

かしま

HOT 通信

4月号 Vol.351

令和4年(2022年)4月1日発行

■編集/かしま病院広報企画室
■発行/社団法人 養生会

〒971-8143
福島県いわき市鹿島町下蔵持字中沢目22-1
tel.0246-58-8010(代) fax.0246-58-8088

ご意見・ご感想は...

上記住所へ郵便、またはEメールでお送り下さい。
かしま病院広報企画室まで
kouhou@kashima.jp

ホームページ <https://www.kashima.jp>

かしま病院

検索

スマートフォンをご利用の方は、

QRコードを読み取り、アクセスしてください。

PCサイトと同じ内容がご覧頂けます。

1
2

巻頭特集

家庭医療の専攻医にインタビュー

(藤井 慎之輔 医師 & 永井 拓 医師)

3

「令和3年度 看護補助者養成講座」を
開催しました

コラム ひんがら目(178)

『ウクライナの悲劇 独裁者プーチン』

呼吸器科 部長 山根 喜男

4

ようこそ家庭医療へ!

リハビリPOST

院長交代のお知らせ

「令和3年度 勤務環境改善好事例セミナー」
にて事例講演しました

社団法人 養生会
かしま病院
創立39周年

4月5日はかしま病院の創立記念日で、今年で39周年となりました。当院は開院以来、「地域医療と全人的医療の実践」を理念に地域医療を続けてきました。これからも地域の皆様に寄り添い、地域医療に貢献していきたいと思っております。

巻頭特集

家庭医療の専攻医(藤井 慎之輔 医師 永井 拓 医師)にインタビュー



— 当院で研修してみたいかですか? —

永井 かしま病院で研修を始めて半年経ち、ようやく慣れてきた感じがします。前の病院では急性期の患者さんが中心だったので、治療が終わってから継続して患者さんと関わることは少なかったです。かしま病院では、地域包括ケア病棟、回復期リハ病棟、介護医療院などがあり、退院先の検討や外来診療、訪問診療などで治療が終わってから患者さんと継続した関わりがあります。治療後の生活について鮮明にイメージをもって対応していくことが重要だと実感しています。

藤井 私も同じく急性期病院で勤務していたので、かしま病院のよ

当 院では、家庭医療を学ぶために研修をする専攻医を受け入れていきます。家庭医療とは、医学的な専門知識だけでなく、患者さんや地域で暮らす人の健康を幅広く担当する医療分野のことです。初期研修が終了し、専門研修の一環として働きながら家庭医療の見識を深め、更なる経験を積んでいくこととなります。昨年4月から当院で勤務している藤井先生と、10月から勤務している永井先生も家庭医を目指す専攻医です。それぞれ当院での研修が開始してから一年、半年の節目となった今回は、お二人に当院での研修について話をお聞きしました。

うに慢性期の患者さんの診療が多く、在宅まで対応している病院での勤務は初めてです。外来から患者さんとの関わりが始まり、入院から在宅まで継続して対応することができるようはとも勉強になります。

— 指導医の先生方との関わりについて教えてください —

藤井 指導医の敦先生、藤原先生、聡子先生には、診療上迷ったときなどについても相談しやすい体制だと思います。敦先生と藤原先生には診療上の相談は勿論のこと、聡子先生にはプライベートの相談にも乗っていただいております。

永井 確かに総合診療科の指導医の先生方はいつでも相談できるのがあるがたいですね。循環器科、画像診断、呼吸器など専門医の先生もいらっしやるので、患者さんの状態に応じて専門的な視点からアドバイスを頂くことができ、とても進めやすいです。

— 研修中の業務内容について教えてください

永井 病棟業務、外来業務、救急対応、ワクチン接種など、様々な業務に携わらせていただいています。どれも重要な業務ですが、私は特に外来業務に重きを置いています。先ほどお話しした通り、急性期病院に勤めていた時よりも患者さんと深く関わる必要があるのですが、症状の経過やそれによる生活の変化などを考えて診療する必要があります。

藤井 研修中の業務内容は永井先



藤井 慎之輔 医師

(ふじい しんのすけ)

