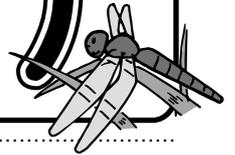


ぼっかほか

函南病院新豊部



こんにちは、函南病院です。

あおば内科呼吸器科

田村 尚彦 先生



田村 尚彦 先生

ブルの中のおおば

平成十七年十月の開院にむけ田村先生は新しい医院の名前を考えていた。シングルにゆくと「田村呼吸器内科」となるはずだが、近隣には田村外科胃腸科病院、はたまた土佐田村病院とはならず「田村」と名のつく病院さんが二件もある。混乱を避けるためにも姓名とは異なる名前をと思案六法していた時ふと目をやる自宅の庭にみずみずしい新緑の青葉をたわねたケヤキの木が風にゆれていた……

「ご存じの方も多いだろう、田村先生は県立中央病院(当時)で勤務されたのち、平成十二年から約五年間私達と一緒に函南病院で働いて下さった。

グリグリちゃんのこと……

公立の大きな病院でむつかしい病氣と戦う医療にはその良さがあるのだけれど、もう少し患者の日常、患者自身に近い医療ができないものかと思つてこられたそうだが、その事が自身の医院を開院に至る最大の理由となつている。
函南病院で診療されている頃も小さなあおばちゃんとお話をする時は大きな背中を小さくかかめておばあちゃんの顔の前で話をされていた。
田村先生はもともと大きな目をしていて、そんな時大きな目はグリグリとますます大きくなる。先生は知らなかったかもしれないが外来職員の間で密かに「グリグリちゃん」と呼ばれていた。

田村先生は幼くしてお父様を亡くされた、わずか9才の時だと言われる。そのあと母親の手一つで育てられましたので中、高、大学とずっと奨学金をうけながら勉強しました、と、軽く言われるがあなた、土佐中学、土佐高校、岡山大学医学部というのだから半端じゃない、岡大を大学院まで進まれ卒業後アメリカ、ネブラスカ州クレイトン大学(注・学位を発行するだけ



病院理念

1. 私たちは地域にとってよりよい医療・介護を目指し努力を続けます。
2. 患者様に信頼される技術と暖かいホスピタリティを提供できることが私たちの目標です。
3. 私たちは医療人として楽しく働ける職場作りを目指します。

病院基本方針

1. 我々は病氣(Common Disease)を安全・快適に治療することを目標としています。
2. 我々は当院の専門分野での高い医療レベルを維持することに努めます。
3. 我々は地域の他の医療機関・施設との連携を大切にします。
4. 我々は個人の尊重を重んじ、人生の終末期に対して入院および在宅医療・介護を通じて取り組みます。

と騒がれたあの大学ではない、そこが真似た本物の方である)アレルギー病科センターで三年勤務後帰国、県立安芸病院、広島県国立福山病院などを経て平成七年県立中央病院に勤務され、そこで徳岡先生と運命(?)の出会いを果たしたことがのちに凶南病院へと繋がってくる。

運命のいたずら(?)はこればかりではない、この中央病院に赴任した日というのが日本中が忘れることのできない阪神淡路大震災の日だった。

担当患者を持たない新任の医師はそのまま県の医療ボランティアとして神戸に派遣される。大阪のホテルに泊まり被災地に通う毎日だが電車が加古川を超える

と明らかに何かが違ったそうだ。風景がなにかおかしい、よく見るとビルの一階が潰れていたりする。
そんな中を保健婦さんたちと連携して徒歩で巡回診療をした。重症患者は地域の受け入れ病院に連絡をするが、骨折した方を見つけても外傷がなければ心急救置をして待機していただく事もあったそうだ。

診察できるのは主に風邪や精神不安を訴える人達だったが、慢性疾患を抱えてお薬を無くした人達は医者に来て脈を取るだけでどんなに安心しただろうと思う。

あたりまえの医療

専門は呼吸器ですがそれは目安にして下さいと言われる、当たり前前の病気を当たり前前に治療しコントロールする、重症の方は大きな病院に紹介し安定したらまた診させてもらう、目指しているのは

あたりまえの医療だという。趣味は?の質問にはうれしそうに「寝ること」でもそれじゃ話にならんねと「ゴルフ」ただしゴルフはゴルフでも、ゴルフの練習???

