

# ほほえみ



Vol.65

## 平成30年 新年のご挨拶

院長 中村 正

皆様、明けましておめでとうございます。昨年中は格別のお引き立てを賜り厚く御礼申し上げます。本年も何卒宜しくお願い申し上げます。

当院は、開設してすでに80年余り、常に診療機能の充実に努め、地域社会に適切な医療を提供することを目標に努力を重ねて参りました。現在では、神戸市中央部の地域中核病院として住民の方々や診療所の先生方から、相応の信頼を得てきているものと思っております。その信頼にさらに応えるべく、平成23年より病院の新築工事に着工し、平成25年の年末にすべての新築・改修工事が完了、平成26年には電子カルテを導入、病院施設や診療機能を一新し、その後すでに約3年が経過し地域医療に少しでも貢献できる体制作りにも進んでいるところです。当院では常日頃から地域との信頼関係を増し、さらなる地域医療の充実に貢献していきたいと考えており、今年中の地域医療支援病院の承認を目指しております。この地域医療支援病院とは、第一線の地域医療を担うかかりつけの先生などを支援する能力があると都道府県から承認された病院であり、承認には様々な条件がありますが昨年4月よりそれらの条件を満たしております。

一方、病院を取り巻く医療情勢では、平成26年から国は2025年以降を見据えて、超高齢化社会における医療介護体制の確立と社会保障制度の維持を掲げて大きく舵を切りました。

病院については、増えすぎた急性期病床の大幅削減、受け皿となる地域包括ケア病床の創設で、超高齢化社会に合った病床機能分化を促進しています。当院でも、平成28年8月に東館3階病棟48床を地域包括ケア病棟として運用をスタートし、急性期から回復期、在宅に至る流れをスムーズにする機能を充実させようと努めているところです。この地域包括ケア病棟の運用後約1年半が経過しようとしていますが、当初は初めて導入した病床であったことから、空床が目立つなど有効な運用ができない時期もありましたが、現在では9割程度のベッドを安定的に稼働でき少しずつではありますが地域包括ケアシステ

ムに貢献できるようになっていくと自負しております。当病棟での入院期間は40日前後と急性期病床と比較して長くなっておりますが、この期間を有効に利用して患者さんが自宅などに戻る準備を整えることができしております。しかし、急性期病床の稼働状況に連動して当病床の稼働も変化することもあり、さらなる安定化が今後の課題であります。また現在、地域包括ケア病棟への入床患者はほぼすべてが当院の急性期病床からであり、今後はこの病棟の本来の目的である院外から直接入院される患者さんの割合を増やすことも目標にしたいと思っております。



国が推進する地域包括ケアシステムの中で当院がどのように関わっていくかにおいて、病院内の機能の充実だけを図っていても不十分です。急性期治療を終えたご高齢の患者さんが、自宅や元の施設に元気に帰っていただくこと、逆に在宅や施設で病気が悪化した場合に迅速に入院受け入れが出来ることが、当院の主たる役割である急性期医療への貢献をさらに高めるために極めて重要な課題です。当院では既に平成23年に在宅医療支援室を創設し、住み慣れたご自宅や施設へ安心して退院してもらえよう、退院支援に向けた院内体制を整備しつつありましたが、平成29年1月に患者支援センターを新たに立ち上げ、患者さんに対する院内外での全般的な支援業務、患者さんに関わる多職種への研修・教育、院外への広報活動などに積極的に取り組んでいきたいと思っております。

当院の現在の社会的立場や将来像を見据えて、本年は『患者さんの心に寄り添いさらに地域に根ざした病院へ』となるよう、全職員が一致団結し努力していく所存です。引き続きご協力、ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。

明けましておめでとうございます。今年が皆様にとって良い一年でありますよう心よりお祈り申し上げます。

川崎病院は1936年(昭和11年)当時の川崎造船所平生釦三郎社長の「協同互助」の精神のもと神戸市東山町に196床の総合病院として開設されました。その後、太平洋戦争や阪神淡路大震災など幾多の荒波を乗り越え地域の基幹病院として今日に至っています。現在450名余の従業員が病院理念「良質な医療を提供し、信頼される病院に」を掲げ、地域の皆様から選ばれる病院でありつづけるよう日々懸命に努力しています。救急医療をはじめとして日常診療では幾多の困難に遭遇することも稀ではありませんが、医の原点でもあります

「患者さんの心に寄り添う」を合い言葉に地域医療に邁進していきます。

2025年問題は病院にとっても大きな問題ではありますが、国が目指す地域包括ケアシステムは「協同互助」の精神が重要かつ有効なバックボーンであると考えます。今、まさに80年の歴史を踏まえて、川崎病院全職員一丸となって平生社長が目標とされた地域の人々の「健やかな心と豊かな生活」を守るべく医療と保健活動に励んで参りますのでご支援とご協力のほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。



