

「BELIEVE」

BELIEVE

2005
冬季号
VOL.12

新年のごあいさつ

外来待ち時間の長さについて

病院長 本田孔士

赤十字の新しい取り組み「心のケア」活動に、医療救護班とともに参加。

●シリーズ **情熱の白衣**
ナースレポート

●大阪赤十字病院
96年のその時

●ふしぎ自然紀行
「ツルのすむ国-その2-」

+ 大阪赤十字病院の基本理念

わたくたちは

人道・博愛の赤十字精神に基づき
すべての人の尊厳をまもり
心のかよう高度の医療をめざします

患者さまの権利

1. だれもが、一人の人間として、人権がまもられる権利を尊重します
2. 良質かつ適切な医療が、公平に受けられる権利を尊重します
3. 医療についての情報や治療上の説明を受ける権利を尊重します
4. 自分自身の治療について、医療行為を選択する権利を尊重します
5. プライバシーがまもられる権利を尊重します

画／清水慶武 (SHIMIZU YOSHITAKE)

3年前、さまざまな混乱の中、苦悩の上、書き上げたのは「丸と三角」。彼の第一作目は「丸と三角」だったので。その色使いは、不思議なバランスとリズム感があり私を驚かせました。彼にはどんな状況におかれても、状況に左右されない揺るぎない自分を築いて欲しいと望んでいます。そして、表現者として自由を拒む事の苦悩と喜びを多くの人に伝えていって欲しいと願っています。

【嵐山四季の家 高岡真弓】

〈大阪赤十字病院は作品掲載を通じてバリアフリーを推進しています〉



新年のごあいさつ

外来待ち時間の長さについて

よしひと
病院長 本田孔士



新年明けましておめでとうございます。皆様にはさわやかな新春を迎えられたことと心よりお慶び申し上げます。

さて、最近の患者さまからのご意見のなかで最も多いのが、外来の待ち時間が長いことに対してです。当院は、平日で2、200人から多いときには2、500人の外来患者さまの診療に追われています。一方で、当院には常時900人からの患者さまが入院されており、その診療にスタッフは、朝から晩まで多くの労力を費やしています。

昨年、厚生労働省が保険診療に関する国策を大幅に変更し、当院のような最新の装置と人材を備えた大型の病院は「急性期病院」として、主に入院患者さまの短期（16日以下）を指すと言われております。診療に専念し、外来診療はできるだけ診療所の先生にお任せするようにと誘導している



ことがあります。また、手術など急性期治療の済んだ患者さまは「慢性期病院」に移っていただくようにとされています。これが「病院・診療所の連携」「急性期・慢性期病院の連携」と呼ばれているものです。分かりやすく申しますと、近くの診療所ですることは診療所にお任せして、『日赤のような急性期病院はそのマンパワーや設備を重症患者さまの治療に向けて』ということなのです。

我々が外来患者さまの診療に今以上の労力を割きにくいのは、このような社会制度上の制約によるところが大きいという事情をご理解いただきたいと思います。今までのように、日赤の外来に通い、日赤に入院して手術を受け、また、通院して経過観察をと言う自己完結型の医療が、システムとしてできにくくなっているのです。我々は現在、当院の外来は診療スタッフ、診療設備的に明らかに定員オーバーになっていると考えています。お互いの待ち時間短縮のため

めに、薬の処方だけとか、お近くの診療所で済むようなことはできるだけそちらにお願いし、その道の専門家を揃えた日赤だからこそできる、また、最新の設備を稼働しながら高度な診療を要する場合には、かかりつけの先生からの紹介状を持って来院いただくという病院・診療所連携にご協力いただくようお願いいたします。勿論、どうしても従来のような自己完結型の医療を当院に希望する患者さまを無理に他院に、と言うものではありませんが、世の中の医療制度の大きな動きの中に在って、定員以上の外来患者さまが来院されているため、お互いの待ち時間が長くなっているという現状をご理解いただきたいと思います。

最後になりましたが、本年が皆様にとりまして良い年となりますよう祈念して、新年のごあいさついたします。本年もどうぞよろしくお願いたします。



新潟県中越地震被災地へスタッフを派遣

赤十字の新しい取り組み 「こころのケア」活動に、 医療救護班とともに参加。

平成16年10月23日に起こった震度7の大地震、新潟県中越地震。大阪赤十字病院では、日本赤十字社からの派遣要請に基づき、2回にわたって、医療救護班と「こころのケア」指導者を派遣しました。
初回は10月29日から31日にかけて小千谷市へ、2回目は11月10日から14日まで長岡市へ派遣された「こころのケア」指導者、大野秀樹臨床心理係長からの報告です。

精神神経科 臨床心理係係長
臨床心理士 大野秀樹

プロフィール
昭和18年大阪府生まれ。昭和43年当院精神神経科勤務。昭和61年より日赤大阪府支部にて市民向けに「親と子の心の相談室」を開設中。平成5年「全国赤十字臨床心理技術者の会」初代会長に就任。平成7年阪神淡路大震災の後1年間、当院にて震災「心の電話相談」を開く。



