

地域医療支援病院・地域がん診療連携拠点病院・臨床研修指定病院（基幹型）



労働者健康福祉機構 新潟労災病院

〒942-8502 上越市東雲町1-7-12 電話：025(543)3123

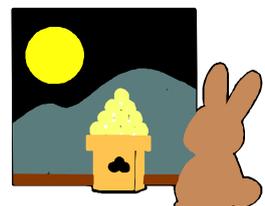
FAX：025(544)5210

## 新人看護職員研修 手術室編

副院長 富士原 秀 善

本年度から、新人看護職員研修が努力義務化され、当院でも研修が日本看護協会のホームページに掲載されている研修内容・到達目標に沿って開始されました。ある病棟・部署に一度配属されると、診療科が異なる患者管理を経験しないまま長い時間が経過し、本人の希望、事情の有無もあると思われそうですが、人事異動がなければ、配属された病棟の患者の看護しか経験がないという状況になります。例えば、気管挿管の介助をしたことがない、などです。

猛暑の中、空調の効いた手術室で主に働いている私たちのもとにも新人看護師が毎週、2名ずつ、月曜から木曜まで4日間の研修に訪れています。この原稿を書いている時点で6ペア終了しました。私は、彼らと話をしているうちに、しばしば医学部学生のポリクリを行っている錯覚に陥りますが、彼らは、当院のプロの看護師であると自分に言い聞かせながら、かつ、4日間では、あまりにも短い、最低3ヶ月ではないか？と感じています。実は、研修をしている期間内に自信をもった顔を見たいこと、自分で得た情報を迅速・的確に伝えるコミュニケーション能力をつけてもらいたいことがあります。極端な話、全部署を3ヶ月ごとにローテーションしたらいいと考えています。4日間の“とにかく経験すること”におされ、静脈ライン確保、気道確保（バッグ&マスク換気）、気管挿管介助（最新のラリンジアルマスクやi-Gel、エアウェイスコープ）、動脈ライン介助、血液ガス測定、硬膜外麻酔・脊椎麻酔見学、手術見学等盛りだくさんです。手術室で特有の生体情報の観察方法も見学されたと思う。見学主体で、いわゆるミニレクチャーや「まとめ」のようなものは、私たちには課されていません。麻酔（生理、薬理）についての知識も質問がなければ、私は教えません。課された研修項目以外に看護部長・副部長、手術室師長にお願いしたことがあります。病棟看護師では経験しにくい、1人の患者の術前、術中、術後の状態を通して看ることです。術前、術後の病棟ラウンドも、新人看護師と多少の説明を交えて一緒に行っています。麻酔計画に対する質問は、“何故硬膜外麻酔を併せて行うのか”という素晴らしい質問もありました。



今回の手術室での研修が、わずか4日間ずつであるにせよ、「百聞は一見にしかず」、「鉄は熱いうちに打て」で、外科、整形外科、脳外科の素晴らしい手術を観て、「私は、手術室や外科系、急性期の看護に携わりたい」と思った人もきっといると思います。各地で周術期看護に関するセミナーも行われており、WEB上でも、また書籍、雑誌でも知識・情報は容易に入手できる時代です。今後とも、手術室研修を通して、「私にもできる」という自信を持って頂き、また、何かで興味を持つきっかけになってくれればと思っています。手術室では、従来通り、どの部署の方でも、いつでも見学、研修を受け入れていきます。



## 「リハビリテーション」って何？

リハビリテーション科技師長 熊木 裕



30年以上も前のこと、進路を決めかねていた頃「リハビリテーション、それって何？」という話をした記憶を思い出しました。その『リハビリテーション』も、最近では「腰が痛くてね。」「じゃ労災病院の整形とリハビリだね。」というように巷で言われるようになり、リハビリテーションも市民権を得てきているという思いがしております。

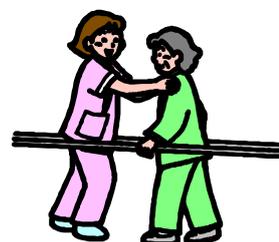
では「リハビリテーション」って何？

リハビリテーション (rehabilitation) とは、身体的、精神的、社会的に最も適した生活水準の達成を可能とすることによって、各人が自らの人生を変革していくための手段を提供していくことを目指し、かつ時間を限定した過程であると定義づけられています。(国連、障害者に関する世界行動計画、1982)

語源はラテン語で **re** (再び) + **habilis** (適した)、すなわち「再び適した状態になること」「本来あるべき状態への回復」、その他にも「権利の回復、復権」「犯罪者の社会復帰」、またヨーロッパでは「教会からの破門を取り消され、復権すること」という意味もあるそうです。かつて15世紀、百年戦争で勝利に導きフランス革命に寄与したオルレ안의乙女とも呼ばれた国民的英雄ジャンヌ・ダルクが宗教裁判で火刑となり、その後「名誉回復」されたときにも使われたといわれます。

病院で実施されるリハビリテーションは医学的リハビリテーションで、医師の指示のもとで実施されます。具体的には関節の動きや上下肢や体幹の筋力回復および強化、言語機能や摂食・嚥下機能に至る身心の機能回復、日常生活全般における身のこなし方、ご家族への指導や住宅の改修指導等多岐にわたります。

