

いばらき診療所とうかい広報誌 かがやき 11月号

もし病にかかったとしても、いつまでもその人らしく輝いてほしい

KAGAYAKI

平成24年10月25日発行

発行元：

医療法人社団いばらき会

いばらき診療所とうかい

院長 西村嘉裕

〒319-1102

那珂郡東海村石神内宿 1724-1

TEL 029(283)4110

いばらき会看護部 看護研究発表会

於；石神コミュニティセンター

9月6日（木）19時より、いばらき会看護部による、看護研究発表会が実施されました。いばらき会には4か所の訪問看護ステーションがあり、各ステーションの担当者が看護研究の成果を発表するというもので、毎年1回行われています。東海からも浅野静子看護師と鈴木薫看護師が看護研究の成果を発表しました。各ステーションの担当者名と演題は次の通りとなっています。（※発表者）

「災害時の訪問看護ステーションの役割」

訪問看護ステーションとうかい 浅野静子看護師・※鈴木薫看護師

「在宅での服薬の現状と課題」

いばらき診療所訪問看護ステーション（ひたちなか市）

「自助力の向上と安心できる環境づくり」

日立南部地区訪問看護ステーション ※高玉久美子看護師・川崎久枝看護師

「疼痛コントロールしながら本人の希望する看護を目指して」

訪問看護ステーションこづる（茨城町） ※粕田寛子看護師



とうかい



たかば



ひたち



こづる

4名の各地区発表担当者がスライドを使用して発表し、意見交換をしました。

参加者は各ステーションの看護師、リハビリスタッフを中心にケアマネジャー・事務系スタッフなど約60名の参加数となりました。

看護師さんたちの看護に対する熱意と、利用者様やご家族への思いが伝わってくる内容でした。



ごあいさつ



院長 西村嘉裕

日増しに朝夕の肌寒さを感じるようになり、そろそろインフルエンザの予防接種を行う季節になってきました。今年のインフルエンザの発生見通しは昨年並みと予想されています。今回は、インフルエンザについて少し紹介します。

インフルエンザ：人のインフルエンザウイルスは一般的にA型とB型があります。症状は風邪とは異なり、比較的急速に出現する悪寒・発熱・頭痛・全身倦怠感・筋肉痛が特徴です。咽頭痛・鼻汁・鼻閉・咳・痰などの気道症状も伴います。腹痛・嘔吐・下痢といった胃腸症状も伴う場合があります。

潜伏期：感染してから症状が出るまでは2～3日のことが多いですが、10日位してから症状が出る事もあります。

感染能力について：症状が出る少し前から感染後2週間くらいは人にうつす可能性があります。

感染経路：①患者さんの粘液が、目・鼻・口から直接入り込む経路。②咳・くしゃみ・つば吐き出しなどにより発生した飛沫を吸い込む経路。③ウイルスが付着した物や握手のような直接接触により手を通じて口から入る経路。

予防手段：①栄養・睡眠をしっかりと取り、体調を良好に保ちましょう。②人混み・感染者のいる場所は避けましょう。③換気をこまめに行い、部屋の湿度（50～60%）を保ちましょう。④屋外から屋内に入る時は、手を石けんでよく洗い、アルコールで消毒しましょう。うがいも大事です。⑤人混みへ行く時はマスク（使い捨て）をしましょう。⑥インフルエンザワクチン（効果は3～4ヶ月程度）を接種しておきましょう。⑦インフルエンザ感染の患者さんの同居家族や共同生活者にはタミフルの予防投与することがあります。

検査：診察時（外来・在宅）に15～20分で結果が出てA型とB型の鑑別も出来ます。

治療：発症後早期（約48時間以内）にタミフル、リレンザ、ラピアクタ、イナビル、アマンタジン等を使います。

ご心配な時は、診療所までご相談下さい。

外来



院長と受付スタッフ

	月	火	水	木	金	土	日祝
AM (8:30~12:30) 担当医師	菱川	予約	西村	木村	津本	休	休
PM	休	休	休	休	休	休	休

外来診察などのご不明点は私たち受付にご相談ください。

トピックス

水戸赤十字病院 がん診療に関する研修会

7月19日（木）水戸赤十字病院のがん診療に関する研修会に、当いばらき診療所とうかいの西村院長、いばらき会看護部部長（兼訪問看護ステーションとうかい 管理者）の青木看護師が講師としてお招き頂きました。

