

# 8月



2021年

# みやま

第279号

病院理念

『患者さまの不安をとること』

当院の基本方針

「地域に根ざした安心できる医療」

「精神科医療の充実」

「老人医療」医療と福祉の結合

## 医療法人社団光生会 平川病院

今年の標語 『学びと感謝を常に忘れず 医療に対し誠実な病院 ～それが平川病院～』

〔ホームページ〕 <http://www.hirakawa.or.jp/> 〔e-mail〕 [hhsp1966@violin.ocn.ne.jp](mailto:hhsp1966@violin.ocn.ne.jp)

## 東京2020オリンピック・パラリンピック開催されています

オリンピックは2021年7月23日から8月8日、パラリンピックは8月24日から9月5日まで開催されます。昨年からのコロナウィルス・パンデミックで開催そのものも、危ぶまれましたが、開催できて良かったと思います。始まるまでは外国人がたくさん入国してくることに恐怖も感じましたし、入国後もPCR陽性者が続出し、心配しました。しかし、それ以上に、オリ・パラに興味のないような若者が繁華街で飲み会をして、感染するパターンが多く、オリ・パラに反対して感染拡大と結びつけて報道してきた一部のマスコミもあまり悪口を言えなくなっていると思います。

当院の関係者でオリンピックに参加しているのは整形外科の林光俊先生がバレーボール競技の選手用医療統括者（Athlete medical supervisor）として重要な役目をされています。また、コロナ対策も



【左】林光俊先生【右】河合伸副院長 有明コロシウムにて

あり、河合伸副院長も、医療スタッフとしてボランティア参加されました。河合先生によると、ボランティアは待遇が悪く、会場は有明アリーナとゆりかもめの駅からも遠いし、会場についても案内がないので、ゲートで困ったし、時間も14時半から夜中の12時まで長いうえに、試合を見にいけるわけでもなく、会場の裏のスタッフルームで待機していたということで、もう2度と行きたくないとぼやいていました。でも、行っていない私からすれば、いい経験をされて、羨ましいと思いました。写真で河合先生がやや疲れているのは、そのような理由だったようです。

院長 平川 淳一

【表紙】院長挨拶 【P2】病棟たより（アネックス病棟）【P3】地域生活支援室より

【P4】精神科療養病棟で身体リハビリテーションができるようになりました！【P5】こころの扉

【P6】検査科から

## 平川病院は褥瘡が少ない！ ～実習生が教えてくれた(^\_^)～

今年2月1日付けで、古巣のアネックス病棟（認知症病棟）へ異動となりました。以前より重症（重度のBPSD）かつ身体合併症を併発している患者さんが多くそれに加え、認知症疾患医療センターとしての役割を担っていることもあり、入退院数が増加し病棟業務が煩雑になっていると感じています。

昨年より長引くコロナ禍で多くの看護学生は、臨地実習が満足に実施できない状態が続いています。その状況下で、当院は感染予防策をしっかりと行うことで、実習を中止することなく学生を受け入れてきました。そして昨年より内科病棟とアネックス病棟で、八王子市立看護専門学校の老年看護の実習施設として実習生を受け入れています。水色のユニフォームに白のエプロン姿の学生は明るさと若さに溢れ、患者さんのみならず職員もフレッシュかつ元気パワーを貰っています。先日、その実習の中で看護学生が、平川病院の患者さんは「褥瘡が少ないので驚きました。」と感激していました。（うん？ということはこの病院はもっと褥瘡患者が多いのか。平川すごい！）と思いつつ、褥瘡対策予防委員会のメンバーとして、「褥瘡を作らない」「持ち込みの褥瘡も治す」をモットーとして奮闘している私は、嬉しい気持ちでいっぱいでした。ご存じの様に、高齢者は褥瘡が出来やすいとされています。①老化による皮膚の乾燥・血行不良・新陳代謝の低下によりダメージを受けた皮膚の回復が遅くなる。②寝たきりやベッドでの生活が長引くと、疾患の種類や病状によっては、十分な栄養が摂れない。③栄養不足と体重の低下で、脂肪・筋肉量が減少し、

皮下組織が圧迫を受けやすくなり、血行不良が促進する。④寝たきりの多くの方は、ベッドで姿勢を自由に変えることができず、長時間にわたって同じ姿勢を続けることで血行の悪化を招く。⑤失禁によるオムツ使用。⑥繰り返す誤嚥性肺炎等。これらの要因が高齢者の褥瘡発生リスクを高めます。この危険因子を一つ一つアセスメントし、褥瘡対策予防委員会およびNST委員会と連携しながら、発生予防そして褥瘡治療に向けて努力しています。また医師・看護師・歯科衛生士・言語聴覚士・管理栄養士等、様々な職種が各々の専門性を発揮することで、最高の医療チームが最高の褥瘡予防対策の成果を上げていると思っています。