患者様同士「リハビリはいたい？」とか、「頑張ってこいね」というお話をよくお聞きしますが、リハビリはつらいものという先入観があるように感じます。日々、訓練室



では「いたた！」という人はほんの一握りで、大半はニコニコとリハビリを実施しております。

スタッフも経験豊富ですので、会話の中から患者様の状態を把握するように努めております。笑うと自然と呼吸が整い緊張がとれ、動きやすくなるものです。微笑んだら微笑返しをしてください。リハビリもスムーズにいきますよ！

「はい、今日はよくできました！ 明日も頑張ろうね！！」と。



## 「ダイエット入院」をはじめました

内科副部長	前	川	智
内科副部長	麻	植	ホルム正之
内科医師	安	泰	善

肥満を単に体重が重いだけだと勘違いしていませんか？

最近テレビ、新聞などで肥満症、糖尿病、高脂血症、高血圧、メタボリックシンドロームなどといった生活習慣病を目にすることが多いと思いますが、自分は関係ないと思っている方が大半だと思います。現場の医師の立場から考えると、肥満・糖尿病がなければ、こんな病気にならなくて済んだのと思うことがよくあります（例えば心筋梗塞、脳梗塞、膝関節症など）。さらに、日本人は肥満にとっても弱い人種で、少し太っただけでも糖尿病になりやすいという特徴があります。生活習慣病はその名のとおり生活習慣によって発症するので生活習慣を改善することで著しく良くなることがあります。とはいえ健康と思っている間はなかなか自分が病気になるとは想像しにくいし、まして肥満だからといって入院して検査や生活改善をしようとは思わないものです。また、病院に行っても、具体的に減量する方法について、医師など医療従事者から教えてもらうことも少ないのではないかと思います。



そこで当院消化器内科では、本年7月より低炭水化物(糖質制限)による食事療法、グラフ化体重日記の記載などの行動療法、漢方薬などによる薬物療法、運動療法を取り入れ、生活習慣病の予防ならびに治療目的で、7泊8日のダイエット入院を開始しました。この入院期間で劇的に肥満が治るわけではなく、あくまでこの入院は「キッカケ」で、その後外来で経過をみて、半年後に目標体重に達するように指導していきます。

退院された多くの患者さんは、順調に体重減少しており、食事量の制限しないダイエットということもあり、好評を頂いております。最後にこのダイエット入院の4つのメリットを述べます。①医師の指導のもと安全にダイエットできる、②肥満からくる病気を予防できる、③太らない生活習慣が身につく、④健康保険が利用できる、以上がダイエット入院の4大メリットです。やせて健康に生きたい意識を持たれている方は、是非当科外来を受診してください。

=== 病院で診察を受けられる患者様にお願いします ===

## 受診の時は必ず「お薬手帳」を持参してください



お薬手帳には、血圧の薬、血糖を下げる薬や血を固まりにくくする薬などの情報が書かれています。それらは手術や検査をする時に必要になりますので医師に見せてください。治療をするときに患者様のお薬はとても大切な情報です。

病院においてになる場合は、**お薬手帳**と**お薬の一覧**をお持ちいただけるようご協力をお願いいたします。

お薬手帳は、調剤薬局でお渡ししています。

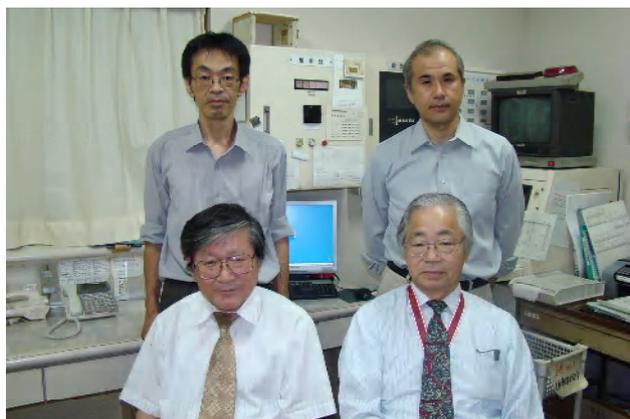
## 私たちの職場 宿・日直受付業務

私たちの職場は病院の外来診療が終ると同時に業務開始となります。メンバーは4人、交替で当直・日直業務に当たります。たぶん皆さんは、私たちと接する機会がたいへん少ないと思いますが、4人とも中年を乗り越えた元気なメンバーです。

業務の内容は、主に救急外来患者様の対応と事務手続き、電話対応、他の医療機関からの連絡対応等の診療補助と病院の安全維持が主な業務内容になって居ります。

私たちは患者様及び御家族の安心の為、出きる限りの努力を致しているつもりですが、時として業務が重なって時間がかかってしまう場合がありますが、特に深夜の緊急患者さまについては出来るだけ早く診療開始となる様努力いたしております。

