



地方独立行政法人広島市立病院機構
安佐市民病院広報紙
—第47号—

〒731-0293 広島市安佐北区可部南二丁目1-1
TEL : 082-815-5211 (代)
<http://www.asa-hosp.city.hiroshima.jp>

『まめでがんす』愛読のみなさま、こんにちは。私、当院MEセンターという施設で働いている筆頭臨床工学技士の上田と申します。今回は、当施設および臨床工学技士とはなにか？簡単に説明したいとおもいます。

当院MEセンター(Medical Equipment Center)は1991年、北館(119床)増床時にクリーンホスピタルを目指し大型医療機器(人工呼吸器等)の消毒、保守点検、供給を行う部門として2名の臨床工学技士を配置し開設されました。

病院では医師や看護師の他に、レントゲン・CTなどを扱う診療放射線技師、血液や細菌検査、心電図や脳波などの検査を行う臨床検査



MEセンター主任技師
上田 彰

昭和55年の開設以来、安佐市民病院リハビリテーション科に在籍しております高原哲也と申します。

リハビリテーション科は、理学療法、作業療法、言語療法の3部門からなり、理学療法士9名、作業療法士4名、言語聴覚士4名が在籍しております。理学療法および作業療法では入院患者さんに対する急性期リハビリテーション(早期離床、早期立位、歩行練習、呼吸訓練等)を、言語療法では急性期リハビリテーション(摂



リハビリテーション科技師長
高原 哲也

食機能療法、口腔ケア、言語療法)と言語療法外来では、主に小児の言語障害(発達障害、口蓋裂、機能性構音障害、吃音等)の治療を行っています。

急性期リハビリテーションの対象疾患としては、脳血管障害(脳梗塞、脳出血等)、心臓循環器疾患、呼吸器疾患、整形外科疾患(脊椎疾患、変形性膝関節症等)、がん、外科の術前術後などで、ほぼ全ての診療科を対象としています。

急性期リハビリテーションにおいては病状の許す限り早い段階から開始し、運動機能、摂食機能の維持・改善を促し、日常生活の自立度を高め、早期自宅退院や転院、社会復帰ができるように、医師、看護師、ケースワーカー等多職種とのスタッフと連携して支援を行っています。地域の基幹病院としての急性期医療に十分答えられるリハビリテーションを提供していきたいと全スタッフ、日々努力しております。今後ともよろしくお願いたします。

技師、リハビリテーションを行う理学療法士等がよく知られています。臨床工学技士とは1987年に制定された「臨床工学技士法」に基づく国家資格であり、医師の指示の下に、生命維持管理装置(人工呼吸器、人工心臓、人工透析)の操作及び保守点検を行う事を業とする医療機器の専門医療職種です。

近年、当院では地域のみなさまはもちろん広島県北部、島根県まで広範囲の救急患者を受け入れており、大学病院等が受け入れるような救命救急患者(重症患者)は生命維持監視装置を装着することが多いため臨床工学技士は24時間体制で対応しています。

当センターの臨床工学技士は現在7名従事しており、今では平成生まれの工学技士も誕生しています。機会がありましたら次回回は「臨床工学技士とは？」ではなく、生命維持監視装置を含め新しく取り組んでいるペースメーカー業務、内視鏡業務等について説明したいと思います。

医療機器の安全を守る部門として、今まで以上に「安全第一」で「患者さんにやさしい医療」を提供していきたいと思えます。

【病院機能評価】

安佐市民病院の理念と基本方針

理念

- ・愛と誠の精神をもって医療を提供します。
- ・地域の基幹病院として高度の医療・ケアを行います。

基本方針

1. 患者さまの立場を尊重し、理解と納得 にもとづいた医療を行います。
2. 安全な医療と快適な療養環境の提供に努めます。
3. 地域と連携し、地域医療、救急医療、トータルケアの水準の向上に努めます。
4. 最新の医療にとりくみ、医療・医学の進歩に貢献します。
5. より良い医療サービス提供のため、健全な病院運営に努めます。



脳卒中にならないための 注意点



脳神経内科部長
大下 智彦

「のうそちゅう脳卒中」とは脳の血管が障害されることによって、様々な脳の症状を引き起こす病気です。“卒”とは突然の意味ですが、その名の通り突然に手足の麻痺まひや言語障害などをひきおこします。また、脳卒中は、1)脳動脈がつまることによって起きる“のうこうそく脳梗塞”、2)脳内の脳動脈が破れることによって生じる“のうしゅつちゆう脳出血”、3)脳動脈にできた瘤(脳動脈瘤)のうどうみやくりゅうがやぶれる“くも膜下出血”に大きく分けられます。日本では脳卒中患者は増え続けており、患者数は現在約300万人、寝たきりの原因の第一位です。治療法は進歩しているのですが、全ての患者さんを救えるレベルではなく、一旦発症すると後遺症が残る可能性があり、まず発症させないことが大切です。