こころのケア初回活動報告

■活動の概要

新潟県中越地震災害への日本赤十字社大阪府支部救護班派遣に際して、本社救護・福祉救護課から「こころのケア」指導者の派遣要請があり、大阪府支部救護班に同行し、心理的支援活動を行った。また、小千谷市ボランティア・センター（サンラックおぢや）内に「日本赤十字社こころのケアセンター」開設に参画し、こころのケア班員の活動拠点を設けた。

■派遣期間

平成16年10月29日（金）～10月31日（日）

■編成

医師1、看護師3、主事2、支部職員2、こころのケア指導者1

■宿营地

新潟県長岡市立六日町小学校校庭に幕営

■派遣場所

新潟県小千谷市内／横渡、若葉、両新田、時水、藪川地区（巡回）



崩れてしまった民家。

地震発生5日後 12時間かけて、災害被災地へ。

新潟県中越地震発生5日後の10月28日23時、日本赤十字社大阪府支部に第1班目の派遣班員が集合し、支部担当者から現地情報の説明を受けた後、救急車両2台で深夜12時に出発。丸12時間日本海沿いを走りました。私たちが目指す小千谷市に入るはるか前から、道路は持ち上がり、割れたり、崩れたりしており、身体は跳ねる、傾く、つんのめるの繰り返しでした。

お昼近くによくやく小千谷市に到着。道路わきの商店や民家の壁が落ち、建具がひしゃげて外れ、屋根が傾いたり、崩れ落ちたりしている家もたくさんありました。

阪神淡路大震災の規模の大きさに比べると、

やや小規模ではあります。また、まるで爆撃を受けた町のニュースを見ているような印象は同じでした。既に建物診断



が始まり、町には「赤」「黄」「緑」の張り紙が玄関先に貼り付けられ、危険、要注意、大丈夫と分類されていました。傷ついた家のガレージを台所兼リビング、車内を寝室として生活の場にされている方もたくさん見かけました。

全国の赤十字から 「こころのケア」スタッフ 146名が参加。

第1班目の派遣要員は大阪赤十字病院からの救護班員7名と支部職員2名の全9名。被災地での救援というと、骨折や挫傷に対する外傷治療といった医療救護のイメージが強いかもしれませんが。しかし、発災後1週間近くが経っているため、予想していたこと



被災者の方の中にはテントで生活されている方もおられた。包帯交換のために往診しているところ。

ですが、急性期の外傷はほとんどなく、主な疾患・症状は上気道感染、不眠、疲労感などでした。心労がつのってくる時期だけに、全員が「こ

ころのケア」への対応を心がけました。阪神淡路大震災以後、その重要性が認識されている心理的支援。日本赤十字社では、中越地震で初めて「こころのケア」活動に本格的に取り組んだのです。「災害時のこころのケア」と



地元の保育士さんに被災状況を聞き出しているところ。右は大野秀樹臨床心理係長。

いうマニュアルを平成15年に作成し、「こころのケア」要員を養成しているところでした。ケア要員の中心は看護師さんで、臨床心理士、精神科医も少数ですが参加しています。今回の活動には、全国の赤十字から私を含め146名の「こころのケア」スタッフが交替で初参加。約4、200名余の方にケアを実施しました。

避難所を巡回して、 「こころのケア」活動。

私は、第1班目の派遣では、小千谷市の小集落を医療救護班と同じく、巡回。その2週間後には長岡市に派遣され、山古志村から避難中の方約1,500人が生活する6カ所の避難所を4人で分担して巡回しました。

「こころのケア」とは何をするのかというと、平常時の地域の保健師さんと同じような仕事です。避難所では看護師さんとペアで歩き「眠れていますか」「風邪は大丈夫ですか」「血圧の心配は？」などと問いかけていきました。血圧を測りながら、「食事は摂れていますか」「困っていることは何ですか」などとお聞きします。体調が優れない方には、医療救護所受診を勧め、服薬中の方には薬の説明

や服用の仕方を助言。「怖くて眠れない」「きのう初めて泣いてしまった」などとおっしゃる方もいました。ほとんどが正常な反応であること、むしろありのままの感情が実感できることは大事なこととお話ししました。

また、避難所内では、避難されている方々のつなぎ役となって、孤立する人が出ないように配慮することも「こころのケア」に必要でした。

「こころのケア」活動は、 病気を防ぐための 予防保健活動。

避難所生活では、環境の変化などでもともと健康な方も体調を崩しや



被災地の集落を巡回し、玄関先で診療中の山口恭一医師（手前左）。

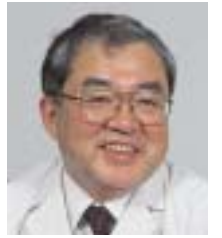
すくなります。赤十字の「こころのケア」活動は、専門的な治療やカウンセリングを指すのではなく、被災者の方の心労を受け止め、労いながらストレスの緩和と病気を予防するためにアドバースしたり、生活再建のために力を発揮できるようにサポートしたりしていくことが仕事です。つまり、「こころのケア」は病気を未然に防ぐための予防保健活動なのです。もちろん、病氣