専門：総合診療科

出身大学：福島県立医科大学

生と大体同じです。かしま病院で担当した患者さんは、急性期病院よりも、生活背景が複雑な方が多い印象があります。例えば、老々介護、認知症の患者さんの一人暮らしなどですね。指導医の先生のアドバイスを受けながら対応していますが、まだまだ学ぶべきことは多いと感じています。

— 印象に残っている患者さんはいましたか

永井 私から一件お話しします。指導医の藤原先生と一緒に担当した患者さんで、外来に腰痛を訴える患者さんが受診をしまして、検査をしたところ末期がんが見つかりました。入院で痛みのコントロールをしながら、最期をどのように過ごしたいか話をしたところ、ご本人から「最期は自宅で過ごしたい」という希望がありました。とは言っても、ご家族は自宅で最期まで見ることができると不安が

強い様子だったので、ご家族の思いを傾聴しながら退院後について話を進めていきました。結果としては、訪問診療を導入して自宅に退院することになり、私自身もご自宅に訪問させていただきました。自宅に退院してから一週間ほどで亡くなられたのですが、苦しむ様子もなく最期を迎えられたことで、ご家族からも感謝の言葉を頂きました。

外来、入院、訪問診療という流れで最期まで一人の患者さんを診ることができ、非常に印象に残っています。

— 休日の過ごし方について教えてください

永井 北海道で生まれて、大学から福島市で過ごし、昨年10月からいわき市に住んでいます。いわき市は雪や寒暖差が少ないのでとても過ごしやすいですね。先日、妻と三崎公園を散歩してきました。



永井 拓 医師

(ながい たく)

専門：総合診療科・家庭医

出身大学：福島県立医科大学

た。昨年10月頃にはフラワーセンターにも行きました。

藤井 私もフラワーセンターとマリンタワーに行きました。現在火曜日から木曜はかしま病院で勤務し、金曜日は郡山で研修、土曜から月曜は群馬に戻る生活をしているのですが、なかなかオフの日がないのですが、時間を取れるときには子供と遊んだり、ゆっくり体を休めたりして過ごしています。

— 研修後のコンプレックス

藤井 将来的には、群馬の実家の診療所を継ぐことを考えています。この研修期間の中で、在宅で生活する患者さんの診療や慢性的な患者さんのケアなど、家庭医としての必須スキルを身に着けたいと考えています。現時点での達成度はまだ50%から60%くらいだと思っているので、残りの研修期間でも多くのことを学んでいきたいと思えます。

永井 研修終了後のことはまだはっきりと決めていないのですが、緩和ケアに興味があるので、その道について勉強することも考えています。この研修を進めていく中で経験を積み、しっかりと方向性を定めていきたいと思えます。



Discussion

お話しいただきありがとうございます。藤井先生は来年3月まで当院で研修をした後、また次の場所で家庭医療の知識と経験を深めていきます。当院の研修で、目標とする家庭医療に少しでも近づくことができたら素晴らしいことですね。これからもがんばってください！

4月からは、新しく2名の専攻医が当院で研修を開始するので、合わせて4名の専攻医が当院で家庭医療の道を進んでいくこととなります。

かしま病院は今後も研修医、専攻医を受け入れて、医師の育成に力を入れていきます。

令和3年度

「看護補助者養成講座」を開催しました。



令 和4年3月8日(火)～10日(木)の3日間、「看護補助者養成講座」を開催しました。いわき市はかしま病院が会場となり、6名の方が受講しました。

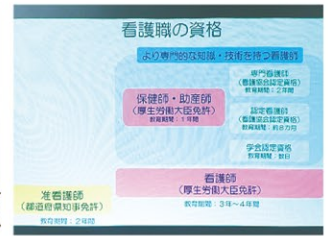
本講座は福島県の主催で実施されており、医療機関における看護職員が専門性を必要とする業務に専念できるよう、看護補助者の養成と医療機関への就業支援を行い、看護補助者の活用促進を図ることが目的です。

当院の看護師や理学療法士が講師となり、医療制度の概要から始めて看護補助者の業務範囲や役割、体位変換・移乗の介助(実習)、感染予防の対策例、医療安全について等講義しました。参加者の皆さんが真剣にメモを取っていたり実習されている姿がとても印象的でした。

3日間の短期集中の講座、皆さん本当にお疲れ様でした!