この研修会は、水戸赤十字病院が茨城県がん診療指定病院の事業の一環として地域の医療従事者を対象に行うもので、今回は在宅療養における緩和ケアをテーマに開催されました。演題としては西村院長の「在宅終末期ケア（在宅での看取り）」、青木看護部部長の「明日もおうちで」の内容で行われ、事例を含めた在宅医療・訪問看護の実際についての内容が中心の講義となりました。

参加者は合計133名、職種内訳は医師10名、看護師68名、リハビリスタッフ9名、その他薬剤師・MSW・事務系等で46名との事でした。今回の特徴としては、一緒に在宅ケアを支える連携各社からのご協力を頂き、在宅で使用する人工呼吸器（フィリップス・レスピロニクス合同会社様）、在宅酸素濃縮器（帝人在宅医療株式会社様）、訪問入浴（ニチイケアセンターひたちなか様）の在宅での使用状況がわかるような展示も実現することができました。

普段在宅医療と関わる事が少ない部署の方は、「最近在宅でもここまでできる」という事に驚きを隠せない方もおられたようでした。

後日水戸赤十字病院の参加者の方から多くの感想・ご意見・ご質問を頂き、講師より返信させていただきました。

水戸赤十字病院がん診療推進課の担当者様はじめ、関係者の方々に心より御礼申し上げます。



講師を紹介する内田先生



講義中の様子



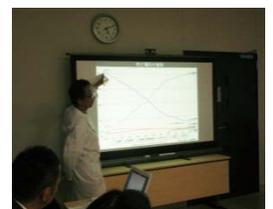
訪問入浴の展示

水府病院 院内研修会 ～在宅医療について～

H24.9.24

水戸市赤塚駅前にある、KKR水府病院の院内研修会に当院の西村院長、青木看護部部長が講師としてお招きいただきました。退院後の選択肢として訪問診療 / 訪問看護をはじめとする在宅ケアの理解を深めようというものでした。

参加者は医師7名、看護師25名、事務部2名で合計34名の参加をいただきました。



終了後には参加して下さった医師から「昔の在宅とちがって今は色々な事ができるんですね」との言葉をいただきました。

関係各位には心より御礼申し上げます。



西山堂慶和病院 在宅医療連携に関する研修会

9月26日(火) 那珂市鴻巣の医療法人貞心会 西山堂慶和病院にて、同院と在宅医療の連携打ち合わせをさせていただきました。参加者は荷見院長先生はじめ、事務部長、看護部長など病院の主だったスタッフが約10名参加しました。



まずは当院の在宅医療で可能な医療・看護のご説明をしたうえでの意見交換となりました。

「両院の特性を生かした医療連携が実現することで、患者さんやご家族がさらに安心できる医療を提供したい」と話していました。西山堂慶和病院の皆さんありがとうございました。

在宅訪問栄養食事相談について いばらき診療所とうかい 管理栄養士 古賀奈保子



当診療所では、「在宅訪問栄養食事相談」を実施しています。

下記の状態にある方で栄養や食事のことで不安や心配がある方は遠慮なく担当医師に相談してみてください。担当医師が必要と判断した場合は管理栄養士が訪問いたします。

●在宅訪問栄養食事相談の対象

腎臓病 / 肝臓病 / 糖尿病 / 胃・十二指腸潰瘍 / 貧血 / 脾臓病 / 脂質異常症 / 痛風 / 心臓疾患 / 高血圧 / 消化管術後 / クローン病・潰瘍性大腸炎 / 肥満 / 嚥下障害 / 経管栄養 / 低栄養状態

「在宅訪問栄養食事相談」と聞くと「楽しみが奪われる」「細かく計量しなくてはいけない」「怒られる」等、マイナスのイメージを持たれる方が多くいらっしゃいます。

しかし、本当は「楽しくおいしく食べる」ことを支援するためのものです。疾患によってある程度の制限や注意が必要なのは、元気で過ごせる時間を維持するために、大切なことなのです。

体は食物で作られ動いています。食べた分だけ消化・吸収し、動くためのエネルギー(力)と、筋肉や骨、皮膚等の体自体を作っています。食べても吸収されなかったものや、いらなくなったもの等は、便となり排泄しなくてはなりません。無理して食べたら余計に体に負担がかかりますし、疾患があれば尚のことです。また、体内に不足している栄養素を補うこと、過剰な栄養素は控えめにすることは、健康な体を作る、維持するためには必要なことです。

「食べたいものを食べたい分だけ食べる」と考える方も多いと思いますが、「食べるものを選んで食べる」ということも、食事の有難さや楽しさを感じることができず、自分の体を慈しむことであると思いませんか？

