

地域の皆さまに、心(Heart)と技術(Hands)でヘルスケアサービスを提供するためのコミュニケーション誌



■特集

はあとふるグループは「その人らしい人生」を取り戻すお手伝いをします。

インタビュー

理学療法士のお仕事

まめ知識

痛みをコントロールするには



トピックス

第16回 スポーツ選手・指導者交流会を開催

第3回 島田病院公開医療講座を開催

第15回 大阪病院学会へ行ってきました

“Cafe” Infection Control

遠山に 日の当たりたる 枯野かな

高浜虚子

日本のヘルスケアの現場は荒れに荒れました。地域医療の体制は、まさに「枯れ野」となっています。しかし、将来の展望が真つ暗かといえ、そればかりではないと感じる面もあります。医師養成数を増やす政府の方向性や、医療費総額が先進諸国の中で低いことが徐々に認識され、その増額のために、国民の負担増を容認する政策が討議されるようになってきています。

そして、この厳しい環境においてすら、医療・介護の現場で寝食を忘れて懸命に働くヘルスケア従事者の姿があり、その仕事ぶりに敬意を払い、感謝を述べる患者さんの存在も確かにあるのです。これが遠くに見える山に当たる日の光だと思えます。

枯れ野がいつしか春を迎える日が来ることを信じて、人間的な交流を支えに「その人がその人らしくある」よう、全力でサポートしていかねばならないと改めて思っています。私たちができるのは限られた分野ではありますが、その領域で飛び抜けた質のケアサービスを創造し、効率よく提供していきます。

私たちは「限りある医療資源を有効に活用すること」を念頭に、現場の視点からの下記3項目を軸とした活動を行います。

- (1) 業務の標準化(誰でも良質のケア)
- (2) システムの構築(ICT)を使った情報の共有・活用)
- (3) 地域連携

本年もなお層のご支援をよろしくお願いいたします

はあとふるグループ代表 島田永和



島田病院、八尾はあとふる病院は『病院機能評価認定病院』です。

はあとふるグループ

医療法人(財団) 永広会
社会福祉法人 はあとふる



島田病院：バランスディスク上でのバランス訓練



ヴィゴラス：トレーナーによる個別トレーニング指導



八尾はあとふる病院：実際の階段を使った昇降訓練

はあとふるグループは「その人がその人らしくあること」を大切にしています。

自分自身の身体の機能を回復させ、自分自身の生活、そして自分らしい人生を取り戻すことをお手伝いします。

今回は、リハビリテーションに焦点を当てて、急性期(亜急性期)・回復期・維持期と機能が異なる各施設で行っている「その人に適した専門的なりハビリテーション」をご紹介します。

急性期リハビリテーション：島田病院

この段階では、患者さまの体調不良などがない限り、ほとんどの方が手術翌日の朝からリハビリを開始します。急性期では、ベッド上で過ごす時間が長くなるため、ベッド周囲の環境調整、ベッド上での姿勢調整や動作練習を行います。そして、痛みや動作の制限がある中でも可能な範囲で積極的に体を起こしていき、トイレや洗面などの生活に必要な動作ができるように練習していきます。また、その時々に応じた自主運動プログラムを療法士が設定し、ご自身で痛みなどの症状をみながら、能動的にリハビリに取り組んでいただきます。

亜急性期リハビリテーション：島田病院

状態が安定してくるに従い、より積極的なりハビリに移行していきます。リハビリを行う場所も、病室やリハビリ室、屋外、はびきのヴィゴラス(疾病予防施設)など、必要に応じて広がります。また、退院に向けて自宅や学校、職場などの環境を想定した動作を繰り返し練習します。具体的には、自宅玄関の段差や浴槽・トイレの設備、階段の高さなど、また通勤や通学、退院後の外来通院の方法など、予定している生活を想定して模擬練習を行います。スポーツ復帰などを目標にされる方には、はびきのヴィゴラスのトレーニング機器を利用して、心肺系などの全身運動や手術部位以外の健常部を積極的に動かします。患者さまお一人お一人の状態に応じて、元の生活に戻るための調整を積極的に行います。