## サッカー“U-17 WORLD CUP”に 整形外科の戸祭部長が参加しました!!

10月にインドで行われたサッカーU-17ワールドカップに整形外科の戸祭部長が日本代表のチームドクターとして参加しました。

日本代表は予選グループを2位で突破し、決勝トーナメント1回戦でイングランドと対戦しました。イングランドは予選で11得点を挙げた強力な攻撃陣を誇る強豪ですが、日本代表は臆することなくプレーし、多くのチャンスを作りましたが得点には繋がらず、0-0で前半を終えました。その後のPK戦で惜しくも敗れましたが、世界の強豪相手に一歩も引くことなく戦った姿は現地だけでなく日本国内でも賞賛されました。戸祭部長は選手の健康管理や治療を行い、裏方として日本代表の善戦に貢献しました。

戸祭部長は土曜日(午前)のスポーツ外来で診察を行っております。サッカーだけでなく、スポーツ外傷全般を診察しておりますので、怪我で悩んでいるスポーツ選手は一度当院整形外科外来を受診してみてください(スポーツ外来の受診には予約が必要です)。



## 腎臓と睡眠について

透析看護認定看護師 中田 千鶴子

症状が悪化しても自覚症状が現れにくい腎臓は、疾患の症状が表面化したときにはかなり重症化していることが少なくありません。今回は腎臓と睡眠についてお話しします。

まずは腎臓の役割とは、

- ①老廃物を体から追い出す
- ②血圧を調節する
- ③血液をつくるホルモンを調整する
- ④体液量・イオンバランスを調整する
- ⑤強い骨をつくる など



があります。これらの機能が弱まると、尿の出が悪くなり、老廃物や身体に有害な毒素をそのまま体内にとどめてしまったり、高血圧、貧血、また疲労感が続く、めまいがするなどの症状が現れます。では睡眠と腎臓にはどんな関係があるのでしょうか。過去の研究で睡眠時間が短すぎると腎機能が速く衰えやすいということが報告されています。腎臓を守るために十分な睡眠時間の確保と規則正しい生活を送ることが治療の基本であるとも言われています。

しかし長時間睡眠をとればよいというわけではありません。質のよい睡眠をとるために、以下の点に気をつけましょう。

### 1. 運動は夕方から夜に

質のよい睡眠をとるためには、夕方から夜(就寝の3時間

くらい前)の運動が効果的だと言われています。軽く汗ばむ程度の運動で皮膚からの熱放散を増やしスムーズな眠りを誘う効果があります。また睡眠は脳の温度が低下するときに出現しやすくなるため、快眠が得られやすくなるそうです。就寝直前の運動は体を興奮させ、眠りにくくなってしまいうので避けましょう。

### 2. 夕方から夜の入浴が効果的

寝つきをよくするためには、夕方あるいは夜の入浴が効果的です。就寝直前の入浴は寝付きを悪くしてしまう恐れがあるため、よい寝つきのためには就寝の2～3時間前に入浴が理想だそうです。足湯であたためるのも効果があります。

### 3. 夜の光は禁物

眠る前のスマホ、携帯など、夜の光は体内時計を遅らせる原因になります。家庭でよく用いられている白っぽい昼白色の蛍光灯でも、長時間浴びると体内時計を遅らせる作用があるそうです。

腎臓を守るためだけでなく、生活習慣病を防ぐためにも、よりよい睡眠を心がけましょう。

## 心不全患者さんを地域で支えています

10月14日(土)に神戸市医師会館で行われた講習会で、循環器内科の丸山総括部長が「冠動脈疾患進展予防における厳格な脂質管理の意義」と題した講演を行い、冠動脈疾患既往歴のある二次予防症例においては高LDL-C血症の厳密な管理や、糖尿病患者さんにおいては積極的な動脈硬化のスクリーニングによる厳密なリスク管理が重要であることをご説明いたしました。(写真上)

また、12月7日(木)には、4回目となる心不全カンファレンスを開催し、院外からも地域の先生方や介護・福祉関係の方にご参加いただき、在宅における心不全管理のあり方について検討しました。(写真下)

川崎病院では、心不全患者さんが地域で最期まで生活していくには、患者さんを地域の多職種で支えることが必要と考え、今後もこのような合同の検討会を積極的に開催してまいります。



## 救急車同乗実習を行いました

川崎病院では7月から9月にかけて兵庫消防署のご協力のもと、普段救急外来で看護にあたる10名の看護師が1日救急車に同乗させて頂きました。我々は普段、患者さんを受入れる側ですが、実際の救急現場に立ち会い、現場を知ることで救急の役割について再度考え、業務に役立つ良い機会となりました。

今後も救急医療において、救急隊の方々との連携強化、スムーズな受け入れが出来るような情報共有の機会を設けていきたいと思っております。3ヶ月に渡り、救急車の同乗実習にご協力頂きました兵庫消防署の救急隊員の方々、ありがとうございました。