食欲の秋です。どうぞ楽しくおいしく食べていただけますように！

いばらき診療所とうかい 医療ソーシャルワーカー室

在宅医療ソーシャルワーカーとは、訪問診療の際に医師の診察に必ず同行し、患者さんの相談窓口や各種調整役として活躍するスタッフです。ホームメディカルソーシャルワーカーの頭文字を取って HMSW または MSW とも呼びます。病院のソーシャルワーカーとは業務が異なりますが、患者さんの家まで医師を案内し、診察に必要なものの準備、医師の指示に従った各種書類（処方箋・指示書など）の作成や、患者様やご家族から寄せられる在宅療養上の悩みや問題点などの相談にのり、必要な職種のスタッフにつないだりもします。言わば診療所の窓口とも言えます。どうしても専門的な事の多い医療と、患者さんやご家族の間での橋渡しをします。医療・介護等在宅療養上のご相談は、私たち在宅医療ソーシャルワーカーまでお気軽にご相談下さい。



訪問看護ステーションとうかい

こんにちは 訪問看護ステーションとうかいです。現在11人の訪問看護師と2人の作業療法士で活動しています。常時120名ほどの利用者様に、月1回から訪問看護・リハビリをしています。「いつまでも元気になりたい。自分の事はできるだけ自分でしたい。」誰もが、そう望んでいるのではないのでしょうか。すべての方々が生きがいを持って、健やかに、自分らしい生活が送れるように、24時間いつでも笑顔で訪問しています。

どうぞお気軽にご相談ください。（管理者 看護師 青木万由美）



ケアプランセンターとうかい

当事業所は特定事業所で24時間ケアマネジャーと連絡を取れる体制を取っています。介護保険で認定された要介護者の「居宅介護サービス計画」作成を始め、介護サービスを利用される際の全般的なお手伝いや、介護認定の申請代行など、介護が必要な方の生活を4名のケアマネジャーでサポートしています。また、当事業所は「医療」との連携に積極的に取り組み、特に退院後「在宅医療」の必要な利用者様への支援も行っています。多彩な利用者様の声に添えていける、そして地域の中で信頼される事業所として努力を続けていきたいと考えています。

（管理者 主任介護支援専門員 奈良裕子）



在宅ケア情報コーナー

このコーナーでは、在宅ケアに関わる情報を幅広くお伝えします

◇ポータブルエックス線装置（レントゲン）のご紹介◇

当院の在宅医療を支える検査機器の一つ、ポータブルエックス線装置のご紹介です。約10年前に導入し、在宅患者様宅での検査を支えてきました。患者様が転倒した際の骨折の診断や、胸部エックス線では、肺炎の診断などが主な使用目的です。

組み立て式のスタンドで患者様のご自宅にセットし、最小限の移動で撮影が可能です。レントゲンの撮影が必要になっても、身体的理由で病院に行けない場合には、このようなポータブル機器を使用しています。





スナップ写真 (いばらき診療所とうかい玄関にて)

お客様はだれでしょう??

左から西村院長、戦場カメラマンの・・・ではなく、ケアプランセンターとうかいのケアマネジャー深谷さん。似てますよね(笑)。

一番右が村立東海病院 MSW の宇都宮さんです。

いばらき診療所とうかい 納涼会バーベキュー スナップ写真

8月の末に診療所、訪問看護、ケアプランセンターのスタッフで合同の納涼バーベキューを実施しました。ご家族やお子様をつれての参加もあり、とても賑やかでおいしかったです。

一番たくさん食べたのはだれ??

こんな時でも、在宅患者さんが体調を崩された時のために当番の医師、看護師、ソーシャルワーカーは診療所に待機しています。

とても楽しかったので、また機会があればバーベキューをしたいと思います。

幹事さんおつかれさまでした m(_)_m



診療所のみんな 無我夢中です



かわいい家族といっしょに参加です



浴衣の美人はだれ?



院長の家族、ワンちゃんも参加です

診療所からのお知らせ

インフルエンザ予防接種の受付を開始しました。

ご希望の方は、診察の際にご希望をお伝えください。

65歳以上の方は現住所のある市町村の助成を受ける事ができます。(市町村によって助成期間が異なります) ご希望の方は診察時にお申し出いただき、予定を立てます。予防接種を予定した日には市町村指定の問診票に記入してご準備ください。ご不明点は診療所までお尋ねください。