いわゆる生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常)は心臓病と同様に脳卒中の重要な危険因子であり、その予防・管理は重要です。例えば、血圧を3年以上継続して5~6mmHg下げることによって、脳卒中発症率が約4割減らせます。タバコに関しては、本数・年数に比例して脳卒中の危険が高まります。また他人の煙を吸う副流煙でも脳卒中の危険が増すので配慮が必要です。お酒は適量であれば脳梗塞を減らす効果がありますが、大量(例:日本酒ならば3合、ビール中瓶3本以上を毎日)だと害になります。また、毎日飲むより飲まない日(休肝日)を設ける方が望ましいです。最後に、脳卒中協会が提案する“脳卒中予防十か条”を下記にご紹介します。10個もあるのかとうんざりされるかもしれませんが、どれも大切ですので今日から一つずつ取り組んでみてください。



- 1 手始めに 高血圧から 治しましょう
- 2 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
- 3 不整脈 見つかれば すぐ受診
- 4 予防には タバコを止める 意思を持って
- 5 アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- 6 高すぎるコレステロールも 見逃すな
- 7 お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- 8 体力に 合った運動 続けよう
- 9 万病の 引き金になる 太りすぎ
- 10 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

お薬手帳を活用しましょう

薬剤部部長 宮森 伸一

みなさんは、お薬手帳を持たれていますか？

最近、お薬手帳の評判が悪いそうです。持ち歩くのが面倒、久しぶりに病院を受診する頃にはなくしている、といった声は以前からありました。最近の悪評は、主に負担金（負担割合により10～20円）に対する反感のようです。不景気な世の中ですから、何でも安いに越したことはありませんが、本当にその通りでしょうか。



お薬手帳の役割

お薬手帳は、アレルギーや副作用歴、薬の使用歴を記録するものです。受診時に医師に見せたり、保険薬局や入院先の病院で薬剤師が確認することで、飲み合わせや薬の重複、他の治療への悪影響の防止などの役割があります。

お薬手帳が注目されたのは、1993年に別々の病院から処方された抗ウイルス剤と抗がん剤の飲みあわせで死亡者が出た「ソリブジン事件」と、2011年の「東日本大震災」です。前者では、飲み合わせで副作用が強くなるにもかかわらず、使っている薬の情報がわからないまま薬が処方され、多くの死亡者が出る痛ましい結果となりました。一方後者では、地域の医療機関が壊滅状態となった中、被災者が持っていたお薬手帳の情報で災害時に適切な治療を受けることができました。

かかりつけ薬局の薬剤師は、薬歴（薬のカルテのようなもの）の他、手帳に記載されたアレルギーや副作用歴、医薬品の使用歴、現在使用中の医薬品を考慮して、処方された薬が妥当であるかを確認しています。普段3種類飲んでいるが、薬の名前はわからない、むかし風邪で出された薬で副作用が出たが薬品名を覚えていない、といった状況で「大丈夫か？」と問われても、「分からない」としか答えようがありません。



また、持参した手帳を確認して、その履歴から患者さんの体質や病状を推測するケースも多く、状況に応じた生活上の注意点の説明や、副作用を防ぐための処方変更等に役立っています。受診した症状が病気によるものではなく、他医で処方された薬の副作用であることも珍しくありません。

お薬手帳は1冊にまとめましょう

安佐市民病院でも、受診・入院される際にお薬手帳の持参をお願いしています。多くの患者さんが手帳をお持ちくださいますが、時に病院ごとに手帳を分けられている方をお見受けします。お使いになった薬の情報は一冊にしてこそ意味があり、これではせっかくの手帳の価値も落ちてしまいます。また現在、国の政策でスマートフォンにお薬手帳のアプリを導入する試みが一部で始まっていますが、仕様の統一化には至っていません。

我が国は未経験の高齢化社会に入っており、慢性の病気で通院される方が、あちこちで薬を処方されるようになってきています。医療の専門化が進み、一つの医療機関で全ての病気を診てもらうことは難しくなっています。せめて、お薬手帳だけは一冊にまとめて、過少でも過剰でもない医療を受けていただくよう、お薬手帳の活用をお願いいたします。

やってみませんか 骨盤体操!

