

松戸市立病院だより

編集・発行：松戸市立病院広報委員会 〒271-8511 松戸市上本郷 4005 番地

TEL047-363-2171 (代表) <http://www.city.matsudo.chiba.jp/hospital/>

職場紹介～リハビリテーション科～

リハビリテーション科副技師長 鐘司 朋子

◆はじめに

リハビリテーションとは、病気や事故、またその手術前後に対応して、もう一度能力を回復して人間的社会的に復権するための過程であるとされています。当院リハビリテーション科は病院の性格上、主に入院患者様の急性期リハビリテーションを担当しています。職種として理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3種が在籍し、前年度は常勤スタッフが理学療法士4名、作業療法士1名、言語聴覚士1名(非常勤)しか勤務していませんでしたが、今年度より増員し、理学療法士8名、作業療法士4名、言語聴覚士2名となり、リハビリ室を改修し作業療法室や言語聴覚室を整備して毎日より充実したリハビリテーションを行えるようになりました。対象疾患は、骨折や人工関節、脊椎手術後などの整形外科疾患、脳梗塞や脳出血などの脳卒中や神経筋疾患、呼吸器疾患や内科外科疾患に伴



う廃用症候群、小児疾患や小児整形手術後の患者さんなど多岐にわたっています。疾患の発症直後から、時には集中治療室や救急病棟から患者さんの全身状態や機能の回復のためのリハビリを開始し、また定期的に医師や看護師、医療ソーシャルワーカーとカンファレンスを開催し、担当患者さんの最善のリハビリテーションについて検討を行っています。また脳卒中の地域連



- ◆「職場紹介～リハビリテーション科～」 鐘司 朋子——1
- ◆「関節超音波検査についてのご案内」 大沢 真知子——3
- ◆「栄養サポートチーム」 田代 淳——4
- ◆「認定看護師の活動について」 葛西 紀子——6
- ◆「小児病棟保育士の活動について」 斉藤 亜希子——7
- ◆「母乳育児外来について」 川上 純子、塚越 麻由美——8

携パスに参加し、東松戸病院との定期カンファレンスを開催するなど連携病院との情報交換に努めています。

◆理学療法

理学療法は Physical Therapy (PT) とも呼ばれ、起きる、座る、立つ、歩くなどの動作の回復をお手伝いする専門職です。関節が固くならないような運動や筋力トレーニング、動作練習や歩行訓練、階段の上り下りなどの日常生活動作訓練、呼吸機能訓練などを行います。予定手術の患者さんに対しては手術前からのリハビリのオリエンテーションや手術後に向けての術前訓練にも対応できるようになってきました。また、糖尿病教室での運動の仕方の講演など、急性期治療以外の分野でもリハビリの視点の提供を行っています。

◆作業療法

作業療法は英語では Occupational Therapy(OT)といいます。Occupationの意味は日常生活行為、余暇活動、仕事、その他人間が行い得るあらゆる活動を含んでいます。つまり作業療法は患者さんのその人らしい生活の再獲得をめざしてあらゆる活動を通してサポートする職種ということになります。現在、主に脳卒中やパーキンソン病などの脳・神経系の疾患と肘や手の骨折、肩板損傷など上肢の整形外科疾患を対象としています。運動機能訓練のほか記憶などの高次脳機能に対する訓練、食事・整容・トイレなどの日常生活動作の練習、掃除・洗濯・調理などの家事動作練習を、患者さんの身体機能や能力にあわせて行います。またスプーンや鉛筆などの道具をより扱いやすくするため自助具のアドバイスをします。今後はリンパ浮腫に対するリハビリテーションなどその対象を広げ、より多くの患者さんに来ていただける環境へと更に整えていきたいと考えています。

◆言語聴覚療法

言語聴覚療法は、Speech Therapy (ST) と呼ばれ、主に失語症というそれまで不自由なく使っていたことばが、聞いて理解できない、ことばとして思い出せず、うまく伝えられないなどの症状や、発音することが難しくなる構音障害、音声の障害や高次脳機能障害などの多岐にわたるコミュニケーションの問題に対して発症早期から機能回復訓練や有効なコミュニケーション手段の確保、助言を行います。また、話をする時に使う体の器官と食べる時に使う器官が共通していることから、食べる時にむせてしまったり、飲み込むことが難しくなってしまう嚥下障害を抱える方々にも早期に安全に食事が行えるように、訓練とともにその方に適した食形態、姿勢、食べ方などの調整、助言をしています。嚥下障害の方が安全に食べることができる嚥下食については、栄養科と一緒に改良につとめています。また、栄養サポートチームにも参加し、摂食嚥下の視点からどうすればよりよい栄養摂取が行えるかを提案しています。

