

はあとほっとステーションしまだ

2004. 5

Vol. 19

私どもの待ち時間対策

日頃より、島田病院をご利用いただき、ありがとうございます。ことに外来診療では、毎日たくさんの患者さまが受診され混雑いたしています。そのことは、ある意味では、私どもの医療サービスに対する期待と考えられ、身の引き締まる思いがいたしています。しかしながら一方では、長い待ち時間が発生し、ご迷惑とご不便をおかけしています。なかなか根本的な解決ができず、申し訳ありません。待合いホールに掲示している「きくぞう君」にも多くのご意見を頂戴しており、管理者として責任を感じています。

私自身、待つのは苦手です。待たされることでのいらだちや腹立たしさはよく分かります。多忙な毎日、待たされることは、非効率であり非生産的です。しかし、多少弁解めいていますが、診療に当たる医師としては、どうしようもない面があります。机の横に積み上げられるカルテを横目で眺めながら、ため息をつくこともあります。「3時間待って3分診療」にならないようにお話を伺い、丁寧に対応しているとどうしてもお一人当たりの時間が長くなってしまいます。ことに、当院では、患者さまの訴えをよく聞くこと、そして、医学的な説明を分かりやすく行うことを心がけています。そして、患者さまと診療に当たるものが納得・合意の上で、一緒に「その方らしい生活や人生」という目標に向かって努力するというヘルスケアサービスを実践しようとしています。したがって、時間を優先させ、一人でも多くの方を診るために、診療の内容を薄めるという方法を選択することはできません。そこが医師であると同時に管理者である私の大きなジレンマとなっています。また、こうした診療スタイルはすべての医師がすぐに実行できるほど簡単なものでもありません。考え方を理解し、共感してこの方針に沿った診療をするには一定の期間の教育・研修が必要となります。

たくさんの来院される患者さまに長い待ち時間を強いるのではなく、それでいて私たちの診療の基本を守るためには、いくつかの条件が要ります。まず、「人」の問題です。実践できる医師や看護師、理学療法士などのスタッフを増員しなければなりません。医師に関しては、派遣の主体となる大学へのアプローチと同時に、スポーツ医学や私たちの診療に関心を持つ医師の招聘に向けて活動を行っております。

また、「施設や設備」にも改善が必要です。もっと多くの診察室が要ります。待ち時間の一つの要因となっているレントゲン機器の増設も計画中です。MRIは、上位機種の設定により、検査時間の短縮を図る予定です。設備の改築に関わることで、無駄とならないよう決断を急ぎながらも十分な検討を積み重ね、今期中の達成を目指しています。

最後に、「外来のシステム」の課題があります。再診の方に行っておりました診療予約を初めて受診される新患の方にも導入することを5月より開始しています。詳細は掲示のポスターやホームページ(<http://www.heartful-health.or.jp>)をご覧ください。また、事務職員の教育やシステム変更により会計の時間の短縮や接遇改善に努めて参ります。待ち時間を快適に過ごしていただく工夫もこれまで以上に充実して参ります。私たちヘルスケアサービスの従事者はご利用いただく患者さまから学んで育っていきます。厳しいご意見をいただくこともあります。素直に受け止め改善への努力をすることが成長や成熟につながります。また時には、望外のお褒めをいただくこともあります。それは大きな力となり改革へのエネルギーとなります。ご遠慮なく私どもスタッフに声をかけて下さい。これからも地域の中で信頼される医療機関となるよう活動を続けて参ります。よろしく願い申し上げます。

島田病院 院長 島田 永和



島田病院

整形外科 外来にて、 初診予約診療スタート！！

- 予約専用電話 0729-53-1051
- 予約電話受付時間
月火水金曜 9:00~12:00/16:00~19:00
木曜 9:00~12:00
土曜 9:00~15:30

