

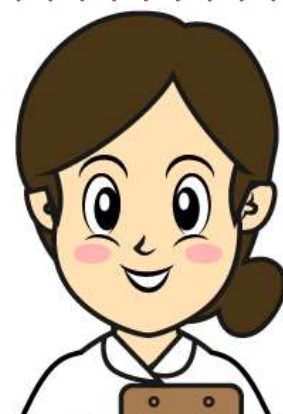
しあわせ



福岡志恩病院ホームページ <http://shion-hp.jp/>

～ご挨拶～

福岡志恩病院 看護部 手術室師長 おおまち しほこ 大町 志保子



私は、2011年5月の開院当初から外来主任として毎日の診療に携わらせていただいていたのですが、今年1月より手術室師長として勤務しております。

当院では年間約600例の手術が行われています。主に脊椎手術・人工関節手術・鏡視下手術となっており、詳細は病院のホームページに載せておりますので、どうぞご覧ください。

私どもは、当院の理念である『最先端の高度なレベルの手術を提供する』を念頭に、自己学習は勿論、主任を中心に毎日カンファレンスを行い、レベル向上に取り組んでいます。

また、当院では術前看護訪問として手術室スタッフが、手術の前日に『手術室に入ってからの流れ』のご説明や『アレルギー』等の再確認をしています。

手術に対する不安や、事前説明に対する疑問点、分かりにくかった医学用語なども含め、何でもご相談ください。

私はスポーツが好きで、誰かがケガをした時にすぐに対応出来るようになりたいと思って整形外科を選びました。気が付けば看護人生の殆んどを、整形外科で勤務しています。

整形外科はあらゆる年齢の方、スポーツ障害だけでなく、多数の慢性疾患や外傷の方も来られます。

日常生活に支障をきたしてお困りの方が1日でも早く元気な生活に戻れるように、サポートしていきたいと思っております。

体幹トレーニングに関して

うえの ひろみ
福岡志恩病院 リハビリテーション部 上野 宏美



よく、患者さまから「体の鍛え方はどのようにしたら良いのか」という質問をされることがあります。

当院は脊椎疾患の方が多く、体幹筋力を維持することは非常に大切な要素となります。

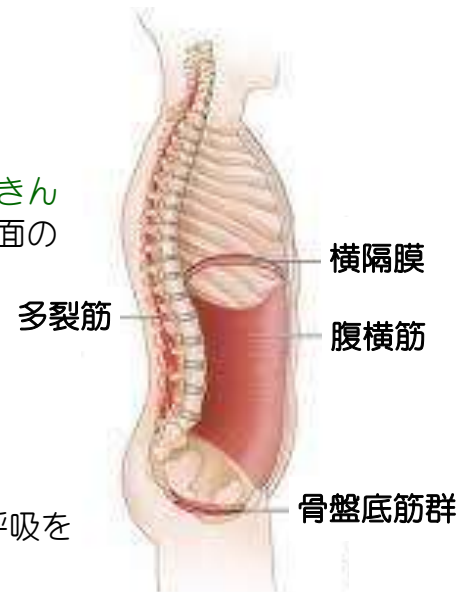
そこで、今回体幹の中でも“インナーユニット”と言われる深層の筋肉を鍛える運動をご紹介します。

※そもそも、インナーユニットとは

インナーユニットとは、体幹の核を形成する部分のことです。

上部が横隔膜(おうかくまく)、下部は骨盤底筋群(こつばんていきんぐん)、腹部の周囲を取り囲むように腹横筋(ふくおうきん)と背面の多裂筋(たれつきん)で構成されています。

咳や怒責の時に力が入る筋肉であり、動作の少し前に働いて体を安定させる役割をもっています。



(1) 呼吸によるトレーニング

仰向けになり、膝を曲げ、楽な姿勢をとります。

息を大きく吸い、吸った空気を全て吐くようにしましょう。深呼吸をすることでインナーユニットが働きます。



吸う時は肺がしっかり膨らむように！
吐く時はお腹がしっかり凹むように！

(2) 股関節の動きを取り入れたトレーニング

仰向けになり、膝を曲げます。息を吐きながら一側の膝を外側方向に倒す運動です。

このときのポイントとして、骨盤が膝と一緒に傾かないようにすることです。

股関節を動かすことで(1)よりも難易度があがります。



※左足を開いた際に、骨盤まで左側へ傾いていると間違いです。

以上、代表的なインナーユニット強化のご紹介でした。

なお、症状によっては上記トレーニング内容が逆効果になる可能性もあります。分からないことがありましたら、お気軽に当院リハビリテーション部スタッフへお声かけください！

