



No 23

理念

・地域に貢献する病院

基本方針

- ・地域に根ざしたトータル医療の提供
- ・生活習慣病や高齢化社会に対応した医療の提供
- ・予防医療の推進
- ・プライマリケアの実現
- ・ゆとりある空間の提供
- ・朗らかで明るい職場づくり

<http://www.rinko-hp.com>



はさぎ 満願寺稲架木並木(秋葉区) 撮影:霜鳥 孝 院長

病院機能評価受審について

病院機能評価準備委員会

委員長 (内科部長)

坂井 邦彦



今年の夏は猛暑が続き、体調を崩される方が多くみられました。皆様も暑さ対策や体調管理には大変気を遣われたことと思います。さて、当院ではこの夏の初めに日本医療機能評価機構による病院機能評価を受審しました。

病院機能評価とはより質の高い医療を患者様に提供できているかどうかを第三者に評価してもらうことをいいます。医療技術は日々進歩し、病院に求められるものが高度化・多様化してきています。また、病院で行われる医療サービスは医師や看護師など多くの専門職が組織的に連携をとることで成り立っています。そのため、組織としての病院の機能、その質を第三者から客観的に評価してもらう必要があるのです。

具体的には院内感染や医療安全等の約400以上ある評価項目をマニュアルや実際の記録などを基にチェックされ、全てが基準をクリアしていれば、合格となります。ですから、グルメやホテルなどの格付け評価とは異なります。また、合格しても報酬が上がるわけではなく、直接的なメリットはありません。一定の基準をクリアすることが、患者様へのサービスの向上や我々スタッフの仕事への自信につながると考えています。

当院は既に5年前に病院機能評価をクリアしており、今回は再受審となります。その間にも医療へ要求されるものの変化に応じて、徐々に体制の見直しを図ってきました。今後も皆様方にとってよりよい病院であるよう研鑽を積んでいきたいと考えております。

サマーコンサート

8月27日17時より1階エントランスホールにおいて第2回サマーコンサートが開催されました。今回は、高橋なおみさんの華やかなピアノ演奏からです。ベートーベンの「月光」などの美しい音色がホールに響きました。スペシャルゲストには演奏家の川崎祥子さんをお招きし、夏に因んだ曲や懐かしい曲を披露していただきました。なかでも川崎さんが選んで下さった「上を向いて歩こう」は絶妙で、ピアノの美しい調べが演奏の合間の温かいトークと相俟って、ホールは優しさで満たされました。エンディングにはフルートの斉藤美里さんとピアノの伊藤晃子さんに名曲の数々を演奏していただきました。今回は、サクソスおよびギター演奏も新たに登場しました。

今回のコンサートはクリスマスに予定しております。

(内科医師 風間咲美)



▲川崎祥子さん



市民公開講座

恒例になりました「新潟臨港病院市民公開講座(第4回)」を9月25日に開催いたしました。

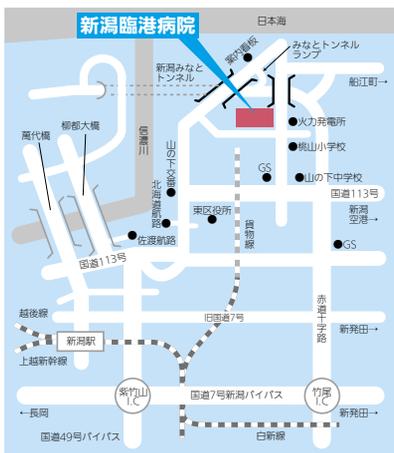
今年は歯科口腔外科の岡野医師、近藤歯科衛生士より「自分の歯をいつまでも大切に」と題し、虫歯や歯周病予防、歯ブラシの使い方などの講演がありました。また、講演後も参加者より熱心に質問をお寄せいただきました。参加者アンケートでは皆様より「良かった」「次回も是非参加したい」との回答をいただきました。

「市民公開講座」は毎年1回のペースで開催しております。院内掲示やホームページ等でご案内いたしますので、次回も多数ご参加下さいますようお願いいたします。

(地域連携センター)



アクセス



■バスご利用の場合(いずれも臨港病院前下車)

- ◎新潟駅より(新潟交通13系統/13A系統)
山の下・臨港2経由 北葉町行き/(循環)新潟駅行き
- ◎市役所前より(新潟交通4系統/4A系統)
沼垂・臨港2経由 山の下(末広橋)行き/(循環)市役所前行き
(市役所前からは5系統のバスも利用できます。※乗り場注意)
- ◎がんセンターより(新潟交通5系統)
古町・入船(営)・みなとトンネル経由 臨港病院行き
- ◎石山出張所より(東区区バス)
松崎ルート(石山~大形本町1~浜谷町~東区役所) 東区役所行き