2025年には、国民の4人に1人が75歳以上の超高齢化社会になります。高齢者が増えれば、おのずと認知症患者が増加します。これからますます増えるであろう認知症の患者さん及び家族の方に、平川病院・アネックス病棟に出会えて幸せだったと思って頂けるように、また実習に来ている看護学生に多くの学びを与えられるように、今後もスタッフとともに頑張ります！

アネックス病棟 師長 本田 美智子

## コロナ禍における入院時の感染対応

地域生活支援室より

現在、当院では感染対策の1つとして、安心した入院生活を送る事ができるように、入院時にPCR検査を行っています。他院からの入院などは担当医や感染委員会で確認の上PCR検査を行わない場合もあります。令和3年5月の入院では45名中25名の患者様が検査を実施しています。

### 入院時の流れ（PCR検査を行う場合）

#### 1. 事務所で受け付け

#### 2. 待合室へのご案内：現在外来患者様とは別の待機場所となっています。

『みやま2021年2月号に掲載』現在は診察も行えるようにパソコンも設置しました。

- ① 外来看護師による検温や問診：問診では、関節痛・倦怠感・咳・息切れ・呼吸困難・味覚・嗅覚異常の有無を確認します。
- ② 荷物の整理：PCRの結果が出るまでの期間（およそ2日。金曜日の入院では結果が遅くなる場合もあります。）私物の持ち込みは可能ですが、荷物は一旦病棟内でお預かりし、貴重品もご家族や経理に預けることとなります。しかし、眼鏡や本などこれだけは持っていないと入院生活に支障があるものは、診察時にご相談ください。

#### 3. 診察終了後：診察が終了するとご家族の方や同伴の方は病棟に入出が出来ない為、ここで患者様と別れてご家族等は手続きとなります。

#### 4. PCR検査実施：PCR検査を行う場所へ移動し診察医が検査します。

インフルエンザ検査のように鼻に綿棒より細長い棒を入れ採取します。

#### 5. 病棟へ移動：病棟看護師と共に入院する病棟へ移動します。



1. 左手側が事務所受付



2. 入院時待機場所（兼、診察室）

入院はただでさえ不安に感じるかもしれません。今回入院時の流れをお話することでイメージしやすくなり、少しでも不安を軽減できれば幸いです。

当院では『患者さまの不安をとること』を理念としています。今後も外来で不安の軽減や不安に感じる事が無いような声掛け対応に心掛けていきます。

看護部 外来 師長 高木 路子

## 精神科療養病棟で 身体リハビリテーションができるようになりました！

現在、精神科病院には全国で約28万人が入院しており、そのうち約17万人は1年以上の長期入院となっています。長期入院には高齢化の他に様々な身体的問題が生じます。例えば、薬の副作用の影響で体が上手く動かせない、運動不足により身体機能が低下し転倒しやすい、さらには食事をはじめとするADLにも介助が必要になるなど、専門的な身体リハビリを必要としている方が多くいます。

これまで身体リハビリは精神科OTが精神科集団療法の中かで対応していましたが、令和2年度に診療報酬改定があり、この改定で身体疾患に対する専門的な個別リハビリが可能となりました。OTに加えPTやSTも介入できるようになったことは、精神科病院の中かではとても大きな改定だったと言えます。とはいえ、実際に精神科病院で身体リハビリを導入するには、医師やセラピストなどのスタッフを揃えたりリハビリ室を準備したりと幾つかのハードルがあり、多くの病院ではまだまだ提供できていない現状があります。



しかし、当院は20年以上前から身体リハビリを提供しています。そのため、令和2年度の診療報酬改定後すぐにそのノウハウを活かし、リハビリを提供することが可能でした。現在のリハビリスタッフはPT14名、OT6名、ST3名（非常勤含む）の経験豊富な人材が在籍しています。広いリハビリ室は温熱、電気治療器の物療機器から自転車やトレッドミル、本格的なトレーニングマシンも完備しています。また、整形外科医も勤務しており、精神科病院にいながら骨折や腰痛などの整形疾患にも対応出来ます。さらに、リハビリテーション科は回復期病院の様に365日で稼働している為、必要な方はいつでもリハビリが受けられます。このような一般病院にも負けない体制を整えている精神科病院は全国的にみても他になく日本でもトップクラスと言えます。

精神科療養病棟での個別リハビリは始まったばかりですが、これまでの経験を活かし、身体リハビリを必要とする多くの患者様に質の高い医療を提供していきます。



## こころの扉 その209 ～運動のススメ～

新型コロナウイルスが蔓延し家の中で過ごす時間が増えて、うんざりしている山崎でございます。最近ではオリンピックをTVで観ながら応援することで気分転換を図っています。ちなみに私はサッカーとテニスとバスケ、卓球を楽しみに観ています。

スポーツ観戦や応援をすることでも気分転換になりますが、自分自身が身体活動を行うことも気分転換やストレス解消に繋がります。将来的な疾病予防だけでなくメンタルヘルスの不調を改善することに有効だと言われています。どのぐらいの運動量が推奨されているかというと、WHO（世界保健機構）では、自覚的にきついと感じる程度の有酸素運動を週に150分、またはスポーツやダッシュなどの激しい運動を75分することといわれています。結構きつい運動量ですよ。私は小さい頃からマラソンは大嫌い、きつい筋トレも大嫌い、強制でなければ自分からわざわざ手を出したくないというのが本音であります。