移乗の介助



体位変換

Lecture

ウクライナの悲劇 独裁者プーチン

ウクライナに振り回される2年間ですが、ここ1ヶ月はウクライナが一番気掛かりです。ソ連崩壊後のロシアの復活に多大の実績をあげたプーチン大統領でしたが、元ソ連の秘密警察KGBでの経歴やその顔貌から見て危ない人だとは感じていました。あそこまで権力を集中させるには相当強引なことをやって来たのでしょう。国内からの批判をかわすには目を外に向けさせるしかなく領土を拡大させていますが、ウクライナへの侵攻は尋常ではありません。人の道から外れています。もはや、国家間の争いではなく病める独裁者の暴挙であり世界中が手をこまねいています。永く権力の座にいと周囲はイエスマンばかりになり、忖度し情報も権力者に都合の良いものしか伝わりません。そして裸の大將は増長します。直言居士は権力者により粛清され、やがては誰ひとり独裁者を制御することが出来なくなり、暗黒の歴史が繰り返されます。

そんな独裁者の出現を抑制するために権力者の多選を禁止してきた歴史がありますが、近年そんな規約を変更するリーダーが増えています。永久政権を目指すプーチン、習近平、それどころかわが国にもそんな人物が見られます。

しかし権力はやがて腐ります。情報操作で国内を欺き、対外的には生物・化学兵器の使用をおおせ核兵器使用をも躊躇わないようでは、内外いずれからも止めるのが困難です。馬鹿に刃物とはこのことです。

今後どうなるのか皆目不明です。人類はこういう事態を起こさないように



ひんがら目(178)

観智を集めてきた筈ですが歴史は繰り返されます。国家間の問題と、国内の問題の2つがあります。国家間の争いの原因のひとつに教育があります。中国や韓国での反日教育に見られますように、権力者が国民に他国への争いを正当化する教育をしている可能性があります。また、ITにより監視された社会では自由な発言ができません。勇気を出して発言しても言論統制を受け身柄を拘束されることもあります。これを回避するために表現の自由を主張する人たちが多いため、過度の表現の自由にも問題があります。SNSなどでは異見を言うことが炎上されます。情報を操作する力により論調が偏向することもあり、何が真実でなにが虚偽なのかもはっきりせず、問題は複雑です。真実を見抜く判断力をつけなさいと言われますが、それは容易ではありません。真実を見抜く教育が重要です。

国内の問題では、権力に盲従しない智慧が必要です。徒に権力に反対するのは賢明ではありませんが、どんな場合にも一度は疑問を持つことが肝要です。プーチンをこまで増長させたことに対してはロシア国民にも反省が必要です。

国際的には、プーチンの次は習近平が心配です。ウクライナは、明日の台湾の可能性があります。

また、国内的には、森友学園・加計学園や桜を見る会などの疑惑問題をもみ消した安倍晋三元総理の3度目の権力の座への復帰が現実化しないか心配です。

人間は弱いものです。餌をぶら下げられたり、脅しを掛けられたら、自己をごまかしかねません。しかし、国民を裏切らないように平素から良識を持つことが大切です。

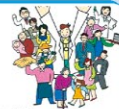
(呼吸器科部長 山根喜男)



ようこそ 家庭医療へ!

第146回

1円で笑うものは10円で爆笑!