作業療法士として心がけていること



八尾はあとふる病院
リハビリテーション部

作業療法士 野上麻衣

作業療法士にとって、一人ひとりのこれまでの人生の重さを知ることが大切です。そのためには、その人が持つ趣味、嗜好などを理解してリハビリの目標に設定し、取り組みます。例をあげると、歩行に障がいがある園芸好きな方には、鉢植えに水をやるという目標を設定し、歩行、水くみなどの動作を行えるようにすることです。

作業療法士の役割は障がいを持ちながら暮らすその人が日常生活を安全におくり、そして自らの人生に価値を見出せるよう支えていくことにあると考えています。

●継続的なリハビリテーション

急性期 リハビリテーション 亜急性期 リハビリテーション 回復期 リハビリテーション 維持期 リハビリテーション

島田病院

八尾はあとふる病院

老人保健施設 悠々亭

はびきのヴィグラス

在宅サービス

訪問リハビリ：訪問看護ステーション ハートパークはびきの

訪問リハビリ：八尾はあとふる病院

通所リハビリ：八尾はあとふる病院

通所リハビリ：悠々亭



悠々亭：畳上での立位訓練

回復期リハビリテーション：八尾はあとふる病院(回復期リハビリテーション病床)

脳卒中や太ももの骨折などにより、生活に支障が出た方に対して、集中したリハビリで、より安全に地域社会へ復帰していただくことを目的としています。患者さまの身体状況や目的に合わせて、ベッドで起き上がることから開始し、それが可能になれば立ち上がりや歩行訓練を行っていきます。トイレ動作訓練や入浴訓練、家で料理をしていた方には調理訓練、起床時に実際の髭剃りや洗面動作など、普段の生活で必要となる動作の訓練も同時に行っていきます。脳卒中で言葉が不自由になったり、物が上手に飲み込めなくなった方に対しては言語聴覚士が訓練を行います。また、記憶や計算などを含めて職場復帰に必要なリハビリを行い、仕事が再開できるようお手伝いをさせていただきます。回復期を退院された方には、訪問リハビリも行っています。

それぞれの目的に沿ったリハビリを患者さまやご家族と相談しながら、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士がリハビリ専門医や看護師、相談員などとチームで行います。

維持期リハビリテーション：悠々亭、八尾はあとふる病院(介護療養型病床)、訪問リハビリテーション、通所リハビリテーション

医療でのリハビリが終了しても、機能維持を目的としたリハビリが必要な場合があります。入所されると生活のすべてをリハビリと考えて、自分でできる事を増やしていけるよう歩行練習や生活動作練習、転倒による骨折を防ぐための体力向上プログラムなどを多職種でお手伝いしています。また同時に在宅復帰ができるようご自宅を訪問し、玄関の段差など環境を評価して介助方法の検討や具体的なリハビリ計画を立てていきます。そして、退院後や退所後には、在宅で訪問リハビリ、通所リハビリ、ショートステイなどを活用し、継続してその人の生活に合わせたリハビリを実施していくこともできます。

切れ目のないことが大切です

地域の方々が安心してリハビリを受けるためには、はあとふるグループだけでなく、地域のリハビリ施設がその機能を明確にして、切れ目なくつながっていくことが大切だと考えています。リハビリが必要な方に、その人に適した施設で、継続して提供できるよう、地域連携にも力を入れています。これからも切れ目のないリハビリの提供に努めます。

言語聴覚士として心がけていること

八尾はあとふる病院
リハビリテーション部

言語聴覚士 柳原ゆき江



言語聴覚士は、言葉話すこと、食事を摂ることが難しくなった方に、練習や助言をする職種のことです。そのためには、患者さまごとの障がいの程度や今まで経験してきたこと、物の見方、考え方などを把握することから始めます。それらを把握することによって、新たなアプローチ方法に結び付いたり、言語聴覚士として学ばなければならない点を改めて感じることができます。患者さまに教えていただく姿勢を持ち続けるように心がけています。