私たちの職場で勤務について特に記憶が有りますのは、中越地震が発生した時です。当時は地域一体が同時に同じ状況で有ったと思いますが、発生時間に一般緊急患者様が多数おられ又、入院患者様の食事時間帯で、発生と同時に電



話不通、病院施設設備の警報・エレベータ停止等混乱状態となりましたが、守衛員の方と何とか、対応していると同時に素早い職員の方々の緊急対応のおかげで無事乗り切った記憶が残っております。

今後とも私たちは日々改善努力いたし、病院と地域の安全・安心に繋がるよう努力致しますので今後とも宜しくをお願いいたします。

# 9月 一日ドック等の予約状況

平成22年8月23日現在

項目	日にち																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
特定健診	△	△	△			-	△	△	△	△				-	○	△	△	○		
一日ドック	×	×	×			-	×	△	△	×				-	△	×	×	△		
女性専用外来	-	-	-			-	-	-	-	-				-	-	-	-	-		
睡眠時無呼吸外来	-	-	-			×	-	-	-	-				×	-	-	-	-		
禁煙外来	-	-	-			-	○	-	-	-				-	○	-	-	-		

項目	日にち									
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
特定健診	△	○		○			-	○	○	○
一日ドック	×	○		○			-	○	○	○
女性専用外来	○	-		-			-	-	-	-
睡眠時無呼吸外来	-	-		-			○	-	-	-
禁煙外来	○	-		-			-	○	-	-

○空きあり △空き少し  
×空きなし  
※子宮がん検査実施日

\* お申込み・お問い合わせ 空き状況等をご確認の上お申し込みください。

医事課医事係 小松 TEL025-543-3123 内線 1233

## 一日ドック検査項目

●基本検査 42,500円(税込)



項目	内容	項目	内容
身体計測	身長 体重 BMI(体格指数) 腹囲	生化学	総蛋白 アルブミン 総ビリルビン クレアチニン 尿酸
生理	血圧(2回) 心電図 心拍数		総コレステロール 中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール
	眼底検査(両眼) 眼圧検査 視力検査		GOT GPT γ-GTP ALP
	聴力検査		空腹時血糖値 HbA1c
	呼吸機能検査		
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血 PH 比重	血球	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値 MCV MCH MCHC
胸部 腹部	胸部X線		白血球数
	胃内視鏡(経鼻内視鏡) 腹部超音波		血小板数
便	便潜血(2回分)	血清	CRP
診察	内科診察 質問 情報提供		血液型(ABO) 血液型(Rh)

## ●オプション検査

項目	内容	金額(税込)
睡眠時無呼吸検査 (要予約)	強いいびき、昼間の眠気、睡眠中に呼吸が止まるなどの不安をお持ちの方にぜひおすすめします。	5,250円
内臓脂肪測定検査	CT検査にてへそのまわりの皮下脂肪と内臓脂肪を直接測定するものです。	3,150円
肺がんCT検査	肺がん、アスベスト(石綿)健康被害の有無等を調べるのに最も有効です。喫煙をやめられない方、肉親にがんの人がいる方はとくにおすすめします。	9,000円
乳がん検査	乳腺の触診とX線撮影のセットです。40歳を過ぎたら2年に1回は検査を受けましょう。	6,000円
前立腺がん検査	血液検査でPSAを測定します。50歳以上で頻尿や排尿困難な方におすすめです。	1,800円
子宮がん検査 (要予約)	診察と子宮の入口である子宮頸部の細胞を採取して検査します。	3,500円
腫瘍マーカー検査	胃がん、大腸がん、膵がん、肝がんなどを調べる血液検査です。	3,050円
骨密度検査	ダイエットの経験のある方、骨が折れやすくなる骨粗鬆症が気になる方におすすめします。	3,600円
肝炎検査	B型肝炎、C型肝炎ウイルスによる感染の有無を調べます。	2,260円
HIV検査	エイズの感染の有無を調べるものです。	1,370円
頸部超音波検査	頸動脈の動脈硬化の有無を調べるもので、めまいやふらつきなどの症状のある方、高血圧、血糖値の異常が続いている方におすすめします。	3,675円
甲状腺機能検査	頸部前面の甲状腺の腫れが疑われる方、手のふるえ、動悸などの症状のある方におすすめします。3種類の甲状腺ホルモンを測定します。	3,675円



## 散歩道



### 親ばか

水泳選手といえば北島康介、入江陵介がオリンピックで大活躍し日本中の脚光を浴びる名選手の名前が頭に浮かぶにちがいない。

15歳の我が長男も4歳頃からスイミングスクールに通い中学校では水泳部に入部し水泳を続けている。

親としては、オリンピック選手を夢見て水泳を始めさせたわけではなく、喘息の治療の一環としてであったが、小学校・中学校とタイムが早くなり大会で好記録を出すと本人にも自信がみなぎり、親としても「でかした！！」と心の中で叫んでしまい、もしかしてこのままいけば……と心のどこかで期待を持ってしまう。……本当に親ばかである。

また、水泳を続けていることにより競争心や他人を思いやる心が養われ、社会に出てからもすぐにへこたれることなく頑張ってくれると確信している。……やはり親ばかである。

(K. W)

