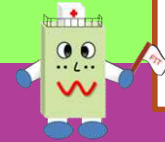


広報誌第22号



副看護部長就任ご挨拶

令和6年1月より、副看護部長に就任いたしました穂本純恵と申します。

当院のある宇部・小野田医療圏では、後期高齢者の循環器・呼吸器疾患の入院患者数は、2015年を基点とし2035年までに4割程度増加することが予測されています。また、医療圏の救急搬送は、高齢者が7割近くを占めており、搬送先は、二次・三次救急病院に9割以上集中しています。これからは、心不全や誤嚥性肺炎などの慢性疾患を抱える後期高齢者の増加に対応するため、回復期・慢性期医療は益々重要となります。

当院の使命は、地域包括ケアシステムの水平連携の中心となり、治し・支える医療を提供していくことです。地域包括ケアシステムは、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることを支えるシステムです。患者さんが、在宅復帰された後にすぐに再入院となったり、状態が悪化した時に、すぐに病院への受け入れが出来ないようでは、地域住民の皆様が「喜び・安心」できるヘルスケアシステムとはいえません。今後は、回復期リハビリテーション・慢性期医療に加え、慢性期救急や看取り・在宅療養支援を充実させ、地域住民の「喜び・安心」に貢献していくことが求められています。

このような中、看護部では「思いやりと個を尊重した看護・介護の提供」を理念に掲げ、今年度は、安全で質の高いケアを実践する、個人の尊厳を尊重したケアを実践することを看護部方針として取り組んでおります。「思いやり」とは、相手が何を望みどんな気持ちかを考え接することです。私は、慢性期疾患を抱える患者さんの「喜び・安心」のためには、医療者側の思いではなく、「患者さんの思いをつなげる」ことが大切であると考えています。患者さんの思いは、「以前のように歩きたい」「トイレだけは自分で行きたい」「自宅で最期を過ごしたい」という大きなことから、「ペットボトルの蓋をあけてほしい」「売店まで買い物に行きたい」などの日常の細やかなことまで様々です。常に、患者さんが思いを表出しやすいように関わり、患者さんの思いを叶えるための看護ができる人材を育成していきたいと考えております。どうぞよろしくお願い申し上げます。



宇部西リハビリテーション病院
副看護部長 穂本純恵

病院理念

地域に開かれた、信頼される心あたたかな病院を目指します。
安全で良質な医療を提供します。
地域へ貢献します。
研鑽と向上に努めます。

基本方針

- 回復期機能、在宅支援機能、がん患者支援機能等を付加強化し、他の関係機関と連携して地域の包括的医療体制の一翼を担います。
- 多職種がかかわるチーム力により個々に似合った適切なりハビリテーションを積極的に提供し、心身両面からの全人的医療を行います。

入社式



陽春の候、新しく仲間を迎えることとなりました。
令和6年4月1日(月)に入社式を執り行い、医師1名、看護部3名、リハビリテーション部8名、地域事業部1名の計13名の方が入职されました。
新しい仲間と一緒に患者さんのため、職種を超えたチーム医療で今年も頑張ってお参ります。



宇部西消防署・宇部西リハビリテーション病院合同防火避難訓練

3月14日(木)病棟出火想定とする合同防火避難訓練を行いました。病院自衛消防組織による通報・初期消火・避難訓練に引き続き、宇部西消防署による消火訓練や逃げ遅れ者及びけが人を想定しての救出訓練を行いました。当院では年二回消防訓練を実施していますが、今後も継続して安心安全につとめたいと思います。



敷地内全面禁煙のお知らせ

2018年4月1日より、当院は皆様の健康を守り、健康増進法第25条の定めによる受動喫煙防止のため、病院敷地内全面禁煙(建物内・駐車場・車内も含む)にしています。皆様のご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

部署紹介(薬剤科)



薬剤科長 土井 健藤

薬剤科は現在薬剤師5名と薬剤科助手1名が勤務しています。当病院では約800品目の医薬品が使用されています。身体機能の低下してきた高齢の患者さんに間違いなくお薬が服用できるよう薬の服用時点毎に薬を包んで調剤を行ったり、腎臓の機能に合わせた用量の確認や薬同士の飲み合わせが悪くならないようチェックを行ったり、医薬品を溶解して服用しても良いか等の色々な確認を行って安全に医薬品が投与されるよう調剤を行っています。薬の中には治療域と中毒域が近いものもあります。また患者さん毎に薬を排泄出来る能力は変わるため薬剤科ではそれら確認が必要な薬のモニタリングと投与量の提案を行っています。



【医薬品は正しく飲もう】

いつも飲んでいるおくすり正しく飲めていますか？
食間服用は食事を食べている間に薬を飲むのではなく、坐薬は座って飲む薬ではなく、薬を倍量飲めば治りが倍速くなるという事はありません……。