■自動車ご利用の場合

- ◎国道7号新潟バイパス 竹尾I.Cより 約5km、紫竹山I.Cより 約6km
- ◎みなとトンネル(入船側)からは、ランプ出口(北海道航路方面)で出て下さい。(その後案内看板あり)

■病院無料送迎車/※当院休診日は運休

【当院周辺循環】(臨港病院発~山の下~国道113号~桃山町~臨港病院着)

- 【運行時間】8:30~13:30(約15分おき)
- 【停車場】①調剤薬局前 ②山の下(大阪屋様前) ③末広橋(東区役所向かい国道上)
- ④北葉町(新発田信金様前) ⑤秋葉通(割烹内田様前) ⑥桃山町(秋葉郵便局前)

【佐渡汽船発】(※汽船到着が遅れる場合は接続しません)

- 【汽船接続】○両津 5:30発の場合 → 新潟 8:00着 → 送迎車 8:10発 → 臨港病院 8:25着
- 両津 6:30発の場合 → 新潟 8:50着 → 送迎車 9:00発 → 臨港病院 9:15着

【乗車場所】ターミナル裏手(航送車待機場側)佐渡汽船事務所入口付近

メタボリック シンドロームでござん

内科医師 保川 亮太

①メタボリックシンドロームの判定方法

たは善玉コレステロール値40mg/dL未満

②最高血圧130mmHg以上、または最低血圧85mmHg以上

③空腹時血糖値110mg/dL

最近、テレビや雑誌のダイエット特集に「メタボ対策」などの言葉が使われ、メタボリックシンドロームの事を太りすぎの事だと思っている人もいるようですが、実はそうではありません。メタボリックシンドロームのもともとの意味は「代謝異常症候群」で、体

の中で代謝がうまくいかなくなり、それが原因で様々な病気になってしまふ可能性がある状態のことです。内臓脂肪蓄積（内臓脂肪面積100平方cm以上）の目安としてのウエスト周囲径（へその高さ）が男性で85cm、女性で90cm以上を必須項目とし、さらに

②メタボリックシンドロームの怖い点

メタボリックシンドロームが、日本の死亡率の上位を占める、がん・心臓病・脳卒中を引き起こす原因となります。特にメタボリックシンドロームの4つすべての項目「肥満」、「高脂血症」、「高血圧」、「糖尿病」を合併した場合「死の四重奏」といい、心筋梗塞や脳梗塞

などが非常に高い状態となります。ちなみに死の四重奏に喫煙が加われば死の五重奏といえます。

③メタボリックシンドロームの改善方法

メタボリックシンドロームの治療で一番大切なのは内臓脂肪を減らすことです。まず食事や運動などの生活習慣を工夫・改善しましょう。運動は内臓脂肪を減らすのに大変有効です。内臓脂肪は溜まりやすく減りやすい、皮下脂肪はゆっくり蓄えられて減りにくいという特徴があります。皮下脂肪はなかなか減少しませんが、内臓脂肪は減少します。毎日心がけて歩くようにする、室内でも軽く体を動かすなど、ライフスタイルに努めて運動を取り入れましょう。

①中性脂肪150mg/dL以上、ま

など、動脈硬化による病気のリスク

を動かすなど、ライフスタイルに努めて運動を取り入れましょう。





認知症 予防と生活の工夫

リハビリテーション科

作業療法士 佐藤 夏子

年齢を重ねるうちに「最近物忘れが増えてきたな」と思う方は多いのではないのでしょうか。これは、脳の神経細胞が20歳頃をピークに徐々に減少することによって起こる「物忘れ」で、誰にでも起こりうるものです。一方「認知症」は、脳の神経細胞の減少が通常よりも早く起こり、病的な記憶障害を来します。朝ごはんを食べたにも関わらず、食べていないと言ったり、体験そのものを忘れてしまいます。また、自分が忘れたという自覚すらも乏しい傾向にあります。

認知症は大きく分けて、「アルツハイマー型認知症」と「脳血管性認知症」の2種類があります。「アルツハイマー型認知症」は、原因がよく分かっている

のですが、脳に広汎な萎縮が認められ、脳機能全体的に障害が起こり、進行性で症状も重くなるのが特徴です。もう一つの「脳血管性認知症」は、脳梗塞など脳の血管がつまることで引き起こされます。症状としては、部分的な脳機能障害が多く、忘れやすい所としっかりと覚えている所が混在しているなど、まだらな症状が特徴的で、経過も多様です。こうした認知症は、お年寄りの病気と思われがちですが、引き起こされる原因があれば30〜50歳の働き盛りの方にも「若年性認知症」として起こる可能性があります。