◆おわりに

今後も3職種連携して、急性期の患者さんの日常生活のスムーズな再獲得と障害の予防に対して幅広い知識と深い技術の習得と実践を継続していきたいと考えています。



関節超音波検査について

臨床検査科技師長 大沢 真知子

◆関節リウマチとは

主に手や足の関節が痛んだり腫れたりする原因不明の病気で、関節の滑膜という場所に炎症が生じる事が病気の主体です。人口の0.5~1%が発病し、男女比は1:3、40歳~70歳が発病しやすい年齢です。関節外病変を伴うこともあり、治りにくい病気です。

臨床症状は、複数の関節の腫れと痛み、朝のこわばり、関節の変形、疲労感、体重減少、微熱、抑うつなどがあげられます。

◆超音波検査とは

人間には聞こえない高い音(超音波)を使いからだの中を画像で見ることの出来る検査です。プローブといわれる装置より超音波を発生させ、体の中で反射して戻ってきた超音波を分析することで白黒の画像として表します。また動くものに対して超音波を当てると音の高さが変わる特性(ドップラー効果)を利用し血液の流れを表すことができます。

一般的に腹部や心臓、妊娠時などその他全身に広く使われています。

◆関節超音波の長所・短所

近年リウマチの診断に関節超音波を利用するケースが増えてきました。関節超音波の長所としては、直接痛いところや腫れているところが検査できます。X線と違い被爆がなく検査に伴う苦痛がありません。一部を短時間で見る事も、一度に多くの部分を見る事も可能です。低コストで正確に検査できます。

超音波検査では触診よりも感度良く滑膜炎を検出できます。またX線よりも感度良く骨びらんを検出できます。

関節超音波の短所としては、観察できない部位があること、観察方法が標準化されていないこと、検査者によって結果の違いや検出できないことがあげられます。このような長所・短所があるため X線検査やMRIなどのその他の画像検査と組み合わせ、診断や経過観察に用います。

日本では関節超音波検査を実施している施設は10.8%と少ないのですが、英国では93%とほとんどの病院で行われています。

◆関節超音波検査の実際

関節超音波検査では、触診でわからない滑膜炎とレントゲンで検出できない骨びらんを指摘できます。

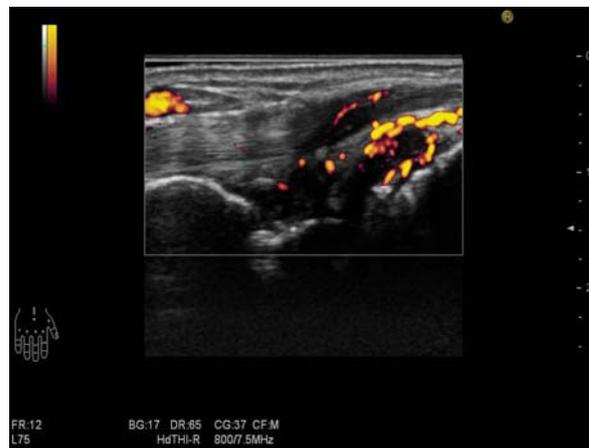
手指や手首、趾や足首にゼリーをぬり、プローブといわれる機械を当て画像をみて、関節炎の程度と骨びらんの有無を観察します。場合によっては、肘、肩、膝も見ます。

リウマチは治療薬の進歩により、治せない病気からコントロールできる病気となり、発症早期からの正しい診断と活動性の評価の必要性が高まってきました。

当院では平成23年5月からリウマチ膠原病センターを開設したことを機に関節超音波検査を開始しました。

ご希望の方はお気軽に担当医にご相談ください。

【滑膜炎の所見(血流シグナルあり)】



栄養サポートチーム

健康管理室長 田代 淳



入院患者さんが、食べられないことで状態がさらに悪くなるのがまねならずみられます。人間はただ寝ているだけでも毎日1000キロカロリー以上のエネルギーを消費し、疾患による消耗でさらにエネルギーが要求されます。そのため我々は毎日食べながらエネルギーを補給し続けているわけですが、エネルギー補給法である栄養摂取が不足すると、創傷や疾患からの回復が遅れ、さらに生命維持が困難になります。しかしこれらの事は見逃されがちで、食べられない患者さんに電解質だけの輸液が続けられていることもいまだ少なくありません。この問題は早くも1960年台の米国では社会問題として取り上げられ、1970年代、入院患者の約40～50%が栄養不良という報告があり、さらに中心静脈栄養での合併症の頻発と管理の複雑化が問題となり、栄養管理の専門集団創設が提唱されて、栄養サポートチーム(Nutrition Support Team, NST)が作られるようになりました。この運動は、わが国では1990年代後半から始まりその後日本中に広がりました。最近の病院機能評価で

