

しああん

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 放射線部 診療放射線技師長

やなが ただし
彌永 直



2011年に開院し、早いもので7度目の秋を迎えました。

「秋」といえば、「食欲の秋」、「読書の秋」、「スポーツの秋」など、様々なものが連想されますが、皆さまは何を連想されますか？ わたくしは。。。。 「食欲の秋」ですかね。

さて、毎年秋のこの時季になりますとノーベル賞の受賞者の発表が行なわれます。

1901年の記念すべき第1回のノーベル物理学賞受賞者は、ドイツの物理学者ヴィルヘルム・コンラート・レントゲン博士で、1895年に物質を透過するX(エックス)線を発見し、これがただちにX線写真として医学に応用され、この功績に対し最初のノーベル物理学賞が贈られました。

エックス線が発見されて、まだ120年余りしか経っていませんが、この間医学分野におけるエックス線技術は大きく進歩いたしました。

エックス線(レントゲン)撮影、X線CT(コンピュータ断層撮影)など、エックス線(放射線)を用いた検査をはじめ、放射線を使用しないMRI検査(磁気共鳴画像検査)、超音波診断検査など多種多様な画像診断検査が開発・普及されてきましたが、医師の指示でこれらの画像診断検査を行なうのが、我々「診療放射線技師」という専門職種です。

病院に受診すると、まずはその部位の検査としてエックス線撮影を行い、必要に応じてCTやMRIを行い、診察・処置・リハビリ・投薬という流れで、場合によっては入院・手術ということもあります。

放射線部門はこの一連の流れの中で、おもに「入口」的な部分を担っております。

迅速・安全・精確に業務を遂行し、また、他職種・他部門間の連携を密にし、「縁の下の力持ち」としてスタッフ一同頑張りたいと思っております。

わからないことがございましたら、遠慮なくスタッフに声をおかけください。

今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。



プールでの運動に関して

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



よく診察の際、主治医から「プールで運動しましょう」と言われたことはありませんか？

プール運動がどのような特徴があるか、またプールでの注意点を含め、今回まとめさせていただきました。

運動が苦手な方でもまずはプールでの運動習慣をつけてみませんか？

プール運動での特徴とは？

① 下肢関節(股関節、膝関節、足関節)への負担軽減

水中での運動となるため、体には浮力が働きます。浮力が働くことで、下肢関節にかかる荷重量が減り、荷重による痛みが少ないまたは消失した状態で運動を行うことが可能となります。

② 水の抵抗作用の利用

水中で動く際、動作に対して水の抵抗がかかることでより歩行運動が筋力訓練となります。また体勢を崩しても水の抵抗により転倒する危険性が非常に低くなります。

③ 温熱効果による血行循環、疼痛緩和が得られます

こわばった筋肉に対し弛緩効果の役割をなし、筋肉の柔軟性が増すことで可動域の増大や痛みの軽減につながる可能性があります。

④ 水圧効果による浮腫の改善、心肺機能への良い影響がある

⑤ 心身のリラクゼーションをもたらし、自己の治療意欲を高めると言われています

プールでの注意点

プールの中は動きやすいこと、痛みを感じにくくなることもあり、初めから無理をしてしまう方が多いようです。

まずは15分～20分の運動とし、間に休憩をはさみながら調節していきましょう。

また、手術をして間もない方や痛みが強く炎症が高い方は、プール運動に関して主治医に相談してから開始しましょう。

プール運動に関して、わからないことなど何かありましたらお気軽にリハビリテーション部スタッフへお声かけ下さい。



リハビリテーション部 新人スタッフ紹介



にしみや あき

西宮 亜樹 (理学療法士)

本年度より入職しました、理学療法士の西宮亜樹です。

出身は埼玉県で、これまで一度も地元を離れたことはありませんでした。

そんな私がなぜ福岡県に来たかという、昨年志恩病院で実習を送る中で、スタッフが患者さまの悩みや業務に真摯に向き合っている姿を見て、「私もここで患者さまが元気になってもらえるような仕事をしたい」と思ったからです。

これから私の持ち前の明るさを生かして、笑顔と元気いっぱい皆さまと関わっていきたくて考えております。よろしくお願いします。

おおはた ほなみ

大畑 穂波 (理学療法士)

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大畑穂波と言います。

中学生の時から福岡で生活を始め、多くの地域の方々に見守られて育ってきました。

沢山の優しい声かけや笑顔を私は見てきたので、次は私から発信していきたいと思います。

社会人1年目ではありますが、皆さまとコミュニケーションを大切にしながら関わっていけたらと考えています。よろしくお願いします。

現在リハビリテーション部は、理学療法士13名、作業療法士2名、受付1名で入院患者さま、外来患者さまのリハビリテーションを行っております。

平成23年の開院以来、スタッフ一丸となって、質の高いリハビリテーションを提供できるよう努めています。今後ともよろしくお願い致します。



お薬、しっかり飲めていますか？

せお れな

福岡志恩病院 薬剤部 瀬尾 玲奈

あなたはお薬をしっかりと飲んでいるでしょうか？

様々な理由から服用をためらっている方は多くいらっしゃると思います。
しかし、主治医はお薬を飲んでいる前提で診察を行う場合がほとんどです。
服用できていない方や服用が心配な方、スタッフに遠慮なく相談して下さい。
上手にお薬と付き合ってください。