島田病院 PT:42名(内 非常勤1名)／OT:4名
八尾はあとふる病院 PT:27名(内 非常勤2名)／OT:15名／ST:6名(内 非常勤1名)
悠々亭 PT:6名(兼務者3名)／OT:2名 ST:1名
訪問看護ステーションハートパークはびきの PT:3名(兼務者2名、非常勤1名)
※PT(理学療法士) OT(作業療法士) ST(言語聴覚士)

患者さまの状況に応じたリハビリテーションをグループで支援しています。

急性期、回復期、維持期と患者さまの様々な身体状況や介護環境に応じてリハビリテーションの内容は変化していきます。今回は患者さまの状況に応じたリハビリをご本人と家族支援を第一に考える各施設の理学療法士をご紹介します。

島田病院 リハビリテーション課 理学療法士 さとう 佐藤 しょうたろう 翔太郎



僕は、主に島田病院の入院患者さまを担当しており、手術の翌日から始まる急性期リハビリテーションに取り組んでいます。急性期リハビリテーションの良いところは、昨日まで車いすでも翌日には松葉杖やT字杖になるなど、患者さまの状態が日に日に良くなっていくのを実感できる場所だと思います。

しかし、手術後の患者さまは、痛みが強かったり、血圧などのバイタルサインの変動が大きく、全身状態が安定していないこともあります。そのため、手術記録や患者さまの全身状態の把握などを始めとして、睡眠時間や朝食の摂取状況なども把握することや、チームでしっかり取り組むことが大切です。

「早期にスポーツ復帰をしたい」、「早期に家事ができるようになりたい」など患者さまによって目標はさまざまです。それらの目標を達成できるようにサポートして、多くの笑顔をみていきたいと思います。

八尾はあとふる病院 リハビリテーション課 理学療法士 きしもと 岸本 あい 愛



私は、八尾はあとふる病院で回復期リハビリテーションに携わっています。ここでは、急性期での治療が終えた患者さまが、入院してリハビリテーションを行い、新たな自宅での生活に戻るための支援を行います。

以前私は、入院して手術を受けた経験があります。入院生活は、身体が上手く動かず、疲れやすく何もしない気になれず、喪失感があり、将来が不安になったりもしました。この経験から患者さまの気持ちになり、不安な気持ちを支えたいと思うようになりました。

入院してきた患者さまの退院後の生活支援を考える時は、患者さまやご家族と一緒に悩み、考えて、精神的な支えにもなりながら、一つ一つ解決にむけた支援ができるように心がけています。大変な仕事ですが、これまでの経験を活かして、患者さまの気持ちに寄り添って支えられることを目標にしていきたいと思っています。

介護老人保健施設 悠々亭 ケアサービス部 リハビリテーション課 理学療法士 やまだ 山田 みれい 未令



私は、島田病院で整形外科手術後のリハビリや高齢の方や中枢疾患、難病の方を担当してきました。やがて、実際の生活の現場を知りたいと思うようになり、現在に至ります。

訪問のリハビリでは、実際の生活場面を見ることができ、病院に比べて、ご本人さまと一緒に過ごされている方々とのコミュニケーションがとりやすく、いろんなことがみえてきます。特に、状態が少しずつ変化されていく方に対しては、その先のイメージをご本人・ご家族と共有しながら、環境を少しずつ変えたり、動作がもっと行いやすく、負担が少なくなるように工夫していくなど、病院にいた頃よりも色々なアイデアが膨らみます。

リハビリはご本人だけのことではなく、ご家族や生活環境など様々な事が密接に関係しており、維持期リハビリでは、特に重要です。単にリハビリだけでなく、広い視野を持てるようにしていきたいと思っています。

痛みを コントロールするには

■八尾はあとふる病院 診療管理部 薬剤課 目谷 泰哉

痛みがある患者さんが、医療機関を受診するとお医者さんから「まずは痛み止めのお薬を使って痛みを抑えましょう。」と言われ、痛み止めの薬を処方されることは、よくあると思います。島田病院の整形外科では、痛みをコントロールしながらリハビリテーションなどの運動療法を行って治すという治療法はよく用いられています。ここでは、そんな痛み止めのお薬についてお話しいたします。