診療部 石井 敦

～ いわきに生きる家庭医育成への挑戦 ～



「1円を笑うものは1円に泣く」という、少額でも粗末にはいけないという格言は有名ですし、それはそれでとても大切なことですが、今回は「1円で笑うものは10円で爆笑」という全く別の格言の

話です。「1円を笑うものは1円に泣く」の場合の1円とは「とても些細なもので価値がない」という設定ですが、「1円で笑うものは10円で爆笑」の場合の1円とは「とても価値がある」という、とてもポジティブな受け止めですし、ましてその10倍の価値がある10円があれば爆笑!というわけです。

皆さんは、ささやかな良い出来事で爆笑することが出来ますか?あなたの回答が「はい」なら、あなたはとてもラッキーな人です。実は、健康な若い人でも1日数千個のがん細胞が発生することが種々の研究で示されています。これらのがん細胞を退治しているのが、白血球(血液の中で身を守るために活躍している兵隊さん)の一種であるナチュラルキラー

(NK)細胞です。人間の体内にはNK細胞がおおよそ50億個もあり、その働きが活発だとがんや感染症にかかりにくくなるということが知られています。

人が笑うと、免疫をコントロールしている脳の一部にその刺激が伝わり、情報伝達物質が活発に生産されます。笑いによって作られた伝達物質は、血液やリンパを通じて体中をめぐり、NK細胞の表面に付着し免疫を活性化します。その結果、がん細胞やウイルスなどの病原体を退治します。逆に、悲しみやストレスなど笑いと相反する情報を受け取ると、NK細胞の働きは鈍くなり免疫力が低下してしまいます。

ちなみに、免疫力は強ければ強いほど良いわけではありません。関節リウマチなどの自己免疫疾患は、体に悪影響を及ぼすがん細胞や病原体だけでなく、本来衛るべき自身の体を敵と誤認して攻撃してしまうことで引き起こされます。実は、笑いには、こうした免疫システムの誤作動を抑制する効果があることも知られています。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



コロナ禍での取り組み

新型コロナの渦中において、感染予防策が重要視される今、リハビリテーション部ではリハビリ室の定期的な換気や消毒を行っています。リハビリ職員については患者様に直接接触、近距離でコミュニケーションをとるといった

から、マスク、フェイスシールド着用しております。また病棟においては家族と患者様の面会禁止の他、退院の前段階として行っている外泊訓練を中止するなど、外部との接触を避け感染予防を徹底しています。そのため患者様にとっては病院の外へ出られず、直接家族と顔を合わせて話す機会が少ない状況となっています。

一方で、家族との面会をオンラインで行ったり、退院後の生活のフォローアップとしてリハビリ職員が自宅へ訪問したりするといった

取り組みも増えています。入院患者様の中には、家族へ手紙を書いてやりとりをしたり、携帯電話で連絡を取り合ったりと、制限された状況の中で家族とのつながりを保ちながら工夫して過ごされている方もいます。このようにかしま病院では不利益を少なくできるように状況に合わせた対応を行っています。

最後に退院された患者様からの手紙に書かれていた印象的だった言葉を紹介したいと思います。「知好楽」という論語の一節で、知るよりも、好むよりも、楽しむことが大切であるという意味です。コロナ禍での様々な不安の中、楽しさを見出すのは容易ではありません。しかし、このような状況だからこそ前向きに考え、患者様にとってリハビリが楽しいと感じられるような時間となるように心がけたいと思います。

理学療法士 長岡 哉



アクリル板で飛沫対策

院長交代のお知らせ

— 渡邊 修 院長 から 石井 敦 新院長へ —

令和4年3月31日をもってかしま病院渡邊修院長が退任し、4月1日付けで名誉院長に就任いたしました。

また、4月1日付けで院長心得の石井敦がかしま病院院長に就任しました。

次号以降就任挨拶を掲載予定です。今後ともかしま病院をよろしく願いいたします。



かしま病院

名誉院長
渡邊 修

かしま病院

院長
石井 敦

勤務環境改善 好事例セミナー にて事例講演しました。

「いきサボ」公式キャラクター
ひまわりちゃん

3月7日(月)、当院の「院内託児所、カウンセラーによるカウンセリング、在宅勤務の整備等」について、人事課の菅波がオンラインにて事例講演を行いました。

講演内容については「いきいき働く医療機関サポートWeb(<https://iryoin-kinmukankyou.mhlw.go.jp>)にて公開される予定です。