副作用が気になるわ

薬をもらう時、またご自身で薬のことについて調べる時、様々な副作用を目にして心配になる方も多いと思います。

副作用を恐れて薬を中断してしまう方も少なくないかもしれません。

しかし飲まなかった場合、病気の進行が進んでしまったり、悪化してしまう危険性が高くなります。

副作用の知識を付けることはとても大切です。薬を飲まない選択をするためではなく、副作用が起こった時に早く気付くための知識として身につけられると良いですね。

副作用に気づいたときは主治医・薬剤師に相談してください。



調子が良いから薬を止めてみようかな

調子が良いからと薬の服用を止めたくなる気持ち、よく分かります。でも、ちょっと待って下さい。薬を飲んでいるから調子が良いのかもしれませんが？

自己判断で中断や調節をしてしまい、症状が悪化することは大いにあります。また、その状態から立て直すことはとても大変なことです。

自分で判断せず、主治医・薬剤師に相談しましょう。



あんまり効果を感じないのよね

薬の種類によっては、効果が出るまでに時間がかかるものもあります。

また、病気の進行を防ぐ目的で服用し、ご自身で効果を実感しにくい薬もあります。

いずれにせよ、治療に必要な薬です。中断はせず、主治医に伝えられた方法で服用しましょう。不安な場合は主治医に相談してみるのも良いでしょう。



うっかり飲むのを忘れてしまうのよ

薬を飲み忘れてたり、飲んだか分からなくなってしまう方は意外と多くいます。

まずは、飲み忘れる原因を考えてみましょう。飲み忘れないための工夫は色々できます。

例えば、飲んだらカレンダーにチェックを入れる、飲む時間にタイマーをセットしてみるなど、これだけでも飲み忘れを減らすことはできるはずです。

それでも難しい場合は、ピルケースを利用してみたり、薬局で一包化(日付・飲むタイミングが書かれた袋に薬を入れてくれます)をお願いする、家族へ薬の管理を頼むことも有効です。

また、薬によって飲むタイミングがバラバラな場合は、主治医・薬剤師へ相談してみましよう。薬の処方内容によっては、少ない回数にまとめられる場合もあります。

～新入スタッフ紹介～



さとう けいこ

♥ 佐藤 景子 ♥(看護部 外来看護師)

今年の5月より外来で勤務させて頂いております佐藤です。
以前は脳外科、泌尿器科などに携わっていましたが、数年間育児に専念したのち、この度当院に入職させていただきました。久しぶりの現場で毎日が勉強です。
外来に来られる患者さんが、安心・快適に診療・検査が受けられるよう、まだまだ微力ですが、スタッフの方々のご指導の下、頑張っていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。



ちよだ いくこ

♥ 千代田 育子 ♥(看護部 手術室看護師)

5月に入職となりました千代田です。
以前も整形外科で勤務しており、専門的に学びたいと考え志恩病院に入職しました。
4年ぶりの手術室勤務で慣れないことも多いですが、先輩方のご指導の下、日々学習し頑張っています。
手術は患者さんにとって、とても不安なことだと思つので、寄り添う看護を心掛けていきたいです。どうぞ宜しくお願いします。



きたむら むつこ

♥ 北村 睦子 ♥(放射線部 受付事務)

今年の8月より放射線部で受付事務として勤務させていただいております北村です。
初めての病院勤務でまだまだ不慣れではありますが、患者さまの痛みや不安な気持ちに寄り添えるような対応ができるよう、いつも笑顔で頑張っていきたいと思っております。
どうぞ宜しくお願いいたします。



～メディア掲載情報～

当院に関する記事が雑誌、新聞、業界紙などで紹介されました。
ここでは掲載された記事をご紹介します。

平成29年7月15日
医療施設・患者様向け季刊誌
「Doctor's eye(ドクターズアイ)」
Vol. 45 2017 SUMMER
に、当院 屋良貴宏医師取材記事が掲載されました。
「変形性股関節症の治療のポイント」についてのインタビュー記事が掲載されています。



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」「登山部」「野外活動部」の6つが活動しております。

今後も仲良く楽しく活動する姿を報告していく予定です。お楽しみに!!!

◆ 登山部 ◆

9月の登山部の活動は、「豊後富士」の愛称で親しまれている大分県の由布岳へ行ってきました。

天候にも恵まれ登山開始。

近くで見ると、本当に上までいけるのだろうかと思うほど高い!!

それぞれのペースでマタエまで登り、綺麗な景色を見ながら昼食。

それから女性陣はコース的に簡単な東峰へ、体力に自信のある男性陣は急な鎖場がある西峰へ。

頂上ではそれぞれ記念撮影をして下山開始。

途中、野生の鹿さんともご対面し、自然をいっぱい感じながら無事に登山終了。

温泉で汗を流したあとはみんなでBBQ。おなかいっぱい食べて飲んで遊んで疲れを癒して帰路へ。

次の日はやはり筋肉痛に悩まされるのでした…

(記事：川上 幸子)



◆ 編集後記 ◆



「しおん」編集委員、診療情報管理課の高橋です。

夏から秋へと季節は移り、朝晩、めっきり涼しくなってきました。

この季節になると私が行きたくなるのは、私の地元、長崎県諫早市にある「轟峡」(とどろききょう)です。

夏は川遊びやキャンプもでき、秋になると紅葉を楽しむことができます。

そして遊歩道から滝を見ながら歩き、自然探索ができることなどから、パワースポットとしても有名です。

読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋…。

皆さんはどの秋を堪能されますか？

では、また次回をお楽しみに…。



(事務管理部 診療情報管理課 高橋菜美)