

SAKASO

「さかそう」



特集 先生に聞いてみよう

緩和ケア
のこと。



2020.2 Vol.40

おしらせ

「坂総合病院市民公開講座」を開催します

テーマ

知らないと困る? 救急外来の活用法

今回は当院で救急科科長を務める佐々木隆徳医師が担当。近隣地域の救急搬送の実情から「救急車を呼ぼうかな?」と悩んだ時の確認ポイントなどを紹介します。会場はJR利府駅に併設された『利府町コミュニティセンター』です。気軽にアクセスできるので、奮ってご参加ください。

- 日時:2020年2月15日(土)10:00~11:30
- 場所:利府町コミュニティセンター
(宮城郡利府町森郷字柱田26-8)
- 参加費:無料(事前申し込み不要)
- 問合せ:坂総合病院 022-365-5175(代表)



診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただき
ご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

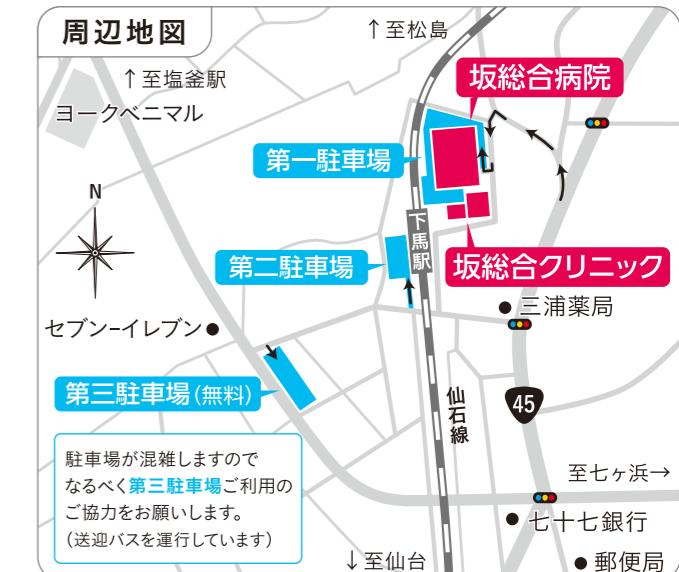
- 平日 8:30~16:30(小児科のみ8:00~)
- 土曜 8:30~11:30(小児科のみ8:00~)

※日曜・祝祭日、年末年始(12/30~翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

- ◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。
- ◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院 <https://www.m-kousei.com/saka/>



電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。

お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。
第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

表紙について

オフの日には外に出たくなるという北山先生。
最近は青の差し色が鮮やかな折り畳み自転車で河川堤防や海岸沿いを走るそうです。今回はその愛車とともに撮影しました。

- 表紙撮影/菖蒲田海水浴場

SAKASO

坂総合病院 広報誌[さかそう]
2020年2月1日発行

S 坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>
【広報誌に関するお問い合わせ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、
病気や病院のあれこれを発信。

今回は、「緩和ケア」について
ご紹介します。

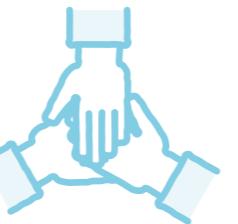
特集

先生に 聞いてみよう のこと。緩和ケア

緩和ケアに関する5つのポイント

1 緩和ケア科ではどんなケアを受けられる?

がんなどの病気にかかると、患者さんは身体の苦痛や気持ちのつらさが日常生活に影響することが多くあり、そしてそれらの問題は病気の進行度やがん治療の有無と関係なく起こります。緩和ケアは病気の時期や程度とは関係なく、患者さんとそのご家族が抱えているつらさや問題について一緒に考え、やわらげ、持っている力を引き出して目標に向かうことができるようお手伝いしています。



2 緩和ケアはどんな場所、どんな体制で取り組んでいる?

緩和ケアは“特定の場所”によって行われるものではありません。当院では外来、一般病棟、緩和ケア病棟、在宅などほぼすべての場面で提供し、治療や療養場所が変わる時にも“切れ目”がないように連携しています。

一般病棟と外来では、専門教育を受けた認定看護師・薬剤師と緩和ケア医が、主治医と相談しながら患者さんとご家族が納得してがん医療を受けられるように支えます。また在宅や緩和ケア病棟では、専属の医師と看護師が集中的にケアを行います。患者さんとご家族のつらさや困り事は多種多様なので、必要に応じてリハビリスタッフ、栄養士、医療社会福祉士や診療事務、ボランティアがお手伝いをします。



3 在宅でも緩和ケアを受けることができる?

