



INFORMATION MAGAZINE THE JOURNAL

ザ+ジャーナル!!

Vol.6
No.4

National Hospital Organization Okayama Medical Center

やさしさ便り～岡山医療センターの今

CONTENTS

- 2 特集 産婦人科の紹介
- 4 センター NEWS
病院機能評価受審に向けて
- 9 看護助産学校通信
臨床研究推進室便り
- 10 ところが喜ぶログ
健康レシピ
- 11 健康ワンポイントレクチャー
地域医療連携室
- 12 TOPICS!
教育研修部 研修だより
医療安全通信
編集後記

地域災害拠点病院
地域医療支援病院
地域がん診療連携拠点病院
総合周産期母子医療センター

岡山医療センターの理念

人にやさしい病院

-Human Friendly Hospital-

- 1 患者さまにやさしい病院を目指します
- 2 病院で働く人にやさしい病院を目指します
- 3 地域の人にやさしい病院を目指します



携帯サイトを
開設しました!

表紙写真：2012.1.30
病院機能評価受審決起集会
撮 影：近藤 博行

特集

産婦人科の紹介

Introduction of Department of obstetrics and gynecology



産科の紹介

産科医長 多田 克彦

わたしたちの産科は、新生児科、小児外科とともに、リスクの高い妊婦さんや赤ちゃんをみさせていただく、総合周産期母子医療センターに指定され、産婦人科スタッフと協力して、24時間体制で患者さんの受け入れにあたっています。患者さんは大きく分けて、切迫早産や破水などの産科的な救急患者さん、糖尿病や妊娠性高血圧をはじめとする内科的なご病気を合併した患者さん、子宮の中の赤ちゃんにご病気が見つかり胎児エコーでの管理が必要な患者さん、の3つに分類することができます。母児の救命のために緊急で帝王切開術が必要になることも多々ありますが、麻酔科や手術室のスタッフのみなさんの迅速な対応にいつも助けられています。合併症妊娠の管理では、患者さんが持たれている内科のご病気に応じて、それぞれの専門科の先生方に併診をお願いしています。胎児にご病気が見つかった場合は、小児循環器科や脳外科など、これもまたそれぞれの専門家の先生方をお願いし、出生前から赤ちゃんのご両親に十分な説明をすることを心がけています。このように病院全体のバックアップを受け、お母さんと赤ちゃんの新しいスタートのお手伝いをさせていただいています。

次に、当院の産科で取り組んでいる内容の一つをご紹介します。母体が抗SS-A抗体を持つ場合、抗SS-A抗体が胎児の心臓刺激伝導系に障害を与え、100出生に1人(通常の発生率の100~200倍)の児が完全房室ブロック^(※1)を発症することが知られています。完全房室ブロックを起こすと胎児死亡の原因になったり、出生後に心臓ペースメーカーが必要となるため、1度房室ブロック(最も軽症の状態)の段階で診断し、母体に副腎皮質ホルモンを投与することで胎児を治療しようとする試みがあります。胎児の心電図をとることができないため、超音波検査を用いて心房収縮の開始から心室収縮の開始までの時間(房室伝導時間)を、心電図のPR時間(心房が収縮してから心室が収縮するまでの時間)に相当するものとして測定し、房室伝導時間がある一定以上に延長した胎児を1度房室ブロックと診断します。私たちも、正常胎児の房室伝導時間の当院における基準値を作成し、現在までに十数例の抗SS-A抗体陽性母体の胎児管理をさせていただいています。内科の先生方へのお願いです。シェーグレン症候群やSLE(全身性エリテマトーデス)の患者さんで、抗SS-A抗体が陽性の妊婦さんがおられましたら、是非ご紹介ください。胎児の完全房室ブロックは、早ければ妊娠18週頃から発見されることがあるため、妊娠初期からみさせていただければ幸いです。よろしく願いいたします。

(※1)心臓の心房から心室に電氣的刺激が伝わらない伝導障害

婦人科の紹介

婦人科医長 中西 美恵

ご承知のように、産科が女性の妊娠・出産期の健康に関わる分野であるのに対し、婦人科は女性の妊娠以外の健康に関わります。女性は、次の世代の命を宿し、生み、育てるために、子宮と卵巣という、女性特有の生殖器をもっています。この臓器に起因する、妊娠以外の病気を対象とする診療科が、婦人科です。(よく、産科を希望して受診される非妊娠婦人がおられますが、一般には産科と婦人科の違いが判りにくいのかも知れませんね。)

女性の一生は長いです。婦人科の関わりも、思春期がきて初経を迎えた女子から始まり、妊娠可能年齢(性成熟期)を経て、更年期・老年期の婦人まで、対象年齢は幅広いです。女性ホルモンの状態は年齢とともに変化し、年代によって起こりやすい病気も変わります。

昨年度に開校した当院附属助産学校で使用したテキストから、「女性のライフサイクル各期に起こる疾患」を参照してみました。

思春期の疾患として、月経異常、月経困難症、摂食障害と無月経、子宮の奇形など。性成熟期の疾患として、月経異常、性器の感染症(ヘルペスやコンジローマ、HIVなどのウイルス感染症、不妊の原因となるクラミジア感染症、妊娠中にも多いカンジダ膣炎など)、子宮の腫瘍や卵巣の腫瘍、子宮内膜症など。更年期では更年期障害。老年期では、骨粗鬆症など。あるある!!外来診療でお目にかかっている疾患てんこ盛りです。