残念ながら現在の医学では、認知症を完全に治す・予防するといった治療法や薬剤はありません。しかし常日頃、脳を刺激して働きを活発にするこにより、認知症の症状は現れにくくなり、認知症の予防につながります。そこで、認知症予防に効果的とされている活動をいくつか紹介しますので、生活の中に取り入れてみましょう。

①**定期的な全身運動**…散歩、ウォーキング、水泳など。全身、脳の血流が良くなり、脳の機能が向上します。

②**趣味を持つ**…将棋、囲碁など頭を使うゲーム、短歌や俳句など言葉を思

い出しながら文章を作る趣味、編み物など指先を動かす作業。これらは脳の活性化につながります。

③**複数の人との会話**…2人より、3人以上の集団で会話する方が脳は活性化します。また、家族以外の人との交流がより効果的です。

④**計画を立てて行動する**

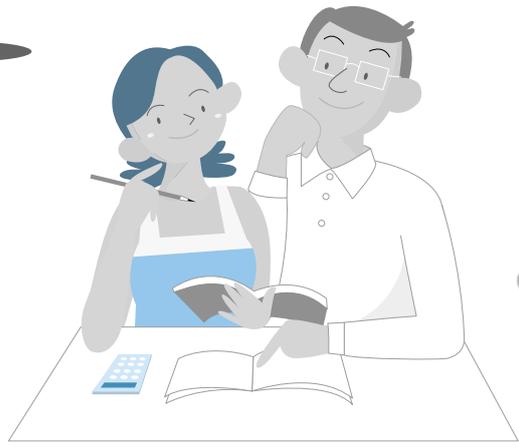
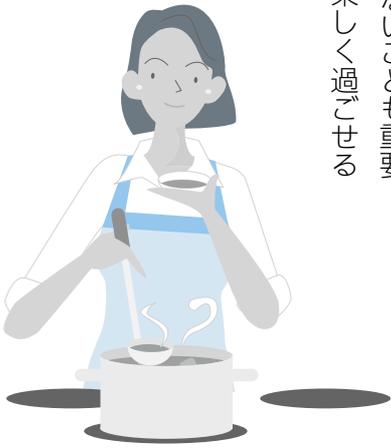
⑤**日記をつける**

⑥**料理をする・献立を考える**

⑦**脳の体操・トレーニング**…ごく簡単な「読み・書き・計算」を行うと、

脳の活動は活発になります。難しすぎる課題では効果が薄く、すらすらと間違わないでできる内容のものが効果的です。書店に『脳トレ問題集』なども販売されているので、利用してみるのも良いでしょう。

以上が、脳に良いとされている活動ですが、その他にもバランスの良い食生活やストレスを溜めないことも重要です。明るく、毎日を楽しく過ごせるようにしましょう。



今年の夏は本当に暑かったですね。体調を崩した方もいたでしょう。体調を整えるには食べることが一番と都合のいいように考えて夏太りしてしまいました。何事もほどほどが良いようです。さて今回は私達の6階の病棟をご紹介します。病棟としては一番上にあるので、開放的な窓の外には佐渡島、粟島、カトーフェリー。青い空に飛行機と療養環境としては恵まれており、患者さんやご家族からの評判も良いようです。病棟は内科と眼科がメインです。内科は消化器・呼吸器・循環器・腎臓・糖尿病など多岐にわたっています。又睡眠時無呼吸症候群の指定ベッドもあり、連日検査の受け入れを行っています。眼科は白内障の手術が殆どで3日間の入院で退院されます。入院は月に100件ほど受け入れており、パスを上手く活用して入院生活の予定を患者さんにお知らせしています。又、在院日数も短く平均13日程度。医療依存がある状態で退院することが多く、少しでも安心して在宅生活ができるように退院支援と指導に力を入れています。介護保険を利用して在宅で生活する方も多く、ケースワーカーや訪問看護、デイサービス、福祉用具の担当など他職種の人達との連携も行っています。



社会背景や地域性もあり、患者さんは年齢の高い方が多いように思います。生活環境の変化や治療により認知症状が出る事がありますが患者さん個人の状況に応じて対応するように心がけています。朝、談話室の大きな窓から差し込む日の光も体内時計を整えるのに大きな役目をはたしているようです。毎日多くの患者さんや家族との出会いがあります。病棟職員を大切にしていきたいと思っています。病棟職員の年齢は若いですが、とびっきりの笑顔と誠実な対応を心掛けています。医師との連携もよく、明るい雰囲気看護をしています。病院に来る機会はない方がよいとは思いますが、6階病棟に入院して良かったと思ってもらえるようにこれからもスタッフと一緒に学んでいきたいと思っています。

INFORMATION

新任医師をご紹介します

倉石 達也 医師(整形外科)



はじめまして。倉石達也と申します。十日町病院より10月から赴任して参りました。出身は上越市三和区です。お役に立てるようにがんばりますのでよろしくお願い致します。

茂木 崇治 医師(研修医)



