

ささ舟

— SASABUNE —

2016年 7月号

Vol. 16

ご自由にお持ち帰りください
Feel free to take



CONTENTS

【特集】 平成28年熊本地震におけるTDR活動報告

【Topics】 診療報酬改定のポイント

訪問看護をご存じですか？

マタニティ・ヨガをはじめよう！

知って防ぐ「熱中症」

【委員会紹介】 教育委員会

【佐々っとレシピ】 そら豆とじゃがいもの冷たいスープ

【おくすりマメ知識】 カプセル剤・粉薬・水剤について

【病院からのお知らせ】 市民公開講座



TMG
戸田中央医療グループ
Toda Medical Group

医療法人社団 時正会

佐々総合病院



平成28年熊本地震におけるTDR活動報告

この度の平成28年熊本地震により亡くなられた方々に深く哀悼の意を捧げますとともに、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

佐々総合病院が所属している戸田中央医科グループでは、TMG災害医療支援チーム「TDR」(Team of Disaster(災害) Relief(救護) in Toda Medical Group) (以下TDR) を平成25年4月より発足しております。今回、TDRの一員である当院の職員3名が4月21日から4月26日にかけて熊本へ出勤し、医療支援活動に従事しましたので、現地での活動状況をご報告します。

外科医長 医師 竹内 俊介

4月14日(木)に最大震度7を記録した巨大地震が同16日(土)未明に発生した熊本地震本震の前震であったことを、16日(土)朝のテレビで知りました。ほどなくDMAT隊員への厚労省からのメールで、関東ブロックのDMAT隊派遣要請が出され、17日(日)夜には、手を挙げた10隊のチームが派遣されました。さらなる派遣要請が予想され、病院へ出勤許可を打診しましたが、さまざまな意味で準備が不十分であり、残念ながら今回は見送ることに。そんな折、光栄にもTDRの一員に選抜していただき、熊本行きが決定しました。現場での任務は混沌とする情報の収集、避難所の救護所設営、感染症治療、エコノミークラス症候群対策など多岐にわたりました。避難所生活を余儀なくされている被災者の方々が抱く恐怖と不安は、どうすることもできませんでしたが、われわれが傍にいることに感謝して下さる多くの皆さんとの出会いによって、私たちの存在意義を実感することができました。出勤させてくれた仲間の医師たち、DMATチーム、病院スタッフ、TDRの皆さまに深く感謝申し上げます。

看護師 田々井 史朗

私たちは、菊池保健所エリア(菊池市・合志市・菊陽町・大津町)に配属された救護班4隊のうちの1隊として活動しました。現地での活動は、主に避難所のアセスメントでした。避難所一つひとつの避難者数や災害弱者の有無、医療ニーズ、感染症の有無等を調査しました。保健師には各避難所を巡回して、アセスメントする役割がありますが、避難者に対する保健師の数が圧倒的に不足し、倒れそうになるくらい負荷がかかっていたと聞きました。他県からの保健師の応援や災害支援ナースの介入で、やっと休めるようになったようです。さまざまな職種の支援が入る一方、個々で動いた結果、効果的な介入ができていないケースも見受けられました。被災者のために「皆で話し合う場を作ること」がもっとも大切であることを実感しました。

医療調整員(医療連携課) 武藤 和幸

4月21日(木)～27日(水)、調整員として活動に参加させていただきました。私たちの任務は、菊池保健所管轄の菊陽町・大津町の避難所の調査が主でした。避難所を巡回しましたが、当地の診療所や病院も入院の受入れはしていないものの診療を開始し、受診もできる環境が整いつつあったため、医療ニーズは低いと感じました。また、避難されている方の多くが、日中は自宅に帰り、夜間に避難所に戻るという生活していたことも、その大きな要因と感じました。派遣期間の最終日には、「TMGとして何か継続支援ができないか」と、大津町役場住民福祉部の皆さんにご相談させていただき、大津町の家入勲町長にもお目にかかり、枕を寄贈させていただくこととなりました。家入町長のご息女は北戸田の郵便局に勤務されているとのことで、親近感がわきました。



TDRファーストチーム
(左:田々井看護師/中央:竹内医師/右:武藤調整員)



倒壊した家屋(益城町)



瓦が落ちた家屋(大津町)



弾性ストッキングのニーズ調査



医療救護班の合同ミーティング



町役場、保健師さんとの打合せ



主食のアルファ米



アルファ米を使った夕飯



家が倒壊した子供たちへの寄贈品



ノ口対策次亜塩素酸の配布



体育館での就寝



宿舎に戻って活動の振り返り



戸田中央看護専門学校の学生が作成した枕の寄贈(大津町)

