

広報誌

げんき



げんき君

Genki

理念

技術に心を通わせて、地域に「元気」を吹き込みます。

基本方針

- 急性期医療に積極的に関与しつつ、介護・予防を含む広い視野に立って地域に貢献する。
- 奉仕の心で、患者さんが元気になるお手伝いをし、私たちスタッフも元気をもらう。
- 情報は慎重に状況を検討して開示し、徹底確実に管理する。
- 安心安全な医療を目指し、高度かつ心の通った技術を提供できるように、自己研修と人材育成に努める。
- 医療人である前に社会人として、常にチームワークを心がける。



手術室で働く看護師の役割

手術室 主任 池田 佳恵

近年、医療・手術室を舞台にしたテレビドラマが多く放映されています。多少のデフォルメはあるものの、何となくのイメージがあるかと思います。

手術室は閉鎖された空間で、そこで一日働いている私達は、病院に来られる患者さんや入院している患者さんと顔を合わせたりすることは、ほとんどありません。そんな手術室で働く手術室看護師が、実際にどんなことをしているのか少しだけ紹介したいと思います。

●直接介助・器械出し看護師

よくドラマで「メス！」と言われてメスを渡す役割の看護師です。

術式に応じた器械を把握し、手術の進行度を見ながら次に要求される器械を予測して、医師が要求した瞬間にタイミング良く渡すことが求められます。

●間接介助・外回り看護師

手術室で実際に患者さんに関わる役割の看護師です。患者さんに声をかけたり、手術に必要な体位を取ったり、機器の配線、麻酔の介助、薬剤の投与などを行います。手術が円滑に進むためのマネジメント能力や、コミュニケーション能力、患者さんの安全を守るための幅広い専門知識が必要となるため、器械出し看護師以上に力量とセンスが求められます。

●術前訪問

私達は、手術を受ける患者さんに対して前日に術前訪問を行っています。(外来、緊急手術は除く) 実際に患者さんと顔を合わせてコミュニケーションが取れる数少ない場面ですので、私達はこの時間をとても大切にしています。寒いのが苦手、暑がりです、周りの音が聞こえるのが不安…などありましたら、ぜひ術前訪問の時に手術室看護師に伝えてください。

新潟県放射線技師会 中越地区会が行われました

昨年11月25日に新潟県放射線技師会 中越地区会が行われました。富永草野病院・脊椎脊髄専門医であり、新潟脊椎脊髄病センター長を兼任される、矢澤隆先生より「脊椎外科 画像診断のピットフォール」の題目で特別講演をしていただきました。

脊椎疾患の画像および手術を行っている動画を見せていただき、中越地区(三条地区、長岡地区、柏崎地区、魚沼地区)の放射線技師が多く参加し、大変勉強になりました。



ボランティアさんの紹介

『ひまわり文庫』永井志津子様・渡辺リン様

エバーグリーンに月に2回ほどお越しいただき、紙芝居や絵本の読み聞かせをしていただいています。利用者さんも楽しそうにニコニコ聞いておられます。



ボランティアさん募集

当院ではボランティアをして下さる方を募集しています

【ボランティア窓口】

TEL 0256-36-8722

総務課 熊倉 までご連絡ください。

入場無料

富永草野病院 ロビーコンサート

Lobby Concert

♪ 4月28日(土) PM4:00~5:00

片野大輔(チェロ)

♪ 5月26日(土) PM3:00~4:00

JCバンド

♪ 6月23日(土) PM4:00~5:00

リバーサイドジャズバンド

♪ 7月28日(土) PM2:00~3:00

高英会(津軽三味線)

♪ 8月25日(土) PM3:00~4:00

ハワイアン&フラダンス

♪ 9月22日(土) PM3:00~4:00

あじさいコーラス

第2中学校吹奏楽部

♪ 10月 日時未定

いーすとくわいあ(ゴスペル)
西けんじ(歌謡曲)

♪ 11月24日(土) PM3:00~4:00

万葉の会(箏)

♪ 12月 日時未定

クリスマスコンサート

詳細は院内パンフレットや
ホームページでお知らせ致します



身近で「立ち上がりや歩くときに膝が痛い」や「膝が伸びにくい」などの膝の症状で悩んでおられる方も多いかと思います。今回は、比較的耳にすることの多い「変形性膝関節症」についてご説明致します。

変形性膝関節症とは？

変形性膝関節症(以下、膝OA)は、年齢と共に関節内の組織が損傷し、骨の変形が強まることにより、運動時の痛みや膝の動きが制限された疾患のことです。

膝OAに対する治療とは？

膝OAに対する治療は、大きく分けて保存的治療と手術的治療があります。

手術的治療

- ①鏡視下デブリドマン
- ②高位脛骨骨切術
- ③人工関節置換術(UKA、TKA)

保存的治療

- ①薬物療法(例：内服薬)
- ②ヒアルロン酸関節内注射
- ③物理療法(例：電気刺激)
- ④運動療法(例：リハビリ)

手術的治療とは？

当院では、膝OAに対する手術的治療のうち、人工関節置換術を一番多く行っています。なかでも膝内側の骨のみを人工関節にする手術をUKAと言います。また、より骨変形が進行した場合には膝の内外側含む関節全体を人工関節にする手術をTKAと言います。