これらのうち個人的に醍醐味に感じるのは、手術対象疾患です。良性では子宮筋腫や卵巣嚢腫、悪性では子宮癌や卵巣癌など。子宮筋腫やある種の卵巣嚢腫には薬物療法という選択肢もあります。しかし、手術をしてスパッと治せるというのは、臨床家としてはcoolに感じます。



昨年の婦人科手術症例の集計から気づいたことを挙げてみます。全体数は年々増加しています。

卵巣癌手術症例(再発含む)の半数以上は、近医からのご紹介でした。下腹部にしこりや腹水が見つかり、直接婦人科あて、もしくは当院内科を通じて婦人科へご紹介いただきました。

腹腔鏡や子宮鏡を使った検査・手術も少しずつですが症例数を重ねています。

子宮頸癌の初期病変や前癌状態に対する“子宮頸部円錐切除術(子宮温存手術)”は、前年比166%。子宮頸癌の原因は、ほぼ100%がヒトパピロマウィルスの持続感染です。ウィルスのうちハイリスク型の感染を予防するためのワクチンが開発され、2009年末から日本で接種可能となっています。各方面からの情報提供や、女優の○△母娘のTVCMによって、子宮癌検診による早期発見の重要性を認識して下さる方が増えたのでしょうか。

最後に、当院でハイリスク妊娠管理に関わっているからこそ、婦人科治療時に特に気にかけるようにしていることを一つ。「今この若い患者さんにこの手術をすることによって、将来の流産のリスクを高めないか?正常分娩を妨げないか?」です。適応を吟味し、日々診療に動んでいます。

助産師の役割

6A病棟看護師長 有道 順子

当院は命をつなぎ心を育てる母乳育児を大切に母乳育児支援を行っている病院です。

出産後すべての母子がよりよいスタートを切れることは非常に重要なことで、それには母親が子を受け入れることが必要です。

母親がわが子を抱き「心の窓」である目と目を互いに合わせ、母乳を与えることはより自然なことであり子にとって「全宇宙」なのです。母乳育児とは(母乳栄養の事だけでなく)そうした親子の絆を深めるものを含んでいます。抱きしめられて、十分な愛を受けて育てられる場合は、人間が生きていくうえで必要な基本的信頼関係が築かれる場でもあります。子にとって最

高の幸せは、母に愛されること、私たちはお母さんと赤ちゃんができる限り離れない環境を整え、親子の絆づくりを大切に支援しております。

そうした取り組みの中で、当院は、1991年にWHO(世界保健機構)とユニセフより先進国で初めて「赤ちゃんにやさしい病院 Baby Friendly Hospital(BFH)」

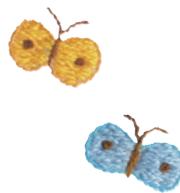


の認定を受けました。赤ちゃんにやさしい病院とは、「母乳育児成功のための10か条」を実践するとともに「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」を遵守し、責任を持って母乳育児を支援している病院です。「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」に従って、当院には乳業会社からのお土産セットや試供品、乳業会社の栄養士による調乳指導などはありません。

では当院での赤ちゃんにやさしい病院の実践をご紹介します。

- 妊娠中の情報提供：おっぱいノートの紹介、外来での保健指導、37週からの乳管開通操作の実際、母親学級、両親学級の紹介 (特に子育ての原点は母乳育児について、母親学級、両親学級で母子同室を通して伝えています。)
- 夫立会い分娩、STS(出生直後からの早期接触)母子同室、母乳育児、NICUでの24時間面会できる体制づくり、産後2週間検診、乳房センター、新生児訪問看護、24時間電話相談、保健師との連携を通して継続的なケアを実践しております。

少子化やハイリスクの妊娠が増える中で育児不安を持ったお母さん方も増えてきています。その中で、助産師の役割はお母さんがわが子を出産して誰よりもかわいいと思う心が育つよう、母子環境を整え支援することです。出産や分娩の状況は様々ですが、どんなお母さんと赤ちゃんであっても、自信を持って子育てのスタートを切ることができるよう支援する努力を続けてまいりますので、これからもどうぞよろしくお願いいたします。





病院機能評価 受審に向けて!!

■副院長 東 良平

「病院機能評価受審」の日程が2012年2月27日(月)～2月29日(水)と決まり、いよいよ目前になりました。受審する以上は一発合格を目指して…頑張らなくてはと思っています。

一部の職員は受審を経験していると思いますが、初めての受審という職員も多いと思います。「医療を見つめる第三者の目」まさしくそれが病院機能評価だと言えます。受診当日は評価調査者(サーベイヤー)が、当院の場合7名のチームで来院します。中には1週間前に偵察に来るサーベイヤーもいるとか…

受審する目的は、準備をするプロセスの中で明らかになる課題に対し改善に取り組むことによって当院の「医療の質」を改善することにつきます。

既に全国8,650ある病院のうち約3割に相当する2,466の病院がこういった目的で認定を受けています。当院は前回2007年2月にVer.5で更新のための受審しており、今回は2回目の更新でVer.6での受審となります。

