



Vol.
74

<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 27 年 10 月 10 日
〒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

「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。



老人病棟に春が来た

—理事長さんは泣き虫—

会長／中山修子



『明日のことまで思い煩うな。明日のことは、明日自ら思い煩わん。』

この聖句に支えられ、患者さんとの一日一日を大切に過ごしてきた中山会長が、平成8年10月、これまでの思いや感じてきた事を綴った一冊の本『老人病棟に春が来た』を出版しました。

このコーナーでは、その中からシリーズでエッセイをご紹介します。

敬老の日に

パウロ病院は、お見舞いの家族がほんとうに多い病院だ。家族の背景にめぐまれている患者さんが多いから明るい顔が多い。

休日、祭日、お盆、お正月などは病院のスリッパが足りなくなるほど子供も孫もみんな引き連れて家族が訪れる。それはそれは賑やかだ。

この間の敬老の日は特にそうだったらしい。そんななかで胸の詰まる話を聞いた。一つの病室は八人部屋なのだが、八人の患者さんのうち七人の家族が来てくれたとのこと。

それこそ息子に娘に連れ合いに、嫁、孫にひ孫にと、好物の食べ物が配られ、明るい笑い声、楽しい話し声が、病室にいっぱい溢れていたに違いない。

するとたった一人、だあれもお見舞いの来なかった八十六歳のU男さんが「ウォーッ!!」と、突然泣き出したとのこと。

主任看護婦の石若さんは、「可哀相でどう対応してよいのかわからなかった」と私に告げた。

泣き出したU男さんは、検温をしてもらいながら主任の胸をこっそりさわったのだそう。どんなに淋しかったことだろう。看護婦のおっぱいをさわってU男さんは、少しは癒され慰めを得られたであろうか。

「患者さんは、みんな孤独なのよね、ときどきおっぱいとかお尻をさわらせてあげなさい!」。笑って言うと、「私の体、ガリ子だから魅力ないんですよねッ」。石若さんもさわやかに笑った。

それにしても「淋しいよお!」と泣き出したU男さんが、検温のために俯いた看護婦のおっぱいをさわったという話……。切ないと言うか可愛いと言うか……。

なにより、笑って黙っておっぱいをさわらせてあげた石若さんの優しさに救われた。



インフルエンザの予防について

「風邪」は主に各種のウイルスによる呼吸器系、特に鼻腔、咽頭、喉頭などの上気道への感染で起こる病気です。インフルエンザは、インフルエンザウイルスによる感染で「風邪」に含まれますが、症状と感染性が強いので別に扱われています。1～3日間で潜伏期間が短く感染力が非常に強いことも特徴で、毎年、主に冬場に家庭内、施設内で集団発生し、高齢者は肺炎で、乳幼児は脳炎・脳症で死亡することもあります。インフルエンザは冬季に流行するのですが、それはインフルエンザが空気感染すること、冬場は空気が乾燥すること、また冷たく乾燥した空気は気道粘膜の抵抗力を弱めることなどすべての面で、インフルエンザウイルスにとって好条件が整っているからです。

1

症状

主な症状としては特徴的な突然の高熱(38℃～40℃)と同時に悪寒、頭痛、関節痛、倦怠感などの全身症状と、これに続いて喉の痛み、咳、痰、鼻水などの呼吸器の急性症状などが見られます。インフルエンザは通常の「風邪」と比べ、症状が重く全身症状も顕著に現れますが、健康な成人であれば1週間ほどで治癒に向かいます。

2

検査と診断

急激な症状と集団発生の場合は、診断は難しくないでしょう。最近、咽頭部や鼻腔の粘液のインフルエンザウイルスを簡単に性格に迅速診断するキットが出て診断は可能になりました。もっともこの検査で陰性だからといって、100%インフルエンザではないと言