インフルエンザワクチン接種希望の方へ

11月1日より予防注射を行います ☆予約制になります

受付方法

10月1日(金)から予約受付開始
受付時間: 14:00~16:00(月曜日~金曜日)
電話番号: 274-5331(代)

接種時間

10:00~12:00(月曜日~金曜日)

※ご不明の点は職員におたずねください。入院患者さんは病棟看護師におたずねください。

新潟臨港病院 診療案内

平成22年10月現在



当院は(財)日本医療機能評価機構の医療機能評価認定病院です

診療科	時間帯	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土		
内科	午前	8:30~11:00	窪田	窪田	窪田	窪田	—	—	大学医師(SAS)	—	
			風間	鈴木(裕)	井上	井上	鈴木(裕)	井上	大学医師	—	
			大澤※	大澤※	保川※	—	保川※	大澤※	大学医師(SAS)	—	
			大学医師	坂井	大学医師	坂井	大学医師	坂井/松山	坂井/松山	—	
			桶谷	松山	霜鳥※	桶谷	松山	霜鳥※	桶谷	—	
	※霜鳥医師・大澤医師・保川医師の診察は9:30から										
	(SAS)は睡眠時無呼吸症候群外来	午後※	予約制(専門外来)	—	—	—	—	—	—	—	—
				—	—	—	風間	—	—	—	—
				保川	保川※	大澤	村山	—	—	—	—
				—	—	—	—	坂井(SAS)※	—	—	—
霜鳥				桶谷	—	松山(SAS)※	—	—	—	—	
※午後(月~金)の診療時間は13:30~16:00 ※火曜(保川医師)は隔週 ※木曜(松山医師)第5木曜は休診 ※金曜(坂井医師)は、12月より水曜に変更予定											
外科・こう門外科	午前	8:30~11:00	小林	小林※	畠山	小林	畠山	渡邊	畠山		
			飯合※1	畠山	渡邊※2	渡邊※2	渡邊※2	—	—		
※火曜日(小林医師)の診療は、こう門外科紹介外来(予約制) ※1の診察は10:00から ※2の診察は10:30から											
整形外科	午前	8:30~11:00	鈴木(順)	大学医師	鈴木(順)	倉石	鈴木(順)	鈴木(順)/湊	倉石		
			湊	湊	倉石	湊	大学医師	—	—		
眼科	午前	8:30~11:00	橋本	橋本	橋本	大学医師	橋本	—			
産婦人科	午前	8:30~11:00	西山	西山	西山	西山	西山	西山	西山		
	午後※	13:00~16:00	—	西山	西山	西山	—	—	—		
※午後(火~木)の診療時間は14:00~											
皮膚科	午前	8:30~11:00	—	坂本	坂本	—	坂本	—			
脳外科	午前	8:30~11:00	—	—	—	—	大学医師	—			
歯科口腔外科	午前	8:30~11:00	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野	岡野		
	午後※	13:00~16:00	岡野	岡野	大学医師※	岡野	岡野	—	—		
※午後の診療時間は14:00~ ※水曜午後(大学医師)は義歯専門											
泌尿器科	午前	8:30~11:00	—	大学医師	—	大学医師	—	—			
耳鼻咽喉科	午前	8:30~11:00	—	—	—	—	—	大学医師	大学医師		
	午後※	13:00~16:00	—	—	大学医師	—	大学医師	—	—		
※午後(水・金)の診療時間は13:30~											

・当日受付で2科受診される方は10:00までに受付においでください。

~当院の外来休診日~ ・第1・3・5土曜日 ・日曜、祝祭日 ・土曜の午後 ・年末年始(12/30~1/3) ・創立記念日の午後(5月22日) ・8月13日

新潟臨港病院 広報誌 みなと No.23

■発行：平成22年(2010年)10月25日
 ■編集：新潟臨港病院 広報委員会
 〒950-0051 新潟市東区桃山町1丁目114番地3
 TEL 025-274-5331(代) FAX 025-274-4560
 URL <http://www.rinko-hp.com>

ご意見・ご感想など大募集!

当広報誌では、読者の皆さんからのご意見やご感想をお待ちしております。
 お気軽に広報委員会までお寄せ下さい。

「みなと」24号は明年1月4日発行予定です。

早いもので今年最後の「みなと」の発行になります。最近記憶力に自信がないのですが、今年の今頃は「新型インフルエンザ」で大騒ぎをしていたように思います。

インフルエンザワクチン予防接種については中面にご案内しておりますが、基礎的な抵抗力をつけておくこともさらに大切かと思えます。適切な栄養摂取や睡眠などに心がけ、来るシーズンに備えましょう。

編集後記