平成25年4月より、助産師による「骨盤体操教室」を開催しています。

妊娠中を快適に過ごし、安産のためにも骨盤を整え、バランスの良い身体でいることが大切です。骨盤体操教室は、妊娠に伴う自身の身体の変化について知り、骨盤を整える方法について学んで頂く教室です。

女性の身体は、生活習慣の変化から靭帯や筋力が低下していると言われています。その上、妊娠初期からホルモンの影響を受けて骨盤が緩みやすく、マイナートラブル（尿漏れ・便秘・脱肛・肩こり・腰痛・静脈瘤・浮腫など）が増加しています。

教室では、身体の姿勢や骨盤を整えるための日常生活動作の紹介や「操体法」「骨盤底筋群引き締め体操」を行っています。「操体法」とは、気持ちがいいと感じる方に体を動かし、脱力することで骨格や筋肉、靭帯のアンバランスな状態を正す体操です。体が元に戻ろうとする生理的な力を利用するため、体に負担がなく誰でも安全に行える優しい体操です。

体操の後には、さらして「骨盤輪支持」を行うと胎動が活発になります。赤ちゃんも気持ちがいいでしょうね。

また、分娩時や産後にも行い、分娩時は産道の骨盤調整でスムーズな分娩。産後は、大出血の予防や骨盤のトラブル軽減につながります。そして、赤ちゃんの抱っこや授乳姿勢を楽にする効果もみられます。

より快適なマタニティライフを送り、楽しく育児ができる身体づくりを助産師一人一人、全力でサポートしています。

この「骨盤体操」や「骨盤輪支持」は、月経不順や便秘、痔、腰痛、尿漏れなどに効果的で、婦人科の入院患者さんにも取り入れています。今後は妊婦さんに限らず、女性のマイナートラブルへも門戸を拡大できたらと考えています。興味関心のある方は、是非、見学にお越しください。（助産師 岡田 美穂）

骨盤体操教室の案内

日時：毎月第2・4木曜日 14:00～15:30

場所：WAPセンター

対象：当院で分娩予定の妊娠14週以降で正常経過をたどっている方

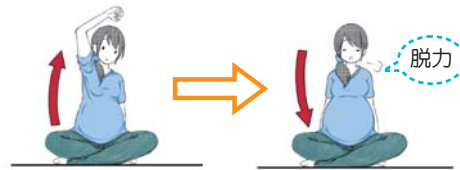
定員：1回6名まで（産婦人科外来で予約）

操体法のしっぽ探しと体側のばしを紹介いたします。

- しっぽ探し：首～骨盤の複合的なバランス調整
・楽な姿勢の選択・・・四つん這い、膝胸位（膝肘位）、
抱犬（絵の姿勢）、正座等
- ・左右からしっぽを覗くようにわき腹を曲げる



- 体側のばし：側腹部の筋群の緊張を緩める



医事課の紹介

医事課は、患者さんが病院にいらっしゃった時に受け付けをし、診療が終わられた後に料金算定をするところです。また、患者さんがお支払いされた自己負担額以外の診療費について、1か月分の診療報酬明細書（レセプト）を作成し、健康保険組合などの保険者に請求をする仕事などを行っています。

●お願い

【健康保険証】健康保険証は最初の診療や月の初めの診療の際、健康保険証に変更があった際に必ずご提示ください。脱退後の健康保険を使用された場合には旧保険者から自己負担額以外の診療費の支払請求があります。その後ご自身で新しい保険者に償還払の手続をしなければなりません。健康保険が変更になったときは、手続き中であることをすみやかに届け出てください。

【医療証】高齢受給者証や乳幼児医療などの福祉医療の受給者証をお持ちの方は、健康保険証と一緒にご提示ください。

【限度額適用認定証】高額な診療を受けた際、「限度額適用認定証」をご提示いただくと、医療費の窓口負担額が自己負担限度額までとなります。この限度額適用認定証は入院だけでなく、外来でも使用することができます。ただし、入院と外来は別計算です。

入院の予定がある方や1か月の医療費が高額になる見込みの方は、加入されている健康保険組合などで限度額適用認定証を取得してください。

【診察券】診察券は永久使用、全科共通です。大切に保管し、毎回ご持参ください。

【その他】お名前・住所・電話番号等、変更の際は、その都度、受付にお申し出ください。

●お知らせ

医療費は厚生労働省から示される診療報酬点数により計算するものですが、原則2年に1回改定されます。次回の改定は平成28年4月1日の予定です。同じ診療でも点数が変わることにより、医療費が変わります。