当院には在宅科があり、『病気を持っていても自宅で過ごしたい』と願うがん患者さんの支援を専門的に行っています。点滴や酸素など病院とほぼ同じ医療が提供できるだけでなく、訪問看護や訪問介護でご家族の負担を軽減します。また、症状が重い場合やご家族が疲れた際には入院に切り替えるので、相談しながら最善と思われる療養場所を選択することができます。



4 緩和ケアと終末期医療はどう違う?

日本では、世間一般だけでなく医療者にもいまだに“緩和ケア=終末期医療”という誤解があります。緩和ケアは病気の時期にかかわらず、患者さんとご家族のつらさの緩和をすることと、本来望んでいる治療や生活への橋渡しをすることが主な役割です。緩和ケア病棟に関しても“入院すると退院できない”や“亡くなる場所”という思い込みや誤解がありますが、患者さん本人やご家族から希望があれば、退院してまた自宅に戻ることができます。緩和ケアは“病気の時期にかかわらず、がん治療のひとつとして行われるもの”ということを改めて強調しておきます。



5 地域医療に携わる開業医のみなさんと共に

外来通院、もしくは往診管理をしているがん患者さんの体調が思わしくない場合、薬剤や環境の調整で元の生活を取り戻せることができます。当院では開業医の先生の大変な患者さんが地域から離れずに安心して過ごせるようお手伝いしますので、がん患者さんの対応などで困ったことがありましたら地域連携室を通じて緩和ケア外来を予約してください。



緩和ケアをチームで担当3人。週に1度合同回診を行ない患者さんの問題解決の相談を行なっている。今後はさらなる体制の強化を目指す

この3人が中心となって患者さんとご家族を支えます



菊地 美希子
(きくち みきこ)
緩和ケア認定看護師



本間 裕樹
(ほんま ゆうき)
がん化学療法認定看護師



北山 治仁
(きたやま はるひと)
緩和ケア科科長

緩和ケアは病気によって引き起こされる
身体や気持ち、社会におけるつらさをや
わらげ、患者さんとご家族の意思決定を支援し
ては患者さんとご家族がつらいと感じてい
ることを減らし、できるだけ元の生活に
近付け、望む場所で安心して過ごせるよ
う多職種でのサポートを続けています。

小野寺 亮太 (おのでら りょうた)

リハビリ室 理学療法士

呼吸器リハビリについて

教育入院システム

- 教育内容
病気の理解を深め、上手に付き合う方法の習得をサポート

- 講義内容
「病気について」「食事の摂り方」などの講義を実施

- リハビリ
呼吸法の指導やストレッチなど、1時間のリハビリを毎日2回行う

高齢化に伴い、呼吸器疾患の患者数と呼吸器疾患に対する治療は年々増加しています。その中で私たちが行う呼吸器リハビリは、入院中から退院後まで、病態・症状に合わせてストレッチ・筋力訓練・有酸素運動、呼吸・排痰方法や動作を指導。呼吸困難感の軽減や体力の強化を図り、生活の質を高めるサポートをしています。

また当院では、慢性閉塞性肺疾患などの患者さんを対象とした教育入院システムを構築しました。医師の指示のもと、2週間の入院でリハビリ職・管理栄養士・看護師・薬剤師などが関わり、患者さんの自立した生活を支援します。利用については呼吸器外来の看護師や呼吸器担当リハビリスタッフにお声がけください。今後も患者さんの生活が少しでも楽になるような取組みを追求していきます。

栄養手帖 ■ - 食養室だより -

日本の味、「うま味」を知ろう!

