

News Letter

ほっとする話

整形外科部長 北岡謙一

みなさん、こんにちは。整形外科の北岡です。さて、病院で毎日働いていると、多くの患者さんと話をする機会があります。通常、その話は病気や障がいについての辛い話が多いものです。でも、時々何気ない患者さんのひとことに感動したり、ほっとしたりすることもあります。

今回は、ほっとした話をいくつか紹介したいと思います。

◎外来での74歳男性Aさんのひとこと

Aさん「先生、6年後のオリンピックピックを見に行きたいけん、腰と膝を治したい。」

私「どうしてですか？」

Aさん「50年前のオリンピックの時、東京で働きよってねえ。次のオリンピックも自分の足で歩いて見に行きたいがよ。」

私「そりゃあ、えい目標ですねえ。」「頑張ってください。」

74歳の男性にとって、腰と膝が痛い状態では、歩行を維持するだけでも大変な努力が必要です。ましてや、6年も先に目標をたてることは、一見無謀な感じもします。ただし、Aさんの目は真剣で、やる気に満ちていました。その時に私は、人生の目標がある人は治療を頑張れるということを再認識しました。腰、膝が痛いから治療するのではなく、現在や将来の目標のために腰、膝の痛みを治療する姿勢こそ大切なのだと感じました。



◎頸椎(首の骨)の手術2週後、83歳女性Bさんのひとこと

Bさん「先生、髪を染めてもええろうか？」

私「無理な姿勢にならんかったら、染めてもいいですよ。」
「そういや、髪の色が白くなっちゅうね。」

Bさん「そうなが。おばあさんみたいやろー!」

「首の手術して、まだ2週やけん、動かしたらいかんかと思よかった。」

私「そらあ、きれいにならないかんね。」「染めたやー!」

83歳の女性が、手足のしびれや麻痺で頸椎(首の骨)の手術を受けることは、大変なことです。

しかし、Bさんの場合、手術して2週間後に身だしなみの心配をしているわけです。83歳という年齢だけでも、手術も受けて症状を改善して、人生をより前向きに生きていきたいというBさんの姿勢が感じられます。年がいったか

ら、おばあさんになるのではな
くて、おばあさんみたいになら
ないようにする努力を続けるこ
とが大切なのでしょう。「染め
たや(染めてはどうですか)！」
と言った後のBさんの嬉しそ
うな顔が忘れられません。回診の
時、職員みんなが笑顔になり、
Bさんの前向きな姿勢に感動し
ました。



◎外来での74歳女性Cさんのひと
と。

Cさん「あと10年は元気でおら
ないかん。」

私「目標があって、えいですね。」
「10年後には何があるんですか？」

Cさん「遅くにできた孫の花嫁
姿を見たい。」

私「10年いうたら、今から一生
懸命やらないかんねえ！」

Cさん「見やらいが終わったら
孫やらいが忙しいのよ。」

苦労して子育てをして子供が
一人前になった時、自分のため
にのんびり生活してもいいのに、
Cさんは孫のために日々生活し
ています。「見やらい」という
言葉は中国四国地方の「子育て」
を意味する方言らしいのですが、
なんとも気持ちがこもったよい
言葉に感じます。見やらいが終
わって、孫やらいに生きがいを
感じているCさん。Cさんのお
母さんも同じように、子供を一
生懸命に育ててきたのでしょ
う。自分のためではなく子供や孫のた
めに、当然のように、努力でき
るCさんの姿勢に感動しました。



誰しも、病院に来て治療を受
けたいわけではありませぬ。ま
してや、加齢からくる慢性疾患
の治療は、「老い」との戦いで
あり、「生活」という現実との
戦いです。骨折を繰り返し、腰
も膝も痛くて「長生きしてもえ
いことがない。」そんな気持ち
になるひとも多いと思います。

努力しても症状が消失するこ
とが少ないのも現実です。患者
さんによっては、手術なども受
けなくてはいけないほど重症の
場合もあります。そんな大変な
治療の中でも、前向きな患者さ
んの姿勢や言葉にほっとするこ
とがあります。

今回紹介した3人の共通点は、
自分なりの目標を持っていてと
いうことではないでしょうか。
何か将来の目標のために、今で
きる治療に自分から取り組んで
いる姿勢がみられます。この真
摯な姿勢が、私たちスタッフに
「ほっとする」気持ちを感じさ
せてくれたのでしょ。

幡多けんみん病院で治療中の
皆様、自分らしい目標を立てて



みませんか。小さくても目標が
あれば、前向きに努力できるも
のではないのでしょうか。幡多け
んみん病院が、少しでも、その
お手伝いができれば幸いです。
一緒に目標に向かって取り組
みましょう。



(写真：北岡謙一)

