

浅草寺病院だより

平成 30 年
【秋号】

平成 30 年 10 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

看護部長 東 留利子

猛暑から一転涼しさを通り越し肌寒いなど気候の変化が大きく、日本特有の「四季」を感じる事が薄れるような天候が続いています。

浅草は、日本内外に知れ渡る観光の名所でもあり、私自身も観光で何度か訪れていた土地でした。その浅草にご縁があり、この 4 月より看護部長とし赴任しております。

毎日、浅草寺本堂や五重塔を目にしながら「私にできる事は何か、しなければならない事は何か」と考えた時、患者さまやご家族の方々が「安心そして安全に過ごせる病院をつくる事」と考えました。

2025 年に突入する団塊の世代の後期高齢化と多死社会の到来、それに伴う人口減少を見据えた病床機能、病床数などの見直しと地域包括ケアへの推進が確実に進んでおります。

このような中、看護師に求められるニーズも多様化し療養を続ける患者さまに安心して過ごしてもらうために、私たち看護師一人一人が自覚と責任を持ち、患者さまを擁護し、ケアを提供し、医療の調整役として、ニーズに応えられる知識と実践能力を備えた看護師を育成していくことが必要と考え着手しております。

当院は、患者さまやご家族の方々が安心してかけられる地域密着型の病院として医療を提供する中「浅草寺病院にまたかかりたい」「浅草寺病院で良かった」と思ってもらえるよう、看護師の医療に向き合う姿勢、笑顔であいさつし美しい日本語、そして相手に優しく(易しく)説明するという基本的な接遇を心がけ、患者さまやご家族の方々に信頼して頂ける看護部を作っていきたいと、日々奮闘し続けていきたいと思っております。

「医療チームの一員として病院方針を遵守し、患者さまの尊厳を守り、人権を尊重することを判断・行動の基本とし、観音さまの大慈悲のみこころにそった看護介護を提供します」という看護部理念を胸に、看護にあたりたいと考えております。

健康寿命とは健康上の問題が無い状態で日常生活を送れる期間です。平均寿命と健康寿命の間には、男性で約 9 年、女性で約 13 年の差があります。この健康寿命を損なう要因の一つに骨折があります。特に大腿骨近位部骨折（股関節の骨折）を起こすと 3 割近くの人が寝たきりになると言われています。また、多くの高齢者が骨粗鬆症を合併しており、もう一度大腿骨近位部骨折を起こすと逆の大腿骨近位部を骨折する危険性が 4 倍から 5 倍あるとも言われます。脊椎（背骨）の骨折では、一つの骨が折れた人は次に他の椎骨が折れる危険性が 7 倍ほどあると言われております。骨粗鬆症を伴った背骨の骨折は『いつの間にか骨折』と言われ痛みを伴わないこともあり、レントゲンをとって初めて骨折を起こしているとわかることが多いとても厄介な骨折です。以前より身長が低くなったとか、腰が曲がってきたといった症状を自覚される際には背骨が骨折（脊椎圧迫骨折）をきたしている可能性があります。これを放置すると、さらに背骨が曲がって歩行が不安定になり、転倒し易くなるため寝たきりの原因になる大腿骨近位部骨折や手首の骨折（橈骨遠末端骨折）、肩の骨折（上腕骨近位部骨折）といった日常生活に影響を及ぼす骨折をきたし手術を避けられない状況に陥る可能性があります。また、背骨の曲がりさらに進むと側彎症や後弯症といった変形が起こり内臓が圧迫され、食事ができないようになるまで進んでしまうこともあります。これらの骨折を防ぐには転倒しないことが一番大事ですが、『いつの間にか骨折』やすでに骨折を起こしてしまった場合には骨粗鬆症の予防と治療をすることが非常に重要です。心配な方は一度整形外科を受診してください。

涙とドライアイ

視能訓練室

秋から冬にかけて少しずつ空気が乾燥していきます。空気が乾燥してくると、目が乾きゴロゴロする“ドライアイ”が気になる方も多いのではないのでしょうか。

ドライアイと聞くと多くの方は、涙の量が減ってしまい目が乾燥する病気というイメージを持つと思います。しかし実際に涙の量が減ってしまうドライアイは全体の約 2 割程度で、ほとんどのドライアイは涙の量は減っていません。それどころか、逆に涙が過剰に分泌されて起こる“流涙”の症状が出る方も多くいます。

最近の研究で、ドライアイは目を潤すための“涙”と、目の表面に涙をのせてあげるための“粘膜”の病気であることがわかってきました。涙の量が十分であっても粘膜が弱っていると目に涙がうまくならず、それを補うために涙が過剰に分泌されてしまいます。これがドライアイで“流涙”が起こる原因です。そしてドライアイは涙が乾くことで粘膜が弱り、粘膜が弱ったことで涙が乾く、といった悪循環により引き起こされます。

ドライアイの主な要因として

1. 涙の量の減少（加齢・全身の病気・内服薬・不規則な生活 など）
2. まばたきの減少（パソコン・テレビゲーム・携帯電話・読書・車の運転 など）
3. 涙の蒸発（乾燥した空気・空調の風・目の大きさ など）
4. その他（コンタクトレンズ・性別・喫煙 など）

が挙げられます。このようにドライアイの要因は日常の中に沢山あります。

秋も深まり、読書や映画鑑賞、旅行やスポーツなど様々な楽しみのある季節となりました。それと同時に、秋はドライアイの“きっかけ”が多く潜んでいる季節でもあります。ドライアイの症状を少しでも感じたら、乾燥していく冬に向けて早めの対策として眼科に掛かれてみてはいかがでしょうか。