Topics

診療報酬改定で変わった点ってなに？

平成28年4月より診療報酬改定が行われ、患者さまの医療費について一部変更があります。特に患者さまに直接関係のあるものについてご紹介します。

ほぼ毎日、在宅注射をされている方へ

<在宅自己注射指導管理料>

従来は、月の注射回数に応じて点数が4つに区分けされていましたが、今回の改定で月28回以上か28回未満かの2つに簡略化されました。在宅自己注射を月28回以上される方の管理料は、810点⇒750点と減額になり、負担が少なくなりました。

一方、月28回未満の方の管理料は増額となっています。



かかりつけ医のすすめ

<選定療養費>

大学病院や入院ベッド数200床以上の病院などの大きい医療機関で、紹介状をお持ちでない方が支払う（一部除く）『選定療養費』は、今回の改定で増額になっております。

当院では、『選定療養費』を以前からご負担いただいております。紹介状をお持ちの方も持ちでない方も、料金は同じですのでご安心してお越しください。

禁煙したい若者に朗報！

<ニコチン依存症治療管理料>



若年層のニコチン依存症の方も治療が受けられるよう、対象患者の喫煙本数に関する条件が緩和されました。

『1日の喫煙本数に喫煙年数を乗じて得た数が200以上』という条件が、35歳未満の方から撤廃されました。この条件にあてはまらなくてもニコチン依存症の治療対象となります。

当院でも禁煙外来を行っております。予約制となっておりますので、お気軽にスタッフへお声掛けください。



あなたの難病、医療費助成の対象かも!?

<難病外来指導管理料>

難病法の制定に伴い、従来の難病56疾患から、新たに指定された306疾患へと対象が拡大されました。対象の疾患と診断された場合、医療費助成を受ける事ができます。

症状の詳しい条件・申請手続に関しては「難病情報センター」までお問い合わせください。

<http://www.nanbyou.or.jp/>

湿布薬の70枚制限ルール！

<湿布薬の処方>

今回の改定で、原則として1回の処方につき湿布薬の処方枚数は70枚までという制限が加わりました。

- かかりつけの方で、4月からいつもより金額が高くなった・安くなったという方は診療報酬改定による点数の増減で金額が変わっている可能性があります。また、ここに記載した内容のほかにも変更点が数多くあります。ご不明点等ありましたら、1号館1階の受付スタッフまでお気軽にお声掛けください。



訪問看護をご存じですか？

佐々訪問看護ステーション

佐々訪問看護ステーションは、平成7年10月に開設し、20年間、地域に根付いた医療活動や看護などの支援を続けてきました。現在は約150名のご利用者様がいらっしゃいます。小児から90歳以上の超高齢者まで、疾患もさまざま、多岐にわたり看護サービスを提供しております。

急性期治療を終了した方は病状が安定すると退院となりますが、在宅復帰に不安のある方は在宅に戻るまでの準備期間、「地域包括ケア病床」をご利用できます。その間、在宅生活の調整やリハビリを行い、在宅復帰となります。在宅復帰後、看護師が主治医からの指示書のもとにご自宅に出向き医療処置や清潔援助、介護の相談などを行い、また、リハビリスタッフが専門的な技術でリハビリのお手伝いをしています。

入院治療が必要な重篤な状況のほか、脱水や感染の点滴治療や、末期がんの看取りができる環境が整ってきています。人工呼吸器の管理をしながらの療養も可能です。

どなたでも安心して在宅療養生活を送ることができるよう援助していますので、お気軽に何でもご相談ください。



マタニティ・ヨガをはじめよう！ 一産婦人科



当院では、平成27年4月から「マタニティ・ヨーガクラス」を毎月3回開催しています。

西東京市近郊でマタニティ・ヨーガを開催している施設は少なく、妊婦さんからクラス開催を希望する声をたくさんいただいたことをきっかけに始まりました。

当産婦人科の病棟・外来で勤務しているスタッフが、マタニティ・ヨーガの研修を受けた上で講師を担当しております。そのため、妊婦健診や助産外来・出産でご入院されたときなど多くの場面で関わらせていただく機会があり、参加された妊婦さんとの関係が築きやすい環境にあります。

ヨーガには東洋ヨーガと西洋ヨーガがあります。当院で行っているヨーガは東洋ヨーガで、インドヨーガがベースになっています。リラックスに重きを置き、自分の心と体を見つめ直すためのヨーガです。

妊娠中は、10カ月の間に劇的に心と体が変わっていきま

す。ヨーガを通して変わっていく自分の心と体の変化を感じ、自分に合ったマタニティ・ライフを送れるようにサポートしていきます。その中で、より自分らしいお産をむかえるための体作りをするものです。

マタニティ・ヨーガを受けて、ご出産された方からは、「分娩の時にリラックスできた」「陣痛が怖くなくなった」「自分が一番楽な態勢を見つけて夫と過ごすことができた」「ヨーガを通して妊娠中のマイナートラブルが改善された」「ゆったりした時間を過ごすことができた」などの感想をいただいています。