Ver.6の評価項目は6領域に分けられます。その内訳を示しますと、

- 第1領域 病院組織の運営と地域における役割
- 第2領域 患者の権利と医療の質及び安全の確保
- 第3領域 療養環境と患者サービス
- 第4領域 医療提供の組織と運営
- 第5領域 医療の質と安全のためのケアプロセス
- 第6領域 病院運営管理の合理性

となっています。

Ver.5との違いは、項目が整理統合されて小項目数が約3割減となっていること、質と安全の向上に向けた取り組みが評価される方向性であること、などがあげられます。新たな視点で付け加えられた項目として、

- 1 エネルギー消費抑制努力などを評価する。
- 2 認定期間中の質の維持・改善の努力を評価する。
- 3 重要な領域の安全手順の整備を具体的に求める。
- 4 医療情報システムの管理状況を評価する。
- 5 医療機器管理を大項目に格上げした。

- 6 子育て支援などの離職防止・復職支援策を評価する。
- 7 院内暴力等への方針の策定や対応策の検討状況を評価する。

などがあげられます。

訪問審査の具体的なスケジュールとしては、審査第1日目に書類確認があり、ここで様々なマニュアルに代表される準備書類を確認されます。審査第2～3日目には第1,2,4領域の合同面接調査と診療、看護、事務の領域別面接調査、さらにはケアプロセス病棟訪問を6病棟、領域別部署訪問が予定されています。タイトなスケジュールで、多くの職員の対応をお願いします。

昨年末には、当院の領域別自己評価表を機能評価機構に提出しており、2012年に入ってから自己評価の証拠となる書類等をファイリングする作業を行っています。この原稿を書いている時点の計画では、1月27日に当院OBであるサーベイヤーに依頼して院内ラウンドと質疑応答を予定し、また1月30日には受審に向けての全職員対象とした決起集会を予定しています。さらに2月に入って幹部職員による最終的な院内ラウンドを予定しています。

病院機能評価の認定を受けることは決して一部の職員の努力で得られるものではなく、病院組織を構成するあらゆる職種の職員が一丸となって取り組む必要があり、それこそがこの受審の大きな目的でもあります。



昨年は3.11の東北大地震によって全国的に様々な影響があり、また医療を取り巻く環境も様変わりしてきています。そんな中で、当院では昨年10月の国立病院総合医学会の開催、11月の西棟のオープンと本当に目の回るような忙しさをこなしてきました。さらに、この4月には新金川病院の開院を控えています。昨年から続く、このような病院としての大きなイベントの集大成として、この病院機能評価を位置づけ、職員全体が一丸となって岡山医療センターの底力を見せようではありませんか!

2月は、「禁煙強化月間」です。

当院では、病院美化と健康管理の面から、毎日、各職種4名で構成した禁煙パトロールを実施しています。

※昨年2月も「敷地内全面禁煙」の垂れ幕を設置しました。



西棟での消防訓練について

■庶務班長 村上 孝次

平成23年11月に開院した西棟で消防訓練を実施しました。

西棟は、保育所、救急病棟、一般病棟、研修棟が一体となっている複合施設で、病棟はすべて新設されたものであり、勤務するスタッフも新しい職場環境にまだまだ慣れていません。

また、西棟には病院本館には無い避難器具である「緩降器」「救助袋」が設置されています。

これを使わざるを得ないシチュエーションは考えたくありませんが、スタッフや患者様の生命を守るためには、いざという時に躊躇せず使えるよう訓練を行う必要があります。

そのため、従来の消火や避難の訓練に加えて避難器具も使用した消防訓練を計画しました。

事前訓練説明会や病棟スタッフとの打合せ、現場でのシミュレーションも行い、徐々に今回の訓練に向けて意識を高めて行きました。

訓練当日は消防署員9名の立会いのもと、看護学生を含め総勢100人を超える大規模な訓練となりました。まだ、慣れない病棟での消防訓練に多少の戸惑いも見られましたが、当直師長の指示のもと無事模擬患者全員の避難を終えることが出来ました。



消火・避難訓練の次は避難器具を使用した訓練です。

緩降器は5階、救助袋は7階にあります。上から見る光景は恐怖以外の何ものでもありません。

緩降器では多くの病棟スタッフが尻込みするなか、病棟看護師長が度胸と貫禄を見せ躊躇もせず降りて行きました。

救助袋による避難では、若手事務職員が率先して降りたものの、新品で馴染んでいないためか途中で詰まってしまい、なかなか降下

することが出来ません。

消防署員から「救助の必要がありますか?」と聞かれる事態となりましたが、通常1分程度のところを10分かかってようやく降りることが出来ました。やはり実際に使用すると注意すべきことがたくさん見えてきました。

火災は予防することが一番大切ですが、実際に火災が発生した時の対応は、訓練を重ねて身につけるしかありません。

建物も職員も大きく増えている当院では、日頃の訓練がますます重要になると実感しています。



SPD導入について

■契約係 伊藤 亮介

当院は平成23年12月1日より医療用消耗品において、物流管理システム運用業務委託を導入しています。長い名前なので何の事?と思われる方もいらっしゃると思いますが、SPDというご理解いただけるでしょうか。今では本館1階の物品供給センターをSPDセンターとして設置し、日々SPD業務を運用しております。この原稿を書いている時点では、まだ1ヶ月経ったところなので稼働状況を確認する為に、毎日SPDセンターに足を運んでいます。おかげでダイエットができています。

