

2018年5月1日発行

〒671-0221 姫路市別所町別所2丁目150  
Tel.(079)252-5235 石川病院 広報委員会  
発行責任者 事務長 三枝孝弘

地域のために 思いやりと  
信頼性の高い 治療・看護を目指す

### 新年度、スタートしました！

青葉若葉の好季節、新しい年度が始まりました。気持ちも新たに、理念・今年度運営方針に基づき、地域の皆様に貢献できるよう努力してまいります。

### 【平成30年 スローガン】

(イ)癒し (シ)信頼 (カ)感謝 (ワ)和の心を持ち、笑顔のあるチーム医療

【平成30年 運営方針】

一人ひとりの気づきから病院改革へ

1. 患者様の信頼が得られる病院組織を目指し、組織改革・意識改革・業務改革を実践する。
2. 地域ニーズを把握し、患者様から信頼を得られるシームレスな医療介護の提供に努める。
3. 職員一人ひとりが率先して自己研鑽に励み、日常業務を見直し更なる質の向上に努める。
4. 内部監査レベルを高め、仕事の品質と業務効率を高め、確実にP・D・C・Aを回す習慣を定着させよう！
5. 一人ひとりが意識し、心を込めた「挨拶」「言葉」「態度」を実践する。

### 《平成30年4月 入職式》

4月2日(月)に新職員14名を迎え、平成30年度入職式を挙行了いたしました。新職員を代表して栄養課の前川さんが挨拶をし、辞令交付を受けました。フレッシュな新人の力を得て、更に信頼性の高い医療を目指していきたく思います。宿泊研修では、同期生の関係熟成、上司との交流をはかりました。



入職式



新人宿泊研修



# 糖尿病教室を 開催しています

糖尿病教室



当院では2ヶ月に一度、外来患者様を対象に糖尿病教室を開催しています。今回は12月に開催した教室の様子をご紹介します。

昨年12月20日にフットケアをテーマに教室を開催しました。1年間、糖尿病について様々なことを学んできた参加者の皆様に自分でカロリー量を計算してもらいながら食べたいメニューを選んでいただきました。



その後は、参加者全員に足湯を体験してもらいながら、足の裏・指の間に傷はないか、爪は伸びていないか、看護師が確認します。皆様、気持ちよさそうに足湯を楽しんでおられました。



### フットケアってなあに？



糖尿病の合併症の一つに足病変があります。傷などの足の変化を放っておくと足潰瘍や壊疽(えそ)といった重大な病変に進行してしまふことがあります。大切な足を守るためには、血糖値を良好にコントロールするとともに、ご自身の日々のお手入れ(フットケア)がカギになります。

ご自身の足の状態を知り、その状態に合わせた方法で手入れをしていくことが大切です。

### 次回の開催日程

H30年6月20日(水) テーマ:動脈硬化について  
場 所:4階患者食堂  
時 間:未定(決まり次第ホームページにて掲載)  
※糖尿病教室へ参加するには、当院の外来診察が必要です。  
参加希望の方は受付へお尋ねください。

### 【新入職医師紹介】 桐月 伸輔 医師

担 当 科:整形外科

学会・資格:日本整形外科学会専門医、日本リハビリテーション医学会、  
日本人工関節学会、日本関節鏡・膝・スポーツ整形外科学会

コメント:骨折を中心とした外傷や膝関節疾患を中心に整形疾患全般を  
診療させて頂きたいと思ひます。お気軽にご相談下さい。

# 睡眠時無呼吸症候群とその検査について

睡眠時無呼吸症候群（SAS）とは寝ているときに何度も無呼吸や低呼吸を繰り返し、熟睡できずに昼間の眠気や起床時の頭痛などを始め、さまざまな合併症を引き起こす病気です。睡眠中に大きなイビキをかく、夜中に何度も目が覚める、日中傾眠や居眠り運転をよく起こしそうになるなどの症状があり、日本人の2~3%潜在患者がいると推定されています。