巡回場所にあるビニールハウスの中で、不眠が続くと訴える被災者の方のお話を聞く、大野秀樹臨床心理係長。

の方や要介護の方をしかるべきルートにのせるのも、大切な仕事です。考えれば、「こころのケア」というのは、普段の生活の中や臨床の場でも実践されているはずのことです。被災された方を特別視して行うものではないと思います。

いずれにしろ、予防活動というのは地味で、成果が見えにくい活動です。喜びは分かち合えば倍増し、悲しみは分かち合えば薬になるもの。「こころのケア」は分かち合いを基本において障害予防の活動といえるでしょう。



YOSHIROU YOSHIDA
吉田佳郎
精神神経科部長

PROFILE
昭和24年3月2日、富山県生まれ。昭和42年大阪府立大手前高等学校卒業。昭和49年京都大学医学部卒業。同大学医学部附属病院勤務を経て、昭和52年4月国立舞鶴病院精神科勤務。平成2年4月大阪赤十字病院精神科勤務。平成14年4月精神神経科部長、現在に至る。著書に「向精神薬薬剤ノート」(メデイカ出版)「精神疾患・身体疾患の併発と看護」(カルテ用語集、医学書院)がある。

「根気のいる仕事ですが、診療とは違った意味で集中できるし、やりがいがあります。本という形になるのは、とてもうれしいですね」と言う吉田医師にとって、3冊の本は「自分の医療の集大成」。次の世代の医師や看護師に自分たちの経験を残していきたいという思いの強さから生まれ、本でもある。



幅広い医療活動を支える、揺るぎない使命感。

自分の医療の集大成として、著書を執筆。

5年前から吉田医師は医学書を執筆している。最初に書いた本は「精神疾患・身体疾患の併発と看護」だった。



「精神疾患と体の病気は別のものと捉えられがちですが、心身は密接に結びついているし、同じように大事です。このことは、ずっと私自身のテーマでもありましたので、出版のお話をいただいたときは、いい機会だと思って、看護師さんたちにも書いていただいていたとめしました」と、吉田医師は、やわらかな口調で話してくれた。その後3年間で2冊出版。正月休みを返上したりして執筆したとか。

お寺巡り、写真でリフレッシュ。

吉田医師の趣味は、お寺巡りと写真。京都や奈良のお寺をお参りし、その写真撮るのが好きと三言う。

「昨年の11月、京都・嵯峨野にある知り合いの飲食店の店先に小物のお店を出させていただいたんですよ」と、顔をほころばせた。段ボール箱の上に、家族の



嵯峨野に出したお店。写っている男性は子ども時代からの友達で、越中八尾、風の盆の鼓町の奏者。

手になる陶器の箸置きや松ボックリで作ったツリーなどを並べた店です。吉田医師は、計6回嵯峨野に足を運び、店番がてら社寺巡りと撮影を楽しんだらしい。

「診療とは勝手が違って、声が出ず『いらつしやいませ』も言えませんでした。恥ずかしくて(笑)」。それでも商品は結構売れたとか。医師という立場とは異質の時間をもって、また嵯峨野の秋を満喫できて、リフレッシュできたことだろう。

そんな吉田医師に、部長としての抱負を聞くと「人に教えることは苦手です。先頭に立って働く私の姿から、若いスタッフは学んで欲しいと思います」という答えが返ってきた。そして「自分がなりたい医者になるのではなく、もともと医療を必要とされる方々へ障害をもつお子さんや、高齢者、物言わぬ方々に医療を提供するのが医療者の任務だと思えます」と結んだ。

30年前、医師になりたての頃、情熱をたぎらせ、過疎地に赴任、24時間態勢で医療活動をしてきた吉田医師。その当時に培われた使命感が今なお自分を支えていると三言う。

ナースレポート 心ゆるる日々 12

保育・幼児教育に携わってきた経験を生かしてがんばりたい

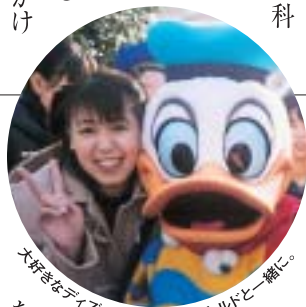
まえだみつえ
前田光栄



昭和45年12月15日、大阪府生まれ。平成3年3月大阪信愛女学院短期大学初等教育学科卒業。同年4月、平成10年3月大阪府下私立幼稚園勤務。平成10年4月、平成11年3月大阪府下公立保育所勤務。平成11年4月大阪赤十字病院看護助手として中央材料室勤務。平成12年11月小児科病棟配属。現在は小児科外来にて勤務。

私は幼稚園の先生として7年間勤めた後、保育所でアルバイト保育母として1年間働き、その後当院職員として採用されました。最初は、中央材料室というところに配属され、オペなどで使った器具を洗浄したりする仕事をしていました。その後、小児科小児科病棟に移り、その後、小児科外来で勤務しています。

