

はあとほっとステーションしまだ

2007.5
Vol.41



島田病院

今年度の島田病院の方向性

島田病院では、平成9年4月1日に「宣言書」を作成し、提供するケアサービスについて、目指す方向を明示させていただきました。平成14年11月1日に一部改訂し、今回、法人全体の使命・理念の見直しとともに、「私たちの「誓い」と患者さまへの「お願い」」として改めて掲示させていただきました。ここでは、それを紹介し、ご理解とご協力をお願いしたいと思っています。

八尾はあとほっとの病院や悠々亭、そして訪問看護や在宅サービスなどを含むグループ全体として「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」という【使命】を掲げ、地域社会に対する責任を明確としています。そして、使命に向けての具体的な行動指針として、【理念】を「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」と表現しました。治療という医療行為が目的なのではなく、それを通して、その方が本来希望される人生に少しでも早く、完全な形で戻られることをサポートするという熱い思いがそこには込められています。

このグループ全体の方針に従い、島田病院は施設理念として「人間愛と確かな技術に基づき、信頼でつながるチームで、安全に、心に届くサービスを提供します」と掲げています。今回こうした改定に伴い、改めて、ご利用いただく患者さま・ご家族に対して、「私たちの誓い」を表明すると同時に、ご来院の皆さまにご協力・ご理解いただきたいこととして、「患者さまへのお願い」を明示いたしました。よろしくお願い申し上げます。

【私たちの誓い】

- 1 患者さまの権利を尊重し、倫理を守り、個別に、敬意を持ってケアを提供します。【身体の不都合を何とか改善する活動の主演は患者さまご本人です。私たちはプロとして、全力を上げてお手伝いさせていただきます。】
- 2 検査・診断名・治療方針などについて、分かりやすい説明を心がけます。【分かりにくい説明にはどうぞ、ご遠慮なくご質問を繰り返してください。】
- 3 ご質問に対して誠実にお答えすると共に、レントゲンやカルテなどの診療記録もご要望により開示します。【診療のためお聞きしたお話やレントゲン・MRIなどの画像、そして血液検査結果などは法令により私たちがお預かりしていますが、もともと皆さまのもので、必要があれば、いつでもルールに従い、提供いたします。】
- 4 専門職として最善と考えられる方法をご助言し、患者さまご本人の方針決定をお手伝いします。【あくまで最終決定は診療の主演であるご本人がなさるものと認識しています。私たちは誠心誠意、その決断をサポートいたします。】
- 5 第三者のご意見を希望される場合(セカンドオピニオン)には、紹介状を添えて資料をお渡しし、積極的に協力します。
- 6 ご本人の選択・決断による治療方針の最終的な決定を尊重し、優先します。

- 7 診療における安全の確保に、スタッフ全員が意識を持って取り組みます。
- 8 転院の必要が生じた場合、情報とともに適切な医療機関へ迅速に紹介いたします。
- 9 治療上知りえた個人のプライバシーは、必ず、保持いたします。
- 10 サービスの不十分な点につき、みなさまからのご指摘は公表し、改善の努力を怠りません。

●患者さまへのお願い

- 1 的確な診療のためには、ご本人からのさまざまな情報が必要です。質問事項には率直にお答え下さい。【以前受けていた治療のことを話すのは気が引けるとか尻込みされる方がおられます。私たちが治療方針を考えていく上で必要な情報がそこに含まれているかもしれません。どうぞ、できるだけすべての情報をお聞かせください。】
- 2 治療の方針は医師や施設によって異なることがあることをご理解下さい。【同じ診断であっても、どういう方法で治すか、勉強してきた過程やそれまでの経験により、必ずしも一致しません。私たちの施設内ではそうしたことがないよう、カンファランスを通して統一した方針が持てるよう話し合いを積み重ねています。】
- 3 治療は身体に起こった不都合を改善に導く手段です。しかし、その手段は、それ自体、身体に悪影響を与える場合もあることを予めお含み下さい。【副作用のない薬や絶対安全な手術は存在しません。落ちる可能性が0%の飛行機がないのと同じです。それでも必要があるから飛行機を利用するように、目的に向かう手段の一つです。】
- 4 治療方針の決定は治療により期待される効果と、望ましくない影響とを秤にかけて、選択し決定していきます。医療者任せではなく、この過程に積極的にに関わり、ご自身で決断をお願いします。
- 5 治療による反応や結果には、アレルギーのように、個体差があります。同じ治療が常に同じ結果を招くとは限らないことをご承知下さい。
- 6 診療では正確な時間設定が困難で、予定時刻はあくまで目安です。外来や手術など、予定の時刻通りに運ばないこともあることを想定してお待ち下さい。

