薬をもらう医薬分業が国（厚生労働省）の方針で推進されています。当院においても、外来患者さんへのお薬の処方は、「院外処方せん」となります。



【保険薬局】

病院から処方せんをもらい、保険薬局で調剤を受けますと次のような利点があります。

- 薬を受け取る時間が短くなります。
- どこの保険薬局でもご利用になります。
- 薬について、ていねいな説明を聞くことができます。
- 薬歴管理により、薬の重複や相互作用による副作用がふせげます。

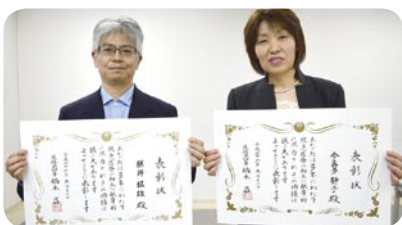
薬の重複などによる副作用から皆さんを守るために一人一人の薬の服用歴を記録して管理することです。

※院内処方せんより、費用が若干多くかかることもありますが主旨をご理解のうえ、ご協力をお願いいたします。

院長

茨城県救急医療 功労賞受賞

藤井麻酔科部長と今喜多看護副部長が、平成26年度茨城救急医療功労賞を受けました。



平成26年 健康教室開催予定表

- 第1回 6月21日(土)
→終了しました
- 第2回 8月16日(土)
→終了しました
- 第3回 10月18日(土)
ピロリ菌について
- 第4回 12月20日(土)
喘息について
- 第5回 2月21日(土)
腰痛体操をしよう!

【場所】なめがた地域総合病院
3階会議室

【時間】10時～11時

【参加費無料】

どなたでも参加できます。

詳細は、開催予定前月のポスターをご覧ください。

（看護部 健康管理委員会）

音楽を愛する当院職員がこころを込めて演奏します！

AUTUMN CONCERT

職員による音楽会
オータムコンサート
2014

10月18日 午後2時～
(開演:午後1時30分)

場所/なめがた地域総合病院 リハビリ室

♪演奏楽器♪
バイオリン・ピアノ・ギター・トランペット
オーボエ・ウクレレ・カホン

入場無料
観覧自由
どなたでも
ご参加ください。

隠れた栄養不良に

気をつけよう!!

みなさんの栄養失調のイメージは、どうでしょうか？この飽食の時代に何を？と思う方もたくさんいらっしゃると思います。しかし、日本では約3分間に1人の割合で太ももの骨を骨折している人がいます。この骨折には実は栄養不良が関係しています。栄養不良といっても、見た目には栄養状態はそれほど悪くない方がほとんどで、検査をして初めてわかる、という『かくれ栄養不良』の方が多いためです。これが、現代版の『栄養失調』です。最近の医療の世界ではこれを含め、栄養不良の状態のことをまとめて『低栄養』と呼んでいます。低栄養になると、気がつかないうちに体力が落ちてしまいます。具体的には、筋力が低下し転倒してしまったり、免疫力が低下し肺炎になってしまったりします。また、治療中の病気や怪我が悪化したり、長引いたりということがあります。そこで当院では、医師・看護師・管理栄養士・薬剤師・臨床検査技師・言語聴覚士が協力して、『低栄養』の患者さんについて、NST (Nutrition Support Team: 栄養サポートチーム) が活動しています。

患者さんの栄養状態は一人ひとり千差万別です。必要とする栄養の量はどれくらいか、どのようにして栄養をとるのかは、患者さんの様子や病気の内容によって異なります。栄養状態が悪いと治る病気が治らず、また余計な合併症を引き起こす原因にもなってしまう可能性があります。そこで、患者さんの状態に応じて適切な栄養管理を行う栄養サポートが必要なのです。



NST専門療法士 菅谷弥生

外来診察表 (午前) 平成26年9月1日～

■受付時間 / (平日) 8時30分～11時30分 (土) 8時30分～11時00分まで ■毎月第2・4土曜日は休診です

科	診察室	月	火	水	木	金	土
内科	1診	石橋 (消化器)	湯原 (膠原病)	湯原 (膠原病)	儘田 (神経)	湯原 (膠原病)	浅島 (膠原病)
	2診	高部 (呼吸器内科)	高部 (呼吸器内科)	星 (循環器予約)	高部 (呼吸器内科)	渥美 (循環器予約)	湯原 (膠原病)
	3診	秋山 (循環器予約)	小田 (総合)		第1・3神山 / 第2・4今井 (糖・内分泌予約)	小田 (総合)	小田 (総合)
	4診	栗田 (血液)		浅島 (膠原病)			石橋 (消化器)
	5診						
小児	1診	土浦協同病院より	筑波大			土協より (12・26日)	
	2診	太田	太田	太田	太田	福島	太田
	3診						
外科	1診	滝口	李・飯塚 (交替)	飯塚	平沼	飯塚	飯塚
	2診	李		李	李		
脳外	1診	大木	田畑	石和田	田畑	田畑	田畑
	2診		大木		石和田	大木	
整形	1診	亀田	亀田	亀田	梶原	植村	梶原
	2診	清水	清水	梶原	清水	2診 交代制新患・急患のみ	第1.5 清水 / 第3 亀田
婦人	1診	土浦協同病院より	大久保			横田	
皮膚	1診	岸本	岸本	岸本		岸本	岸本
泌尿器	1診		酒井			酒井	酒井
眼科	1診		浅野	浅野第2・4・5のみ	浅野		浅野
	2診	井口	井口	井口	井口	浅野	井口
耳鼻	1診		谷		田淵		
ペイン	1診	藤井			藤井		禁煙外来 (予約制)
透析	午前	湯原	永井	石橋	小田	森戸	1・3・5 高部
	午後	高部		植田 / 石橋		小田	(第2・4) oncall

外来診察表 (午後)

科	診察室	月	火	水	木	金
内科	1診	予約 (消化器) 石橋				
	3診				予約 (神経) 儘田	
	4診					
	2診				小児外科 (5/15～)	
外科	1診			予約 (脊・スポ) 第2・4		
整形	1診	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ	予約のみ
皮膚	1診		岸本			
泌尿器	1診			(第2・4) 石丸予約のみ		
耳鼻	1診		予約のみ		田淵	

午後 (一般外来)
 (火) 皮 / 14:00～16:00
 (水) 泌 / 13:00～14:30
 (木) 耳 / 13:30～15:30
 (木) 小児外科 / 13:30～16:30

午後 (予約)
 (水) 整 / 14:00～16:00
 脊椎及びスポーツ外来

(小児科) 専門外来・乳児健診・予防接種: 予約制 ※午後的一般外来は13:30～15:30受付

	月			火			水			木			金			
	1診	2診	3診	1診	2診	3診	1診	2診	3診	1診	2診	3診	1診	2診	3診	
14時		慢性疾患 予防接種 (予約制)			予防接種 (予約制)			10～12月インフル エンザ予防接種			乳児健診 (予約制)					
15時		一般外来 (太田)			一般外来 (筑波大)			一般外来 (太田)			一般外来 (太田)			一般外来 (太田)		
16時		慢性疾患 予防接種 (予約制)			予防接種 (予約制)			10～12月インフル エンザ予防接種			循環器 (予約制)					

(内視鏡室) 週間予定表

	月	火	水	木	金	土
午前	外科 胃内視鏡 / 飯塚			内科 胃内視鏡 / 石橋	内科 胃内視鏡 / 石橋	外科 胃内視鏡 / 李
午後	外科 大腸内視鏡 / 飯塚			内科 大腸内視鏡 / 土浦より	内科 大腸内視鏡 / 石橋	