痛み止めの種類

一般的には、飲み薬(内服薬)、ぬり薬や貼り薬(外用薬)、お尻から挿入する薬(坐薬)がよく知られています。飲み薬では、ステロイド剤ではなく、炎症を抑えて痛みにも効果のある非ステロイド消炎鎮痛剤があり、その代表としてロキソニンやボルタレンがあります。ぬり薬や貼り薬は、皮膚を通して吸収され、痛いところに作用するので、受け入れやすく、年齢を問わず人気があります。お尻から挿入する薬は、直腸から直接吸収され、血中に入り、作用するので、内服薬より早く効きます。

もっと強い痛み止めの効果を期待するには、筋肉注射やブロック注射という方法もあります。ブロック注射は、直接患部に薬を届けるため、短時間で効果が現れます。また、痛み止めには、鎮痛作用以外に解熱作用も併せ持っているものもあります。

このように痛み止めの方法はたくさんあり、それぞれに特徴があります。これらの特徴を活かして、医師がその人の状態にあった痛み止めの方法を選択しています。

痛みのメカニズム

痛みは、「プロスタグランジン」という痛みの物質が作られることで感じます。「プロスタグランジン」は、傷を受けたり、身体に何らかの刺激が加わったときなどに、酵素の作用で「アラキドン酸」という物質が変化して作られます。そして、痛みを強めたり、血管を拡張して炎症を引き起こします。また、「プロスタグランジン」が脳の「視床下部」というところにある体温調節中枢に作用すると、体温が上昇したりもするのです。

痛み止めは、これらを引き起こす「プロスタグランジン」

を作らせないようにすることで、作用します。そのため、痛み止めの効果を十分に発揮するためには、痛みが出る前、痛みがひどくなる前に服用するのがよいでしょう。決まった時間に服用する方法はその意味で有効ですが、不安のためにいつも服用するのはお勧めできません。

痛み止めの副作用

痛み止めのお薬に限った事ではありませんが、副作用もあります。痛み止めの副作用としては胃腸障害があるので、できるだけ食後すぐに服用した方が良いでしょう。また、胃腸障害を予防するために胃薬を併用することもあります。

その他にもまれに「アスピリン喘息」という喘息症状になる場合もあります。このような患者さまは、気管支喘息患者さまの10%程度に認められます。これまで、喘息にかかった事がある方や他の医療機関でアスピリン喘息を指摘された事がある方は、必ず医師に申し出るようにしてください。

最後に、私たちにとって、「痛み」は厄介なものですが、それにより危険を避け、身を守ることにつながるので、身体から発せられる大切な信号の一つでもあります。しかし、痛むことによって、動くことができなったり、再発の不安でじっとしていると筋力が低下してしまいます。医師や薬剤師とコミュニケーションをとって、うまくお薬を使い、安静による弊害が起こらないようにしましょう。

お薬に関することで、気になることなどがあれば、お近くの医師または薬剤師にご相談下さい。

○ profile

- 目谷 泰哉 (めたに やすちか)
- 八尾はあとふる病院
診療管理部 薬剤課

○ ひとこと

- 患者さまのお力になれる薬剤師を目指しています



平成21年11月28日(土)に天満研修センターで 「第16回スポーツ選手・指導者交流会」を開催しました。

今回の交流会では、現在、スポーツ選手のコーチングをされている方をはじめ、診療やスポーツ現場にてサポート活動を行っておられる方や、将来トレーナーや理学療法士を目指している学生の方など90名の方にご参加いただきました。また、特別ゲストとして朝日放送プロ野球解説者 有田修三氏と、柔道整復師 高柳出己氏の元プロ野球選手をお迎えしました。

交流会は、まず「投球障害」をテーマに当院スタッフが講演を行いました。整形外科医師の松浦健司より投球障害の代表例である肩・肘の故障の病態と診断、治療方法を、理学療法士の兵頭惇より投球障害の改善のため、投球動作におけるワインドアップの動作に焦点をあて、動作におけるチェック方法ならびに改善方法をご紹介します。