最近はインターネットなどで情報があふれ、その情報だけを鵜呑みにし、自分の心や体の変化を感じることに鈍くなっている方が多く見受けられます。ヨーガを1つのきっかけとして、自分の心と体の変化や赤ちゃんを見つめ、より楽しい妊娠・出産・育児ができるようにサポートしていけたらと思います。みなさん、ぜひ遊びにいらしてください。一緒に時間を忘れ、自分と赤ちゃんを感じてリラックスしましょう。

<対象> 妊娠15週～35週の妊婦さんで、当院書式の許可証に医師のサインがある方

<日時> 毎月3回（詳細は産婦人科受付まで）
10:00～11:30

<場所> 佐々総合病院3号館4階 乳児健診室

<持ち物> 母子手帳・診療券・飲み物・汗拭きタオル・問診票・参加同意書

<費用> 1回 1,000円

<予約> 産婦人科病棟ナースステーション
☎ 042-461-3333



知って防ぐ 熱中症

Q 暑くなってくると話題にのぼる熱中症について教えてください。



救急科
古川医師

A 熱中症は、“暑熱環境下で、身体適応障害により、発生する状態の総称”と定義されていますが、具体的な診断基準があるわけではありません。このため一般的に“暑いときに具合が悪くなること”というように、とらえておいて良いと思います。

症状としては、軽症の場合、めまい、大量の発汗、筋肉痛等の症状を来します。中等症では頭痛、吐き気、倦怠感を自覚し、重症になると意識障害を伴ってきます。

治療は、軽症の場合、①涼しい場所で安静を保って頂くこと ②脱衣後、体表を濡らし送風し冷却して頂くこと ③経口補水液、あるいは、1Lあたり食塩小さじ1/2杯を加えた水、スポーツ飲料等を摂取していただくことがあげられます。中等症以上の場合には医療機関への搬送が望ましいと考えられます。

但し、最も大事なことは予防です。暑くなる前から、こまめな水分摂取をこころがけ、気温、室温に注意して行動することが重要です。熱中症は人ごとではなく、誰でも罹りうる疾患と認識してください。（朝日新聞 武蔵野版「教えて！ドクターQA」6月掲載）

委員会紹介 教育委員会

【目的】

当委員会は、医療人としての専門的な成長と豊かな人間性の成長を支援するための教育環境を提供し、病院の質・医療の質の向上に寄与することを目的として、平成27年6月に新設された組織です。

【目標】

- ・教育に関する検討、企画、運営、評価を行う。
- ・全委員会・企画書に基づく研修・勉強会を集約する。

【活動内容】

左記の目標を達成するために、4つのグループに分かれ活動を行います。

- ①学習環境整備への取組み(院内図書管理、職員用図書室の整備)
- ②研修の情報管理、集約(院内研修企画と報告のルール作成、受講義務のある研修の集約とスケジュールの調整、その他当委員会主催の研修開催)
- ③学会の参加推進と院内へのフィードバック(学会発表の情報収集、院内発表会・患者様向け発表の企画)
- ④症例検討会の情報管理とスケジュール調整(症例検討会の情報管理と調整、質向上のためのカンファレンス計画)

職員一人一人が自己研鑽できる環境を整え、習得した知識や技術を日々の業務で提供する事で、患者さまや地域の方々に親しまれ、信頼していただける病院に成長していけるよう努めて参ります。



そら豆とじゃがいもの冷たいスープ

そら豆について

旬の季節は4月～7月です。さやを天に向けて実らせることから「空豆」や、蚕が作るまゆの形に似ていることから「蚕豆」と書かれます。

そら豆は栄養が豊富で、たんぱく質やビタミンB1、B2、C、カリウム、鉄、銅などバランス良く含んでいます。また、そら豆の薄皮は食物繊維を多く含みます。

旬のものは比較的柔らかいので、できるだけ食べるようにしましょう。



そら豆とじゃがいもの

冷たいスープの作り方

材料 (4人前)

- そら豆(さやから出して) 150g
- じゃがいも 150g (大1個)
- 水 200cc
- 牛乳 200cc
- コンソメ 1個
- 塩コショウ 少々

作り方

- ①じゃがいもとそら豆を鍋に入れ、水とコンソメで柔らかくなるまで煮る。
- ②あら熱をとり、牛乳と一緒にミキサーにかける。
- ③塩コショウで味を整え、冷蔵庫で冷やす。

★ 濾す(こす)となめらかになり、食物繊維も摂れるので、皮ごと食べるのがおすすめです。

おくすり マメ知識

カプセル剤・粉薬・水剤について

前回(錠剤の種類について)のお話しに引き続き、今回は他の内服薬の剤形についてご紹介します。

カプセル剤は、硬カプセルと軟カプセルの2種類があり、ゼラチン等でできており、それぞれ散剤や顆粒剤・液剤が入っています。錠剤に比べて、のどに張り付きやすいので、十分なお水で服用しましょう。