### 感想(HCU・救急室 看護師)

私はいつも救急外来で傷病者を受入れる側ですが、今回救急要請が入ってから傷病者が病院の救急外来に到着するまでの流れを1日勉強させて頂きました。

特に印象に残ったことは情報収集とチームワークです。現場から病院に到着する短い時間で傷病者や家族、要請された方々から必要な情報を収集していました。正確な情報を得ることで病院スタッフと情報共有ができ、少しでも早く患者さんの苦痛軽減につながる大事な役割であることを学びました。また、五感を使って傷病者をアセスメントし、車内で処置を行い、迅速かつ確かな判断力も必要とされることを学びました。3名の救急隊員が役割分担し、声かけし合いながら対応しスムーズに搬送を行っているところは私たちの業務にも通じることもあり、とても勉強になりました。

短い時間の参加でしたが、救急隊の方々のお仕事はとても大変だと感じました。今後、この経験を活かし救急外来の業務に役立てたいと思っております。兵庫救急隊の方々にはお忙しい中貴重な時間を割いて下さり、感謝しております。ありがとうございました。



## 毎年恒例のクリスマス会を行いました

12/2(土)の午後に毎年恒例の行事となった「川崎病院クリスマス会」を開催しました。

メインステージでは神戸大学アカペラサークルによるライブや湊川中学校吹奏楽部の演奏、マジック、南京玉すだれの披露が行われました。また、イベントブースではアイロンビーズや



スーパーボールすくいなどが行われ、アイロンビーズでは女の子を中心にたくさんの方が思い思いの作品を作られていました。その他、トリックアートの展示や白バイ・消防車との記念撮影も行われ、会場となった東館の1階と2階は近隣の方を中心に多くの方にお集まりいただきました。ご参加いただきましたみなさまありがとうございました。

## 糖尿病（基礎・応用）講座のお知らせ（平成30年1月～平成30年4月開催）

### 【外来糖尿病教室基本コース】

外来糖尿病基本コースは、はじめて糖尿病と診断された方とご家族、糖尿病について基本から知りたい方、糖尿病境界型の方を対象にして開催しております（テーマごとに深く知りたい方は【糖尿病実践講座（外来糖尿病教室応用コース）】にご参加下さい）。

目的	糖尿病についての基本的知識の習得
内容	ビデオ鑑賞、糖尿病の講義、栄養の講義
場所	全コースとも西館4階 糖尿病教室
受講料	無料(テキスト代210円のみご負担下さい)

第263回	平成30年 1月26日(金)	13時30分～16時
第264回	平成30年 2月23日(金)	13時30分～16時
第265回	平成30年 3月30日(金)	13時30分～16時
第266回	平成30年 4月27日(金)	13時30分～16時

### 【糖尿病実践講座（外来糖尿病教室応用コース）】

応用コースでは糖尿病について基礎知識のある方と  
そのご家族を対象に開催しております。

第97回  
平成30年1月19日(金)  
12時30分～15時

糖尿病食バイキング97：腸内環境をよくする食事

山本管理栄養士

講演：食事・運動・薬物療法で血糖が下がる仕組み（体内の糖の動きの変化に注目）  
大塚副院長

第98回  
平成30年3月9日(金)  
12時30分～15時

糖尿病食バイキング98：食べる時間帯・速度・順番の重要性

秋田管理栄養士

講演と実習：健康寿命を延ばす運動（合併症予防と体力アップを狙う）

山下理学療法士

#### 申込方法

基本コース、応用コースともに東館1階の 内科外来にてお申し込み下さい。  
※川崎病院糖尿病教室には川崎病院に通院していない患者さんも参加できます（診察不要）。

## 病院敷地内の全面禁煙のお知らせ

健康増進法の趣旨を踏まえ、敷地内の全面禁煙を実施しております。  
当院では「禁煙外来」を開設し、禁煙の指導および支援も行っています。禁煙の重要性を理解し、より健康な生活をおくるきっかけとさせていただければと思います。  
※加熱式タバコも敷地内では吸えません。



敷地内（赤枠内）はすべて禁煙です

## 川崎病院医療理念 「良質な医療を提供し、信頼される病院に」

### 基本方針

1. 地域の人々の疾病の治療と健康の維持に、他の医療機関と連携し貢献します。
2. 患者様の権利と尊厳を尊重し、病状と治療方針を十分に説明し理解していただくよう努めます。患者様の個人情報決して第三者に漏らすことはありません。
3. 患者様が心地よく治療に専念できるよう患者サービスに努力します。
4. 医療にたずさわる人間としての使命感を持ち、より高い知識と技術の習得に努力し、安全で高度な医療を提供します。
5. 働きがいのある職場環境を形成します。

### 患者様の権利

1. 良質で適切な治療を受ける権利
2. 医療上の情報の説明を受ける権利
3. セカンドオピニオンを受ける権利
4. 人格を尊重され治療を自己決定する権利
5. プライバシーを尊重される権利
6. 尊厳を擁護される権利

すべての患者様が等しく、上記の権利を行使できるように、患者様には病院の規則を守り、他の患者様や職員、その他の人々に迷惑をかけない責務があります。