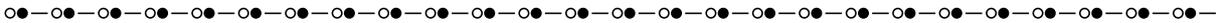
自分の体の動きとボールの飛距離、飛ぶ角度を研究するのが楽しい?のたそです。「ストレス発散になりますねえ、でも、年に数回はコースにも出ますよ」ううん、コースのほうがおまけかあ...

当院の近くに開院され、共に地域医療の一端を担ってくださっている。「入院の設備をそなえた凶南病院が近くにある」という事はほんとうに心強いことです」とおっしゃっていただけました。

感じのよい受け付けの方々、見たことのある美人の看護師さん達、心安い近くの仲間たちとこの地域に根を降ろし、たくさんのあおばを付けた愛される木に成長したいと思っています。田村先生、スタッフの皆さん、これからもよろしくお願いたします。



あおばのスタッフの皆さん



院内コンサート

6月17日東館2階フロアで高知市消防音楽隊によるコンサートが行われました。今年で2回目のコンサートですが、楽器と音の大きさに驚き、その奏でる音の繊細さに感動します。音の大きさに病室で休まれている患者様に大丈夫か聞きましたら「音が気持ち良かった」と言われる方もいました。時間は約40分程ですが、ひょっこりひょうたん島・川の流れるようにをあわせて7~8曲演奏され、その間に各楽器の紹介がありました。これは予定に無かった事らしくちょっと焦ったそうです。コンサートの最後には、音楽隊の演奏に合わせて患者様や観客の皆様の手拍子で会場が一つとなり終演しました。

ちなみに今回演奏予定だったひばりメドレーは来年のお楽しみ。



きらら

ポッカコラム

リハビリ打ち切り

あなたの選んだ政治家達が決めたこと

『今は何とか歩けているが、リハビリをやめたら足の筋肉が固まってついには寝たきりになるかもしれない。そんな人に対しても医療期間に上限を設けて「リハビリ打ち切り」を決めたのが、国による四月の診療報酬改定だった。

脳卒中の後遺症の場合なら上限は180日。既に10月から打ち切りが始まっている。放り出された患者は深刻だ』（中国新聞、平成18年11月の社説より）

現実問題として、「弛緩性マヒ」にはリハビリ効果が薄いのは事実なのだが、リハビリを止めた途端に筋肉が縮み固まり始める「痙性マヒ」は、「リハビリ打ち切り」がそのまま、患者達の生きる事への希望の火を吹き消す事に直結する。「社会保障に回す予算があるのなら、その分を法人税減税の財源に回せ！」と主張する、キャノン御手洗会長率いる日本経団連を支持基盤とする自民党政権は、回復の見込みが薄い患者達と一緒に、放っておけばさらに悪化する患者たちをも冷酷に切り捨てた。

現場の医師達は、「悪くなるのが判っている患者達を見放せない」と言う良心と、「保険適用の無い医療は経営的に難しい」と言う現実で板挟みになっている。

小泉前総理とその後を引き継いだ安倍総理は、重度障害者や回復の見込みが薄い慢性病患者、老人や貧乏人を切り捨てるのは仕方が無い。との政策に、世論の合意を得たかのように振舞うが、実際に切り捨てられる弱者と、その弱者を支える立場の我々からしてみれば、彼等の主張は到底受け入れられない。

しかし、この国は少数の支配者階層による独裁国家ではない。

彼らは民主的な選挙を経て“国民から正当に選ばれた政治家達”なのだ。投票棄権は当選者支持と同義になるので、選挙に行かなかった人たちと、自民党と公明党に投票した人達は、彼らを支持していることになるのだ。

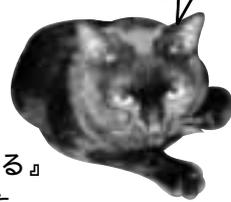
選挙に行かなかった多数派と、自民党・公明党を支持した富裕層には、切り捨てられる側の立場を思いやる共感力も、自分がその立場になった場合の事を考える想像力も欠損しているが、この国はそんな恥ずかしい人が多数派を占める国だ。そして僕らのような少数派は、その多数派に従わなければならない。

僕はこの「民主共和制」という政治システムが、時々ほんとうに嫌になる。

最後に、多田富雄東大名誉教授の言葉を引用して、今回のコラムを締めくくる。

『リハビリは単なる機能回復訓練ではない。社会復帰を含めた人間の尊厳の回復である』
自民党政権によって私達一般大衆は、人間としての尊厳回復の機会を奪われることとなった。

吾輩がもの申す



このチャームな笑顔の女の子は誰でしょう？

この人だあ〜れっっ??
**図南病院
クイズ**

2 大人になったクロ
 ジイー~~~~
 あんた、目つき悪いよ...

