

Paulo Letter

パウロレター

広報誌

ご自由にお持ちください

<発行> 医療法人中山会 新札幌パウロ病院

<編集> 広報委員会

<発行日> 平成29年10月10日 (Vol.85)

〒004-0002 札幌市厚別区厚別東2条6丁目4-1

TEL(011)897-4111・FAX(011)897-4114

www.byo-in.com / メール paulo@byo-in.com

秋号

「患者さんの目線で」優しい医療を

<基本方針>

- ・患者さんを自分の肉親と思う精神で接します。
- ・良質かつ適切なサービスの提供に努めます。
- ・愛され信頼される病院を目指します。



医療法人中山会 新札幌パウロ病院



専門医療チームによる 在宅復帰を目標にした回復期リハビリ

新札幌パウロ病院 医師
リハビリテーションセンター長
日本リハビリテーション医学会認定専門医 小野 玄

脳卒中・大腿骨骨折などのけがの治療で、最初に受診する急性期病院は救命が主目的です。危機を脱した後、心身にダメージが残る段階で元の生活に戻るのには、本人も周囲も難しいのが実情です。このため、回復途上の患者さんが在宅復帰を目指し、生活するのに必要な日常生活活動（歩行、食事、排泄、入浴など）の機能を回復させるために、専門職によるリハビリを集中的に行うのが「回復期リハビリ病棟」です。

よりよい回復期リハビリ病棟を選ぶポイントは、

- ① リハビリテーション科専門医・認定医がいること。
- ② リハビリ・看護・介護スタッフの人数が豊富であること。
- ③ 複数の医療専門職員が連携して治療やケアに当たっていること。
- ④ スタッフの雰囲気明るいこと。

などが挙げられます。機能回復のためには、リハビリを毎日継続して行うことが効果的です。また、休日も平日と同様のリハビリを提供しているかどうかポイントの一つです。

当院には 108 床の回復期リハビリ病棟があり、医師、看護師、介護職員、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、ソーシャルワーカーがチームを組んで対応しています。土日祝日を含め 365 日リハビリを実施し、患者さんが住み慣れた地域でその人らしく生活できるよう支援しています。

入院生活や退院後の療養生活、経済的な問題など不安や悩みがある方は、一度、地域医療連携室ソーシャルワーカー（011-897-4111）までお問い合わせください。



漢方とは

薬剤科 薬剤師／田原稔之

漢方薬は、古くから病気の治療手段として活用されてきました。現代では病院で処方されるものやドラッグストアで購入できるものなど、私たちの身近な存在になっています。

その一方で、陰陽、五臓六腑、未病など特有の言葉や理論があるため「難しい!」「効果があるの?」という声も耳にします。

そんな漢方薬の疑問にお答えします!

Q 漢方医学、中医学、東洋医学 … いろいろあるけれど、どう違うの?

A いずれも中国の伝承医学を起源とし、基本的な考え方は変わりません。

- 漢方は二千年以上前の古代中国で生まれた伝承医学です。
- 日本には5~6世紀頃に伝えられました。
- 江戸時代にオランダ医学(蘭方)が日本に入ってきたため、それと区別する目的で漢方と呼ばれるようになりました。



Q 漢方薬は何で出来ているの?

A 生薬を組み合わせるで作るのが漢方薬です。

- 漢方薬とは、自然界にある天然物(生薬)を数種類、一定の割合で配合しているものです。
- 処方によって組み合わせられる生薬の種類や量が異なります。
- 複数の有効成分が絡み合うことで効果を発揮するのが漢方薬の特徴です。

Q 生薬とは、どんなもの?