## 睡眠時無呼吸症候群の主な症状

十分に眠れないことが原因となってさまざまな症状が現れるようになります。

### 眠っているとき…

- いびきをかく
- 息が止まる
- 呼吸が乱れる
- 息が苦しくて目が覚める
- 何度も目を覚まし、トイレに行く

### 日中、起きているとき…

- 強い眠気を感じる
- しばしば居眠りする
- 午前中に頭痛を感じる
- 記憶力や集中力が低下する
- 全身倦怠感、疲れが取れない

## 睡眠時無呼吸症候群の検査

この検査では睡眠中の呼吸状態、血液中の酸素飽和度などを同時に測定し、無呼吸低呼吸の有無を知ることができます。

検査は自宅で簡単に行うことができ、テープでセンサーを貼り付け、本体のボタンを押して検査をスタートさせ、いつもどおりお休みいただくだけです。



## 睡眠時無呼吸症候群の治療

### ①CPAP療法

鼻より空気を送り、閉塞した上気道をおし広げることによって睡眠時の無呼吸をなくし、酸素不足を解消することができ、睡眠の質を向上させることができます。



### ②その他の治療

- 生活習慣の改善…減量、横向きで寝る工夫、アルコールを控えるなど。
- 口腔内装置(マウスピース)…下あごを前方に固定することで、空気の通り道を開きます。
- 外科的手術…気道閉塞の原因がアデノイドや扁桃肥大の場合など。



当院では睡眠時無呼吸症候群の診察、検査、治療を耳鼻科にて行っています。いびき、昼間の眠気などでお困りの方はお気軽にご相談ください。

# ICLS研修・講習

今年も3月に、全看護職員を対象として、BLS・除細動・胸骨圧迫・挿管・DVD鑑賞などICLSの研修を行いました。このような講習を毎年行うことで、臨床現場で活用できるような急変時の対応や技術・知識の向上に努めています。



# 「オープンガーデンなかはりま」を開催しました

地域の方、病院を訪れる方の憩いの場となることを目指し、病院スタッフ共々、四季折々の植栽を管理しております。4月20日~22日にはオープンガーデンなかはりま2018を開催しました。春の暖かい日差しに恵まれ当院にお越しくくださった皆様に、お庭を楽しんで頂きました。



石川病院 外来診察日程表												2018/4/14~	
診察時間	診療科	月		火		水		木		金		土	
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 診	内科1	金岡	大江	大江	佐々木	金岡	佐々木	金岡	大江	佐々木	金岡	担当医	
		予約優先				予約優先		予約優先			予約優先		
2 診	リハビリ1	仲山	中島	中島	担当医	佐地	松田	中島	担当医	今脇	仲山	仲山	仲山
		(松田)				(仲山)	16時~松田 16時~仲山				(松田)	(大江)	(佐々木)
3 診	整形1	壺坂	壺坂	石川齊	渡邊	高島	桐月	山下	山下	北山	渡邊	石川齊	
			16~18時	~11時半	~17時半			~17時半			~17時半	~11時半	
4 診	整形2	津村	桐月	渡邊	前野	津村	津村	高旗		桐月		竹森	
	内科2					予約制	予約制	予約制					
	リハビリ2					人工関節							
5 診	外科1	佐地嘉章		松田				松田	仲山			外科	
	リハビリ2			予約制				予約制	予約制				
6 診	外科2	石川誠	今脇	佐地嘉章	中島	外科	外科	今脇	佐地嘉章	佐地嘉章	今脇	担当医	
7 診	耳鼻咽喉	佐地		佐地	佐地	佐地				佐地	佐地	佐地	第1・3週のみ
		9時半~		9時半~	14~16時	9時半~				9時半~	14~16時	9時半~	
8 診	泌尿器	郷原	郷原	石川智基	石川智基	山口	山口	山口	郷原	郷原	郷原	担当医	
		9時半~		9時半~		9時半~		9時半~		9時半~		9時半~	
9 診	脳神経外											担当医	

学会出席や緊急手術等により変更・休診の場合もありますので事前にご確認下さい。 TEL (079) 252-5235