有田 修三 氏

次にゲスト講演が行われました。まず、有田修三氏の講演が行われ、その後、高柳出己氏が加わりトークショーを行いました。

有田氏の講演は、現役生活でのエピソードなど多くのお話をいただきました。

その中で、捕手として相手バッターの選手「データ」と、バッテリーや味方ピッチャーの「心理」を読むことを重視していたこと、18年という長きに渡る現役生活を「その時の1球に集中してきた積み重ね」と話されていました。また、現在は少年野球の指導を行う機会もあり、子どもたちに教えてほしいことを以下のように話されました。

- 1) あいさつを必ずする
- 2) 嘘をつかない
- 3) 人を裏切らない

指導者・保護者に行って欲しいことは

■有田修三氏プロフィール

宇部商業高校時代の1969年に夏の甲子園に出演。新日鉄八幡を経て1972年のドラフト会議で近鉄バファローズから2位で指名され入団する。現役時代は強肩強打の捕手として名を馳せ、ゴールデングラブ賞2回、オールスターゲーム出場2回、通算1000試合出場(248人目)を表彰される。引退後は、阪神・近鉄のバッテリーコーチをそれぞれ4年間務め、現在は朝日放送の解説者として、捕手の配球に対する分析力などには高く評価されている。

- 1) 子どもの話をきくこと
- 2) 叱るのは良いが、怒らないこと
- 3) 色々なスポーツを選手には経験させる

講演の最後に有田氏が肝に銘じているお父様から言われた言葉をご紹介します。「人から受けた恩は石に刻め。人に与えた恩は水に流せ。」

トークショーではプロ野球界における裏話など、時折笑いを交えながら和やかな雰囲気で行われました。そのお話の中で、選手育成については、お二人とも「技術の前に日頃の身体のケアやトレーニング、食事などの『からだづくり』が重要である。」と話されていました。ことに、高柳氏は指導している少年野球のお母さん達に「かならずお米を食べさせること」「しっかりと朝ご飯を食べる生活でないと指導しない」と徹底して



高柳 出己 氏

られました。

スポーツ種目を問わず選手の指導は勿論、明日からの仕事や日常生活におけるパワーをいただいた講演とトークショーでした。



■高柳出己氏プロフィール

春日部工高卒業後、日本通運を経て1987年のドラフト会議で近鉄バファローズから1位指名され入団する。1988年10月19日の対ロッテ戦での「伝説のダブルヘッター(10.19)」第2戦に先発。引退後、現在大阪府羽曳野市にて「たかやなぎスポーツアカデミー」「高柳整骨院」を開院している。

第3回島田病院公開医療講座

羽曳野市、松原市に続き、「柏原市民文化会館 リビエールホール」で開催しました。1日目は147名、2日目は139名と多くの方に、ご参加いただきました。

講座内容は、整形外科のかかり方から運動器症候群ロコモティブシンドローム(ロコモ)予防のすすめ、そして専門的な治療に関する内容で、終了後には多くの方々が講師へ質問され、活気ある講座となりました。「安静はアカン!!人生は動いてナンボやで」島田院長のキメゼリふで満員の会場に笑いが起きました。

公開医療講座終了後のアンケート結果では、96%以上が「良く理解できた」「理解できた」にご回答いただきました。その他にも多くの質問やご意見をいただいております、次回の開催に反映させていきたいと考えています。

今後も、皆さまのご参加を心よりお待ちしております。



●公開医療講座開催

平成21年11月19日(木) 14:00~16:00

「身体の痛みと整形外科のかかり方」 院長 島田 永和
「ヒザ・股関節の人工関節について」 整形外科医長 佐竹 信爾

平成21年11月26日(木) 14:00~16:00

「腰椎間板ヘルニアと腰部脊柱管狭窄症」 整形外科科長 金田 国一
「五十肩の診断と治療について」 整形外科医長 松浦 健司



第15回大阪病院学会へ行ってきました。

平成21年10月4日(日)大阪市・グランキューブ大阪(大阪国際会議場)にて第15回大阪病院学会が「蘇れ日本の医療～大阪からの発信～」を学会テーマとして開催されました。