3

治療

インフルエンザといえども十分な体力と免疫力があれば、症状が激しくても自然に治ります。恐れることはありません。適度の安静、水分や栄養のある食事を取り、体力をつけることが基本ですが、対症治療的には鎮静解熱剤、鎮咳剤、抗ヒスタミン剤などの薬を服用します。薬物療法としてインフルエンザには有効な抗ウイルス剤もあります。発症後48時間以内に服用すれば、症状が軽くて済みます。

4

予防方法

予防として流行前にインフルエンザの予防接種を受けることです。そうすればインフルエンザにかかりにくく、またかかったとしても症状が軽く済みます。特に慢性期病院の入院患者、施設で集団生活している高齢者のインフルエンザの集団的発症や肺炎などの合併症を大幅に減らすことが出来ます。また、予防接種の効果は2週間目ごろから半年近く持続します。日常生活の面では、流行期には人混みを避ける、外出時にはマスクを着用、外出後はうがい、手洗いをする、加湿器などで室内の湿度を保つ、体力を保つなどのことに留意しましょう。

5

咳、くしゃみエチケット

咳、くしゃみをするときインフルエンザウイルスを含んだ飛沫が1～2m空気中に飛び散ります。咳、くしゃみのある人はマスクをしましょう。咳、くしゃみをする時は口と鼻を覆いましょう。咳、くしゃみエチケットをお互いに守りましょう。





新札幌パウロ病院
花火大会
 2015
 が開催されました。

8月12日、毎年恒例の新札幌パウロ病院花火大会が中庭にて開催されました。

今年は、打ち上げ直前で大雨が降りだすというアクシデント。それでもこの日を楽しみにしていた患者さんの笑顔を見たくて、雨の中、花火の打ち上げを決行。残念ながら患者さんたちは院内からの観覧となりましたが、たくさんの打ち上げ花火や仕掛け花火を窓から堪能してくださったようです。

すっかり更けた夜空をふと見上げると、雲の隙間からキラリと星が覗いていました。

来年は『てるてる坊主』をいっぱいぶら下げて、満天の星空へ打ち上げだ！





9月9日
敬老の日お祝いコンサート

札幌学院大学吹奏楽部の皆さんによる『敬老の日お祝いコンサート』が開催されました。今年は天候に恵まれ、中庭での演奏会に多くの患者さん、利用者さんがその演奏を楽しみました。最後にはアンコールもかかり、皆で素敵な演奏を楽しみました。



今後の行事予定



12月 クリスマス会 

平成27年度

パウロにっこりクラブ

第7回

公開講座のご案内

新札幌パウロ病院は、昭和57年開院以来、地域の皆様に支えられて参りました。平成19年より地域の皆様に『何かお役にたてることが出来れば。』との思いから、皆様との“ふれあい”を大切にする活動を進めるため、パウロにっこりクラブを設置しました。今年も多くの地域の皆様との交流をはかります。

講座内容

糖尿病

～ 知っておきたい、聞いておきたい糖尿病の話 ～

講師：志賀隆博 薬剤師

糖尿病とは、インスリンの作用が十分でないためブドウ糖が有効に使われずに血糖値が高くなっている状態で、放置すると全身にさまざまな影響が出てきます。その原因は遺伝的な体質によるものから運動不足やストレスなど多岐にわたり、私たちにとって身近で怖い病気です。本講座では、糖尿病の原因や症状、治療法から予防法などを、当院薬剤師が様々な角度から分かりやすく講話。また皆さんの疑問や不安にもお答えします。

と き：平成27年10月28日(水) 14:00～15:00

ところ：新札幌パウロ病院 1階 礼拝堂



ご自宅で気軽にできる健康体操もあります

参加費無料

お気軽にご来場ください。

無料血圧測定実施

初めての方には血圧手帳を進呈。



お問い合わせ：新札幌パウロ病院 事務部 本(もと) / ☎ 011-897-4111



いいはな話

地域医療部部长 種村洋一

ある 75 歳男性の奥様が入院相談に来院されました。

男性は現在、江別市内の老人保健施設に入居されていて、最初の頃、介護度は低かったのですが、だんだん高くなってきたことで奥様なりに「そろそろ老健施設には居られないので、医療の方に行かなくちゃならない」と焦っていたそうです。そして奥様は、当院に相談に来た理由をお話しされました。