<島田病院 理念>

人間愛と確かな技術に基づき
職員全員による患者さま本位の
ヘルスケアサービスを通し
地域の積極的な健康づくりに
関与する病院を目指します

<使 命>

良質のヘルスケアサービスを
効率よく地域の方々に
提供し続けます

<職員憲章>

私たちは、その人がその人らしく
自分の人生を全うすることを
心(Heart)と技術(Hands)で支援します

インフォメーション

診療部

●糖尿病について

最近、糖尿病の患者さんが非常に増加してきているようです。その原因としては種々ありますが、最も関連性が考えられているのは、過剰な食事摂取と自動車等の利用による運動不足です。この2点は、人によっては“言うは安く行うは難し”の最たるものかもしれません。わかっていても実行しにくいようです。そのために肥満になり、いろんな症状を訴えられて、内科や整形外科にかかられている患者様も少なくありません。これらでお困りな患者様に対して何かお手伝いをさせてい

ただき、お役に立ちたいと願っています。適切な食事や運動を実践することで糖尿病はかなり良くなります。それ以外の病気である高血圧や膝痛や腰痛まで改善することが知られています。

食事や運動に取り組むことがどうも思うようにうまくいかないと思われる方は、まず内科医師（担当：植田）までぜひご相談ください。

（内科医長 植田秀樹）

看護部

私たちの対応についてのご意見、ご感想をおまちしています。

いつも看護部へのご意見、ご支援を頂戴し感謝しております。そのひとつが、外来に掲示している「きくぞう君」ですが、その他にもご入院された患者さまやご家族から、直接私にご支援の言葉を頂戴しています。

ご入院の経験をお持ちの方はご存じかと思いますが、少しでも不安なくより快適に入院生活を送って頂けるように、平成14年より各ベッドに病棟インフォメーションをおかせていただき、その最後のページに看護部長宛で、提供したケアについてご意見、ご



一部を紹介させていただきます。

『2階ナースセンターの皆様ありがとうございました。いろいろと世話のかかる患者であったと思いますが、明るい声と笑顔で元気づけてもらいました。52日間の長い間本当にありがとうございました。精一杯の感謝をこの一葉のはがきに託します。』

（ご支援ありがとうございました）

『親切にしてくださいありがとうございました。お世話になりました。部屋の電気が暗いので明るい方が良いかと思えます。』

（今月から病室の照明器具を新しい物に交換しはじめています。ご意見ありがとうございました）

●まだまだ、たくさんのはがきを頂戴しております。ご入院の際は、ぜひ私たちの対応についてご意見、ご感想をいただければ幸いです。

（看護部長 森下幸子）

島田病院地域講習会

テーマ「変形性膝関節症のリハビリについて」

平成16年7月3日（土）15:00～16:30

場 所 悠々亭地下一階職員食堂
講 師 整形外科医師 松浦 健司
理学療法士 神下 哲也
費 用 無料

お問合わせ・参加申込みは下記へ
島田病院リハビリテーション科受付
2 0729-52-1590（受付時間9:00～17:00）



「アテネ五輪 がんばれ!ニッポン!!」

はびきのヴィゴラス・島田病院は、アテネオリンピック バドミントン代表の中山智香子選手・田中美保選手・山田靑子選手・森かおり選手（三洋電機）とシンクロナイズドスイミング代表チームの応援をしています。

※はびきのヴィゴラス・島田病院は、三洋電機バドミントンチーム、井村シンクロナイズドスイミングクラブの健康管理のサポートをおこなっています。

痛風について



●痛風とは?

痛風とは、血液中に尿酸が異常に増えてしまう事を言います。尿酸というものは溶けにくい為、血液中に多くなりすぎると、針状の結晶になって体のあちこちにくっついて炎症を起こし、激しい痛みを伴う発作を起こす疾患です。この疾患は古くから知られていましたが、王侯貴族など暴飲暴食ができる人たちに多発していたので「帝王病」とか「ぜいたく病」などと呼ばれていました。

現在ではどんな社会階級の人にもでも起こりうる病気で、「成人男性の5人に1人は痛風」といわれるほど発症率の高い病気です。体が資本とばかりに大食いする人に発症しやすい傾向がみられます。痛風の予防、治療のポイントは高くなってしまった尿酸(高尿酸血症)を治療する事です。それには食事療法が最も重要になります。

原因は?