A 自然界に存在する天然物のうち、特有の効能を持ったものです。

- 生薬の多くは、植物由来のものですが、動物由来、鉱物、貝殻などもあります。

植物: 全草、根、葉、茎、果実、種子、樹皮など

動物: 全体、臓器、角、殻、皮、分泌物など

- 生薬は、先人が実際に食し、効能を確認するという経験の積み重ねにより見つけ出されたものです。



パウロ
夏祭り

7月、晴れ渡る青空と燦々と輝く太陽のもと、パウロ夏祭りが開催されました。今年は青少年の太鼓チームをゲストに迎え、患者さん、利用者さんに太鼓パフォーマンスを披露。息の合った迫力の太鼓の音が、さらに祭りを盛り上げてくれました。



パウロ
花火大会

8月、恒例のパウロ花火大会が行われました。パラシュートやぬいぐるみが飛び出す“仕掛け花火”や“手持ち花火”、盛大な“打ち上げ花火”と、今年もたくさんの拍手と喝采に花火が夜空を彩りました。





敬老の日

9月、今年も敬老のイベントには大道芸人がやってきました。目の回るような曲芸からコメディまで、患者さん、利用者さん、ご家族、職員まで巻き込んでのパフォーマンスに大変盛り上がりました。



収穫祭

9月、先に行われた“じゃがいも種植え”から4ヶ月。ついに収穫の季節がやってきました。各病棟患者さんとグループホーム春桜の入居者さんが参加。収穫されたじゃがいもの重量で順位が決まります。今年の1位は、6病棟“23.2kg”でした。来年はもっと豊作になりますように…。



今後のイベント

作品展

11月



クリスマス会

12月



※写真は過去のイベントの様子です。



ホスピタリティのこころ

教育研修講師 山田 雄幸

『ホスピタリティ』は色々な業界で「おもてなし」という言葉で使われています。

病院においては、医療に携わる職員が患者さんに対して”癒しの空間・場所”を創ることを意味します。

相手の立場に立って考え、気持ちに寄り添うことが必要です。

「患者さんとの出会いに感謝し、愛情を持って接する。」

これが新札幌パウロ病院の「おもてなし」です。

新札幌パウロ病院は、患者さんの置かれた状況や立場を考えて、患者さんが求めていることを想像し、寄り添う気持ちを行動にあらわして心のケアを行っております。

新札幌パウロ病院は、地域社会に求められる病院・施設を目指し、職員一人ひとりが『ホスピタリティ』の意識を持ち、出会いを大切に、患者さん・利用者さんと接していく取り組みをこれからも行ってまいります。



「通所リハビリテーションふる里に囲碁ボランティアの方が来てくれています。」

8月21日から、老人会キングサークル（佐藤会長）より、囲碁ボランティアの方が通所リハビリテーションふる里に来てくれています。通所リハビリテーションの利用者さんに囲碁の強者が居られるとのことを説明すると快くボランティアを引き受けてくれました。

老人会キングサークルとは今年度より、当院の施設一部を定期的に開放し、会合やサークル等に利用して頂けるよう連携しています。このような地域貢献を介し、今後より良い関係性を作り上げていければと考えています。



「森林公園はつらつ健康クラブにて体操教室を開催しました。」

厚別西・東地区健康づくりサポートプロジェクトの一環として「森林公園はつらつ健康クラブ」にて体操教室を開催しました。このプロジェクトは厚別区介護予防センターからの依頼により、厚別区に所在する医療機関・介護老人保健施設・デイサービス・薬局等が協力し、持ち回りで地域住民の方々向けに体操教室・講話を開催している活動です。

9月19日、森林公園会館に40名（うち男性2名）の地域住民の方々に参加され、当院併設であるデイサービスセンターばうろ温泉の管理者である渡辺施設長と山本相談員が講師を担いました。指体操は笑いを交え、皆さん「難しい！」と言いつつも大変喜んでいました。20分程度指体操を行い、身体も温まったところで『ふまねっと』と『フェルデンクライス体操（気づきを高め、人間の持つ潜在能力を目標めさせることを可能にする学習システムを利用した体操）』の2クラスに分かれました。『ふまねっと』は経験者の方が多く、大半の方は『フェルデンクライス体操』のクラスに参加され、皆さん新しい事に挑戦する姿がとても印象的でした。『フェルデンクライス体操』は身体のクセを改善し、スムーズな動きを獲得することが目的ですが、講師も実践としては初めてであったこともあり、参加者の方々へ上手く伝えることが出来なかったと反省しています。

