



球磨郡公立多良木病院企業団



基本理念

ひな飾り(あさぎり町 ポップー館)

地域中核病院として質の高い包括的医療を提供することにより、住民の皆様に信頼される病院を目指します。

基本方針

- ・地域住民の健康増進
- ・患者中心の納得診療
- ・地域に開かれた病院
- ・へき地医療の充実
- ・24時間救急体制
- ・健全経営

患者さんの権利

- ・患者さんは皆平等に安全で最善の医療を受ける権利があります。
- ・患者さんは医療機関を自由に選べる権利があります。
- ・患者さんは受ける医療を自ら決定する権利があります。
- ・患者さんは自らに関する情報を知る権利があります。
- ・患者さんはプライバシーが護られ個人の尊厳が保たれる権利があります。

看護理念

私たちは看護師としての責任を自覚し、患者さん中心の看護を提供します。

1. 患者さんの安全・安楽に努め、優しさと思いやりのある看護を提供します。
2. 患者さんご家族の権利を尊重した看護を提供します。
3. 看護の質の向上を目指し、自己研鑽に努めます。

3月

頻尿について

泌尿器科部長 児玉 光博



おしっこが近い、つまり頻尿で医療外来を訪れる人、特に高齢になるほど多いと思いますし、関心が高いことなのだと思います。日本泌尿器科学会のホームページを開くと頻尿について説明する記事がありますので、以下に転載して紹介します。

「尿が近い、尿の回数が多い」という症状を頻尿といいます。一般的には、朝起きてから就寝までの排尿回数が8回以上の場合を頻尿といいます。しかし、1日の排尿回数は人によって様々ですので、一概に1日に何回以上の排尿回数が異常とはいえず、8回以下の排尿回数でも、自身で排尿回数が多いと感じる場合には頻尿といえます。

頻尿の原因は様々ですが、過活動膀胱、残尿（排尿後にも膀胱の中に尿が残ること）、多尿（尿量が多いこと）、尿路感染・炎症、腫瘍、心因性に分けることができます。

過活動膀胱とは、膀胱に尿が十分に溜まっていないのに、膀胱が自分の意思とは関係なく勝手に収縮する

という病気で、急に尿がしたくなつて我慢ができず（尿意切迫感）、トイレに何回も行くようになります。

過活動膀胱は日本で800万人以上の男女が罹患する頻度の多い病気です。脳卒中、パーキンソン病などの脳や脊髄の病気のために、膀胱のコントロールが効かなくなる、前立腺肥大症による排尿障害のために膀胱が過敏になる、などの原因で発生しますが、加齢による老化現象として起こったり、原因が不明（明らかに基礎疾患がない）のことも少なくありません。尿が間に合わずにもれてしまうこともあります（切迫性尿失禁）。1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くようになります。

残尿とは、排尿後も膀胱内に尿が残る状態をいいます。前立腺肥大症による排尿障害が進行すると残尿が発生します。また、糖尿病、腰部椎間板ヘルニア、子宮がん・直腸がんの手術などで、膀胱を収縮させる神経が障害されると、膀胱がうまく収縮できなくなつて排尿障害を引き起

こし、残尿が発生します。膀胱内に残尿があると、結果的に尿を溜められる膀胱のスペースが減少するため、1回の排尿量は少なく、何回もトイレに行くようになります。

膀胱や尿道に問題がなくても、糖尿病などの内分泌疾患、水分の多量摂取、薬剤（利尿剤）による尿量増加が頻尿の原因となります。この場合には、1回の排尿量は正常（150～200 ml以上）であるにも関わらず、何回もトイレに行くこととなります。

膀胱炎や前立腺炎などの尿路感染が起こると、膀胱の知覚神経が刺激されて頻尿になります。間質性膀胱炎は原因不明で、膀胱に慢性的な炎症を起こす病気ですが、長期間続く頻尿、膀胱充満時の下腹痛が特徴的です。

膀胱がんの重要な症状は血尿ですが、まれに膀胱刺激症状として頻尿がみられることがあります。

心因性頻尿は、膀胱・尿道の病気もなく、また尿量も問題ないにも関

わらず、トイレのことが気になつて何回もトイレに行つてしまう状態です。心因性なので、夜寝てしまえば排尿のことを気にすることはないので、通常夜間の頻尿はないことが多く、また朝起床時の排尿量は正常です。