当日は219題の演題発表とノーベル物理学賞受賞の益川敏英教授の講演があり、多くの病院関係者が集まった盛大な学会でした。

はあとふるグループからも6題の演題発表を行いました。その中でも看護セクションと介護セクションで、1題づつ優秀演題賞に選ばれました。

『整形外科専門病院における臨床工学技士の役割と課題』



島田病院 手術室
臨床工学技士 重竹 雅也

今回入賞できたことは、周りの方々の協力があってこそ出来たことだと思います。一般認知度が低い職種ですが、この職種の重要性和認知度を高めることが出来れば良いと思います。また、看護師との業務連携を今以上に深めながら、今後は他職種とも連携を深めていきたいと思っています。

『現場職員の気付き! ~これは抑制なのか、安全対策なのか~』

老健抑制廃止委員会の活動報告



介護老人保健施設 悠々亭
介護福祉士 島田 風太

抑制廃止委員会での取り組みを、たくさんの方の助けによって発表でき、表彰されたことを嬉しく思います。今後も抑制廃止について職員間で話し合い、よりよい介護ができるよう心掛け活動していきます。

はあと ハート to インフォメーション

はあとふるグループのコア概念

使命

私たちは、
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

理念

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

基本方針 4つの追求

1. 「確かな技術」を追求します
2. 「心に届く」を追求します
3. 「安全」を追求します
4. 「信頼でつながるチーム」を追求します



Cafe Infection Control

感染管理認定看護師がお届けする感染対策情報

新型インフルエンザ Q&A

今回も「新型インフルエンザ」について、お話しをしたいと思います。
Q&A でご紹介いたします!

Q 新型は、いつものインフルエンザと
症状が違いますか?

A 現在、流行している新型インフルエンザはいつもの
インフルエンザとほぼ同じ症状です。毒性が弱い事もあり、
ほとんどの方は軽い症状で治りますが、一部基礎
疾患がある方は重篤になっています。

Q 家族が新型インフルエンザになりました。
家庭内での対策は?

A 可能であれば、かかっている人にはマスクをつけてもらい、
他の家族と接触しないように部屋で過ごして頂くのが良い
と思います。もしくは、2メートルは離れてもらいましょう。
ただし、小児や介護が必要な方がかかった場合は、
介護をする人も近づくときにはマスクを装着しましょう。
もうひとつ、大事なことはこまめな手洗いです。かかった
家族もそうでない家族も頻りに流水と石けんで手を洗いまし
ょう。手を拭き取るタオルは交換回数を増やし、清潔なタ
オルで拭き取るようお願いします。

※詳細は、厚生労働省「新型インフルエンザあなたの?に答えます(受診と療養編)」 <http://nettv.gov-online.go.jp/prg/prg2724.html>へアクセス

法人事務局 感染・安全管理担当
感染管理認定看護師 森下 幸子

QRコードで
簡単アクセス



厚生労働省ホームページより

Q 熱が下がったので
買い物へ行ってもいいですか?

A まず熱が下がってから2日間は、熱が再びでないことを
確認しましょう。そして、咳などの感冒症状がある場
合は症状が出てから7日間は、人混みには行かないで
下さい。



はあとふるグループ

●医療法人(財団)永広会

島田病院 ☎072-953-1001
Eudynamics はびきのヴィゴラス ☎072-953-1007
介護老人保健施設 悠々亭 ☎072-953-1002
在宅介護支援センター 悠々亭 ☎072-953-1003
介護サービスセンター ゆうゆう亭 ☎072-953-5514
〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山100-1

ヘルパーステーション 悠々亭 ☎072-953-1062
訪問看護ステーション ハートパークはびきの ☎072-953-1004
〒583-0883 大阪府羽曳野市向野3-96-7

八尾はあとふる病院 ☎072-999-0725
〒581-0818 大阪府八尾市美国町2-18-1
介護サービスセンター はあとふる ☎072-999-8126
〒583-0815 大阪府八尾市宮町2-10-22

●社会福祉法人 はあとふる

高齢者生活福祉センター ゆうゆうハウス ☎072-931-1616
〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山96-10