

医療法人 積発堂 富永草野病院



げんき君

広報誌

げんき

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。
- 牽仕の心で、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おう。
- 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。



力をあわせて安全を守る

3病棟師長 西澤優子

当院には患者さまの安全を守るための委員会があり、その中の1つに「医療事故防止対策委員会」があります。ここでは、全職員による個人のレベルと病院全体による組織的な事故防止対策とを同時に推し進め、医療事故の発生を未然に防ぎ、患者さまが安心して医療を受けられる環境を整えることを目標として活動しています。

看護部では、この方針のもと「看護部医療事故防止対策委員会」を設置し、看護の視点からいろいろな検討や取り組みをしています。

【主な活動内容】

- ・ 安全検討会：予防・再発防止に向けて話し合いをします。
- ・ 安全ラウンド：病院内に危険箇所がないかラウンドし、環境を整えます。
- ・ 医療安全推進月間：スタッフの医療安全に対する意識を高めるために、年に2回強化月間を設けています。
- ・ 研修会への参加：安全対策についての知識・技術の向上のため研修会に参加します。

この活動を通じて患者さまが安全で安心な医療・看護を受けることができるよう日々取り組んでいます。

ここでお願いがあります。医療安全を守るためには患者さまの協力も必要です。「あれ?いつもと違うみたい…」の一言で間違いが防げることがあります。遠慮せずにわからないことはなんでも聞いてください。

私たちは、患者さまと力を合わせて安全を守っていきたいと考えています。

※医療安全に関する質問やお問い合わせについて適切にお答えするために相談窓口を設けております。
ご相談のある方は、職員までお申し出ください。

腫れとむくみはどちらも通常より皮膚が膨らんだ状態を言います。どちらも通常より「皮膚が膨らんだ状態」という事で混同されがちですが、それぞれの症状は違い、また、対応も違ってきます。そこで今回は腫れとむくみ、それぞれの症状と対応について紹介します。

腫れについて

腫れは、腫脹(しゅちよう)ともいいますが、よく怪我の初期症状として患部にあらわれます。よって腫れは炎症性です。この場合は、患部の熱も高くなります。直接または間接的に患部を冷やし、安静を保ちながら腫れあがらないように対応する必要があります。人間の治癒力の根源は血液やリンパ液にあります。腫れが大きくなると血液やリンパ液の流れを悪くさせてしまい、なかなか治癒力を引き出す事が困難になってしまいます。怪我の後、患部周囲が腫れて熱を持っているようであれば、まずは冷やしてあげることが大変重要になります。方法としては、水囊(すいのう)や袋に敷き詰めた氷などを使い20分間程度冷やします。冷やしていて感覚が無くなってきたら20分間経過していてもアイシングを中止してください。袋の中の氷を均一に敷き詰めたり、クラッシュアイスを使用することで患部を均一に冷やすことができます。また、患部を心臓より高い位置に挙上しながらアイシングを行うと効果的です。

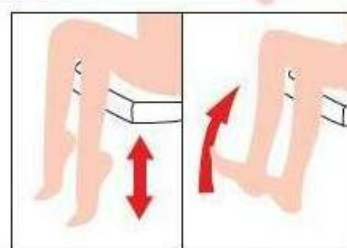


氷を用いた足首のアイシング

むくみについて

むくみは、浮腫(ふしゅ)ともいいますが、基本的には生活習慣(例:長時間イスに座ったままでふくらはぎがむくんでしまう)がベースにあり、血行が悪くなり血液やリンパ液の流れが停滞してしまった状態です。また、腫れと違い熱を持つことはありません。よく抹消末端(手足)で見られます。むくみの場合は、血液やリンパ液の流れを促進するために温熱(入浴など)、刺激(マッサージ、ストレッチ、軽い運動など)患部を心臓より高く保つなどが効果的です。

ふくらはぎ周囲の筋肉を動かすことで血行を改善し、むくみを改善します。



踵上げ運動と爪先上げ運動

腫れとむくみの対応

腫れとむくみの違いを見分けるためには熱の有無が重要な判断材料となります。腫れとむくみの対応をまとめると以下の様になります。

	圧迫	冷	温	挙上	運動
腫れ	○	◎	×	○	×
むくみ	○	△	○	◎	◎

腫れているときは患部を無理に動かさずしっかりと冷やすことが重要となり、むくんでいるときは軽い運動などを行い血行を良くすることが重要となります。

未来の自分探し!