このように、「誓い」と「お願い」を上げさせていただきました。私たちは、診療において、患者さまと医療者はパートナーだと思っています。一緒に困った問題を解決する仲間です。そのチームがもっとも効率的に効果を発揮するよう定めたルールがこの「誓い」と「お願い」です。どうぞ、ご理解の上、よろしくお願い申し上げます。

島田病院 院長 島田 永和

<島田病院 理念>

人間愛と確かな技術に基づき
信頼でつながるチームで、安全に、
心に届くサービスを提供します

<はあとほっとグループ 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

<はあとほっとグループ 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

インフォメーション

高額療養費の現物給付 70歳未満の方の窓口での支払い負担が軽くなります

病気やけがで入院して高額な医療費がかかった場合、一定額を超えた部分を公的保険で負担する仕組みを「高額療養費制度」といいます。

この高額療養費の70歳未満の方の制度が、4月より一部変わりました。現行制度では、退院時にいったん窓口で医療費の自己負担分を支払い、限度額超過分を後日、申請して払い戻しを受けましたが、今後は一定の自己負担限度額を支払うだけで、多額の現金を支払わなくて済みます。

限度額は所得に応じて「上位所得者」「一般」「低所得者」の3段階に区分されています。例えば、一般所得の場合、自己負担限度額は3万7430円です。

入院して医療費が100万円かかった場合、今までの制度では、退院時に窓口で3割の自己負担30万円を支払い、限度額との差額21万2570円を高額療養費として申請し、後日払い戻されるという制度でした。

4月以降は、「限度額適用認定証」を提示していただければ、退院時の支払いが自己負担限度額のみでの支払いですみます。

この制度をご利用になる際は、まずご自分がどの区分に該当するかを証明する「限度額適用認定証」を社会保険事務所や市町村窓口などで申請する必要があります。

この認定証がない場合は、これまで通りかかった医療費の3割分を退院時に一度お支払いいただき、高額療養費の支給申請を行った上で払い戻しを受けていただくこととなりますので、入院の際（もしくは入院中）に受付窓口（入院・病棟）に「限度額適用認定証」を提示してください。

※70才以上の方については、既に同様の取り扱いが行われていますので、今回の変更はありません。

詳細につきましては、島田病院1階医療情報課もしくは管轄の社会保険事務所や市町村にお問い合わせください。

診療部

●新しい高脂血症の治療ガイドラインについて(1)

今年度の4月から高脂血症の治療の方針が変わります。この治療指針（治療ガイドライン）は日本動脈硬化学会で決められたものです。まず長い間使用されてきた“高脂血症”の病名が“脂質異常症”という病名に漸次変更される予定です。従来は血中の総コレステロール値が治療方針を決める代表的な検査値でしたが、今後は血中のLDLコレステロール値に取って代わられます。

今までは直接に測定するのが困難だったLDLコレステロール値は、検査法の進歩により直接に測定できるようになりました。そしてLDLコレステロール値だけでなく、他の危険因子（喫煙の有無、高血圧や糖尿病の有無、年齢、性別、冠動脈疾患の既往・家族歴の有無など）があるかどうかでLDLコレステロール値をどこまで下げるべきかという治療の開始基準値が違ってきます。

例えば、冠動脈疾患の既往があればLDLコレステロール値は100mg/dl以下にしておかないと動脈硬化が進展する可能性が非常に高くなり、将来血管がつまる可能性が非常に高くなるのがわかってきました。ですから今後健康診断においても総コレステロール値は基本的には測定されなくなり、LDLコレステロール値が必ず測定される予定です。

他に中性脂肪値やHDLコレステロール値も測定され、脂質異常症の治療評価の基準とされます。その中でもあくまで一番重視されるのはLDLコレステロール値であることをぜひ知っておいてください。