リハビリテーション部の★NEW FACE★

本年度入職したスタッフの紹介をしたいと思います！！

たけした ひろと
理学療法士 **竹下 裕人**



本年度より理学療法士として入職しました竹下です。
出身は久留米で一度も地元を出たことがない生粋の久留米人です。
前職は医療と全く畑違いの地熱発電エネルギーの調査業務に携わっていましたが、退職して専門学校に3年間通いなおしました。
昨年、志恩病院で実習を送る中で、皆さんが日々の業務に真摯に取り組む姿と病院理念に魅かれ、スタッフとして働きたい気持ちが強くなりました。
その後、ご縁あって今に至ります。
平日は頼りになる諸先輩に助けを頂ながら仕事に取り組み、休日は趣味の野球や2人の子供に癒されつつ充実した生活を送っています。
これから患者さんに満足度の高いサービスを提供できるように、人間性と治療技術を磨いて精進していきたいと思ひます。
宜しくお願ひ致します。

さかた まさゆき
理学療法士 **坂田 真幸**



私は理学療法士として9年目になります。
前職は佐賀(武雄市)の整形病院に勤務し、整形疾患に悩まされている方にたずさわってきました。
武雄市は武雄温泉が有名で、剣豪：宮本武蔵も入浴したという記録が残っています。
また、国の重要文化財である釘を一本も使用していない天平式楼門という建築物があり観光の名所となっています。
そのような場所から縁あって今年度より入職させて頂くことになりました。
病院理念としての「最先端、高度なリハビリテーションを提供する」ことができるように皆さんの悩みに向き合えたらいいなと思ひています。
よろしくお願ひします。

いそべ ゆうすけ
理学療法士 **磯部 裕輔**



今年の4月からリハビリテーション部に就職しました理学療法士の磯部裕輔と言ひます。
社会人1年目の23歳です。
私は、美鈴が丘の隣の美しが丘出身で高校は小郡高校出身です。
生まれ育った地域で働けることを非常に嬉しく思ひます。
これから、生まれ育った地域の人たちに恩返しができるよう日々精進していきまひす。
「常に笑顔で！」をモットーに若さを生かして元気ハツラツと皆様と関わっていただけたらと思ひています。
よろしくお願ひします。

新入職員も加え、一層「最先端、高度なリハビリテーションの提供」の理念に恥じぬよう、スタッフ一同努力して参ります。
宜しく御願ひ致します！！

Q&A

画像検査のQ&A



みなさん、こんにちは。放射線部長の大浦です。
さてさて、今回もQ & A形式で皆さまに分かりやすく説明してまいりたいと思っております。

Question

エックス線(レントゲン)画像は白と黒の濃淡で表されますが、どのようなところが白く写り、または黒く写るのでしょうか？

Answer

エックス線(以下「X線」で表記)画像の濃淡について説明する前に、まず簡単ではありますが、X線撮影の概要を説明します。

図1に示すように、X線管からX線を発生させ、被写体(人体・患部)を透過したX線エネルギーをイメージングプレートまたはフィルムに記録します。

実際の撮影の様子を図2に示します。

被写体(図2の手)の下に板状の「カセット」内にはイメージングプレートという特殊な板が入っており、照射されて被写体を透過したX線エネルギーを一時的に記憶します。

イメージングプレートをコンピュータ処理をして画像を作り、モニターに写して見ます。

以前はカセットの中に生(なま)フィルムが入っていて、撮影の度に暗室で現像を行っておりました。

(医療機関によっては、現在もフィルムを使用した撮影を行っているところもあります。)

さて、画像上での「白と黒」ですが、フィルムでの説明をします。

X線は人体(や物など)を透過するはたらきがあるとともに、フィルムを黒くする性質もあります。

X線が人体を透過する際、骨などの硬いものはX線のエネルギーを吸収・減弱させるため、フィルム面に到達するX線量が少なくなり、フィルムが黒くなりません。

骨以外にも手術で挿入したインプラントやクリップなどや、撮影時に外し忘れたアクセサリーや衣服の金具等も同様です。プラスチック製のボタン等も淡く写ります。

図3や図4の実際の写真で説明しますと、体の外側は何も無いので、X線エネルギーが殆んど減弱されないため、フィルムが真っ黒になります。

骨の部分はX線が吸収・減弱されて黒くならず、フィルムの地の色のままで殆んど透明です。フィルムを掛けて透かして見るシャウカステン(観察器具)の蛍光灯の色と同様になります。フィルムを使用しない現在のデジタル画像はテレビモニターで観察するため、フィルムでは「透明」だった部分を「白」で表しています。