はその認定に必須の項目としてあげられています。NSTは、栄養管理を合理的に実施するため専門的知識および技術を有する人員で構成されたチームで、そのスタッフは医師、看護師のみならず院内の多くの職種を含みます。それぞれが役割をチーム全体の中で発揮すべく、自分の業務でできる範囲で参加する、ポットラック(もちより)パーティーシステムを取り、各医療スタッフの専門的知識を有機的に生かして実践することを目指しています。前述のように栄養管理強化は、患者さんの疾病治癒促進だけでなく、離床や退院、社会復帰の改善にもつながる事が証明されており、医療の合理化や病院サービスの向上、さらには在院日数の短縮や経営改善のツールとしても期待されています。

当院では遅ればせながら2009年からチームとしての活動を始めました。現在は医師、栄養士、看護師、薬剤師、臨床検査技師、言語聴覚士や調理の方々も加わり30名近くの人員で活動しています。月に2回(第1、3水曜の16時)の勉強会と2回程度(第2、4、5木曜の15時半)の回診を行っています。それ以外にも適時問題のある患者さんの相談を受けています。栄養異常・栄養障害のある患者の識別、詳細な栄養アセスメント、安全で効率的な栄養治療の実施、治療効果の評価とさらなる改善を目指しています。本年度からNST加算も認められ、わずかですが活動が収益の一部にもなるようになっています。

食べない、食べられない、術後やイレウスなど食べられない病態、重症感染症や高度侵襲などで栄養状態の悪化、栄養のバランスの問題などを対象として、最終的に栄養状態の改善と治癒の促進を目指していますので、まずは気軽にご相談

ください。各病棟の担当看護師や栄養士、薬剤師など院内各所にメンバーがいます。まず問題点について一緒に考える事から始めたいと思います。



筆者が委員長を一応拝命していますが、このような分野に関わるには日が浅く少しずつ手探りで進んでいます。活動もようやく軌道に乗ってきたところですが、最近では感染症や重症疾患では栄養不良を背景とし、食べるという生活の基本的な問題が疾病予防の基盤になることが少なくないと実感します。最近生活水準や背景が二極化し、貧困やネグレクトが疾患の背景にある場合もしばしばみられますし、脚気の患者さんまで見つかります。患者さんの治療は大切ですが、それ以前に食生活の背景をこの飽食の時代に考えなおしたいと感じられる今日この頃です。



話はそれでしたが、さらに栄養に関わる業務の改善を目指すことでも診療のレベルアップにつなげたいと考えています。

例えば栄養指標のスクリーニング法経管栄養や胃瘻装着後の進め方、経静脈栄養（末梢および中心静脈）法のルール作りなどの医療安全やクリティカルパス、また褥瘡や呼吸器サポートチームなど他の部門と重なる面にも関わり、連携していければとも考えています。NST活動はややおせっかいな面がありますが、ともすると縦割りになりがちな病院の業務の橋渡しになり、病院を元気にする一助になると考えています。また、今後はメンバーを定期的に交代していただき、最終的に病院のスタッフ全員が栄養管理のエキスパートになってもらえるようになればとも考えています。

この分野は巷ではすでに常識となっていますが、当院ではまだ新しい分野らしく、まだまだ浸透していないことも多いです。たとえば経腸栄養ポンプも外科病棟にはあるものの全体にはなく、いろいろお願いした結果、ようやく数台購入していただきました。これらをきっかけにしてさらに活動を広げて、病院全体の治療レベルの向上に寄与できればと考えていますので、今後ともよろしく願いします。



規則正しい食生活

認定看護師の活動について

新生児集中ケア認定看護師 葛西 紀子

認定看護師という名称を初めて聞いた方が多いかもしれません。認定看護師はまだ新しい資格制度で、初めての認定看護師の誕生からまだ14年しかたっていません。そこで、認定看護師とはどのような役割をもって働いているのか、その一部をご紹介します。