ご質問のある方は内科（担当医師：植田）までどうぞよろしくお願いします。

内科医長 植田 秀樹

ヴィゴラス教室

5月

テーマ「高齢者のための 筋力トレーニング」

～いきいきとした生活を送るために～

日時：平成19年5月24日（木）
15時30分～16時30分

参加費：無料

講師：トレーナー 西村 貴宏



※詳細は、院内掲示のポスターをご覧ください。
ヴィゴラスまでお問い合わせください。

6月

テーマ「短期集中3週間! 肩こり解消教室」

～専門のスタッフが皆様の肩こり改善の
お手伝いをさせていただきます～

日時：平成19年6月 7日・9日・12日
14日・16日・19日
21日・23日・26日

毎回 15時～16時30分

※一回90分合計9回の教室。

対象者：30歳以上の男女

参加費：10,000円 定員：10名

※お問い合わせは島田病院地下1階
はびきのヴィゴラスまで

TEL/FAX 072-953-1007

E-mail vigorous@heartful-health.or.jp

腱板損傷のリハビリテーション

腱板とは・・・

肩関節を覆うようについている4つの筋肉を腱板といいます。

腱板の機能として ⇒

- ① 捻り運動の作用
- ② 肩の関節面同士を引き付ける
- ③ 肩関節の袋（関節包）の補強

⇒

肩を動かすために
とても重要な働きをしています

腱板損傷とは・・・

変性した腱板に小さな外力（例えば打撲）が加わって発生する場合（50歳以降）と、活発な動作によって発生する場合（主に20～30才前後）とがあります。頻度としては50歳代以降が多いです。

症状 主症状は痛みと可動域制限で、特に脱力を伴います。

動作時に疼痛と脱力を感じます。外に腕を開くと痛みが増える場合が多いです。
夜間時の痛みで眠れない場合があります。

治療 1.保存療法

- 1) 安静・消炎鎮痛処置:消炎鎮痛薬の投与や理学療法を行います。
- 2) 肩強化運動:疼痛の緩和に応じて、筋力増強運動を行います。

2.手術療法

3～6ヶ月間の保存療法が無効で、画像検査などが陽性であった場合、手術適応となることが多いです。スポーツや重労働などで完全断裂を発症した場合、早期手術療法が奨められます。

◆リハビリテーション例の紹介

炎症の緩和、リラクゼーション、関節可動域の獲得、筋力強化を目的に運動療法を行なっていきます。

両手ハンザイ



痛みがない範囲で、両方の手を組んで腕を引き挙げます



肩甲骨の運動



棒を頭の後ろで持ち、挙げられるところまで繰り返し上げます



肩の後ろのストレッチ



肩と肘が真横になるように寝て内に倒します

胸はり



肩甲骨を引き寄せるよう意識しましょう

振り子運動



力を抜いて腕を下垂させます



案に動かせる範囲を前後左右に動かします

ストレッチ



脇腹を伸ばすように手を引っ張りながら体を横に倒しましょう。

首のストレッチ



首を横に倒します。

テーブルサンディング



痛みのない範囲で体を前屈させ体を戻す動作を繰り返します。

☆症状の改善には病期に合わせた適切な治療が必要となります。症状が強い場合は、医療機関への受診をお勧めします。

はあとふるの 台所

動脈硬化予防!

抗酸化食品を食べましょう。

いま、日本人の約6人に1人が、高脂血症（血液中の中性脂肪やコレステロールが多い状態）の患者、または予備軍といわれています。高脂血症は、動脈硬化（血管が狭くなり、詰まりやすくなった状態）を招く、大きな原因です。今回は、動脈硬化を予防できる抗酸化食品について紹介いたします。

なぜ、抗酸化食品で予防できるの？

動脈硬化は、コレステロールそのものではなく、体内で、酸化などにより変性を受けた変性コレステロールの増加で促進します。このことから、コレステロールを酸化変性させない栄養素を含んだ食品、つまり抗酸化食品を積極的に摂ることが、動脈硬化の予防になるといわれているのです。

抗酸化食品の代表格

ビタミンE
を多く含む食品

西洋かぼちゃ
ほうれん草
ブロッコリー
アボガド
玄米飯
大豆など



ビタミンC
を多く含む食品

ブロッコリー
小松菜
カリフラワー
キウイフルーツ
いちご
さつまい



カロチン
を多く含む食品

人参
ほうれん草
春菊
小松菜
ニラ
チンゲン菜



抗酸化食品の多くは、緑黄色野菜や果物です。野菜は、お浸しやサラダ、和え物、煮物、味噌汁、スープにして取り入れましょう。果物は、一日80～100キロカロリー以内に、食べ過ぎに注意しましょう。果物に含まれる果糖は、体脂肪に合成されやすいからです。一日あたり、キウイフルーツは小2個、イチゴは250gが適量です。

これら以外の抗酸化食品には、カテキンを含むお茶や、ゴマリグナンを含むゴマがあります。

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。

医療法人(財団)
永 広 会

島田病院

〒583-0875 大阪府羽曳野市榎山100-1

Tel.072-953-1001 Fax.072-953-1552

予約専用電話 Tel.072-953-1051

ホームページ <http://www.heartful-health.or.jp>