以上のように、尿が近いといっても、原因は多彩で、また病気に関係することもあります。もし、明らかに水分を多く摂取しているようであれば、水分摂取の調節により改善しますが、病気に関わるような場合は、原因を明らかにして原因に応じた適切な治療や対処をする必要があります。原因が思いあたらない場合には、泌尿器科専門医を受診するとよいと思います。

日本泌尿器科学会ホームページの頻尿の説明は以上ですが、詳しくわかりやすく書いてあります。症状緩和に使う薬の主役は、多種類の抗コリン薬、平滑筋弛緩薬ですが、誰にでも必ず効くというわけではありません。

また、効果があつても対症療法ですので薬で根治できるわけではなく多くの人は薬を飲み続けなければいけないところは他の多くの慢性疾患と同じです。飲んですぐ特効がある人もいれば、中には20年近くいろいろ試してみたら全く症状が変わらないという人もいます。人は様々ですので、試してみるしかありません。

在宅医療推進のための市民公開講座 ～在宅での生きざま死にざま～

日時：平成27年1月31日（土）午後1時から

会場：人吉カルチャーパレス 大ホール

参加人数 750名 一般の方が6割 医療・専門職4割でした。

I部 在宅医療について 寸劇

劇団しゅんなめじょは人吉球磨の地方包括ケアに関わる医師・介護支援専門員・看護師などの有志により結成されています。体の不自由な高齢者世帯の実情と在宅医療について（医療・介護・看護など）寸劇が行われました。皆さんに理解してもらえるように熱演され、ときには肥後にわか風にユーモアを交えて行われました。

II部 在宅医療について IT紙芝居

腎臓がん終末期の患者さんを自宅で看取るという内容でした。イラストは九州技術専門学校生徒さんが描いたもので、温かみと切ない印象がよく表現できていると感じました。

III講演

演題『死を背負って生きる』

講師：淀川キリスト病院 理事長 柏木 哲夫先生

日本で初のホスピスケアを導入され、2500人の看取りを経験された経歴のある高名な先生の講演でした。

「人は死を背負って生きている」つまり生と死の関係というのは、ちょうど一枚の紙の表に生があり裏側に死が裏打ちされている様なもので、（しばしば人は生と死を別々に考えがちだが）本当は常にひとつで、ちょっと風が吹けば紙は裏返し死があるような関係。死に直面してから突然あわてて死について考えるのではなく、普段から自分の死についてよく考えておいた方がよい（毎日が多すぎるであろうから）せめて最低限、1年に一度、自分の誕生日には自分の死についてよく考えたり心の準備をしておくことを人々に勧められています。

公立多良木病院では平成25年より在宅医療センターを開設しています。通院が困難な方に必要な医療が提供でき、より良くご自宅での生活が送れるように支援させて頂いています。

お気軽にご相談下さい。

代表電話番号 Tel 42-2560 在宅医療センター担当まで

移植医療講演会

平成27年2月10日（火）午後6時より、当院講堂において、「平成26年度移植医療講演会」を開催しました。今回は、熊本県臓器移植コーディネーターで、熊本赤十字病院社会課長・薬剤師の西村真理子先生を講師にお迎えし、「人吉球磨地方の移植医療とその背景」と題してご講演をいただきました。

まず、全国的に増えている慢性腎不全の現状と、その予防の大切さについて説明がありました。また、それに伴う透析療法患者の増加と、腎移植の有効性について、紹介がありました。

次に、「臓器の移植に関する法律」について、平成22年に改正された親族優先提供、脳死判定と臓器提供の要件、小児の取り扱い、被虐待児の対応について解説していただきました。

また、意志表示カードを持つことの重要性や、病院内での確認方法、移植コーディネーターの役割についてご教示いただきました。

終わりに、移植医療は特別なことではなく普通の医療であることの認識、脳死下での臓器提供だけではなく、心停止後の角膜、骨、皮膚等の提供もできることを知っていただけるよう地域に啓発していくことの大切さ、そして、臓器移植は、患者の意思（提供しない意思、提供する意思）を尊重する医療であることを確認されました。