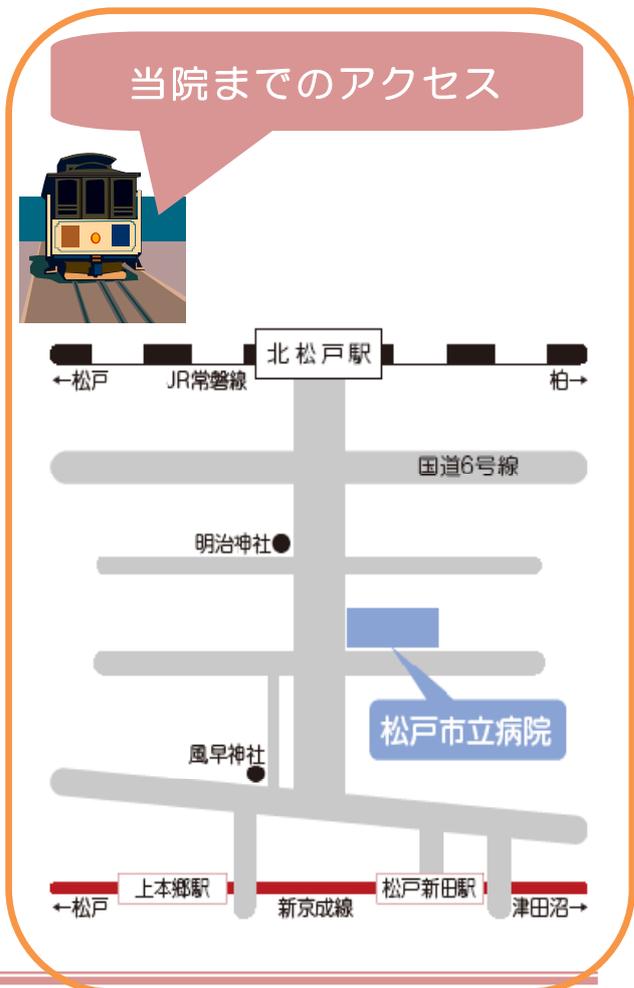
日本看護協会は、高度化・専門分化が進む医療現場における看護ケアの広がり看護の質向上を目的に、資格認定制度を発足しました。専門看護師、認定看護師、認定看護管理者の3つの資格があります。教育機関で専門の教育・研修を受けた看護職が資格認定をとり、認定看護師として活動することができます。

認定看護師の活動は、特定の看護分野において、個人、家族及び集団に対して、熟練した看護技術を用いて水準の高い看護を実践すること、看護実践を通して看護職に対し指導を行うこと、看護職に対し相談を行うことです。

全国の認定看護師は、2011年現在で9048名です。松戸市立病院では、11名の認定看護師が資格を取得しており、救急看護1名、感染管理2名、がん性疼痛看護1名、小児救急看護3名、新生児集中ケア1名、がん化学療法看護1名、不妊症看護1名、集中ケア1名が活動しています。松戸市立病院は8分野ですが、その他に、皮膚・排泄ケア、緩和ケア、訪問看護、糖尿病看護、透析看護、手術看護、乳がん看護、摂食・嚥下障害看護、認知症看護、脳卒中リハビリテーション看護、がん放射線治療看護があり全部で19分野

です。2012年には、慢性呼吸器疾患看護、慢性心不全看護の2分野が新たに認定される見込みです。

それぞれの分野において内容は違いますが、水準の高い看護実践を行ない、松戸市立病院全体の看護の質の向上に寄与できるように、日々活動をしています。院内の活動としては、認定看護師会があり、院内の認定看護師が月に1回集まって情報交換をしています。また1年に4回、認定トピックスという情報紙を発行しています。さらに、1年に2回、認定看護師セミナーを開き院内スタッフへ情報を発信しています。病院の理念は、「すべての人から『ここに来てよかった』と思われる病院を目指します。」と謳っています。認定看護師としての活動を通して、「ここに来てよかった」と思われる病院となれるようにこれからも努力していきたいと思っています。



小児病棟保育士の活動

保育士 斉藤 亜希子

平成23年6月より小児病棟に保育士が配置され、病児保育がスタートしました。「病棟内での保育」はどのようなことをしているのか、具体的に活動内容をご紹介します。

◆病児保育

様々な理由で一日を通して付き添いが難しいお子様を、ご家族の方に代わって付き添いをしています。ご家族、看護師と相談・連携を取りながら、日常生活リズムを整えたり、入院中の不安やストレスを和らげ、安心して過ごせるようサポートしています。また、病状や成長発達に合わせ、食事・睡眠・排泄等の介助、援助も行っています。