看護助手といっても、私が担当しているのは医療行為に関するものではなく、診察介助です。先生の補助をして、診察室に入ったお子さんをあやしたり、言葉かけをしたりさせていただいています。



大好きなディズニーランドで、Donaldと一緒に。

幼稚園教諭の免許しか持っていなかったのですが、小児科病棟に配置換えになった時に、師長さんから、資格を取ることで仕事の幅が広がるのでは、というアドバイスを頂いて、保育士の資格取得にチャレンジしたんです。主に仕事帰りや休日に養成校に通いましたが、思っていたより大変でした。ただ、私は昔、勉強が嫌いだったんですけど、打ち込めるものができて楽しかったですし、その学校で友達もたくさんできました。合格した時は、幼稚園教諭免許取得時よりうれしかったです。当院に来られるのは体調のすぐれ

ない方がほとんどなので、機嫌の良くないお子さんも少なくありません。それに、病院という所は、怖かったり、痛い思いをしたりすることがあり、お子さんにとってあまりいい印象がないかも知れないと思います。だからこそ、笑顔で接して「そんなことないんだよ」と伝えたいと思っています。言葉かけをして泣き止んでくれたり、不安な気持ちを少しでも緩和してもらえたりした時はうれいですね。

子どもが好きなのは、私も大好きです。私は、テーマパークも大好き。迎え入れてくれる雰囲気が好きなんです。食べ歩きも大好きですね。仕事帰りや休日によく行きます。イタメシが多いけど、ケーキ屋さんや食べ放題のお店にも目がないんです。食い気ばかりに走らず、スポーツジムで汗を流したり、料理教室に行ったりしたいという気もあるのですが(笑)。

仕事面では、看護助手にできることは数知れているとは思いますが、自分ができる範囲で機転を利かしてがんばっていきたいと思います。保育や幼児教育に携わってきた経験を生かし、今後は、外来や病棟で子どもたちの看護に携わることができればいいなと思っています。

食習慣の改善

慢性腎不全の食事療法



なぜ食事療法が必要なのか？

腎臓の働きを保持するためには、必要な栄養を摂り

老廃物が出る食事をする必要がある。腎臓のはたらきに合わせ、老廃物のもととなるタンパク質の量を控えることが重要だ。

病気の種類や腎臓の働き、体の大きさ、性別、活動量などにより、医師のアドバイスを受けながら、体の状態にあった食事療法を十分に理解し実行しましょう。

食事療法を開始したところ、腎機能障害の進行が約7年間停止したという症例もありますので、毎日大事にして1日でも長く食事療法を行なうことが重要といえます。

慢性腎不全の食事療法の基本

①タンパク質を摂りすぎると代謝産物である老廃物が増えるため腎臓に負担をかけるので、タンパク質を制限する。

②標準体重を維持できるだけのエネルギーを摂取する。肥満がある場合はエネルギー量を低く設定し標準体重に近づけよう。またエネルギーをしっかりと摂らなければ低タンパク食の効果は少なくなりますので注意

しましょう。

③食塩の摂取量が腎臓のナトリウム排泄量を上回ると、心不全や浮腫をきたします。また高血圧も腎臓に負担をかける。これらを考慮して通常1日の塩分摂取量は6g以下とされています。水分は厳しい制限をあまり行ないませんが、浮腫や尿・無尿のときは水分摂取量を控えます。

毎日の食事をどうすればよい？

①タンパク質を多く含む食品(肉・魚・卵・大豆製品など)は1食1品で1日3品までというように1日の摂取量を目安で決めておきます。タンパク質を摂りすぎるとカリウムやリンなども増えてしまいます。

②エネルギーを摂取する場合、砂糖を多く含む菓子類よりも、でんぷんを多く含むごはんやいも類で摂るようにしましょう。

③はるさめはタンパク質を含みませんのでエネルギーアップに効果的です。積極的に食事に取り入れるようにしましょう。

④治療用特殊食品を上手に利用しましょう。低タンパクのごはん・パン、うどんやそば、そうめんなどを利用するのも有効です。最近の低タンパク特殊食品は味もよく入院患者さまの食事にも利用しています。

⑤油はエネルギーを摂取するためには有効です。フライや炒め物ドレッシングといったものを上手に摂るようにしましょう。

塩分の摂取量を減らす工夫
塩分は1日6g以下にすることが有効な手段ですが、急な厳しい制限では味覚の変化

に順応できず継続することができないという結果になります。しかし時間をかけて行なうことにより味覚が順応し継続の成功率が格段に上がります。したがって1週間に1g程度の減塩を目安に徐々に制限していきましょう。

- たらこ(1腹(60g))...3.5g
- かずのこ(中2本(80g))...1.0g
- 新巻き鮭(1切(80g))...2.4g
- あじ(開き干し)(1枚(60g))...1.0g
- ちくわ(小1本(20g))...0.4g
- ロースハム(1枚(20g))...1.0g