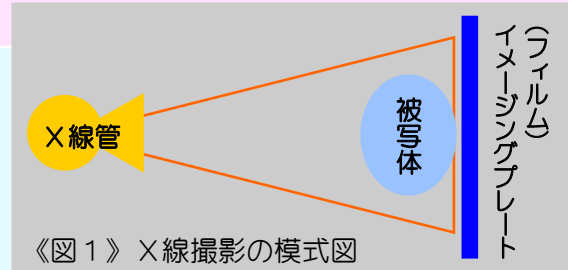
骨の厚みや密度も部位によって違いますので、濃淡の差があります。

骨粗鬆症の場合、骨の密度がスカスカになってしまいますのでX線の透過が良く、骨の部分が通常よりも黒っぽく写ります。

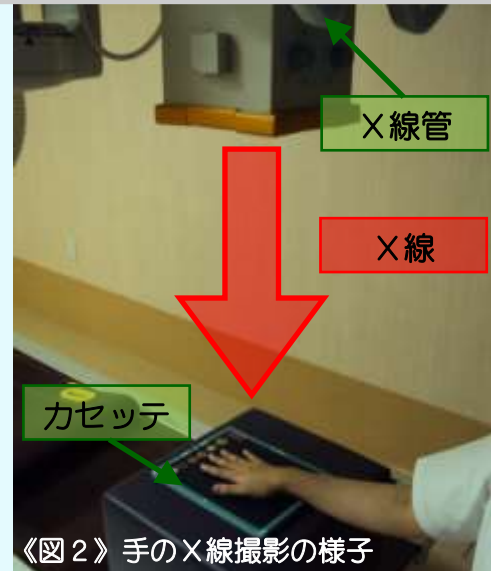
骨の周囲の筋肉や脂肪は軟部組織と言いますが、骨よりも透過しやすいので、淡いグレーで描出されます。

図4の肺の部分や腸管内には空気(ガス)が存在しますので、軟部組織よりも透過しやすく、黒っぽく描出されます。

骨折があれば、骨の亀裂部分がX線の透過が良くなるので黒くはっきり描出されますが、亀裂の向きではっきり見えない場合があるため、必ず2方向以上で撮影しています。
(次回もお楽しみに…)



《図1》 X線撮影の模式図



《図2》 手のX線撮影の様子



《図3》 手のX線画像



《図4》 腰～骨盤のX線画像

志恩病院クラブ活動 活動報告

福岡志恩病院ではクラブ活動を通じ、楽しくワイワイ職員同士の交流を深めています。

現在、「ゴルフ部」「ランニング部」「テニス部」「美食倶楽部」の4つが活動しております。

今後も仲良く活動する姿を報告していく予定です。お楽しみに!!!

◆ ランニング部 ◆

ランニング部は昨年11月の福岡マラソン完走メンバーを中心に結成されました。

今回、9月26日に行われたヤフオクドーム・リレーマラソンに参加し、みんなでゴールを目指しました。ぶっつけ本番のメンバーも多かったのですが…無事にたすきを繋ぎ、42.195kmを走り終えました。



◆ 美食倶楽部 ◆

美食への見識を深めることを目的に発足した倶楽部です。

8月にビネガーレストラン「時季のくら」、9月は自然に囲まれた手打ち蕎麦屋「愛深」で美味しい食事を頂きました。

↓ 時季のくら



愛深 ↑



◆ 編集後記 ◆

福岡志恩病院広報誌「しおん」の編集委員、診療情報管理課の林です。

昨年10月、予約センター発足と共に志恩病院に入職し、先輩方にいろいろと教えてもらいながら、あっという間に1年が過ぎました。

初診でとても痛そうだった患者さまが、入院や手術をしたり、外来受診を重ねたりするごとに、徐々に元気になっていく姿を見ると、わたくしたちも元気をもらいます。

私自身、予約センターと病棟を行ったり来たりしていますので、顔見知りの患者さまも増え、待合室で声をかけたりすることが多くなりました。

私の方から元気をあげないといけませんよね。

今後も笑顔を決やさず、患者さまに安心して来院していただけるよう、心がけていきたいと思えます。

次回もお楽しみに…



はやし ゆきえ
(事務管理部 診療情報管理課 林 幸恵)