粉薬は、散剤(粉末のまま)・顆粒・細粒(コーティングして粒状)・ドライシロップなどに分けられます。

顆粒は、苦みを抑える・徐放性を持たせる目的でコーティングしていますので、服用時にはかみ砕かないようにしましょう。

ドライシロップは、服用時に水に溶かして服用できる散剤で、小児では大変飲みやすくなっています。薬剤によってジュースやアイスクリーム等に混ぜて服用することができます。この薬剤はリン

ゴジュースが向いている、バニラは向かないがチョコレートアイスだと苦みがカバーできる等、向き不向きがありますので、薬剤師にご相談ください。水剤は飲みやすく吸収も早い特徴があり、小児科のシロップ以外でも、成人の胃粘膜保護剤等でよく処方されます。細菌汚染を受けやすく、長期保存に向きませんので開封後は冷蔵庫で保管してください。

最近では、吸入薬が充填されたカプセル型の吸入薬(外用剤)や、骨粗鬆症で使用される月1回服用のゼリー状の薬剤等、さまざまなタイプがあります。剤形を変えることで飲みにくさがかなり改善される場合があります。お困りの際は医師・薬剤師にご相談ください。



市民公開講座のご案内

当院は、地域のみなさまを対象に「市民公開講座」を開催しています。講座は、参加費無料・お申込み不要でどなたでもご参加いただけます。医師や医療従事者が、病気や気になる症状、最新治療の情報などわかりやすく解説しますので、どうぞお気軽にお越しください。
※都合により講師・テーマが変更となる場合がございます。



月日	時間	テーマ	講師	会場	
7月	9日 (土)	14:00～ 15:00	第31回 ☆追加講座☆ 夏本番に向けての脳梗塞予防 ～ちょっとした工夫で脳梗塞にならないようにしましょう!～	脳神経外科部長 医師 島田 篤	佐々総合病院 3号館4階 ホール
	13日 (水)	15:00～ 16:00	第32回 「時々入院、ほぼ在宅」に向けて ～医療と介護をつなぐ地域包括ケア病床～	佐々訪問看護ステーション課長 看護師 原島 愛美	佐々総合病院 3号館4階 ホール
	30日 (土)	15:00～ 16:00	第33回 本当に正しいですか?その運動(前編) ～リハビリのプロが教える健康的な身体づくり～	リハビリテーション科 理学療法士	佐々総合病院 3号館4階 ホール



病院のご案内

●標榜診療科目

内科・循環器内科・消化器内科・外科・消化器外科
脳神経外科・整形外科・泌尿器科・皮膚科・小児科
産婦人科・麻酔科・リハビリテーション科(13科目)

●外来受付時間

AM 7:00～11:30 / PM 12:00～16:00
※受付時間は、曜日・診療科により異なります。
詳細は、総合受付で配布している外来診療担当医師表、
又はHPをご覧ください。

●面会時間

一般 13:00～20:00
産婦人科 14:00～16:00 17:00～19:00
新生児室 14:00～15:00 17:30～19:00
※必ず受付またはナースステーションにお声がけください。

院是	その時代、この地域のニーズにマッチした医療を追求し、質の高い医療、怒(おもいやり)のある医療を実践する。
患者様の権利と責任	<ul style="list-style-type: none"> ●公正な医療を受けることができます。 ●人格およびプライバシーが尊重されます。 ●医療の内容を知ることができます。 ●医師による説明を受け医療行為を選択することができます。 ●病院の提供するサービスに意見を述べるすることができます。 ●病院の規則を守り医療に参加し協力する責任があります。
私たちの病院目標	<ul style="list-style-type: none"> ●患者様に公正な医療を提供します。 ●医師による説明と患者様の選択に基づく医療を進めます。 ●患者様のプライバシーを尊重いたします。 ●診療情報を患者様自身にお伝えいたします。 ●より良い医療を実践するために研修、研鑽、向上に努めます。

●アクセス



<最寄り駅からアクセス> 西武新宿線田無駅北口→徒歩3分

<主要駅からのアクセス>

- 西武新宿線 高田馬場駅～田無駅→所要時間15分
- 西武バス ひばりヶ丘駅(西武池袋線)～田無駅→所要時間 15分
武蔵境駅(JR中央線)～田無駅→所要時間15分



医療法人社団 時正会
佐々総合病院

〒188-0011 東京都西東京市田無町4-24-15
042-461-1535 (代表)
042-461-3333 (産婦人科)
042-461-8383 (健診センター)

http://www.sassa-hospital.com/ 佐々総合病院

検索

編集・発行/広報委員会

発行日/平成28年7月1日



TMG
戸田中央医療グループ
Toda Medical Group