②味付けにメリハリをつけましょう。塩分を分散して味付けをするのではなく、1品に重点をおいた味付けを行ないましょう。

③香辛料や酢を上手に使いましょう。わざわざ辛料や酢は塩分を含みませんので、減塩の効果も期待できます。

④食卓の上には調味料などを置かないようにしましょう。せつかく塩分を制限して調理しても、食卓で塩やしおゆをかけて食べては意味がありません。

糖尿病性腎症の場合

血糖値に注意しながらエネルギーは炭水化物と脂質を中心に摂取しましょう。砂糖や菓子類は血糖値に影響しますので好ましくありません。また油の使いすぎも動脈硬化の原因となります。1日の食事をできるだけ均等に規則正しく食べるようにしましょう。

おくすりミニ知識

風邪の予防と漢方薬

北風が吹いて乾燥注意報が出てきたら風邪の季節到来です。かぜの予防は、まず、外出先から帰ってきたら、すぐに「手洗い・うがい」を実行しましょう。うがいの仕方は、水道水・塩水・緑茶・含嗽剤などで背中側の壁が見えるぐらい上を向いて反り返り、喉の奥まで届くようにするとより効果があります。

部屋は暖房などで乾燥するようでしたら、加湿器を用いたり、加湿器のないときは部屋に洗濯物を干したりしてもよいでしょう。お風呂は38～40度ぐらいのぬるま湯に、ゆっくり汗が出るぐらいつかる、湯冷めしないうちに床につくようにしましょう。お風呂から上がってブルブルとするような状態になれば、風邪が喜んで体に入ってきますので気をつけてください。

風邪の漢方薬にはいろいろあります。風邪の初期症状で、頭が痛く、肩から背筋が強ばって少し熱っぽくジトツと汗の出る状態のときには葛根湯を服用すればよいでしょう。葛根湯を服用するときは、コップに生姜をすりおろしてお湯を入れ、一緒に服用すれば効果アップです。ただし、麻黄が入っているので虚血性心疾患、不整脈、高血圧の人は服用を避けてください。

また、高齢の方や虚弱体質の方は、桂枝湯を。汗がなく熱が出て節々が痛む風邪には、麻黄湯(麻黄が入っているので注意)を服用すればよいでしょう。胃の辺りがチャボンチャボンと音がしたり、鼻水、くしゃみが出る風邪には、小青龍湯(麻黄が入っているので注意)。ゴホンゴホンと咳が出て、熱があり喉が渴き汗が出る風邪には、麻杏甘石湯(麻黄が入っているので注意)を服用すればよいでしょう。他にもいろいろありますが、専門医によく相談した上で、処方してもらい服用しましょう。

何よりも風邪につけ込まれない体を作ることが大切です。何かとお酒の席の多い季節です。お酒を飲み過ぎたとき、冷たい風にあたると気持ちがいでしょうが、そのときを風邪は狙っています。くれぐれも注意してください。(薬剤部 藤波仁子)

大阪赤十字病院96年のその時

救護班参加の申し込みが相次いだ、阪神淡路大震災の医療救護活動

平成7年1月17日午前5時46分に起こった戦後最大の惨事、阪神淡路大震災。6,433人の犠牲者、約46万世帯の家屋の全半壊という被害をもたらした震災から今年で丸10年になります。

被災地に近い当院では、地震後直ちに災害医療救護本部を設置し、救護班を編成して、日赤本社、支部からの要請に備え

ました。そして、1カ月余にわたり、被災地区の神戸赤十字病院へ応援の医師、看護師、職員の派遣、医療機器、器材、および薬品の供給、神戸赤十字病院の入院患者さま、および被災患者

さまの当院への受け入れといった支援活動を展開したのです。

当時の職員向け広報誌「日赤おおさか」には、「この度の災害救護に際しては、赤十字の二員として、また医療人としての使命感から、災害を機会に是非ともお役に立ちたいと、職員の中から救護班参加の申し込みが相次ぎ、私どもも誠に心強く感じた次第であります」という、当時の副院長・医療社会事業部長の一文が掲載



されています。まさに赤十字の看板「災害救護」を行動で示すような事態だったわけですね。また、当院から昨年の新潟県中越地震の被災地へ「こころのケア」スタッフとして派遣された大野秀樹臨床心理係長は、阪神淡路大震災の被災地へ私服で便乗したという経験を持ちます。

同じく「日赤おおさか」に「人々の動きで特筆すべきことは、支援はモノだけではなく人のこころであり、周りの者が被災者との間でぬくもりのある協力関係を築こうとしたことではないでしょうか」と書いています。

阪神淡路大震災の災害救護活動を通じて、赤十字の救護活動がいかに国民の皆さまから期待され、信頼されているかを改めて知ることができたのはうれしいことでした。半面、初動救護のあり方など、多くの教訓も残りました。それを今後の災害救護に生かしていくことが課題となったのです。