術後の経過はどちらも同じ様に進み、入院期間は約3週間となります。術後の経過により退院後にリハビリの通院が必要な場合もあります。手術のメリットとしては、人工関節にすることで歩行時の関節痛の改善を図ることができます。デメリットは、TKAでは人工関節の構造上正座が困難となることが挙げられます。

保存的治療のリハビリって何をやるの？

リハビリでは、主に膝の痛みの改善を目的に進めていきます。膝関節の関節可動域を拡大(膝の曲がり、または伸びの改善)や、筋力増強訓練をしていきます。必要に応じて膝が安定するように装具を処方することもあります。

では、「自宅で膝の柔軟性を維持するためのエクササイズ」や「筋力をつけるエクササイズ(セッティング)」を紹介していきます。

お風呂での膝の曲げ伸ばし運動

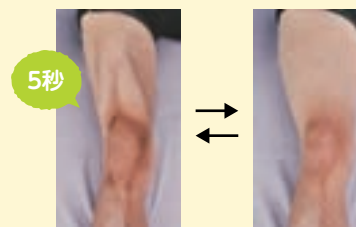
お風呂の椅子に座り、膝の曲げ伸ばしを繰り返します。これを習慣化することで、膝が硬くなったら自分で気づくことができます。



- 伸ばすとき
膝の上を手で上から押してしっかり伸ばす。
 - 曲げるとき
踵ができるだけお尻につくようにする。
- これを5セット繰り返します

セッティング

立位、座位、仰向け姿勢など、どの姿勢でも行うことが可能です。



- 5秒
膝の裏を床に押し付けるようにももに力を入れる。
- 力を抜く。
これを30回繰り返します。

どの運動も痛みを伴う運動はやめましょう

図：園部俊晴「健康寿命が10年延びるからだのつくり方」

膝がしっかり伸びることが重要！

理学療法士は、リハビリを始めるときにまず膝の伸びに着目します。そして硬くなった膝を伸びるように治療すると、それだけでも痛みはかなり改善されますし、歩きやすくなることが多いのです。ですので、膝痛がない方も膝の曲がりを予防して健康寿命を伸ばしましょう！！

外来診療担当表

富永草野病院

2018. 4月現在

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~11:30)	整形外科	矢澤 隆 (脊椎脊髄)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	中曽根 豊 (下肢)	草野 望 (手の外科)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	
				仲村 一郎 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)	
	リウマチ科		遠山知香子				
	形成外科				池山 有子		池山 有子
	内科	青木あづさ			青木あづさ		
午後 (14:30~16:30)	整形外科	中曽根 豊 (下肢)	鈴木 禎宏 (膝・スポーツ医学)	中曽根 豊 (下肢)	草野 望 (手の外科)	草野 望 (手の外科)	
		仲村 一郎 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)	長谷川淳一 (手の外科)	仲村 一郎 (脊椎脊髄)	

※外来は完全予約制です。(他院からの初診のご紹介患者様を除く)
 ※詳しくは電話にて、ご相談、ご予約願います。予約専用電話番号(0256)35-6211

富永草野クリニック

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00) ※月曜日は 整形外科11:00 新患受付終了 ※土曜日は 整形外科・内科 11:00受付終了	整形外科	長谷川淳一	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 望
		中禮 康雄 (11:00受付終了)	中禮 康雄 (11:00診察開始)	矢澤 隆 (10:00診察開始)	矢澤 隆	中禮 康雄 (11:00受付終了)	柳 京三
		渡辺 秀雄	坊 昭彦	坊 昭彦	長谷川淳一	渡辺 秀雄	仲村 一郎 (1・3・5週)
	内科 (循環器内科)	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一 (4週)
午後 (15:00~17:30) ※金曜日は 17:00 新患受付終了	整形外科	渡辺 秀雄 (17:00診察終了)	草野 望	坊 昭彦		渡辺 秀雄	
		仲村 一郎 (病院終了後)	坊 昭彦				
	リウマチ科		遠山知香子 (16:30受付終了)			遠山知香子 (16:30受付終了)	
	形成外科	池山 有子 (16:30診察終了)		池山 有子	池山 有子		

※上記、外来診療担当表(病院・クリニックとも)は救急対応等により変更する場合がございますのでお問合せください。
 ※富永草野クリニック お問い合わせ電話番号(0256)32-0669

編集後記

医療を舞台にしたテレビドラマって面白いですね!
 昨年約10年ぶりに新シリーズが放送された「コード・ブルー」というドラマが興味深くて毎回欠かさず見ていました。
 ドラマと現実の違いはありますが、俳優さん達の後ろにチラッと映る手術室の風景、医療機器やガーゼ類、シリンジ、ドクターやスタッフのユニフォーム、シューズ、そんな小道具がとても参考になったりします。ドラマの本編の話より、そちらが気になるのは職業病のようです。



医療法人 積発堂 富永草野病院 「げんき」編集部
 〒955-0046 新潟県三条市興野2丁目2番25号 TEL.0256-36-8777 FAX.0256-35-6212
<http://www.shihatsudo.or.jp>