今年も、色づきそうな紫陽
花を見かけるようになりました。
このところ雨が降るよう
になり「梅雨も近いかな？」
と皆さん感じているのではない
でしょうか？梅雨の季節
は傘をお忘れないう、また
足元は滑りやすくなっていま
すのでお気を付け下さい。

このコーナーでは院内で働くスタッフを取り上げ、その人の担当業務や仕事に対する思いを紹介しています。

今回は今年の4月に新しく赴任して来られた小児科の医師をご紹介します。

医局 小児科
森下 祐介先生



Q1 あなたの担当業務を教えてください。

A1 小児科医師です。医師5年目、小児科3年目です。

Q2 現在の職業(職種)を選じた理由を教えてください。

A2 子供の頃に、色々病気になったことがきっかけです。

Q3 業務を通じて、今まで最も心に残っている出来事があれば教えてください。

A3 退院する時の子供の笑顔。

Q4 あなたの好きな言葉、あなたの人生において指標としている言葉を教えてください。

A4 継続は力なり。

Q5 広報誌の読者(院内スタッフ、患者さん、その他一般の方)へのメッセージをぜひ！

A5 幡多地区に住むのは初めてです！よろしく願います！



熱中症と水分補給について

栄養科

熱中症とは、体温が上昇すること、体内の水分や塩分が低下し、脳への血流も不足してし

まう状態です。発見と手当が早ければ軽症で済みますが、「熱射病」のように重症化すると、頭痛や嘔吐、めまいやだるさを感じたり、さらにひどくなると、意識障害を起こすこともあります。



☆室内でも、子供や高齢者は安心できない。

熱中症といえば、炎天下に激しいスポーツをしている時になりやすいと思いがちですが、直射日光に当たらない場合でも起こることがあります。

熱中症の発生は、気温や直射日光だけではなく、湿度が高く、風が弱いことで、体温が上がり、カラダの熱が逃げにくい状態になった時に起こりやすいといえます。

体温を調節するための発汗機能が低い高齢者や乳幼児、また肥満の人も皮下脂肪が多いと熱がこもりやすいので熱中症になりやすいのです。

また、他にも下痢や発熱中の人も脱水症状になりやすいので危ないことがあります。

☆こまめに少量の水分補給を

人間の体は約55%〜60%は水分で体重の2%の水分が失われると脱水状態になり、のどの渇きを激しく感じ始めます。体重の2%以上の水分を減少さないため、汗をかく夏は運動をしていなくても、早め早めの水分補給をすることが大切です。

飲むべき量というのは、体格や体質、年齢によっても異なりますが、暑い時期は普通よりも汗をかくことで水分が失われま

すので、意識して水分を補いましょう。

ただ一度にガブガブと大量に飲むと胃液を薄めてしまい、消化不良を起こすことに繋がります。飲む時は、1回に3回の食事プラス、10時、15時、寝る前など5〜6回飲めば、1日1000〜1600ml程度の水分が補給できます。



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの**（**薬剤情報提供書・お薬手帳など**）を持って行くようにしましょう！

私たちの目指す医療（基本針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療。

糖尿病教室のご案内

血糖値のコントロールで悩まれている方やご家族など、興味のある方はどなたでもご参加ください。
（定員20名）

（第一回は開催済みです）

第二回

平成26年6月22日（日）
13時～14時半

① 「糖尿病の薬について」

「あなたの飲んでいるサプリ、
本当に大丈夫？」
薬剤師 尾崎 真利子

② 「ご飯の量はどのくらい 食べればいいのか？」

管理栄養士 井上 那奈

第三回

平成26年7月13日（日）
13時～14時半

① 「シックデイって何？ こんな時あなたはどうする？」

糖尿病療養指導士
和田 望

② 「実際に血糖値を測ってみよう」

臨床検査技師

野町 真由
川窪 美乃莉

第四回

平成26年7月27日（日）
13時～14時半

① 「運動療法について」

理学療法士 今橋 一幸

② 「食事のうわさホント・ウソ を見分けよう」

管理栄養士 野村 愛



会場：

幡多けんみん病院

3階中会議室

*参加申し込み及び問い合わせ先
0880-66-2222（代番）

担当 内科外来

看護師 新見

幡多けんみん病院における患者さんの権利

1. 患者さんは、良質な医療を平等に受ける権利をもっている。
2. 患者さんは、医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利をもっている。
3. 患者さんは、プライバシーが守られることを期待する権利をもっている。
4. 患者さんは、自分の希望を伝え、医療に参加する権利をもっている。
5. 患者さんは、人間としての尊厳が守られることを期待する権利をもっている。

統計

統計	4月
外来患者数	11,162人
新外来患者数	1,782人
新入院患者数	551人
退院患者数	522人
平均在院日数	12.99日
救急車・時間外患者	1,118人
手術件数	180件

