



明日のなめがた

第47号
発行 平成29年5月9日

Tsuchiura Kyodo Hospital Namegata District Medical Center

リハビリテーション部紹介

リハビリテーションには、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3つの職種があり、当院では総勢26名のスタッフが従事しています。当院は急性期医療から回復期リハ、自宅退院まで一貫したリハビリテーションを提供できるのが特徴です。その中で、平成25年より開設した回復期リハビリテーション病棟について紹介させていただきます。

回復期リハビリテーション病棟ってなあに？

脳卒中、脊髄損傷、大腿骨骨折、廃用症候群(安静のために弱った状態)等が原因で、リハビリテーションが必要となった方に、日常生活能力の向上、寝たきり防止をはじめ、在宅・社会に復帰することを目標に総合的なリハビリテーションを早期から集中的に行う病棟です。また、入院生活の中でトイレ、入浴、着替え、食事など入院前の日常生活に少しでも近づけるよう他職種でサポートしています。

回復期リハビリテーション病棟構成

リハビリプログラムに基づき、患者様・ご家族を中心に医師、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、医療ソーシャルワーカー、薬剤師、管理栄養士が共同で集中的なリハビリを提供します。

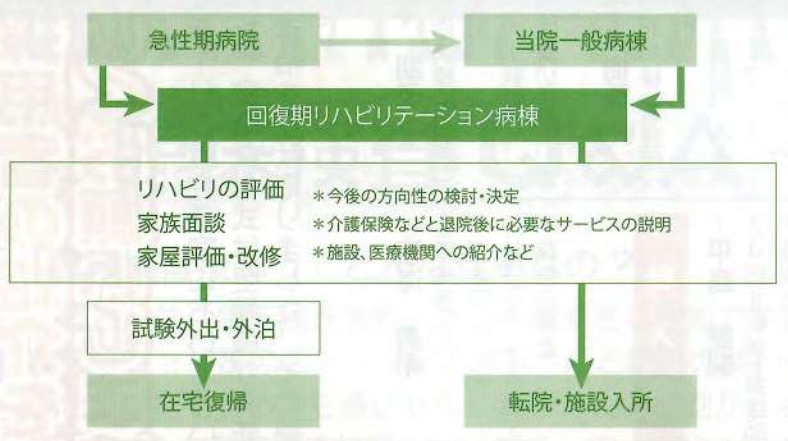


回復期リハビリテーション病棟に入院できる方

1. 退院目標を決めて実際に適切な場所へ退院できる方
2. 集中的リハビリテーションによって、機能上の改善の可能性がある方
3. 理学療法、作業療法などのリハビリテーションプログラムに、本人及び家族が積極的に参加できる方
4. 「回復期リハビリテーションを要する状態」に該当する以下の対象者
5. 安定してリハビリテーションができるような方

- * 脳血管障害、脊髄損傷、の発症または手術後2か月以内の方
- * 大腿骨、骨盤、脊椎、股関節、の骨折の受傷または手術後2か月以内の方
- * 大腿骨、骨盤、脊椎、股または膝関節の神経、筋または靭帯損傷後1か月以内の方
- * 外科手術または肺炎等による廃用症候群を有しており、手術後または発症後2か月以内の方

入院(転院)から退院までの流れ



患者様・ご家族様の思いを大切に、退院後の生活イメージを作りながら、具体的なケアや日常の動作方法の練習、環境づくりなどを一緒にすすめていきます。

一日のスケジュール



- 6:00~起床
動きやすい服装に着替える
洗面を行い食事の準備
- 7:30~朝食
ディルームもしくは、椅子に座り食事をする
- 9:00~検温
リハビリ、入浴
- 12:00~昼食
ディルームもしくは、椅子に座り食事をする
- 13:00~リハビリ、入浴
- 18:00~夕食
ディルームもしくは、椅子に座り食事をする
夕食後履衣に着替える
就寝準備
- 21:00消灯・就寝

新任医師紹介

内科医 加藤夏樹

2017年4月よりなめがた地域医療センターに内科医として赴任しました加藤です。2016年は茨城県立中央病院で消化器内科として勤務しておりました。なめがた地域医療センターでは消化器疾患に限らず、内科全般の疾患を診させて頂きまますので、お困りごと等ございましたらご相談下さい。よろしくお願ひします。