SPDの導入目的は主に、職員の物流管理における業務を極力減らし、患者様への対応等、本来業務への専念化、保険請求材料の請求漏れ防止、適切な物品管理による材料費用節減です。この事を念頭にSPD業務に取り組んでいます。

SPDとは、各医療用消耗品に定数を設定し、カード運用で消費された数を補充するシステムです。

そこで大切なことは、医事課へ消費された材料が確実に情報伝達しているか、その正確性にあると思います。そしてSPDはSupply Processing&Distributionという意味ですが、SPeDも大切と考えます。安定した物流管理と、情報の伝達性には早さが求められます。ただ、導入してまだ1ヶ月なので100%完璧なSPDとはいえません

が、そこに近づけるよう各部署とヒアリングを繰り返し、たくさんの要望・アドバイスをいただきました。

みなさんのSPDに対する不満は無い? 私も食事が喉を通らずガリガリになるといった事は段々減ってきました。

このジャーナルが発刊される2月位にはSPeDyなSPDになるよう頑張りたいと思います。

最後に、導入前に行った定数設定や運用説明などに関して、各部門の皆さん、お忙しいところご協力いただきましてありがとうございました。



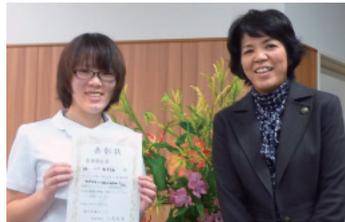
「平成23年度 看護研究院内発表会」を終えて

■看護部教育委員会 藤井 美香

今年度の看護研究院内発表会を、12月10日に開催しました。1年間取り組んだ、21題の発表があり、盛会に終了することができました。当院では、主に卒後3年目の看護師が、日頃の看護実践の中で疑問に感じたことに対して、研究的視点を持って看護実践に活かし、看護の質を高めることを目的に取り組んでいます。研究論文作成中に目的を見失ったり迷ったりした時は、先輩看護師に相談したり、講師の先生へ指導を頂きに行く前向きな姿がみられました。そして実施した研究結果に対して、理論的な検討を加えたり比較検討をする時には、悩み苦しい日々を過ごし努力している姿がありました。そして、年々、看護研究のレベルやプレゼンテーション能力も高くなっていき、参考になる看護場面も多々あります。発表終了時には、達成感が感じられ、看護の専門性を追求していく重要性を再認識します。研究によって得られた知識や理論を現場で活かして看護の質を高め、今後院外の学会へ発表できるよう支援していきたいと思えます。

【看護部長賞受賞：5B病棟 難波昌希・佐藤紗規子】 「新生児病棟における看護師の感情労働とストレスの関係性」

今回看護部長賞を受賞し、名前を呼ばれた時、自分の名前に気付かない程の驚きがありました。発表前日まで繰り返しご指導をいただき、原稿を直し、少しずつ形にしてきた発表ですが、このような大賞を頂けるとは考えてもいませんでした。受賞した後、ジワジワと達成感と充実感を感じ、研究を頑張ってきたと感じました。今後はこの研究を更に深めたいと考えています。アンケートに協力して下さった病棟スタッフや、丁寧なご指導を下さった、中江先生をはじめ指導者の皆様に感謝しています。ありがとうございました。



【講師賞：10B病棟 田中美貴】 「エンゼルケアに対する意識改革と質の向上を目指して」

今回の研究でエンゼルケアの質の向上に繋がる結果が得られ、賞を頂くことができ嬉しく思います。思うように進まず大変な時もありましたが、取り組んで良かったと思います。業務と研究の両立は、体力的にも精神的にも辛かったですが、共同研究者と一緒に励まし合いながら頑張ることができました。今回の研究にあたり、現場にいるからこそ、様々な視点から考え、取り組み、改善できることは多いのではないかと思います。協力して下さったスタッフや指導者の皆様に深く感謝しています。



【講師賞：手術室 難波加穂梨】 「術中器械受け渡し時における切創事故防止対策の検討」

発表は原稿があったにも関わらず思った以上に緊張し、人に伝えることの難しさを実感しました。今回の研究を通して、私たちは常に危険と隣り合わせであるということがわかりました。発表の後も帝王切開では、ニュートラルゾーン導入ができており、今後は脳神経外科、小児外科の医師から協力が得られることになり、導入に向け検討を始めました。しかし、全症例でニュートラルゾーン導入は困難であり、他の方法も模索しながら、切創事故防止に取り組んでいきたいと考えています。



教育相談室の開設

～悩み相談・QRコードを利用して～

■教育担当看護師長 森川 真美

平成22年4月に教育担当看護師長として着任し、2年目になりました。「いつでも相談のります。メールをください!」と新人看護師にアピールしてきました。しかし、イントラネットを使用している相談は、1年間に数回しかないのが現状です。ちょっと寂しい気もしますが、相談が無いのはいいこと、看護師長をはじめ各病棟の教育担当者がしっかり関わって下さっている成果なのだと思います。そんなある日、「ちょっと話を聞いてほしいと思ったけど、病院でメールをするのは、しにくい。」と研修終了後に新人看護師から声をかけられました。新人看護師達は、現場の中で日々奮闘しています。私は、なぜ相談に来ないのか、悩みは解決することができているのかという視点に欠けていたと反省しました。

11月に西病棟の開棟に伴い、念願の教育相談室を開設することができました。そのアピールを兼ね、名札ケースに入り携帯できるお知らせを作成しました。そこには、「いつでも連