ふしぎ 自然紀行

鳥たちのかがく-11

「ツルのすむ国」

-その2-

武庫川女子大学附属中学校・高等学校教諭
平松山治



マナヅルとナベヅルの大群。

そして、ナベヅル・マナヅルのその大群には、ただただ圧倒されてしまいました…。

ただ、何千羽ものマナヅル・ナベヅルが給餌された小麦に密集し、それを食べている姿に、野生のツルではなく、ニワトリの大群を見ているような

さらに、マナヅル・ナベヅルの1カ所への集中は、特に世界中の大部分の個体が越冬している荒崎のツルにとって、伝染病などの発生がその種にとっての命取りになる危険性さえ含んでいます。北海道のタンチョウにも、開発による繁殖地の湿原の減少や、開発の影響による湿原の乾燥化などの暗い影が差し始めているようです。

最近、ツルの1カ所への集中を緩和するため、他の地域に



もツルの模型(デコイ)を設置して誘引し、ツルを分散させる試みがなされているそうです。冬の水田やバ

ブル期に造成された無用の埋立地などが利用され、九州全体が「ツルのすむ国」に、そして、日本が真の文化国家として「ツルのすむ国」であり続けて欲しいと願わずにはいられません。

昨年の「びりーぶ」の新年号では、万葉時代の難波潟のツルに想いを馳せました。原稿を書きながら、無性にツルの大群とまだ見ぬソデグロツルに会いたくなると、正月休みについてふらふらとほぼ30年ぶりの九州は出水市荒崎の田んぼに出かけてしまいました。ナベヅル8,940羽・マナヅル3,069羽・クロヅル7羽・カナダヅル3羽・ソデグロツル1羽が渡来しているとのこと、総数は、何と30年前の5倍にもなっていました。



ソデグロツル(左)・マナヅル(右)。

久しぶりの荒崎では、30年間恋いこがれていたソデグロツル…、夜明け間近の遙か彼方のねぐらで、何千羽のツルの中からたった1羽の真っ白な姿を見つけたことができました。

患者さまからの声

Q 夏季号のアンケート調査の記事の中で、「病院の機能評価を受ける」と書いてありましたが、『機能評価』とはどのような評価なのでしょう？ その評価を受けることで、患者にメリットはあるのでしょうか？

A 機能評価とは、正式には医療機能評価と言い、(財)日本医療機能評価機構が行っています。(財)医療機能評価機構は第三者的立場から医療機関が提供する医療サービスについて、質の高いサービスを提供していくための支援を行う目的で設立されており、病院の診療、看護、病院事務管理等の業務が適切に行われているかを審査するものです。

現在、当院はこの医療機能評価を受ける準備として、現状の当院の機能を自己評価し改善をすすめています。今回、第三者からの評価を受けることにより、医療機関としての機能の充実・向上を図っていきます。患者さま方には、今後いっそう安心して受診していただける環境・サービスを提供していけるよう努めていきたいと考えています。

冬を快適に!

冬は皮膚の乾燥が気になる季節

皮膚科 堀口裕治

肌の乾燥する季節になりました。大陸からくる寒気団の湿度が低いのですが、私たちの生活環境が以前と違って乾燥しやすくなっていることも見逃せません。以前にはガスストーブを焚いて、その上で湯を沸かしていました。ところが今では安全を考えて、排気は屋外にしますし、ストーブの上に薬缶をかけることもなくなりました。外気の水分量が少ない上に、エアコンで暖房するため、ますます湿度が下がることになります。現代の快適な生活環境では冬季の乾燥は必然だと言えます。

私たちの皮膚の表面は角層という皮膚の表面の細胞が死んで、10層ほどに重なったサランラップほどの厚さの膜で覆われています。角質細胞と角質細胞の間は角質細胞間脂質という、水分も油分も保つことができる物質が埋めています。そのために私たちの体は乾燥から免れ、皮膚の表面に適度な湿り気を保つことができているのです。



ところがこの季節になって肌を取り巻く環境が乾燥してくると、どうしても角層の水分量が減少し、乾燥肌になります。アトピー性皮膚炎をもっている方やお年寄りの方にはその傾向が強く現れて

きます。特に膝から下の脚の肌が乾燥しやすくなるものです。肌が乾燥すると痒みが生じやすく、寝ていてつい手が伸びてしまつてしまうこともあります。

この季節の肌の乾燥を防ぐには保湿剤を上手に使うことが大切です。油分の多いワセリンや、尿素剤を配合したワセリン(ワレパール)など、あるいはビタミンAやEを配合した軟膏(ザネ軟膏)やユベラ軟膏がよく用いられますが、最近では角質細胞間脂質の成分であるセラミドを配合したクリーム(キユレル)なども人気があります。

寒いとつい入浴を怠りがちですが、皮膚の油分や汚れが付いたままだと痒みや皮膚炎の原因になります。入浴を励行し、よく洗って汚れを落とすことが大事です。そしてまだ肌に水分が残っている状態で、保湿剤をたっぷり塗ってください。

TOPICS BOX

トピックス&ニュース

ランディ・バースさんがやって来た!