だしとして多くの和食に利用されている「うま味」。
少し手間をかけて、日本の味を楽しみましょう！

丹治 歩美 (たんじあゆみ)
食養室 管理栄養士



甘味・塩味・酸味・苦味・うま味からなる味覚のうち、日本人が見出したと言われる「うま味」。ここ最近は化学調味料が普及していますが、コンブ、カツオ節、干しシイタケなどの天然食材から取っただしのうま味には豊かな味わいが広がります。

だしの取り方

コンブだし(水出し)

- ①コンブ(30g)の表面を固く絞った布巾で軽く拭く
- ②一晩水に浸す



コンブだし(煮出し)

- ①コンブ(30g)の表面を固く絞った布巾で軽く拭く
- ②20~30分水に浸す
- ③戻ったら中火にかけ、アクを丁寧に取る
- ④煮立つ直前に取り出す

シイタケだし

- ①干しシイタケ(30g)についたゴミや埃を水切りザルでさっと落とす
- ②1Lの水に浸け、ラップかフタをして冷蔵庫で一晩置く
- ③ペーパータオルなどで漉す

第12回
感染制御実践看護師

坂総合病院を、そして
患者さんを支える人々。
その「人となり」に迫ります。

感染制御実践看護師を目指したのは、感染対策や管理について勉強を重ねる中で資格取得を勧められたことがきっかけ。いわゆる「院内感染」といわれる医療関連感染を素早くキャッチして拡散を防ぐことを主に、週1回の病棟ラウンドや感染症の動向を調べるサーベイランスなどを行なっています。医療関連感染は起きないことが通常だと思われることもあり、頑張った結果が見えにくいというこの分野。しかし高山さんは「感染対策は全員で取組まないと意味がありません。一人ひとりが理解し実践しなければ、常に感染が広がるリスクがありますから。そのためにはまずは自分がモデルとなり、真似してもらうことが大切です」と教えてくれました。「今後はスタッフの教育に力を入れながら、『感染対策はやって当然』という環境になら最高ですね」

次号は

本間 裕樹
（がん化学療法
認定看護師）



活動する時には常にぶら下げている「消毒用アルコール」。このほか感染防止用の使い捨てマスク、エプロン、手袋も常用しています。



高山 綾子 (たかやま あやこ)
感染制御実践看護師

稻荷 美代子（いなりみよこ）
10階病棟看護師

緩和ケア科はがん全般の看護業務にあたる病棟です。病気によって生じる苦痛への対応や確かに過ごすための援助、そして患者さんの家族を含めたあらゆる不安への対応も行なっています。緩和ケアは残された日々の苦痛を緩和するように努める終末期医療だと思われがちですがそうではありません。がんを有しながら



これまでたくさんの患者さんと接してきましたが、印象的な出来事がたくさんありました。在宅の医師やスタッフと相談し、どうしても自宅で最期を迎えるという患者さんに痛みを叶え、穏やかに自宅での時間を過ごしてもらえたこと。そして、がんの進行により生きがいとしていた活動が困難になった患者さんに痛みのコントロールや在宅酸素の手配などをを行い、望みを叶えることができたこと。こうして患者さんの願いに応えるためにも、今後はがん看護に関する研究に毎年1・2名を参加させるなど、スタッフのスキルアップを目指していきたいと思います。