絡下さい」というメッセージと携帯電話から手軽にメールができるよう私のアドレスのQRコードをつけ、1・2年目看護師全てに配布しました。私は平成22年度院内発表会の着任講演において、顧客の目線で常に教育の場を見ていきたいと伝えました。1・2年目看護師からの相談を待つのではなく、何を求めているのか、その変化をきちんと把握することが重要であると思います。そのためにはQRコードをつけたカードをプリセプターにも配布し、直接の相談がなくとも、各病棟の教育担当者・プリセプターからの情報が入る仕組みを構築していきたいと考えています。悩み・相談だけでなく、今日うれしかったこと・できたことなどの報告にも気軽に教育相談室に来てほしいと思います。看護部全体の支援ができ、いきいきと働ける職場作りに少しでも貢献したいと思っています。

教育相談室のご案内 困ったときはまず相談!

この室、教育相談室を開設しました。教育担当看護師長の森川が13:00から教育相談室に常駐しています。場所は、3階西リハビリの本館階すそにある小さなお部屋。
「ちょっと聞いてほしい」「話に聞いていいかわからない...」等、なんでも相談のります。どうぞお気軽にお越しください。仕事の都合で相談が合わない等の場合もとりあえず連絡をください。調整します。

メールまたはピンチで連絡くださいね
携帯からもすぐ相談
Mail: @okayama3.hosp.go.jp
PHS: 8850

チームAoyama2011.11 ミャンマー手術ミッション

■国際医療協力室長・外科医長 臼井 由行

— 岡山医療センター発の国際医療ボランティア活動 —



ワツチェ病院にて

2011年1月に続いて、われわれ岡山医療センターチームは2011年11月27日ミャンマーに飛び立った。青山興司名誉院長は小児外科の名医である。今なお現役で、いろいろな手術を改良、開発してこられた。ミャンマーには乳幼児期に戦渦による医療資源の不足や、経済的な理由で小児外科の手術が必要な子供たちが大勢いる。ミャンマー北部の町ザガインのワツチェ病院でボランティア医療活動しているNPOジャパン・ハートを援助するために、われわれは1週間のボランティア手術ミッションを行うことになった。名誉院長の青山興司団長以下、リピーターも多く、東京の昭和大学の女性小児外科医堀田紗代先生とオニビジョンの金子陽子さんを加えて総勢11名であった。小児外科手術を中心に、私も参加するので大人の手術も行なった。

日程の都合でミャンマー最大の都市、元首都ヤンゴン(ラングーン)で1日を過ごした。冬の日本からいきなり30度の熱帯であった。空港にジャパン・ハートのチャーターしたバスが我々を迎えてくれた。そこからすぐにジャパン・ハートが営んでいるドリーム・トレインという孤児院を訪問した。詳細は前々回のザ・ジャーナルに述べているが、そこにはミャンマー全土から約100名の



ヤンゴンの孤児院Dream Train

孤児たちが暮らしていた。その子達に我々の持ってきたプレゼントを渡した。日本でいえば幼稚園から小学生くらいの年齢の子供たちが暮らしていて、小学生は2交代制で近くの学校に通っていた。孤児院の目的は将来、子供たちが自立できるように手助けすることである。ジャパン・ハートは将来近代的な農場を経営して、そこで働くようにする壮大な計画もあるとのことであった。代表の吉岡秀人先生は、名実ともに『ミャンマーの父』と呼んでもいいであろう。その孤児院は非常に明るい雰囲気であった。

ミャンマー料理店で昼食を済ましたのち、黄金に輝くシングッタヤの丘にあるシェエダゴン・パヤーという仏塔をわれわれは訪れた。そこで今回の手術ミッションの祈願をした。



ヤンゴンの仏塔シェエダゴンパヤー

ミャンマー伝統暦(八曜日)を皆が確認し、その祭壇にお参りした。

また、ポーチョー・アウンサン・マーケットという市場を訪れた。ミャンマーの民族衣装を売る店、石や木でできた土産物、野菜・果物など何でもあった。ぎっしりと雑然と並んだ様子はアジアという感じであった。

夕食はカンドー湖にあるカラウェイ・パレスでビルマ伝統芸能を見ながらミャンマー料理に舌鼓を打った。この湖のまわりはヤンゴンのデートスポットであり、多くのカップルが湖畔のベンチに座っていた。

ミャンマーの女性たちは、伝統の自然化粧品Thanakha(タナカ)を顔に付けている。柑橘系の木の幹をすりおろして顔に塗る。美肌効果と日焼け止めにもなるそうだ。我々も試しに塗ってもらった。すっとして気持ち良かった。また、皆、八曜日を調べてもらい、占いも受けた。

ゆっくりとした一日のあとは、忙しい5日間が待っていた。

翌日は朝の5時ホテル出発で、マンダレー行きの国内線に約2時間乗った。マンダレーに着くと、ジャパン・ハートのスタッフに出迎えられた。そこでマイクロバスでマンダレーの西にあるザガインに向かった。エーヤワディー川(ベンガル湾にそそぐミャンマーの大河)の大橋を渡ると、右手にザガイン・ヒルの多数の仏塔が見えた。また、左手には1934年にイギリスが建設したインワ鉄橋が見えた。ザガインはミャンマーの自然化粧品のタナカが採れることで有名だそうだ。約1時間の運転で、ワツチェ村の病院に着いた。この病院はお寺が経営して