整形外科医 戸塚 翔

この度、なめがた地域医療センターに勤務することになりました、整形外科の戸塚翔と申します。前任地の水戸は紹介型病院で特徴的な疾患の治療が主でしたが、なめがた地域の特性上周辺に医療機関は少ない地域であり、軽微から重度までの外傷や変性疾患で困っている方が多いと思います。リハビリ、投薬、注射、手術など最適な治療を提案し生活の質向上の一助となればと思っております。よろしくお願ひ致します。

整形外科医 桂 健生

4月から赴任になりました、整形外科の桂健生と申します。スポーツ全般をするのも見るのも好きで、スポーツと関わりたいと思い整形外科を専門としております。もともと九州出身で、鹿行地域にはまだ行っていないところがたくさんあるので色々地域のこと学んでいけたらと考えております。宜しくお願ひ致します。

筑波大学附属病院 研修医 佐藤亮太

筑波大学附属病院研修医1年目の佐藤亮太と申します。貴院では内科3ヶ月、救急科3ヶ月をローテーションさせて頂きます。学生時代とは異なり、患者さんの治療に介入できる立場となりました。責任と共に大きなやりがいを感じております。まずは、採血などの基本的な手技や病棟業務を確実に遂行できるようにし、医療チームの一員として役に立てるよう励んでいく所存です。様々な common disease を経験し、自分の成長に結びつけていきたいと思ひます。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願ひ致します。

スポーツ障害の治療・予防

「オスグッド病について」

2020年の東京オリンピック開催や健康志向の高まりによりスポーツ愛好者が増えてきています。ただ、怪我や痛みがあると思うようなパフォーマンスを発揮できないだけでなくスポーツを楽しむことが出来なくなっています。

今回は成長期のスポーツ障害として多いオスグッド・シュラッター（以下…オスグッド）病の予防、治療について解説します。オスグッド病は発育期における運動ストレスが膝の下（脛骨粗面部）に集中し、部分的に剥離骨折を起こした状態で患部の圧迫や運動にて痛みが出ます。小中学生に多いため「成長痛」と混同されることがあります。予防・治療の1つとして、大腿四頭筋（太ももの前の筋肉）のストレッチが挙げられますが、それだけでは不十分な場合があります。オスグッド病を発症する子供の特徴として、猫背や股関節・足首の硬さによりしゃがみ込む際に重心が後ろにいき（図1）、膝の前面にストレスがかかります。また、おしりの筋肉が弱いこと・使えていない子供も見受けられます。予防としては体幹や股関節・足首

のストレッチ、おしり周りの筋力トレーニングが重要で、（図2）のようにしゃがめると膝への負担を減らすことが出来ます。

痛みが強い時期は練習を休むことも重要で、保護者や指導者の理解も大切です。痛みを軽減し、楽しく運動が出来るようにしましょう。当院ではこのようなスポーツ障害に対してもリハビリを行っています。

スポーツ認定理学療法士

渡辺知宏



図1



図2

今年度の新採用者の紹介を致します。どうぞよろしくお願ひします。

平成29年度の入会式を4月1日3階会議室において行いました。今年度の新採用者は16名となりました。辞令交付式は全職員が真新しい制服に身を包み緊張した様子で院長から辞令を受け取りました。その後院長訓示、病院幹部職員の紹介がありました。

採用者

- ①氏名
- ②所属
- ③出身地
- ④趣味
- ⑤モットー又は好きな言葉
- ①萩野谷明日香
- ②リハビリテーション部（理学療法士）
- ③秘密です（笑）
- ④スポーツ、岩盤浴
- ⑤笑顔で全力で頑張ります
- ①山田 達也
- ②リハビリテーション部（作業療法士）
- ③銚田市
- ④サッカー観戦、レース観戦
- ⑤笑顔忘れずに
- ①大内 敬太
- ②臨床工学士
- ③茨城県
- ④フットサル、ボウリング、釣り
- ⑤同じ間違いはしない
- ①中村 真衣
- ②臨床検査技師
- ③五霞町
- ④一人暮らし、ゲーム
- ⑤十人十色