ある日、ご主人の事を頭に思い浮かべながら買い物をしていた時、突然、当院中山会長の顔が浮かんだそうです。それは、10年前に奥様のご家族が中山会長による入院相談を受けられ、そのご家族は最後は看取った形になったのですが、その時の対応に深く感銘されており、中山会長を思い出されたそうです。

その後、そのご家族からはしばらく連絡がなかったので心配になり私は伺っていた老人保健施設の相談員に連絡を入れてみました。すると相談員は「奥様はパウロ病院に入院相談したことで安心されたご様子で『将来的にはパウロ病院で』と希望されており、『ご主人の状態はまだ悪く無いから、その時が来たらパウロ病院を紹介しますよ』」と伝えたそうです。

最近では医療 SW も増え、さまざまな病院や患者さんから直接相談を受けるケースが多いのですが、先の話のように10年後も思い出して頂ける対応を、私たち職員はいつも初心に戻り心して行かなければならないと、強く思いました。

私たちはいつの時も、当院理念「患者さんの目線で優しい医療を」に基づき『誠心誠意』患者さんに寄り添っていかうとあらためて思ったエピソードでした。

食べることは楽しみのひとつ。しかし、年を重ねるごとに、食欲が落ちたり、食べる量が減ったり、食べやすいものに偏ったりと、食生活に問題が起きてきます。健康寿命を延ばし、口から楽しく食べる！ことを目的に高齢者の食の特長やそれぞれのタイプに合わせたレシピや工夫を紹介します。

旬を味わい、健康になろう！



エネルギー
120kcal
たんぱく質
16g
ビタミンD
22μg

第4回 サルコペニア

サルコペニアとは、筋肉量、筋肉または運動機能が低下した状態をいいます。要因のひとつとして、第1回に紹介した低栄養があげられます。高齢者では、サルコペニアにより転倒や骨折の危険性が高まります。転倒及び介護予防が重要視される中、栄養状態の改善は必要不可欠となります。食事では良質なたんぱく質が大切となります。それと共に最近注目されている栄養素はビタミンDです。

ビタミンDはカルシウム代謝、骨代謝に密接に関わり、腸管でのカルシウム吸収を促すため、カルシウム摂取量が少ない日本人には重要とされています。高齢者の欠乏時では、転倒及び骨折のリスクを高める恐れがあることが研究などでも解かり注目されています。秋の旬で、ビタミンDも多く含む鮭を使ったレシピを紹介したいと思います。

鮭のはちみつ焼き (2人分)

【材料(2人分)】

- 鮭(切り身)…………… 2切れ
- おろし生姜…………… 小さじ1/4
- はちみつ…………… 小さじ1
- ① 塩…………… 少々
- ① 醤油…………… 小さじ1杯半
- ① 酒…………… 小さじ1
- ① 油…………… 小さじ1

【作り方】

- ① …… ①の調味料を合わせる。
- ② …… ①の調味料に鮭を5分以上つけ込む。
- ③ …… 油で焼く(フライパンや魚焼き器など)



※鮭に小麦粉をふり、たれを絡めると口の中でまとまりやすくなり、高齢者の方は食べやすくなります。また、付け合せに椎茸などのきのこ類を添えると、ビタミンDをより多く摂取できます。

無料送迎バスのご案内



▼新札幌パウロ病院行き ◎13:15発の便は、土・日・祝日は運休

地下鉄 新さっぽろ駅 9番出口発	8:50	新札幌 パウロ病院着	9:00
	10:20		10:30
	◎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 パウロ病院発 (病院裏駐車場)	11:30	地下鉄 新さっぽろ駅着	11:50
	15:00		15:20
	19:30		19:50



交通事情などにより到着時間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。