いる病院で約50床である。この病院をジャパン・ハートは使用して、患者には無償でボランティア活動を行っている。我々はジャパン・ハートを支援するべく1週間の予定でここへやって来た。

昼食を食べて、すぐ手術が始まった。この1週間に来院する患者を効率よく手術するべく計画を立てた。手術台は3つあるので3列で行う計画を立てた。症例は多く月曜日から金曜日まで手術は深夜まで及んだ。ただ、木曜日は7時頃で手術を切り上げ、近所のレストランで我々とジャパン・ハートの日本人スタッフ、ミャンマー人スタッフみんなで懇親会を行った。ミャンマー料理を皆で囲んだ。この滞在で約40例の手術が行われた。病院は患者とその家族であふれていた。患者のなかには家族と共に数日かけて遠くから来ている人も多くいるとのことであった。

土曜日は帰国の日。私は早朝に起きてホテルの前のマンダレーの旧王宮を見に行った。東西3Km、南北3Km四方の広大な王宮であった。イギリスがこの町を占領する1885年まで王都であった。その後、第2次世界大戦で日本が一時期この地を占領した。そこでは激しい戦闘が行われ、ビルマ全土では約20万人の日本兵がビルマの土となったそうである。ビルマの豎琴という映画を思い出した。マンダレー王宮は戦争で焼失し、1990年に一部が再建された。

土曜日の朝、ザガインをあとにして、マンダレーからヤンゴン、バンコク経由で日曜日の朝、関西空港に降り立った。皆、疲れはしたが、一仕事したという満足感に満たされていた。



ワッチェ病院の病室



青山、堀田先生の手術

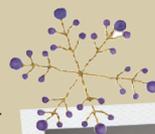


マンダレーの旧王宮

私の趣味

私の趣味はアイスホッケーです。この競技は2チームがスティックを用いて硬質ゴムのパックを相手方のゴールへ入れる得点競技です。

「氷上の格闘技」とも呼ばれ、陸上競技に比べ格段にスピードがあり、接触等の危険性が高いため全身に防具を装着してプレーする事が義務付けられています。ハードなスポーツですが、パスが巧く繋がり得点した時は最高です。私がこの競技を知り、始めたきっかけは現在プロアイスホッケー選手の兄の影響が大きく、小学校から習い始め、現在は岡山県選抜の岡山レディースでゲームキャプテンとして2月の全国大会へ向けてチーム一丸となり、日々練習に励んでいます。



職員係 隅田 晴菜



看護助産学校 通信 Vol.8

10例の分娩介助 を終えて

岡山医療センター附属岡山看護助産学校 助産学科 第1期生
玉谷 奈都美

長かった助産学実習を12月で終え、10例の分娩を介助させていただくことができました。

6月上旬から分娩介助の技術試験が始まり、放課後に何度も何度も技術の練習を重ね、やっと試験に合格することができました。

クラスメートが順調に分娩介助していく中、私の1例目の分娩介助は夏季休業に入ってからでした。産婦さんを受け持った時は当然のように正常に経過すると思っていましたが、実際は、滅多にない程の大量出血という非常に命の危険を伴う症例でした。その時に感じたことは、分娩は命がけであるということ、また助産師には的確な判断力や機敏な対処能力が不可欠だということでした。

2例目からは産婦さんやスタッフの方々のご協力もあり、順調に分娩介助していくことができました。あっという間の分娩もあれば、30時間以上の遷延分娩、また吸引分娩や緊急帝王切開など、様々な症例を体験しました。助産師を志してはいましたが、助産学科に入学するまでは、分娩は自然で当然なものと思っていた私の考えは一変し、正常な分娩は当然ではないのだと実感しました。それ故、正常に経過するためには、妊娠中からの保健指導がとても大切なのだと学びました。

分娩は赤ちゃんにとって人生のスタートです。その喜ばしい場に立ち会う専門職になるため、これからさらに知識や技術を高め、責任感を持って努めていきたいと思えます。



分娩を取り上げた褥婦さんと赤ちゃん



産後の保健指導

臨床研究 推進室便り

臨床研究推進室において、看護師4名が治験や臨床研究の推進のために、CRC（治験コーディネーター）として働いています。看護の視点を生かし被験者様の気持ちを大切にしながら日々頑張っております。

今回は、なぜ当院で臨床研究を行なっているのか…お伝えできればと思います。岡山医療センターは、国立病院機構の理念のもと、医療を提供することはもとより、医療に関する調査及び研究を行うことも大きな役割として担っています。そのため、過去にも現在にも多くの患者様に協力いただいております。ご協力いただいている患者様から、「治験は大変よね。頑張ってるね」「世のため人のためになるなら」などといった暖かい言葉をいただくことがあります。本当にありがとうございます。また、西棟開設に伴い、育薬室の場所が移転致しました。少しでもありますが、快適な環境でお話が聞かせていただけるようになっております。心機一転頑張っていきますので、今後ともよろしくお願い致します。

国立病院機構の理念

国民一人ひとりの健康と我が国の医療の向上のためにたゆまぬ意識改革を行い、健全な経営のもとに患者の目線に立って懇切丁寧な医療を提供し質の高い臨床研究、教育研修の推進につとめます