●最後に

料金算定の際など、お待たせして申し訳ありません。できるだけ、お待たせしないようにすみやかに、かつ間違いのないように、日々心がけて対応させていただいております。どうぞよろしくお願い致します。

（医事課主査 中川 貴子）

がん診療連携拠点病院 市民講演会開催のご案内

当院をはじめとする広島医療圏に所在するがん診療連携拠点病院（広島大学病院、県立広島病院、広島赤十字・原爆病院、広島市立広島市民病院、広島市立安佐市民病院）では、平成20年度より毎年1回5病院共催での市民講演会を行っています。

がん診療において質の高い医療を行うことはもちろん、医療従事者への教育や市民の皆さまへの「がん」に関する知識の普及を図ることを目的の一つとしています。今年度は、「知ろう・学ぼう 放射線治療」をテーマと致しました。放射線科医師や医学物理士・看護師・がん相談員の話とともに、講師陣とのシンポジウムも盛り込んだ内容となっています。がんの三大治療の一つである放射線治療についての正しい知識とともに、過ごしやすい日常生活の方法などお伝えできればと考えております。皆さまの多くのご参加をお待ちしております。

（がん相談員：藤山、長屋）

第7回がん診療連携拠点病院共催市民講演会
知ろう・学ぼう
放射線治療
10月24日(土) 13:00~15:15 (受付開始 12:30)
広島県文化センター 入場無料
広島市立安佐市民病院 がん相談支援センター

「がん緩和ケアに関する市民講演会」開催のお知らせ

平成27年11月1日土曜日、安佐北区民文化センターにてがん緩和ケアに関する市民講演会を開催いたします。

当院は平成26年度広島県より「地域在宅緩和ケア推進事業」を受託し、本事業のなかで、市民の皆さまにがん治療における緩和ケアについて知って頂く事、そして緩和ケアが皆さまの地域や自宅でうけられることを推進する目的でこの講演会を企画いたしました。

特別講演の講師には島根県立中央病院 総合診療科に勤務されている今田 敏宏先生をお迎えしています。今田先生は、自分のいのちについて改めて考え、自身の人生観・死生観を家族らと共有する機会として「いのちの輝きを考える日」を各方面でお話されています。また、シンポジウムでは「地域でよりよい在宅緩和ケアをうけるために」と題し、具体的にどんな関わりをするのか事例をもとに、安佐北区で医療と介護に携わっている皆さまと質問形式でわかりやすく解説させていただく予定です。皆さまの多くのご参加をお待ちしております。

日時：平成27年11月1日(土) 午前10時～12時30分

場所：安佐北区民文化センター

参加：無料（事前の参加申し込みが必要です）

お問い合わせ先：安佐市民病院 がん相談支援センター（担当：矢田）

参加申し込みの詳細については、病院内外のポスター掲示、当院ホームページでお知らせします。

第11回安佐市民病院健康祭りの開催について

日頃から安佐市民病院の運営に多大のご協力をいただき、ありがとうございます。

安佐市民病院では、地域住民の皆様の健康増進の一助となるよう、毎年、皆さまと一緒に健康祭りを開催してまいりました。昨年は8月20日の土砂災害により中止いたしました。今年は下記のとおり開催いたします。皆さまの多数のご参加をお待ちしております。

1 日 時 平成27年10月24日(土)10時～14時

2 会 場 広島市立安佐市民病院 南館3階講堂

3 セミナー内容 ●家庭でできる感染対策(1回目 10:15～10:45 2回目 12:00～12:30)

●ちょっとまって!! 家庭での急病・事故にあわてないために

(1回目 10:50～11:20 2回目 12:35～13:05)

●知って安心。介護保険のいろは(1回目 11:25～11:55 2回目 13:10～13:40)

第11回健康祭り実行委員会 委員長 日笠 哲

第11回 安佐市民病院
健康祭り
～楽しく学ぼう! 安佐市民病院健康祭り～
日時：平成27年10月24日(土)10時～14時
場所：広島市立安佐市民病院 南館3階講堂
セミナーの内容と時間
●家庭でできる感染対策
1回目 10:15～10:45 2回目 12:00～12:30
●ちょっとまって!! 家庭での急病・事故にあわてないために
1回目 10:50～11:20 2回目 12:35～13:05
●知って安心。介護保険のいろは
1回目 11:25～11:55 2回目 13:10～13:40
3つのセミナーに参加してプラスαに挑戦!! 参加記念品進呈
イベント
10:00～10:30
10:30～11:45