去る11月25日、元阪神タイガースのランディ・バースさんが慰問のために来院されました。当日は、1階玄関ホールでトークショー、サインボール・色紙などが当たるお楽しみ抽選会が催され、その後、整肢学園と10階B病棟を訪問されました。病棟では患者さまに「ご気分はどうですか?」「早く元気になってください」と声を掛け、励ましてまわられました。また、この模様は関西テレビのニュースでも放送され、そのなかで整肢学園の子どもたちにサインボールをプレゼントすると約束。改めて11月29日に再度来院され、子どもたちとの約束を果たされました。



立体駐車場

現在、本館北側に自走式立体駐車場の工事が行われています。この駐車場は延べ床面積6,450m²、420台収容可能で、現在患者さまから駐車スペースが少ないとお声をいただいております車いす専用スペースも、14台確保することとしております。またこの駐車場2階から直接院内へ入っていただけるよう連絡通路の整備も進めており、1月下旬からの使用を予定しております。

ご協力ありがとうございました

～災害義援金～

患者さまや職員に対し、兵庫県台風23号災害被災者義援金及び新潟県中越地震災害義援金の募集を11月末まで行いましたが、総額60万円の募金をお寄せいただきました。さっそくそれぞれの被災地にお届けすると共に、被災された方々の1日も早い復興をお祈りいたします。

～NHK海外たすけあい～

本誌秋号においてお知らせしました「NHK海外たすけあい」の義援金の募集が12月1日～25日までの期間行われました。皆さまの心温まるご寄付を頂戴し、誠にありがとうございました。

ボランティア募集

当院では院内で活動していただけるボランティアさんを募集しています。

- 活動日/月～金曜日 9:30～15:30

(ただし、水曜日のみ12:00まで)

病院の休診日の活動はありません。

- 活動内容/患者さまのご案内、入院患者さまのご案内、移動図書、車いすの介助 他

- 対象者/明るい方で年齢65歳位までの女性

当院のボランティア会は今年40周年を迎えました。これからもより充実した活動内容にしていくためには、「ひとりひとりの力」が必要になります。ボランティアに関心のある方、経験を問いませんので、ご参加をお待ちしております。

●お問い合わせ 大阪赤十字病院 医療社会事業部/TEL:06-6774-5111(内線2117番)



キャロリング



去る12月21日の夕刻、キャロリングが行われました。この行事は毎年クリスマス前に行っているもので、キャンドルを持った当院の看護学生・看護師の聖歌隊が「ご入院中の患者さまにやすらぎとなくさめを」との気持ちをこめ、聖歌を歌いながら病棟をまわりました。キャンドルの灯火のなか、願いを込めた歌声が病棟内にあたたかく響きわたりました。

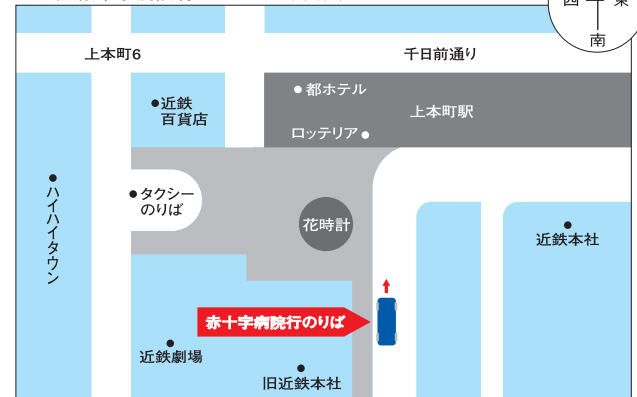
便利になりました

今まで、病院正面玄関側の南側道路は東行きのみで、お車で来院される患者さまにはご不便をおかけしていましたが、去る12月1日から病院南側道路(正面玄関側)の双方通行が可能になり、大変便利になりました。

2月1日、近鉄上本町～当院間のシャトルバスが運行開始!

当院と近鉄上本町駅を結ぶシャトルバス(近鉄バス)の運行が決定いたしました。運賃は大人、小人とも100円、月～金曜日朝7時30分から夕方5時30分までの間、10分間隔で運行いたします。なお、外来休診日の運行はありませんのでご注意ください。

■大阪赤十字病院行バスのりば案内図



編集後記

今年は何か目標を持って日々を過ごしてみませんか?と申しますのも、最近私が読んだ本にこのような一節がありました。「幸運は、訪れるのを待つものではなく、下ごしらえをきちんとしていれば、必ず訪れるもの」これは『グッドラック』という本の一節です。この本は、哲学書のように小説のようで、読んだ後、色々なことを考えさせられる本です。幸福の種はすべての人に平等に蒔かれるもの。準備をしている人の種は芽を出すだろう。幸福をただ待っているだけの人の種は根付くことなく枯れてしまっただろう。ツイている人ツイていない人。準備している人準備していない人。これらから遅くない。幸福の種が根付くよう準備しませんか。運ではない、幸運は待っていても来ないものだから。今年も何か目標を持って過ごしていきたいものです。今年も一年よろしくお願いたします。