- 1 何らかの原因で尿酸の合成が増え、尿酸値が高くなる。
- 2 尿酸の合成は正常だけど、排泄がうまくいかず尿酸値が高くなる。
- 3 尿酸の合成が増え、排泄もうまくいかず尿酸値が高くなる。

食事のポイント

1 たんぱく質食品を食べ過ぎないようにしましょう

- ・たんぱく質食品を多く摂取するという事は尿酸の産生を増大させることとなります。
プリン体を多く含む食品のとり方に注意しましょう
プリン体は尿酸の材料になります。プリン体は肉や魚の内臓などに多く含まれます。
また、ビールに多く含まれていることはよく知られています。こういった食品はなるべく控えるように心がけましょう。

2 脂肪の摂取を制限しましょう

- ・高脂肪食を続けていると、血液は酸性に傾いてきます。血液が酸性になると、尿酸の排泄が悪くなります。脂肪を控えめにすることが大切です。天ぷらや揚げ物、油っこい肉などを常に食べてはいませんか? 1週間に1度くらいにとどめておきましょう。

3 エネルギーの適正化

- ・痛風は肥満者に多くみられます。肥満者は、食事全体量が多い為に、たんぱく質、脂肪を過剰に摂取しています。このような場合は減食し減量すればほとんどのケースで尿酸値は下がってきます。はあとふるの台所3月号を参考にしてください。

4 水分を補給しましょう

- ・尿酸を外に出す為には水分摂取量を増やして尿量を増やします。水で尿酸を流しましょう。ただし砂糖入り飲料はカロリー摂取が増えてしまいますので、ミネラルウォーターかお茶にしましょう。

5 アルコールは禁止にしましょう。

- ・アルコールを摂ると尿酸の排泄が悪くなります。禁酒にしましょう。

はあとふるの 台 所

痛風のセルフチェックを

してみましよう！

1	血清尿酸血 (mg/dl) が	6.9以下・・・・・・・・0点 7.0～7.9・・・・・・・・1点 8.0～8.9・・・・・・・・4点 9.0～9.9・・・・・・・・7点 10以上・・・・・・・・10点
2	痛風発作を起こしたことが	ない・・・・・・・・0点 1回ある・・・・・・・・5点 2回以上ある・・・・・・・・8点
3	血縁に痛風患者が	いない・・・・・・・・0点 いる・・・・・・・・3点
4	尿路結石と診断された事が	ない・・・・・・・・0点 ある・・・・・・・・2点
5	20歳時より体重が10kg増えて	いない・・・・・・・・0点 いる・・・・・・・・2点
6	高血圧が	ない・・・・・・・・0点 ある・・・・・・・・1点
7	中性脂肪が高いと指摘されて	いない・・・・・・・・0点 いる・・・・・・・・1点
8	アルコール飲料は	全くのめない・・・・・・・・2点 あまり飲まない・・・・・・・・0点 よく飲む・・・・・・・・2点
9	ビールは	あまり飲まない・・・・・・・・0点 大好き・・・・・・・・1点
10	過食傾向が	ない・・・・・・・・0点 ある・・・・・・・・1点

- 0点：尿酸値が正常です。 ない・・・・・・・・0点
- 6～10点： 日常生活で少し注意が必要です。 ある・・・・・・・・1点
- 11～15点： 治療の必要な可能性が高く、専門医の受診をすすめます。
- 16点以上： 絶対に治療が必要運動をして いない・・・・・・・・0点

【山中寿「痛風とつまる法」(東京新聞出版局) 点り】



一口メモ

10 精神的ストレスが 少ない・・・・・・・・0点
～痛風つてどんな症状があらわれるの!?～ 多い・・・・・・・・1点
尿酸値が高いと知りながらそのまま放置すると、足の関節に激痛が起り、赤く腫れあがるという痛風の症状が現れます。痛みは1週間ぐらい続いたのちしだいに治まってきますが、また発作的に痛みを生じます。これを痛風発作といいます。痛みの度合いは人によって差がありますが「一歩もあるけない」「床に足もつけれられない」というような激痛もあります。そして発作は突然起こります。痛風発作が現れてしまった時はすぐに整形外科での受診が必要です。痛みを抑える薬と尿酸値を下げる薬が処方されます。

島田病院では、このニュース・レターが病院と患者様を結ぶコミュニケーションツールとなるよう願っています。ぜひ、みなさまからのご意見、ご感想を館内各所に設置している「きくぞう君(ご意見箱)」までお寄せください。