こころが 喜ぶログ

フリーアナウンサー
遠藤寛子



音読&朗読のススメ

最近、朗読が注目されていると感じます。私も、公民館などで活動をしている朗読グループの指導をいくつか担当しております。

仕事では音読や朗読をしているのですが、やはり普段は新聞や文学作品などを“黙読”することに慣れてしています。

声に出して読むと目で追うよりも時間がかかりますし、周りにも気を使う。だから声に出して読むことが少ないのです。

でも、いざ声に出して読むと、表現力など、その難しさと奥の深さ、言葉の持つ響きの美しさなどをあらためて感じるができます。

さらに脳の刺激にも良いような気がしています。

黙読の時にはなんとなく漢字のもつ意味がつかめてはいるのですが、実際に声に出してみ

ると意外にその漢字を正しく読めていないことに気づくことがあります。

先日、菊池寛の『恩讐の彼方に』を読んでいると…「囊中」「弁へ兼ねます」「拱いて」「紛擾」…次々に出てくる日ごろ見慣れない漢字を目にし、あらためて辞書で読み方を確認することでとても良い勉強になりました。

また声に出して読むことでしっかりとした呼吸ができるようになるのも、朗読の良いところですね。

大きな声でなくても良いですから、新聞や読んでいる本など名文を時には声に出して読んでみませんか。

ちなみに、上の漢字は「のうちゅう」「わきまへ(え)かねます」「こまねいて」「ふんじょう」と読むそうですよ。

PROFILE 平成5年、山陽放送株式会社入社。在局中は夕方ローカルワイドニュース「山陽TVイブニングニュース」や県政・市政などのテレビ番組、スポーツ番組のレポートなどを担当。また、ラジオではお昼のワイド番組をはじめ、数多くの番組を手がける。平成12年に同社を退社後、フリーとして活動中。現在は、山陽放送テレビ・ラジオで朝の定時ニュース担当。またイベントや式典、ウエディングなど、様々なシーンでの司会進行でも活動を続ける他、マナー研修の講師も務める。



栄養管理室 PRESENTS!

栄養満点!ヘルシーメニュー

かき 牡蠣のしょうが豆乳スープ

【材料】(4皿分)

- 牡蠣 160g
- しめじ 1パック
- かぶ(中) 1玉
- 玉ねぎ 1/2玉
- しょうが 大さじ1
- 豆乳(無調整) 400ml
- オリーブオイル 大さじ1/2
- 水 300ml
- 鶏ガラスープの素 小さじ1
- 塩・こしょう 少々
- ねぎ 適量

栄養メモ

旬の牡蠣は亜鉛や鉄分など、体の調子を整えるミネラル分を多く含んでいます。豆乳はヘルシーで、栄養豊富な食品です。また豆乳にも鉄分が含まれ、牡蠣と合せて貧血の方の強い味方です。



1人前
エネルギー:124Kcal
たんぱく質:6.9g
塩分:0.9g
鉄分:2.0mg

【作り方】

- ① 牡蠣は塩水できれいに洗い水気を切っておきます。玉ねぎは5mm幅程度に切り、しめじは石ずきを取り小房に分けておく。かぶは、いちよう切りにしておく。
- ② 鍋にオリーブオイルを入れ玉ねぎ、しめじ、かぶを炒める。全体に軽く火が通ったら、水と鶏ガラスープを入れひと煮立ちさせる。
- ③ 沸騰したら牡蠣を加え再び加熱し、沸騰したらしょうがと豆乳を入れる。
牡蠣は十分に加熱しましょう!
- ④ 豆乳を入れたら弱火で沸騰させないように、10分程度加熱する。最後に塩、こしょうで味を整え、器に盛ってねぎを飾って出来上がり。



ゆっくり走ること、体が健康になる。だけではなく、頭も良くなる。

リハビリテーション科
PRESENTS!

普段の健康管理には、定期的に運動することが重要です。
ここでは、スロージョギングを紹介します。

“走る”と聞くと尻込みされる方もいるかもしれませんが、

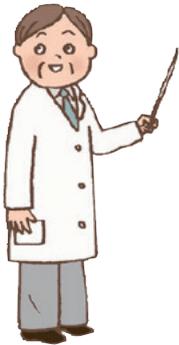
- ①にこにこ笑顔が保てるスローペースで
- ②15分の短い時間から(最終的には30分から1時間程度)
- ③前足部付け根で着地する(フォアフットランニング)

をお勧めします。

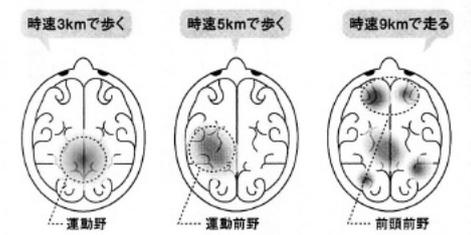
スロージョギングは、怪我をしにくく誰にでもできる走法と言われているんですよ。

“走る”ことの体への効用は、ウォーキングの2倍のカロリー消費が得られ、肥満や糖尿病などの生活習慣病が予防できることです。さらに体だけでなく、走ることで脳の機能が良くなるのが最近の研究で徐々に明らかになってきているんですよ。

少し紹介すると、走行中の脳の血流を調べた研究では、走行中は、「人間らしさを作る脳」と言われる前頭前野の10野や46野が有意に活性化されているそうです。すなわち走ることで頭が良くなるんですね。体にも良くて頭にもいい、その上、お金もかからないスロージョギングを皆さんも始めてみませんか。