◆お部屋保育

ご希望のあったお子様の部屋に伺い、一人ひとりに合わせた保育を行っています。お子様との関わりはもちろんのこと、ご家族の方が「買い物に行きたい」「一人の時間が欲しい」「必要な用事を済ませたい」等、リフレッシュして頂ける時間を提供することも目的の一つです。一日最大3時間までとなっていますが、新しい遊びに触れることによって気分転換をはかったり、加えて家族支援ができるよう努めています。

◆プレイルーム

入院しているお子様が遊べるスペースです。玩具の消毒と安全点検を行い、安心して遊べる環境づくりをしています。入院生活に不安やストレスを抱えているお子様に遊びを提供したり、会話をしながらコミュニケーションを取っていくことで気分転換がはかれるよう明るい雰囲気づくりを心がけています。

◆病棟行事

限られた入院生活においても季節を感じ、楽しい時間を過ごせるよう季節や伝統行事を意識した病棟行事を行っています。現在までの取り組みとしては、夏祭り・お店屋さんごっこ・紙相撲大会・クリスマス会等です。行事を通していろいろな遊びを楽しみ、異年齢のお友達や大人との交流等、人との関わりもはかれるよう工夫をしながら行っています。

◆これからも、よろしくお願いします

病棟保育がスタートして約半年が経ちました。当初1名の保育士から現在5名となり、朝7時半から夜21時まで看護師の指導のもと保育活動を行っています。入院されたお子様、ご家族の気持ちに寄り添い、少しでも安心して過ごして頂けるように、笑顔で過ごせる時間が多くなるように、これからも病棟スタッフの一員として関わっていきたいと思います。



母乳育児外来について

母乳育児支援担当助産師 川上純子、塚越麻由美

◆はじめに

現代のお母様たちは母乳の大切さを理解し、母乳育児を希望していても、親世代のミルク中心の子育てや核家族のなかでの相談・支援体制の少ないこと、そしてあふれる情報や間違った情報により混乱しやすい状況にあります。また、産後の入院日数の短縮化から、乳房の著しい変化のなかでの退院となってしまうことがあります。そのため乳房や育児への不安が多く、お母様たちが安心して子育てができるような手助けが必要です。そうした時代背景とお母様の要望に応える形で平成23年9月1日より、「母乳育児外来」として新たに部屋を持ち、スタートすることができました。

◆妊婦保健指導

妊娠期の指導では、乳房カルテを作成し、母乳についての情報や大切さをお話します。妊娠初期・中期・後期で保健指導を行い、より健康的な妊娠期を過ごせるように援助しています。妊婦さんに「保健指導があります」と声をかけると、初めは少し緊張されていますが、明るい雰囲気での安心できる個室での和やかな指導に、しだいにうちとけて多くの質問をし、最後にはとてもニコニコして帰ります。

◆母乳育児外来

母乳育児外来はおおよそ退院1週間後のフォローで赤ちゃんの体重をはかり、退院後の体重増加をみて、乳房の診察・診断、

授乳姿勢や乳汁分泌を評価しお母様一人一人に沿った援助を行っています。お母様からの質問は様々で母乳不足感・乳頭痛・臍・湿疹・睡眠不足から上の子の対応や夫への不満、またおのろけなどいろいろなことを話します。そして不安を解消し、笑顔で帰ります。最近では放射能や水・食事について誤った情報から不安の相談をされる方も多いです。予約のキャンセルがあると、できるだけ育児状況などを電話で聴取するのですが、話しているうちに「やはり行きたくなりました(母乳育児外来)」と来院される方もいます。母乳のケアを行っている最中に一緒にいらした上のお子様も助産師の似顔絵をプレゼントしてくれたこともありました。そして皆様「来て良かった」と言って帰ります。

◆おわりに

妊婦さんやお母様が安心して楽しく健やかな妊産褥期を過ごせるように外来での保健指導と産後のフォローを行い、少しでもお力になりたいと思います。当院以外で出産されたお母様方への援助指導も行っています。気軽にご相談ください。問い合わせは産婦人科外来までお願いします。



市立病院をはじめ受診される方へ

<受付時間>

午前8時30分から午前11時まで

※休診日が異なる場合があります。詳細はホームページ等をご覧ください。

ホームページ URL:<http://www.city.matsudo.chiba.jp/hospital/>

<休診日>

土・日・祝祭日・年末年始