色々な病院にかかっている薬を貰っている場合、薬は1つの薬局で貰われることをお勧めします。かかりつけの薬局・かかりつけの薬剤師を見つけて安心安全に薬を服用しましょう。
この薬をいつも飲んでる薬と一緒に飲んでもええもんなんじゃるか、新しく出た薬を飲み始めたらなんかいつもと違う、母さんが飲んでる薬を飲んでいいじゃろうか？等々ふとした疑問があった時にはかかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師が相談に乗ってくれると思います。



外来患者さんに処方された薬で、飲み忘れや入退院を繰り返すなどの何らかの理由で手持ちの薬が余ってきしまった薬のことを残薬と言います。日本中の残薬を合わせると、年間で800億円以上あるとの試算が出ております。余ってきているいつもの薬やいつものものか分からない薬があった際にはいつもの薬局に持って行ってみてはいかがでしょうか。薬でちょっとした疑問や、不明な点がありましたら是非薬剤師に相談してみてください。



圧迫骨折とは

- ・圧迫骨折は若い時は事故やスポーツ外傷で受傷することが多いですが、高齢になるにつれて重い物を持ち上げる、前にかがむ、くしゃみをするなど極めて軽い力が加わっただけで発症することがあります。
- ・今回は高齢者に多発する骨折の一つである圧迫骨折についてお話します。

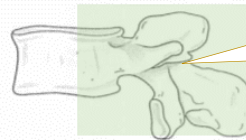


好発部位

胸腰椎移行部
胸椎12番・腰椎1番

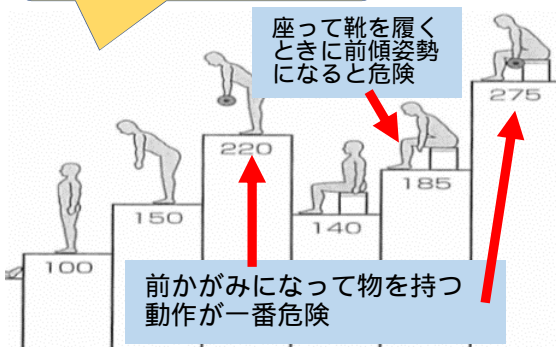
症状

- ・ 急性期は少しの動きでも激しい疼痛がある。
- ・ 徐々に疼痛は軽減するが、動作時に骨折部が動くと疼痛が増悪する。



椎体が潰れる場所(色が付いている場所)によっては足の痺れや麻痺といった神経障害がでることもある。

下の図は直立姿勢を100とした場合の椎間板内圧(負荷)です。

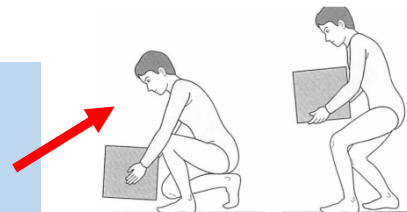


経過

- ・ コルセットを付けての保存療法が多い。
- ・ 保存療法では2～3ヶ月かけて徐々に疼痛は軽減する。
- ・ 神経症状が認められると手術も選択されることがある。
- ・ リハビリで疼痛緩和を図る。体力・筋力の低下を防ぐ。

予防

- ・ 重い物を持ち上げる時は、物にできるだけ近づいて、体の前で物を抱えるように持ち上げる。



作成者:リハビリテーション部 理学療法士

FITタウンおすすめスポット！



～Yショップ フィットタウン際波店～

一階にあるヤマザキパンの売店です。
 パンやお弁当、飲み物や食品の他、日用雑貨や衣類も販売しています。
 又、全国各地からお取り寄せの銘菓、季節や年中行事に合わせたフェア、
 豆いっぱい大福をはじめとしたYショップ限定の商品も大変好評です。
 夕方にはお弁当が半額になったり、不定期ですがオーラのパンの販売もしています。
 入院患者様やご面会の方、病院スタッフの皆様がここで笑顔になっていただけたらと思い、
 いろいろ楽しんでいただけるような催しや売り場づくりを行っています。
 お店前のボードにもご注目を！
 ちょっと一階に降りたついでに、気分転換に、又りハビリ中に見学のみでも大歓迎！
 スタッフ一同お待ちしております。

営業時間 平日 9:00～18:00
 土曜 9:00～15:00
 日・祝 休店



管理栄養士おすすめヘルシーメニュー

海草、野菜、きのこを使ったやさしい味の白和えです。
 ひじきは煮物だけでなく、和え物にしてもおいしいですよ。

ひじきの白和え



食品名	分量
ひじき	6g
人参	1/6本
しいたけ	1枚
だし汁	100ml
みりん	小さじ1杯
しょうゆ	小さじ2杯
ほうれんそう	1/4束
塩	少々
木綿豆腐	1/2丁
白ごま	大さじ1/2杯
砂糖	大さじ1/2杯
しょうゆ	小さじ2/3杯
白みそ	小さじ2/3杯
塩	少々