【図3-1】近赤外線イメージング法による走行速度と脳の活性化の像



ヒトが時速3,5,9kmで動くときの脳の血流量の変化。速度が速くなるに従い、血流が多くなる部位(=活性化している部位)が運動野→運動前野→前頭前野と移行していく。(NeuroImage,25(2004)1020-1026より作図)

～地域医療連携室～ 連携診療施設紹介

つばさクリニック

院長 中村 幸伸

つばさクリニックは、訪問診療に特化した医療機関として、患者様の『住み慣れた我が家で家族と一緒に過ごしたい』の思いを支えています。

当院は、病気や障害のために通院が困難な方に対して、定期的に訪問し、診断や治療、療養の相談を行っております。そして、『安心』して自宅での療養を行って頂く為に、8名の医師と8名の看護師がチームとなり、24時間365日の相談・診療体制で患者様をサポートしております。

患者様への素早い対応『フットワーク』と、在宅療養を支える為に不可欠な地域での連携作り『ネットワーク』を目標に掲げ、岡山医療センターさんをはじめ、地域の先生方と共に一人でも多くの患者様の在宅療養を支えていきます。どうぞ、お気軽にご相談ください。

在宅であっても、少しでも入院や通院と変わらない医療を提供する為に、最新の在宅用医療機器(電子カルテ・ポータブルエコー・在宅用レントゲンなど)を整備し、また『安心』を感じてもらえる為に、地域の医療機関や訪問看護ステーション、介護サービスなどの多方面からのサポートも行えるよう、積極的に連携をとる様に努めております。



訪問診療範囲: 診療所より車両移動でおおむね30分程度の範囲にある地域
 住所: 岡山県倉敷市大島388-2
 電話: 086-424-0283
 (定期訪問 月～金 9:00～17:00 緊急時は24時間対応)
 ホームページ: www.tsubasa-clinic.net



地域医療研修室

医療者のための
セミナー・講演会 (2月)



会場: 当院西棟8階大研修室
時間: 19:30~20:30

日程	種別	演者
平成24年2月21日(火)	第116回初期治療セミナー	II型糖尿病治療におけるインクレチン関連薬のポジショニングとその使い分け 糖尿病・代謝内科医師 利根 淳仁

教育研修部 研修だより

国立病院看護研究学術集会に参加して感じたこと



外来 内視鏡室看護師 北澤 久美子

平成23年12月17日、千葉県の幕張メッセで開催された学会に参加させていただきました。私は外来の内視鏡室で勤務して5年目になります。今回、ESD(内視鏡的粘膜下層剥離術)の術前オリエンテーションの効果と題して、内視鏡室の看護師だからこそ出来る看護を模索して関わっていきました。学会への演題は幅広く、病棟で勤務する看護師の想いや看護学校の先生の学生に対する想いまで、様々な発表がありました。一様に相手を思いやる気持ちや、真摯に看護に向かい合う気持ちが伺え、更なる看護への意欲が湧いてきました。勤務地は違っても同じ想いの仲間がいるということを感じ、日々の看護業務により一層励んでいきたいと思えます。

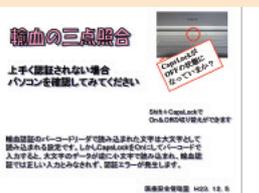
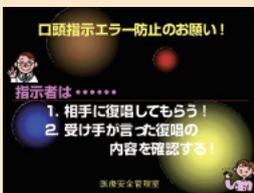


医療安全
通信

—セーフティマネージャー会議より—

セーフティマネージャーのグループ活動<ニュースグループ>

ニュースグループは院内Webの立ち上げ画面に医療安全に関する注意喚起や周知内容などを表示し、広報活動を行っています。最近では院内PHSや時計、医療機器の時間の統一や誤認防止、正しい診療記録、輸血管理の注意点などについて表示しました。また、本誌ザ・ジャーナルではグループ活動の報告を行い、医療安全管理の啓発や医療事故防止に関する知識の増進に努めて勤めています。



編集後記

今年度最終号ついに発刊。早いもので、あの震災からも1年がたとうとしています。7年前の公募で決まった『ザ・ジャーナル：岡山医療センターの今』という名前を冠して広報誌をリニューアルし、編集後記を書き続けて6年。社会も病院自身も激動・濃密の6年でした。次号から、編集責任者を外科の臼井由行先生にお願いし、私は、4月に開院予定の『国立病院機構岡山市立金川病院』の立ち上げに臨むこととなりました。辛抱強く駄文にお付き合いいただきありがとうございました。何事も、作って行く過程は楽しいもの。しかし、できあがった物を、マンネリという敵と戦いながら維持していくのは容易ではありません。どうかこれからも、皆様の愛情を注ぎ、本誌を育成し続けて頂きたいと願っています。では、今回も、締めとして、マハトマ・ガンジーの言葉からの引用で筆をおきます。『束縛があるからこそ、私は飛べるのだ。悲しみがあるからこそ、高く舞い上がれるのだ。逆境があるからこそ、私は走れるのだ。涙があるからこそ、私は前に進めるのだ。』皆様、本当にありがとうございました。次回から、“金川レポート”を出せるかな? (大森 記)