転入者

- ①仁平由樹香
- ②5階北病棟（看護師）
- ③潮来市
- ④スポーツ観戦、AAA
- ⑤ボジティブ
- ①宮内 沙織
- ②4階南病棟（看護師）
- ③千葉県
- ④旅行
- ⑤思いやり、笑顔日々、感謝を忘れずに過ごしていきたいと思ひます。
- ①米川千歩美
- ②4階北病棟（看護師）
- ③銚田市
- ④旅行
- ⑤Keep Smile
- ①小川菜々美
- ②4階北病棟（看護助手）
- ③銚田市
- ④犬の散歩
- ⑤「やってダメならもっとやれ」です
- ①石澤 勇希
- ②薬剤部
- ③鹿嶋市
- ④サッカー、フットサル
- ⑤真剣にやる
- ①平島 愛梨
- ②4階北病棟（看護師）
- ③鹿嶋市
- ④楽器演奏（テナーサクソ）
- ⑤いつも明るい笑顔で頑張ります。
- ①初鳥 正人
- ②放射線部
- ③かすががら市
- ④ジョギング、野球、登山
- ⑤人の世に失敗ちゆうことは、ありません。
- ①額賀 淳尾
- ②リハビリテーション部（言語聴覚士）
- ③行方市
- ④サッカー観戦
- ⑤誠心誠意、心をこめて業務にあたります
- ①藤枝 孝治
- ②医事課
- ③笠間市
- ④スポーツ観戦、将棋
- ⑤一期一会
- ①高野 徳久
- ②医事課
- ③土浦市
- ④スポーツ観戦
- ⑤継続は力なり
- ①鎌田 倫子
- ②医事課
- ③水戸市
- ④ライブ、ショッピング
- ⑤好きな言葉は一期一会です。よろしくお願ひいたします。



学会報告

第32回 日本環境感染学会 総会・学術集会



開催日 平成29年 2月24日～25日

抗菌薬が効かない薬剤耐性菌は「伊勢志摩サミット」でも議論されているほど国際問題となっています。今回は、鹿行地域で検出されている種々の細菌が各種抗菌薬にどれくらい有効なのか、また近年増加傾向にある抗菌薬が効きにくい大腸菌の遺伝子検査結果などを発表してきました。この結果を鹿行地域の医療機関に提供することで、地域での薬剤耐性菌抑制に少しでも貢献できればと考えています。

臨床検査部 長峯裕二



親指が織りなす手の使い方

指⇨親指と言っても良い!

早い物で連載が始まり一年が経ちました。あつという間ですね。今回は手(特に親指)の動きについてお話したいと思えます。私たちが普段何気なく手を使っており、手が使えないことで生活の行いにくさやストレスを感じます。特に親指の動きは重要であり手の60%以上を占めると言われています。では親指にはどのような機能があるのでしょうか。

親指の出っ張りがある人は要注意!!

親指には2つの特徴があります。私たちは物をつかむことが出来ます。その理由は人間の手は他の動物と異なり、親指と人差し指の間が非常に広くなっています。これにより物をつまむ際に物の大きさに手を合わせる事が出来るのです(特徴1)。また、親指の付け根が動くことで、親指とその他の指が合わることで出来ます(特徴2)。この動きにより物をつまみやすくしています。この2つ特徴があることで人間が様々な道具を使い、生活を豊かにすることが出来たのかもしれない。その一方で注意が必要な場合があります。家事で手を過剰に使うことやスマートフォンなどの普及により、親指と人差し指の間が狭くなっている方を多くみます。これらによって親指の付け根が

出っ張ってしまい、箸が使えなくなるなどなど日常で手が使いにくくなることあるのです。そのため、手にとっては親指と人差し指の間をしっかり広げ、親指の動き(特徴)を保つことが重要なのです。

リハビリテーション部



親指と人差し指の間が狭くなる

親指の付け根が出っ張る

スマホの使いすぎは親指が人差し指側に!!



特徴2

特徴1

Question 臨床検査 Q&A

~臨床検査技師に聞いてみよう~

第1回

「臨床検査技師ってどんな仕事なの?」

皆さんは「臨床検査技師」という職業をご存知ですか?看護師やリハビリテーション部のスタッフほど患者さんと直接の関わりが多くないのでピンとこないという方も多いかもしれません。今回から全8回の連載を通して、皆さんに臨床検査技師について知っていただければと思います。