1人分(230g) 334kcal 塩分0.9g

材料(2合分)	約5人分
精白米	2合(320g)
○さつまい	中1本(200g)
○しめじ	1パック(100g)
○人参	中1/2本(50g)
○油揚げ	1/2枚(30g)
★酒	大さじ1
★しょうゆ	大さじ1
★みりん	大さじ2
★塩	一つまみ

秋の香りごはん

旬の食材のさつまいとしめじを使った炊き込みご飯をご紹介します。炊飯中に湯気と共に良い香りが立ち込め、炊きあがり、ふたを開けると、さつまいや人参のきれいな色が、秋に色づく紅葉のようで今の季節にピッタリです。

作り方

- ①さつまいは皮ごと1cm角に切り、水につけてあくをとっておく。
- ②人参と油揚げは3cmの長さに千切りし、しめじは石づきを切り、ばらばらにしておく。
- ③炊飯器に研いだお米を入れて★の調味料を入れ、水を通常の水加減まで加えて軽く混ぜる。
- ④①～②の材料を加えて炊く。
- ⑤炊き上がった後、全体を混ぜ合わせ、出来上がり。

さつまいとしめじは食物繊維が豊富に含まれており、便秘の解消やコレステロール値の低下に効果的です。さつまいは大きめに切って食べ応えをだしてもGOOD♪人参は花型やもみじの型でくり抜くとより秋らしい雰囲気になりますよ。ぜひ、お試しください。

(栄養室管理栄養士 與儀 沙織)



株式会社バルコムから車椅子等の寄贈を受けました



平成27年7月、株式会社バルコムから車椅子8台とスライディングボード7つを寄贈していただきました。このスライディングボードは、患者さんをベッドから車椅子等へより安全に移乗することができます。また、今回寄贈を受けた車椅子は肘掛の部分可動式となっており、スライディングボードと組み合わせることで、患者さんを少ない力で安全に移乗させることができるため、看護師をはじめとする職員の負担軽減・腰痛予防につながります。

株式会社バルコムの皆さんは、社員の社会貢献を目的とした委員会を組織しておられ、今回のような医療機関への寄贈の他、チャリティー企画や献血、地域清掃等様々な活動を精力的に行っていらっしゃいます。今回の当院への寄贈も2回目となります。

先日、株式会社バルコムの山坂社長と社員の皆さんが来院され、当院にて贈呈式を行いました。多幾山病院長からの感謝状の授与を終えた後は、新品の車椅子やスライディングボードを囲み、性能を確かめたり記念撮影をしたりと和やかな時間を過ごしました。

この車椅子等を病院利用者のために役立ててほしいとおっしゃる山坂社長をはじめ社員の皆さんの思いを受け、各病棟において大切に使用させていただきます。

(総務課主事 石川 友紀)

患者の権利

広島市立安佐市民病院は、患者の権利に関する「リスボン宣言」を擁護し、患者の最善の利益のために安全で質の高い医療を目指します。

- 1. 良質の医療を受ける権利**
良質で適切な医療を公平に受ける権利があります。
- 2. 情報を知る権利**
ご自身の病状や治療等に関して十分な説明と情報を得る権利があります。
- 3. 自己決定の権利**
ご自身の健康状態について十分な説明を受け、ご自身の自由な意思で検査や治療方法を選ぶ権利があります。
- 4. 選択の自由の権利**
病院あるいは保健サービス施設等を自由に選択し、変更する権利があります。
セカンド・オピニオン(別の医師の意見を求める権利)を求める権利があります。
- 5. 健康教育を受ける権利**
健康的なライフスタイルや、疾病の予防および早期発見等に関する情報を与えられた上で自己選択(インフォームド・チョイス)できる権利があります。

- 6. 個人情報・プライバシーが守られる権利**
医療従事者が医療上知り得た個人情報は保護され、プライバシーが守られる権利があります。
- 7. 尊厳が守られる権利**
個人として尊重され、尊厳を保ち安楽に終末期を迎えるための、あらゆる可能な支援を受ける権利があります。

お願い

当院で安全で質の高い医療・看護が適切に受けられるためご協力をお願いします。

- ・ご自身の健康に関する情報をできる限り正確に伝え、医療従事者と共同して診療に参加してください。
- ・快適な療養環境の維持に協力をお願いします。
- ・医療安全の実践に協力をお願いします。
- ・病院の規則を守ってください。
- ・他の患者の療養に支障を与えないように配慮をお願いします。
- ・医療人の育成に協力をお願いします。
- ・現在考えられる安全な臨床医学の範囲を超える要求には応じられないことをご承知ください。