

浅草寺病院だより

平成 28 年
【新年号】

平成 28 年 1 月 10 日発行
社会福祉法人浅草寺病院
東京都台東区浅草 2-30-17
☎ 03-3841-3330

理念

観音さまの大慈悲のみこころにそって、
思いやりの精神のもとにあたためた医療を提供します。



ご挨拶

病院長 黒田忠英

新年あけましておめでとうございます。浅草寺の除夜の鐘とともに 2016 年の新しい年を迎えました。浅草寺病院の窓からは、初詣で賑わう浅草寺の境内、浅草の街の賑やかな風景を見ることができます。

昨年は病床機能報告制度が始まり、また 2025 年に向けた地域医療構想がスタートしました。地域医療構想とは、2025 年に向け、二次医療圏単位での病床の機能分化、連携を進めるものであり、地域完結型の医療のあり方の再考が求められております。東京都は 13 の地域に分割され、台東区は区中央部に位置します。病床機能報告制度によりまとめられたデータによりますと、区中央部は高度急性期、急性期、回復期の患者さんが他の地域から区中央部に入ってきております。その反面、慢性期の患者さんは他の地域、または他県に出ていく形になっています。言い換えれば、長期の療養が必要な高齢者の方々は、住み慣れた、通い慣れた地域から離れた場所での療養生活を余儀なくされることになっています。高齢人口の多い、台東区では住み慣れた地域で生活を続けられる環境を整えることが必要と考えます。住み慣れた地域に住み続けることが出来るようにするには、在宅医療はもちろんですが、クリニック、施設そして病院の連携が必要不可欠であり、外来通院、在宅医療、そして急性期または高度急性期病床での入院加療、回復期病床、長期療養病床での加療、そして再び在宅医療と、切れ目のない医療機関連携、医療機能連携の強化がさらに必要不可欠であります。

当院は急性期一般病床、医療療養病床を併設したケアミックスの病院です。今後、浅草寺病院が地域完結型医療の一端をにない地域医療に貢献するためには、このケアミックスの特性を生かしていくことが重要となります。浅草寺というお寺の病院として、地域に根ざし、かかりやすい病院であるよう。また、みなさんが住み慣れた地域に住み続けられるように努力していきたいと思っています。今年一年が皆様にとってよい年になりますように、お祈り申し上げます。

外来で患者さんと話をしていると、「年のせいだね」なんて言葉をしばしば耳にします。年のせいとは何でしょうか。老化による一番の問題は筋力低下です。筋力のピークは 24 歳です。それ以降は徐々に筋力は低下していきます。50 歳を過ぎたあたりから減少率が大きくなり 80 歳になると 40%も減少してしまうのです。「太ったのは年のせいにしちゃダメですよ」なんて言いたいところですが、筋力の低下により代謝も落ちますから 1 日の必要なカロリーも減ってきます。同じものを食べていてもカロリーが余ってしまい、そして太ってしまいます。筋力が減ることで腰の安定性が悪くなり、膝の力が落ちることで軟骨に負担がかかります。そこに増えた体重。腰痛や膝の痛みが出てくるわけです。

活動量の多い人や運動をしている人は、虚血性心疾患・糖尿病・骨粗鬆症・がんなどの罹患率や死亡率が低いことが示されています。厚生労働省は健康日本 21 という題目のもとに近年の生活習慣病の予防として適度な運動を推奨しています。

高齢者(70 歳以上)では日常生活において男性 6700 歩、女性 5900 歩という目標値を定めており、まずは普段の生活に加えて意識的に 15 分の歩行(+1300 歩)を推奨しています。そういった生活の中で冠動脈疾患や高血圧症、糖尿病の予防に努めていくわけです。

でもこれは主に生活習慣病の予防の話です。ウォーキングだけで良いわけではありません。厚生労働省では生活の中の動きを良くしてあげるためにウォーキングのほかに体や脚の運動・ストレッチも推奨しています。最近ウォーキングをしている方は増えてきており非常に良いことだと思います。でも整形外科医としてはスクワットや腹筋などの筋力トレーニング、ストレッチによって疲れにくい脚を作ることによってさらに良い生活が迎えられると思います。寒いから外に出られないなんて言わずに家の中でも運動に心がけましょう。



医療療養病棟の紹介

医療療養病棟師長 岩見節子

浅草寺病院の 4 階は医療療養病棟です。

病棟の特徴は、急性期医療の治療を終えても引き続き医療行為の必要度が高く、病院での療養が継続的に必要な患者さんが利用する病棟です。療養病棟の業務の中心は、医療ケアと生活ケアです。医療ケアは、栄養管理(点滴や経管栄養など)や検査介助、日常生活ケアは、清潔ケアを中心に行っています。患者さんの入院生活を 24 時間体制で、看護師や看護補助者が見守っています。自分で排泄出来ない方のオムツ交換や洗面介助を行い、トイレに行ける方は見守りや一部介助を行っています。食事を経口から摂取出来ない患者さんは、経管栄養を行います。食事の時間は、病棟の中央にあるデイルームに車椅子やベットを移動し、明るく広いスペースで食事を楽しめる環境を提供しています。月に 2 回サービス担当者会議を開催し、御家族の要望を確認後、医師・看護師・薬剤師・栄養士・医療相談員・リハビリスタッフと共に、患者さんの現状の課題や方向性などについて話し合いを行っています。

療養病棟にあるデイルームは冬でも暖かく、テーブルを囲んで患者さん同士が話をしたり、面会の方が患者さんと話をする憩いの場所になっています。療養病棟の年間行事の 1 つとして、年に 2 回(春と秋)浅草寺境内周辺を散歩しています。この散歩は、患者さんや患者さん家族の希望とその日の患者さんの体調により実施されます。このような計画は患者さんと患者さんご家族の関わりを深め、大切な思い出作りになっています。病棟内の行事としては、七夕やクリスマスの飾りつけで季節を感じて頂き、2 ヶ月に 1 回地域のボランティアによる演奏やダンスなどの催し物も開催しています。

この様に、療養病棟ではその人がその人らしく生活できる環境を提供し、心のこもった看護ケアや生活支援を心掛けていけるようこれからも努力してまいります。