当院職員をはじめご参加いただきました町村職員、保健師の方々にも、臓器移植が身近な医療であることを認識した講演会であったと思います。



院内感染対策委員会だより～抗菌薬・ワクチン接種の講習会開催～

2月26日、院内全職員対象に感染対策に関する講習会を「抗菌薬に関すること・ワクチン接種に関すること」の2つのテーマで開催いたしました。

抗菌薬については、抗菌薬の作用機序の説明・PK/PDの観点からの効果的な投与方法・TDM実施における注意点・特殊薬剤について・抗菌薬の代表的な副作用について等の内容で講義をしました。抗菌薬の種類や病気によって、抗菌薬の使い方や投与期間が違ってきます。正しく、効果的な投与を行う為に私たち医療者も積極的に抗菌薬について学習していく必要があると感じました。

次に、感染制御の基本である感染症発症を未然に防ぐ重要な対策のワクチン接種について講義を行いました。ワクチン接種によって感染防御を行う対象者は医療職である私たち全員であることを認識してもらうために、ワクチン接種推奨の説明を行いました。

医療職としてのワクチン接種は、自分自身を守る・自分自身が院内感染の運び屋にならないようにする・病院の機能低下を防ぐことを目的として行われます。

当院では、麻しん・風しん・流行性耳下腺炎・水痘・B型肝炎・インフルエンザのワクチン接種を推奨しているのですが、現状は抗体価未検査の方・抗体陰性の方が存在し、感染制御を行うには十分とは言えない状態です。

医療者のためのワクチンガイドラインの説明を行い、安全に安心してワクチン接種を受けることができるように講義しました。

感染対策委員会はこれからも地域の方のために安心、安全な医療を提供するため、これからも頑張って活動を行っていきます。



上球磨地域包括支援センター出前講座 “認知症について”を開催しました!!

当院では「健康」「医療」「介護」について担当職員が地域に出向き、公民館などで講演や実技指導を行う「出前講座」を行っております。

今回は多良木町多良木2区 - 1老人会より依頼があり、2月13日「認知症の方への声かけ方法・認知症予防のレクリエーション」を演題とし講座を開催しました。

同地区においては昨年12月に「上球磨地域包括支援センターの役割と認知症について」と題した出前講座を開催しており、今回は前回のおさらいを含めた内容とさせて頂きました。

10年後には高齢者の5人に1人が認知症になると推計されており、高齢化が進むなか、今のうちから認知症の方や家族を支える地域づくりが大事であることを説明致しました。また、認知症の方への声かけ方法を当センター職員による実演にて説明し、実際に参加者の方にも声かけを行って頂きました。

後半は、普段使わない利き手とは反対の手で背中に文字を書く“背中文字伝達ゲーム”他、馴染みある曲に合わせて軽い体操を行いました。参加者の方々も楽しみながら体操などに組み込んで下さり、時間が経つのも早く感じました。

今後もこのような依頼があれば、皆さんのお住まいの近くで講座を開催させて頂きますので、どうぞよろしくお願い致します。

この他にも当病院では各種、出前講座を開催しておりますので、詳細につきましてはホームページをご覧ください。どうか、又は総務課へご連絡ください。^▽^ //



限度額適用認定証について

※先月号では窓口での支払が高額になった場合にあとから申請することで払い戻しを受けられる「高額療養費制度」について説明致しました。今月号では、事前に手続きをすることで窓口での支払い額そのものを減額する「限度額適用認定証」について御紹介します。

事前に保険者（各市町村国民健康保険課・各社会保険事務所）に申請を行い、限度額適用認定証の交付を受け、医療機関に提示すると、医療費の窓口負担が自己負担限度額までとなります。

70歳未満の方・・・区分ア（高額所得者）の方以外は皆さん事前に申請が必要です。

70歳以上の方・・・限度額適用認定証がなくても、医療費の窓口負担が自動的に一般（3割負担の方は現役並み所得者）の自己負担限度額までの支払いで済みますが、低所得Ⅰ・Ⅱの方については、限度額適用認定証の交付を受け、医療機関に提示する事で、さらにそれ以下の自己負担限度額までの支払いで済む事になります。

【手続き方法】

☆国保・後期高齢者医療加入の方

- ①各市町村役場の国民健康保険課にて【限度額適用認定証】の交付申請を行う。
- ②外来受診時、及び入院の際に、交付された【限度額適用認定証】を医事課窓口へ提示して下さい。