体操が終了した後にはコーヒータイトムと座談会があり、皆さんこのサロンをとっても楽しんでいる様子でした。

「北広島西の里健康クラブにて医療・福祉講演会を開催しました。」

去る9月20日、北広島市にある西の里会館を会場とし、医療・福祉講演会を開催しました。

今回は、『西の里健康クラブ』の代表である山口さんよりご連絡を頂き「妻が突然の入院…夫はどうする？」というテーマで講演して欲しいとご依頼を受けました。山口さんとは数回に渡り打合せを行い、医療・福祉講演会の開催となりました。

当日は不安定な天候の中、29名の地域住民の方々に参加され、地域医療部 地域医療連携室医療ソーシャルワーカーである松本課長より、①病院の機能分化について②近隣にどのような医療機関があるのか③当院について④当院のVTR上映⑤サービス付高齢者住宅と有料老人ホームの違い⑥有料老人ホームの類型と良い面・悪い面について⑦メインテーマ：妻が突然の入院、夫はどうする？⑧まとめと、質疑応答8つの内容で盛りだくさんのお話を致しました。時間も与えられた2時間びったり行い、最後には地域住民の方々のお熱心な質疑応答もあり、あっという間に時間が経ってしまった感じでした。

今後もこのような地域住民の方々向けの講演会を継続していきたいと思っております。



インフルエンザ予防について



(1) 流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発症する可能性を低減させる効果と、発症した場合の重症化防止に有効と報告されており、日本でもワクチン接種をする方が増加する傾向にあります。

(2) 飛沫感染対策としての咳エチケット

インフルエンザの主な感染経路は咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴（飛沫）による飛沫感染です。したがって、飛沫を浴びないようにすればインフルエンザに感染する機会は大きく減少します。

言うことは簡単ですが、特に家族や学校のクラスメート等の親しい関係にあって、日常的に一緒にいる機会が多い者同士での飛沫感染を防ぐことは難しいです。また、インフルエンザウイルスに感染した場合、感染者全員が高熱や急性呼吸器症状を呈してインフルエンザと診断されるわけではありません。

たとえ感染者であっても、全く症状のない（不顕性感染）例や、感冒様症状のみでインフルエンザウイルスに感染していることを本人も周囲も気が付かない軽症の例も少なくありません。したがって、インフルエンザの飛沫感染対策としては、

- ① 普段から皆が咳エチケットを心がけ、咳やくしゃみを他の人に向けて発しないこと
- ② 咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをすること。とっさの咳やくしゃみの際にマスクがない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆い、顔を他の人に向けないこと。
- ③ 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗うことなど。

を守ることを心がけてください。

飛沫感染対策ではマスクは重要です。特に感染者がマスクをする方が、感染の拡散を抑える効果は高いと言われています。



(3) 外出後の手洗い等

流水・石鹸による手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを物理的に除去するために有効な方法であり、インフルエンザに限らず接触や飛沫感染などを感染経路とする感染症の対策の基本です。インフルエンザウイルスはアルコールによる消毒でも効果が高いですから、アルコール製剤による手指衛生も効果があります。

(4) 適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、インフルエンザにかかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度（50～60%）を保つことも効果的です。

(5) 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がけましょう。

(6) 人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、特に御高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。やむを得ず外出して人混みに入る可能性がある場合には、ある程度の飛沫等を防ぐことができる不織布（ふしよくふ）製マスクを着用することは、ひとつの防御策と考えられます。ただし、人混みに入る時間は極力短くしましょう。



引用：厚生労働省ホームページ

次回のパウロにっこりクラブは

『 家族が突然の入院……
その時どうする??? 』
地域医療連携室 課長 松本忠幸

10/25(水) 午後14:00～
新札幌パウロ病院1階 礼拝堂
入場 無料

無料送迎バスのご案内

▼新札幌パウロ病院行き ①13:15発の便は、土・日・祝日は運休

地下鉄新さっぽろ駅	8:50	新札幌	9:00
北星病院前アーケード	10:20	パウロ病院着	10:30
発	13:15		13:25

▼地下鉄新さっぽろ駅行き もみじ台経由、新札幌の交番前下車

新札幌	11:30	地下鉄	11:50
パウロ病院発	15:00	新さっぽろ駅着	15:20
(病院裏駐車場)	19:30		19:50

乗り場が変わりました



交通事情などにより、到着時刻が変動する場合がございます。ご利用の際は、あらかじめご了承ください。