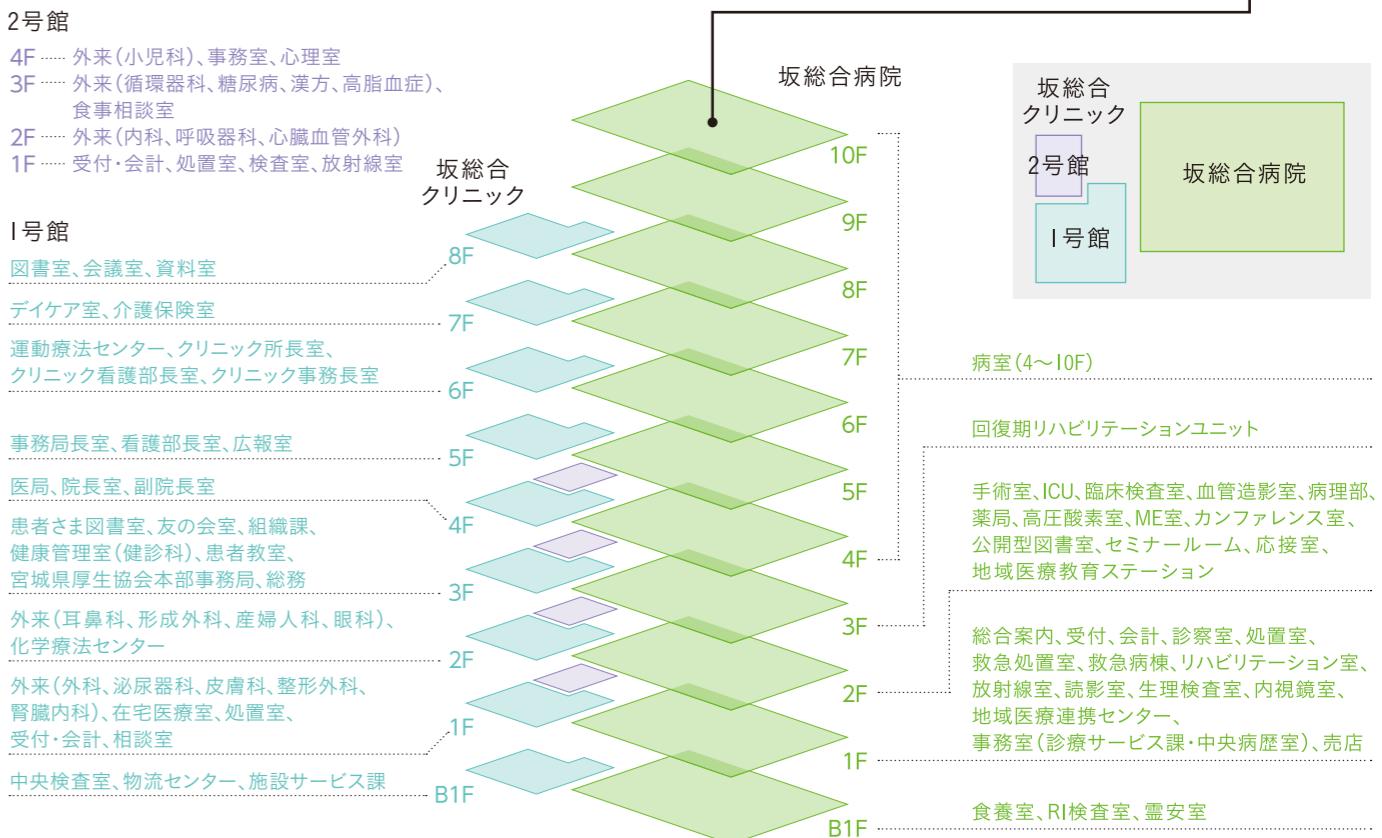
多くの家庭と地域医療を支えて50年

「小野寺医院」として開院してから50年以上が経つた当院。一昨年には老朽化した医院の建替えを行い、装いも新たに「小野寺記念たけなか医院」と名称を変更しました。長く内科・小児科を標榜していることから親子3代に渡つて付き合いのある家庭も少なくありません。現在は私が内科を、妻の紗代と義父の小野寺仁至で小児科を診療しています。私は消化器内科専門ですが、「広く内科の知識を身につけるよう」いう恩師の考え方から広い分野の勉強をしてきました。開業後は「専門分野を持つつ一般

内科も診療できなければ地域医療に貢献できない」ということを痛感し、恩師の教えに感謝する毎日です。小児科では研修を重ねている病院での経験や育児の体験を生かし、地域の小児診療・健診・予防接種、育児のアドバイスも行っています。地域医療を担う者として研鑽を忘れず、基幹病院との連携を密に患者さんに適切な医療を提供できる体制を強化していきたいです。また医療の進歩に遅れないよう医療機器や知識の更新、研修会や連携の会への参加も心掛けていきたいと思います。

坂総合病院から

「小野寺医院」の時代から内科や小児科の患者さんを数多く紹介していただきています。また、地域連携の中でも精力的に臨床に取り組んでいるのを感じています。松島町は医療供給が必要に及ばない地域と聞いています。新装し、ますます地域の中で頼りにされる医院として活躍されることを願っています。



小児科
竹中 紗代 先生
(たけなか さよ)
院長
竹中 由希夫 先生
(たけなか ゆきお)



内科、小児科、消化器内科
小野寺記念たけなか医院

〒981-0215
宮城県宮城郡松島町高城字町61
TEL 022-354-2607
FAX 022-353-3636
URL <http://onoderaclinic.org/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:30 - 12:00	○	○	○	○	○	○	
14:00 - 18:00	○	○	○	/	○	/	

休診日／日曜、祝日
※午前の受付は11:45、午後の受付は17:45まで