☆社会保険に加入の方

- ①各職場または医事課窓口へお尋ね下さい。（役場では申請が出来ません）

下記表は1月分の上限額です。

《70歳未満の患者様》		
被保険者の所得区分	自己負担限度額	多数該当
区分ア (標準報酬月額83万円以上の方)	252,600円 +(総医療費-842,000)円 × 1%	140,100円
区分イ (標準報酬月額53万~79万円の方)	167,400円 +(総医療費-558,000)円 × 1%	93,000円
区分ウ (標準報酬月額28万~50万円の方)	80,100円 +(総医療費-267,000)円 × 1%	44,400円
区分エ (標準報酬月額26万円以下の方)	57,600円	44,400円
区分オ (被保険者が市区町村民税の非課者等)	35,400円	24,600円

《70歳以上の患者様》			
被保険者の所得区分	自己負担限度額(入院)	自己負担限度額(外来)	多数該当(入院)
上位所得者	80,100円 +(総医療費-267,000)円 × 1%	44,400円	44,400円
一般	44,400円	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ	24,600円	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ	15,000円	8,000円	15,000円

※多数該当とは、過去12ヶ月以内に4回以上の高額療養費の支給があった場合の4回目以降の上限額です。詳しくは、全国健康保険協会のホームページの閲覧、当病院医事課迄お尋ね下さい。

病院の力

POWER OF HOSPITAL

看護師

田中 瞳



平成 26 年 4 月から 5 階病棟に勤務させていただいております田中瞳と申します。

准看護師として十数年の経験後、2 年前に看護師の免許を取得したばかりの新米看護師です。

昨年 4 月より勤務し早いもので 1 年が経とうとしています。この 1 年を振り返ると色々なことがありましたが、自身を評価し次への目標をたて達成できるよう努力していかなければならないと思っています。

日々医療の現場は進歩しております。その中で看護の質も問われる時代となってきました。

免許を取得したからゴールなのではなく、スタートだと思っております。

精神的にも肉体的にも大変な仕事ではありますが、初心を忘れることなく勤勉に励み、人々との関わりを大切にしながら、質の高い看護が提供できるよう精進して参りたいと思っております。

今後とも宜しくお願い致します。

各種ボランティア募集中！

お問い合わせ先

球磨郡公立多良木病院 企画財務課まで
TEL 42-2560

行事予定

期
間

3月15日～

4月14日

3月15日現在

3月24日(火)	例月監査
3月24日(火)	防火訓練
3月26日(木)	メンタルヘルス講演会
3月31日(火)	退職者辞令交付式
4月 1日(水)	辞令交付式

NEWS

花粉症の予防について 日常での対処法

治療を行っていても、原因となる花粉は空気中にたくさん含まれています。

症状の悪化を防ぐ為には、花粉を出来るだけ避けるように日常生活で工夫する事が大切です。

1. 外出時には、マスク、帽子、めがねやゴーグルなどを着用しましょう。
2. 花粉が付着しにくい衣類の着用を心がけましょう。
(目の粗くない生地のコートなど)
3. 外出帰宅時に衣服の花粉を払ってから家に入るようにしましょう。
4. 花粉の侵入を防ぐ為、窓や戸をしっかり閉めるようにしましょう。
5. 掃除は花粉の少ない朝の内に済ませるようにしましょう。
外で干した布団や洗濯物は取り込む前には、よく花粉を払いましょう。
7. 帰宅後は、手洗い・洗顔やうがい、鼻をかみましょう。
8. 花粉情報をチェックしましょう。(テレビや新聞などのチェックし、量の多い日は外出を控えましょう)

<パソナホームページより抜粋>

編集後記

吹き去る風の中に、暖かな春の息吹が感じられる季節となりました。
年度末のあわただしい時期ではありますが、春を探しに出かけてみてはいかがでしょう？
休日にくつくり歩くと、詳しいはずの仕事場周辺でさえいろいろな発見があるものです。
忙しくて休みなど取れないとお嘆きの方は、せめて食事の中で春を探してみられるのもお勧めです。
旬を迎える食材は栄養的にも優れていて、身体にもよいかと思えます。
季節を感じるこの少ない現代だからこそ、身近な春を堪能したいものです。



E-mail →