そんなときにふと、私の学生時代の同期が「Pokemon GO」に関する研究を発表していたのを思い出しました。「Pokemon Go」は実際に外に出てポケモンを捕まえたり、育成やバトルをするゲームです。数年前に

爆発的に流行り、街中でスマホとにらめっこしている集団をみかけたりしました。その研究は日本に住む正社員・正職員の労働者2530人を対象にした研究で、「Pokemon GO」を1カ月以上プレイした人は、そうでない人に比べ、1年後のメンタルヘルスが改善していたというものです。対象者の年齢や性別、喫煙や飲酒などの生活習慣、仕事の量的な負担や裁量権、上司や同僚からの支援の程度などを考慮した上でも、結果は同じだったそうです。



お家生活が続く中、マラソンや筋トレなどきつい運動をいきなり始めなくても、お手軽に始められそうじゃないですか？

でも、感染対策は十分にしてくださいね。

心理療法科 公認心理師 山崎 恵莉菜

## 平川病院に入職して

検査科から

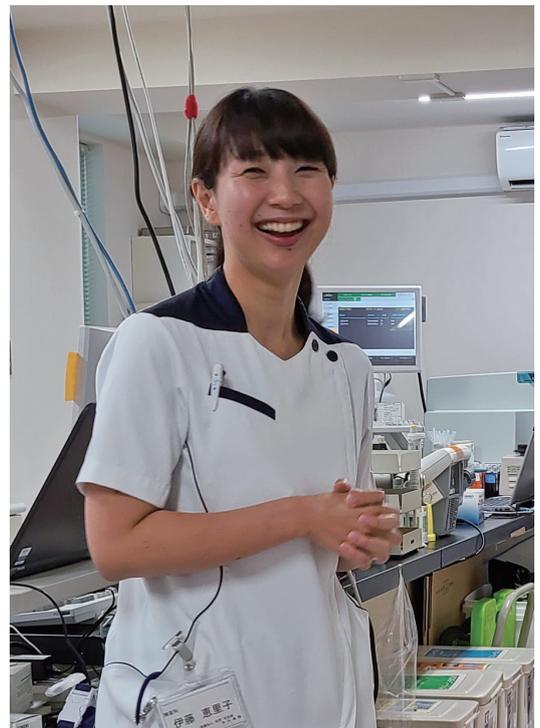
3月より平川病院検査科にて勤務させて頂いております、伊藤恵里子と申します。

早いもので入職してから4ヶ月が経とうとしています。この間に色々な事が沢山ありました。新しいことを覚える楽しさや難しさ、沢山いらっしゃるスタッフの皆様1人1人と接すること、そして何より外来患者様・病棟患者様と接する全てが新鮮で、一つ一つが勉強になっております。

以前は治験業務に携わっており、新薬及びジェネリック承認の治験等、短期・長期に渡り一連の業務を各部署総出で完遂して参りました。治験というちょっと特殊な空間・雰囲気では仕事をしていたので、久々の臨床はやはり学ぶ機会がとても多く、臨場感があり、日々緊張の連続で過ごしております。緊張や不安が大きい中でも、検査科の上司や先輩が不安を和らげて下さったり、初めてのことで丁寧にご指導下さるので、こちらも安心して検査に臨むことが出来ています。早く皆さんのように迅速に丁寧に検査が行えるよう、日々精進していきたいと思っております。

平川病院での検査科の業務は、検体検査や尿検査、心電図や脳波、超音波検査、肺機能検査などの生理機能検査をはじめ、内視鏡検査の補助など、外来・入院に関わらず、日々様々な検査を行っております。やはりどんな検査でも不安は伴うと思っております。私自身もそうです。だからこそ、そんな不安が少しでも和らぐよう、技師として勤めていきたいと思っております。

他部署の方々にもご迷惑やお世話をおかけすることが多々ありますが、何卒ご指導、ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。



筆者

中央検査科 臨床検査技師 伊藤 恵里子

### 編集後記

オリンピックの団体球技種目で金メダルを獲得しているのは、バレーとソフトのみ。バレーは前回の東京大会で女子が金を獲得、東洋の魔女が火付け役で現在のママさんバレーが盛んに。女子は1968メキシコで銀、1972ミュンヘンでは、バレーは人気種目で金銀を獲得、テレビで応援した記憶あり、1976モントリオールで女子が金を獲得、私が中学、高校の頃は、バレーは男女ともに花形の部活であった。林先生、今回の男子の活躍おめでとうございます(^)

医療法人社団光生会 平川病院

東京都八王子市美山町1076

電話 042-651-3131

FAX 042-651-3133

編集 平川病院 広報委員会

ご意見ご感想はこちらへお願いします

kouhou@hhsp1966.jp