黒猫の「クロ」と猫の「チビ」

子猫時代 **1**

3 大人になったチビ
 めんど

せんぜんちっちゃくないです...

ふたり
 一猫は
 いつも
 仲良し

4

宮崎さんちのクロとチビ

Uchinoko Jiman

うちのまん

福井さんちのミル・ク

ボクの自慢はこの牛乳の様さよ **1**

ふわふわな毛

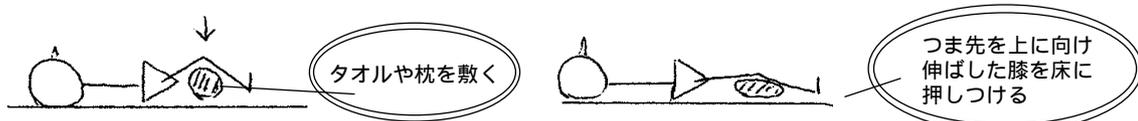
そしていつも優しい
 大好きなお姉ちゃんだよ **3**

そして
 ビーフジャーキーよりも
 大切なオモチャ... **2**

変形性膝関節症の 自宅でも出来るリハビリテーション

変形性膝関節症の治療には保存治療と観血的治療とがあり、このうち手術を行わない保存治療としては薬物療法、運動療法、体重コントロールの三本柱が挙げられます。今回は自宅でも簡単に出来る運動療法(体操)を紹介させていただきます。

まずは仰向けで行う太ももの体操です。仰向けに寝た状態で片膝を立てます。もう一方の膝は伸ばした状態にします(伸ばした方の足を鍛えます)。伸ばした膝の裏側で床を押し付けるようにして太ももに力を入れます。この時、伸ばした方のつま先は上に向けておくように意識してください。また膝裏に丸めたタオルや枕などを敷いておく、力が入るのが分かり易いと思います。この状態で3秒間静止して、力を抜いて下さい。この運動を10~20回行って下さい。



次はいすに座っての太ももの体操です。いすに浅く腰掛けて少し前かがみになるような姿勢をとります。手はいすの前のふちをつかむようにします。片足は自然に曲げて床につけておき、もう片方の膝は出来るだけ伸ばした状態でつま先を上に向けて床におきます(鍛えるほうの足になります)。

そのままの状態を保持したまま、太ももの付け根からあげるように床から足を上げ、5秒静止します。元の位置までゆっくりおろし、3秒ほど休みます。10~20回まで行ったら、左右の足を交替して同じように繰り返します。



最後はいすに座ってのふくらはぎの体操です。いすに座って足首を直角にして床に置きます。踵をすばやく上げ、つま先で支えます。すばやく上げて降ろす動作をパッパッパッと10~20回繰り返します。



これらの体操で痛みの軽減や歩行能力の改善が必ずしも得られるわけではありません。しかし膝関節の機能維持や生活機能の低下を少しでも予防できるのではないかと考えます。最後に回数は慣れてくるに従って徐々に数を増やしてもらってかまいません。注意事項として決して痛みを我慢して行ったり、無理をして行ったりはしないで下さい。少ない回数でも一日一日、継続して行っていく事が大事な事です。ゆっくりと頑張りましょう。

ぼっかほか あい広場

花祭り

四月八日お釈迦様の誕生日のこの日、緩和ケア病棟ラウンジで患者様やそのご家族、ボランティアの方々と甘茶を頂きながらお祝いをしました。お琴の演奏やご遺族がカラオケやアカペラで歌を披露され楽しいひと時を過ごしました。