★作り方

- ①豆腐はざるに入れてほぐして水分を切る。
- ②ひじきは水で戻しておく。
- ③人参、しいたけは千切りし、ひじきと一緒にだし汁、みりん、しょうゆで煮て冷ましておく。
- ④ほうれんそうは沸騰した湯で茹でて絞る。3～4cmに切っておく。
- ⑤すり鉢で白ごまをすり、つぶした豆腐、砂糖、しょうゆ、白みそ、塩少々を入れて、さらにすりつぶし衣を作る。
- ⑥⑤の衣に③と④を入れてよく混ぜて出来上がり！



1人分エネルギー79kcal たんぱく質3.8g
 病院で提供しているメニューをアレンジしています。

♥ひじきの特徴

ひじきはカルシウムと鉄やマグネシウムを含み、貧血や骨量が減少する更年期以降の女性に多い骨粗鬆症を防ぎます。食物繊維も豊富で便秘の解消にも役立ちます。



参考：食の医学館

発行元：医療法人和同会 宇部西リハビリテーション病院 広報委員会
 住所：〒759-0202 宇部市大字沖ノ旦797番地
 電話：0836-45-2111
 F A X：0836-45-2123

宇部西リ八

検索

なんでも

リハビリ相談 随時受付中！

介護予防・健康増進

メディカル
フィットネス
(トレーニングセンターFIT)
0836-45-1219

回復期リハ病棟
地域包括ケア病棟他

入院リハビリ
外来リハビリ

地域参加型

健康教室

デイケア

(通所リハビリテーション)

0836-45-1223

在籍スタッフ数：PT52名、OT38名、ST22名(計112名)令和6年4月現在

最適なリハビリの形をご提案します。

まずは、お気軽にお問合せください。

- ・理学療法士(PT)とは、身体に障害がある人に対して起きる・立つ・歩くなど基本的な動作の改善を目指して訓練を行う専門職のことです。
- ・作業療法士(OT)とは、着替え・トイレ等の日常生活動作や家事動作の改善・獲得を目指して訓練を行う専門職のことです。また、運動や作業活動などを通して認知機能の維持・改善を目的とした訓練も行います。
- ・言語聴覚士(ST)とは、言葉に障害があり、上手く会話が出来ない人に対して言語療法を行ったり、飲み込むことが難しい人に対し、摂食・嚥下療法を行います。



宇部西リハビリテーション病院

0836-45-2111

(担当：リハビリテーション部・中村)

9:00～17:00 土・日・祝を除く

宇部西リハビリテーション病院 地域事業部

こんな介護サービスやっています！

〈宇部西デイサービス(ハート)〉

デイサービス・ハートでは、認知症の方が住み慣れた地域で出来るだけ在宅生活が送れるよう、利用者様、ご家族様の支援をさせて頂いています。

認知症は早期発見、早期対応が大切です。今できておられることを維持するための機能訓練を行い、心身共に安定した生活を送ることができるようサービスを提供しております。

【活動内容】

制作活動

季節の塗り絵や壁画を皆さまで協力して作り作品にしていきます。



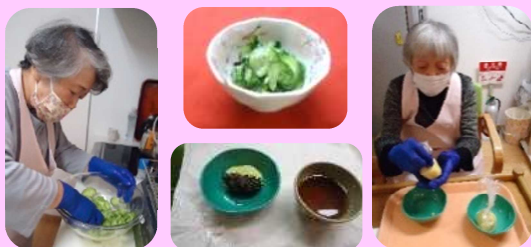
園芸活動

中庭の畑で夏野菜を作ったり花の寄せ植えを作っています。



調理活動

畑で取れた野菜を使って料理をしたり行事のお菓子を作ったりしています。



レク活動

集団での活動を通じ皆さま交流を図ってられます。



家庭的な暖かい雰囲気の中、利用者様同士が協力し、役割を持ちながら楽しんで過ごされています。

見学・体験など随時受け付けております。

お問い合わせ先: 宇部西デイサービス(ハート)0836-45-1227 担当: 亀井

宇部西リハビリテーション病院 地域事業部

〒759-0207 山口県宇部市大字際波字東河田287番1 Tel:0836-45-1212(代表)

お問い合わせは、各サービスの相談員まで

宇部西在宅総合支援センター 45-1222
(居宅介護支援事業所)
通所リハビリテーション 45-1223
宇部西デイサービス 45-1223
宇部西デイサービス(認知症) 45-1227
ハローナース宇部西 45-1215

宇部西ヘルパーステーション 45-1221
宇部西グループホーム 45-2323
宇部西生活支援ハウス 45-4100
配食サービス 45-1212
宇部市西部第一高齢者総合相談センター 45-3969
トレーニングセンターFIT(メディカルフィットネス) 45-1219

同一敷地内関連施設 (有料老人ホーム)

○医療法人 和同会 際波あかり苑
〒759-0207 宇部市大字際波399-3 Tel:0836-45-2200

○社会福祉法人 博愛会 宇部西あかり苑
〒759-0207 宇部市大字際波399-2 Tel:0836-45-1200