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
消化器科		津村 蜂谷 友野	福山 辻 那須	大鶴 友野 大崎 嘉数	友野 辻 松尾	齋藤 福山 圓尾	
		津村	福山 辻 那須 齋藤	大鶴 大崎	辻 松尾	齋藤 福山 蜂谷	
消化器科(肝臓外来)		喜多	大崎	木村	杉之下	西川	午後は予約制
糖尿内科		隠岐	武呂 政次	田中	隠岐	政次 田中	午後は予約制
内分泌内科・肥満		田中	隠岐	武呂	政次	武呂	午後は予約制
血液内科		通堂 諫田 蝶名林	渡邊 有馬 渡邊 有馬	蝶名林 通堂 有馬 通堂	諫田 渡邊	有馬 通堂	全て予約制
免疫・リウマチ内科		竹内	竹内	竹内			午後は予約制
腎臓内科		坂井 宮本 宮本	宮本 南方 坂井	南方 坂井	南方 宮本	宮本 南方	全て予約制
循環器科		伊藤 林 牧田	田中 牧田 垣田	伊藤 稲田 滝本	滝本 内山 田中	垣田 田中 稲田	午後は予約制
心臓血管外科				南		南	午後は予約制
小児科		新居 山本 田中	金岡 住本 宋	田中 葭井 山本	新居 濱田 住本	金岡 坂本 田中	
外科		端 亥埜 露木	亥埜 東山 山中	横井 中島 大久保 中島・淳	三木 有本 井ノ本 井ノ本	井ノ本 浮草 東山	
整形外科		富原 坂本 吉田	大浦 鈴木 富 鈴木	富原 浅野 坂本 富原	大浦 鈴木 富原 鈴木	浅野 吉田	
リハビリテーション科		河野	担当医	河野	富原	担当医	
脳神経外科		担当医	岡本 橋本 担当医	担当医	岡本 新田 担当医	伊藤 小室 担当医	
神経内科		金田 鷺田 鈴木	鷺田 安井 加藤	安井 金田	鈴木 金田 加藤	加藤 鷺田 鈴木	全て初診のみ 全て再診のみ 全て再診のみ

科目	曜日	月	火	水	木	金	備考
呼吸器科		吉村 網谷 西坂 黄	久保 田原 玉置	網谷 若山	西坂 田原 久保 網谷	若山 吉村 黄	
呼吸器外科			弘野	渡辺 田中		中出	
産婦人科		松本 木下 関山	中村 馬場 西川	西川 松本 中村	関山 木下 三瀬	三瀬 馬場 松本	産科・助産師外来 婦人科外来 婦人科外来
泌尿器科		金子 寺田 担当医 金子	西村 寺田 岡田 寺田	西村 北原 担当医 北原	西村 金子 新垣 西村 金子 寺田	金子 北原 担当医	全て予約制
							全て予約制
眼科		柏井 加賀 木村 稲谷	柏井 担当医 担当医	正井 木村 田口 荒川	柏井 担当医 担当医	田口 稲谷 正井 加賀	
耳鼻咽喉科 気管食道科		森 箕山 塩見 柿木	堀江 岩永 森 柿木	堀江・山本 箕山 山本 塩見 担当医		山本 岩永 塩見 堀江	
皮膚科		高瀬 玉城 杉本	堀口 太田 高瀬 堀口・玉城	堀口 玉城 杉本 堀口	杉本・高瀬 玉城	堀口 杉本 高瀬 堀口	全て予約制
形成外科		心石	橋本	秋山	心石	秋山	
精神神経科		吉田 麻生川 担当医	早川 土戸 担当医	麻生川 吉田 担当医	土戸 早川 麻生川	吉田 早川 土戸	
放射線科		小嶋 石垣 清水 藤堂・清水 小嶋 小嶋	藤堂 石垣 (外科) 小嶋・清水 清水 藤堂	清水 石垣 藤堂 清水・小嶋 小嶋 小嶋 (循環器科)	小嶋 石垣 藤堂 清水 藤堂 清水 小嶋 清水 小嶋	藤堂 石垣 石垣 清水・小嶋 清水・小嶋 藤堂 清水 藤堂 清水 小嶋 清水 清水	診断 治療 検査(透視) 検査(CT) 検査(MR) 検査(RI) 検査(血管造影) 検査(CT) 検査(MR) 検査(RI) 検査(血管造影)
歯 口腔外科		鹿野 杉立 蠅庭	杉立 蠅庭 鹿野	蠅庭 杉立 鹿野	担当医	蠅庭・鹿野 杉立 蠅庭・鹿野	全て初診のみ 全て再診(予約制) 全て再診(予約制)

※異動等により変更になる場合があります。下記ホームページの各診療科のご案内をご覧ください。また、各科外来にお問い合わせ下さい。

■受付時間(月～金)〈診療開始は午前8時45分からです〉

- 初診の方……………月曜日～金曜日／午前8時30分～午前11時30分
- 再診の方……………月曜日～金曜日／午前8時45分～午前11時45分

■診察券は…

- 診察券は全科共通で永久に使用いたします。ご来院時には必ずお持ちください。

■保険証等は…

- 保険証、医療証等は月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。



■当館は全面禁煙です

- 当院では館内を全面禁煙とさせていただきます。ご理解とご協力をお願いします。