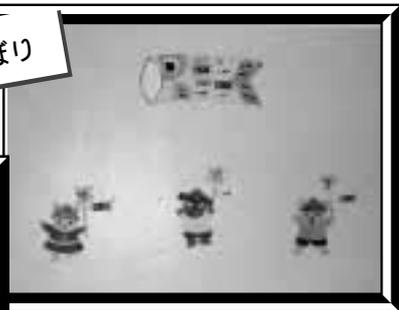
お花見

十九年三月三十一日、南国市熊野神社で恒例のお花見会。緩和ケア病棟の患者様数名と訪問看護からも患者様とご家族の方が参加され、少し賑わいを見せました。天気は雨には降られることはありませんでしたが、晴天とはいかず曇り空で花冷えのする日でした。肝心の桜はとうとうと三々四分咲き。神社の階段から降りてきた参道に続く数メートルの桜並木の下でパーベキュー。現地での準備や料理は主にシステム部が行い、もつ煮込みや豚汁に舌鼓。中には四杯もおかわりをする人の姿も。屋外で食べる御飯は美味しいと普段は小食の患者様も焼き魚やオニギリをほおばっていました。途中、疲れを見せる患者様もいましたが、院長が声をかけずと側で付き添われ最後は笑顔で無事に帰ってきました。徳岡先生は相変わらずのカメラマン振りを発揮し、スタツフなども含め参加された方を次々とカメラに収めてました。

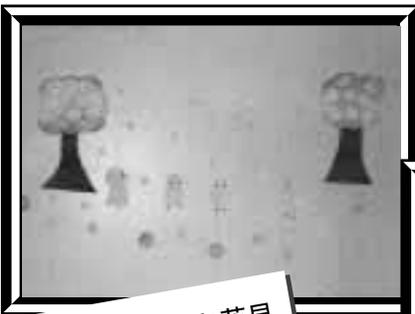


壁飾り

五月 こいのぼり



西二階では、季節に応じた壁飾りを詰所前に貼っています。ぜひ一度見に来て下さい。



四月 ひよこのお花見



春の花 ガーベラ・チューリップ

院内行事食の紹介

当院では、子供の日やクリスマスなど行事がある時は、栄養部スタッフで病院食もその行事に合わせて作り、患者様に季節を感じて頂いています。

子供の日



オクラが流れ星に。



七夕



高野先生、なれた手つきで
そうめん流す



七夕の会

七月六日に緩和ケア病棟ラウンジで七夕の会を行いました。患者様やその御家族、御遺族や多くの方が参加されました。市川先生のお母さん手作りの歌のしおりが配られると患者様も車椅子やベッドのまま病室から出られて、先生のピアノに合わせて故郷・琵琶湖就航の歌など合唱しました。その後は七夕の会恒例の流しそうめんの始まりです。患者様は御家族と流しそうめんの様子を眺めたり、浴衣姿のスタッフと写真を撮ったりと。

きらら★ ★★ メタボリックシンドローム (死の四重奏)

~ 栄養部より ~

メタボリックシンドロームとは？

過食・運動不足によって内臓脂肪が蓄積され肥満症・高血圧・糖尿病などの生活習慣病を合併し、動脈硬化による循環器病につながる危険因子をいくつも持った状態のこと。

診断基準

ウエスト周囲径

男性 85cm

女性 90cm

高TG 150mg / dl

低HDL < 40mg / dl

収縮期血圧 130mmHg

拡張期血圧 110mmHg

空腹時高血糖 110mg / dl



内臓脂肪がたまりやすい食事

- ・高脂肪食：脂っこいもの
- ・高ショ糖食：甘いもの
- ・高カロリー食：過食
- ・低繊維食：野菜不足

バランスの良い食事と腹八分目に！
暴飲・暴食は厳禁!!

生活習慣

当てはまる項目の多い人は **要注意!!** まずは簡単な事から改善することを目標に！

食事は満腹になるまで食べる
炭水化物が好き
濃い味付けが好き
早食い
運動習慣がない
お酒を多量に飲む事が多い

間食・夜食をよく摂る
御飯の変わりにお菓子、菓子パンを食べる時がある
野菜をあまり食べない
アイスクリームをよく食べる
タバコを吸っている

発行 医療法人久会
 編集 久直史
 編集 久直史
 高知市知寄町一五一五
 電話 〇八八八二 三二一六

函南病院
 函南病院新聞部

このコーナーは読者の皆様方の声の広場です。俳句・短歌・川柳・詩・身近な出来事などたくさん投稿していただき交流の場としてシリーズでお届けしていきたいと思っています。ほのぼのと暖かいコーナーに育てていきたいので応援して下さい。皆様の投稿をお待ち申し上げます。



西4階病棟主任
川村 智恵さん

この人だあ〜れっ??
 の答え
 函南病院
 クイズ