Q. 臨床検査技師とは?

患者さんが医師の診療を受ける時に「頭が痛い」「熱がある」など様々な症状を訴えると、医師は「〇〇の検査をしてみましょう」と必要な指示を出します。これが「臨床検査」です。臨床検査技師とは、医師の指示に従って様々な臨床検査を行う医療技術者です。医師は様々な臨床検査から得られたデータを解析して、患者さんの病気を診断し、治療方針を決定します。つまり、臨床検査は治療の入り口でもあり、病気の経過観察、治療効果の判定、重大な病気の早期発見などに貢献しています。

から血球成分を分析したり、血液中に含まれる糖質、蛋白質、ビタミン、ホルモンなどを調べたりします。

もうひとつが、直接患者さんの身体の表面や内部の器官からデータを採る「生理機能検査」です。心電図や超音波(エコー)、脳波などの検査を行います。ちなみにこの中にはレントゲン撮影は含まれません。レントゲン撮影は放射線技師が行います。



Q. どんなことをしているの?

その仕事は、大きく分けて2種類あります。ひとつは、生体の一部(血液・髄液・組織など)や排泄物(尿・便・喀痰など)を検査する「検体検査」です。採血された血液

次回号からは各検査の担当技師に検査についての紹介や疑問などを聞いていきます。次回は患者さんとも直接接することが多い「生理機能検査」についてです。

臨床検査部



健康教室



平成29年度 健康教室開催予定

第2回 健康教室

平成29年度
健康教室 開催予定表

第1回 5月11日(木)
ヨガ、やってみませんか? リハビリ科 土谷先生

第2回 7月13日(木)
白内障と緑内障 眼科医師 浅野先生

第3回 9月14日(木)
生活習慣病 保健師 中川先生

第4回 11月9日(木)
ごえん性肺炎にならないために今からできること
摂食・嚥下障害看護認定看護師 仲田先生

第5回 1月11日(木)
元氣膝で、健康寿命を延ばそう リハビリ科 田中先生

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
※当日講演内容が変更になる場合もあります。

看護部 健康管理委員会
行方市 保健福祉部健康増進課

第2回 健康教室案内
白内障と緑内障

白内障は誰でもなるって本当? 緑内障って失明しちゃうの?
眼をこよなく愛する眼科専門の医師が、
基礎知識から治療法までわかりやすく解説します。

講師: 眼科医師 浅野 宏規 先生
日時: 7月13日(木) 14時~15時
場所: 土浦協同病院
なめがた地域医療センター 3階会議室

参加費無料 事前申し込みは不要です
どなたでも参加できますのでお気軽にお越しください

看護部 健康管理委員会
行方市 保健福祉部健康増進課

土浦協同病院 なめがた地域医療センター 外来診察表

外来診察表(午前) 平成29年4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	荻島(膠原病)	湯原(膠原病)	湯原(膠原病)	儘田(神経)	湯原(膠原病)	寺崎(膠原病)
	2診	高部(呼吸器内科)	高部(呼吸器内科)	本田(循環器予約)	高部(呼吸器内科)	梅本(循環器)	湯原(膠原病)
	3診	酒井(俊)(循環器予約)	第1・2・4・5 土浦協同(消化器)	荻島(膠原病)	荻島(膠原病)		加藤(消化器)
	4診	栗田(血液)	住野(循環器)	第3 酒井(義)(消化器)	土浦協同医師(循環器)	住野(循環器)	
	5診	加藤(消化器)			第1・3 神山 (糖・内分泌完全予約制)	吉田(腎内)	
小児	1診	土浦協同病院医師					
	2診	太田	太田	太田	太田	太田	太田
	3診						
外科	1診	滝口	平沼	飯塚	平沼	飯塚	飯塚
	2診	李		李	李		
脳外	1診	大木	田畑	山本	田畑	田畑	田畑
	2診		大木	ティプアーパー	ティプアーパー	大木	
整形	1診	亀田	亀田	亀田	桂	中川	第3 亀田
	2診	戸塚	桂	戸塚	戸塚	新患・急患・予約のみ	第1・5 戸塚 桂
婦人	1診	土浦協同病院医師	大久保			横田	
皮膚	1診				結束		
泌尿器	1診	奥村	大石	石丸(第2・4)		立岡	宮川
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		田淵		林		
ペイン	1診	藤井			藤井		禁煙外来(予約制)
透析	午前	吉田	土浦協同病院医師	吉田	吉田	吉田	1・3・5 高部
	午後	吉田	土浦協同病院医師	吉田	吉田	吉田	(第2・4) 戸田