専門スタッフの下で安心。 効果的な運動を始めませんか!!

運動を始めるならお医者さんが作ったメディカルフィットネスが安心です。
メディカルフィットネス富永草野では医療・運動・栄養のプロがあなたの健康づくりのお手伝いをいたします。

お試しコース

(10回で)
5,400円(税込)

まずは15分程度の運動を10回試してみましょう。

「これから運動を始めたい、けど不安…」
「背中が丸くなってきて姿勢をなおしたい」
「運動不足を解消したい」など、どんな目的の方でもお医者さんから運動を止められていなければ誰でも安心してご参加いただけます。簡単に出来て効果も実感できる運動を試しに10回やってみましょう。



パーソナルコース

21,600円/月(税込)

専門スタッフがマンツーマンで指導いたします。

運動機能の回復、リハビリ終了後の運動の継続、姿勢の改善など、運動目的が明確で、しっかり取り組みたい方や、速く運動効果を得たい方にぜひお勧めです。
週4回、60分間、専門スタッフがマンツーマンで運動指導を行います。他、いつでも何回でも施設を利用することができます。



※お申込み、お問い合わせはクリニック2Fメディカルフィットネスへ。 **TEL 0256-32-0716**

入場無料
**Lobby
Concert**
富永草野病院 ロビーコンサート

- ♪ 6月28日(土) リバーサイド・ジャズバンド
+ トントン(デキシーランドジャズ)
PM4:00 ~ PM5:00
- ♪ 7月12日(土) 木田英会(津軽三味線)
PM2:00 ~ PM3:00
- ♪ 8月23日(土) ナウパカフラ+クリスタルK
(フラダンス+ハワイアン)
PM3:00 ~ PM4:00
- ♪ 9月13日(土) あじさいコーラス(二中PTAコーラス)
PM3:00 ~ PM4:00



♪ 10月 吉川ナオミ+フレンズ

【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】

外来診療担当表

富永草野病院

2014.6月現在

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~11:30)	整形外科	仲村 一郎 (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)	
						牧 裕 (2・4週/手の外科)	
	リウマチ科		遠山知香子				
	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)	矢澤 隆 (脊椎脊髄)	
		仲村 一郎 (脊椎脊髄)		矢澤 隆 (脊椎脊髄)			
	形成外科				藤田 祐子		

※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) ※土曜日は 整形外科・内科 11:00受付終了	整形外科	草野 望	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 望 柳 京三
		渡辺 秀雄	滝澤 隆史		滝澤 隆史	渡辺 秀雄	中禮 康雄 (2週 病院終了後)
		中禮 康雄 (11:00受付終了)	中禮 康雄 (11:00診察開始)			中禮 康雄 (11:00受付終了)	仲村 一郎 (1・3・4・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)
	耳鼻咽喉科				岩崎恵美子 (9:30診察開始)		
午後 (15:00~17:30) ※水曜日は 17:00受付終了	整形外科	矢澤 隆	草野 望	滝澤 隆史		滝澤 隆史	
		渡辺 秀雄 (17:00受付終了)	遠山知香子 (16:30受付終了)			渡辺 秀雄	
	内 科 (循環器内科)	仲村 一郎 (病院終了後)			広川 陽一	広川 陽一	遠山知香子 (16:30受付終了)

※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

なぜかわくわくして待ち遠しい行事ほど、幼い頃から雨が降ります。遠足、修学旅行、運動会。古いアルバムを開くといつも傘をさしている私。

今年ももう6月。今年は梅雨明けが遅く、夏は涼しく短いと気象予報士がテレビで言っていました。雨は苦手ですが、楽しく懐かしい思い出は雨と共にあります。

現在これを書いているときは、毎日真夏日なのですが、本当に天気予報は当たるのでしょうか？



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>