Happy Birthday

当院の内科医として9年目を迎えた木村先生が、お誕生日をむかえ、ささやかながらみなでお祝いさせていただきました。

院長からお祝いのプレゼントは日本酒です。

木村先生、これからも益々ご自身の健康にも留意され、在宅・外来共に診察にご尽力いただきたいと思います。おめでとうございます。



在宅医療・在宅ケア Q&A

訪問診療と在宅ケアについて、よくあるご質問を掲載いたします。
他にもご質問があれば、気軽にお寄せください。



Q 1 ; どんな人が在宅医療を受けられるの？

A 1 ;
通院が困難な方で、外来通院や入院のかわりに、ご自宅での療養を希望される方。
寝たきりや、寝たきりに近い方、また、退院後の自宅療養に入られる方など。

Q 2 ; 訪問診療では何をしてくれるの？

A 2 ;
医師による、定期的な訪問診療。在宅で治療可能な疾患の治療。
夜間や休日を含めた急変時の対応。必要に応じた血液、尿、便の検査、点滴、IVH（在宅中心静脈栄養での高カロリー輸液の点滴）、在宅酸素、人工呼吸器、経管栄養（胃管、胃瘻等）、膀胱留置カテーテル等の医療機器の管理。褥瘡等の処置。処方及び薬剤配送の手配などを自宅で行います。

Q 3 ; 訪問診療はどのぐらいのペースで診察に来てくれるのですか？

A 3 ;
患者さんの状態や病気の種類にもよりますが、状態が落ち着いている方は月2回の医師の診察を基本とし、状態が不安定な場合は週に1回～2回の場合もあります。ご家族と相談しながら回数や頻度を決めます。

Q 4 ; 訪問可能な地域はどのあたりまで？

A 4 ;
いばらき診療所とうかいでは、東海村と那珂市（一部訪問できないエリアもございます）が訪問可能です。
（お電話でお問い合わせください）
いばらき診療所とうかいの他にも、ひたち、たかば（ひたちなか市）、みと、こづる（茨城町）と合計5か所の診療所がございますので、詳しくはお問い合わせください。

Q 5 ; 夜間や休日に具合が悪くなったらどうするの？

A 5 ;
在宅医療を開始した方は24時間365日対応可能となっております。
電話相談はもちろん、必要に応じて医師の往診、看護師の緊急訪問も可能です。



Q 6 ; 費用はどれぐらい？

A 6 ;
医療保険・介護保険が適用になります。
たとえば、月に医師が2回、看護師が4回訪問した場合、1割負担の方で1か月、約9500円の自己負担になります。（訪問回数によって変動します）

Q 7 ; 訪問診療を開始するにはどうしたらよいのでしょうか？

A 7 ;
現在主治医がいれば、主治医に「訪問診療を受けたいので紹介状をお願いできますか」と相談してください。
紹介状があれば今までの治療経過も大体わかりますので、検査なども必要最低限ですませることができます。
紹介状の準備ができましたら、診療所にお電話を頂きご家族とスタッフが面談します。
（すでに担当のケアマネジャーがいる場合には、ケアマネジャーを通して依頼してもかまいません）
診療についての説明をし、納得したうえで初診日を決め訪問診療を開始します。
今まで主治医がいなかった場合は電話でその旨をお話してください。

Q 8 ; 訪問看護って何をやるの？

A 8 ;
ご自宅での安定した療養生活を支援するために、看護師、リハビリスタッフが、ご家庭を訪問して次のような療養上のお世話や看護を行います。

在宅医療・在宅ケア Q&A

・ご家族への介護支援相談 ・病状の観察 ・床ずれの予防と処置 ・医師の指示による診療の補助業務 ・清拭・洗髪など ・ターミナルケア、カテーテル等の管理・リハビリテーション ・食事（栄養）指導管理、排泄の介助、管理など介護度に関わらず、症状観察や療養生活に不安のある方を専門家の目で見守り、自立支援を行います。

ご利用者の健やかな生活を願って真心を込めて訪問看護させていただきます。お気軽にご相談ください。

Q9；居宅介護支援ってなに？

A9；

自宅で介護を受ける高齢者に対し、介護計画（ケアプラン）の作成やサービス、提供事業者との連絡、調整、経過観察（モニタリング）を行います。そして、必要に応じて介護計画（ケアプラン）の見直しや変更を行います。また、給付管理といった介護費用が、いくらかかるかも相談にのります。このような活動を通じて自宅で安心して介護が受けられるようお手伝いします。また、介護サービスに対する苦情や、役所への申請代行も行います。

Q10；ケアマネジャーとは？

A10；

要介護認定を受けた方のご自宅を訪問し、ご本人や家族の希望を聞き、ご本人にとって必要なサービスとは何かを一緒に考え、計画を作成する人です。また、ご本人やご家族からの要望に添い、サービス事業者との連絡、調整を行い、介護が安心して受けられるようにします。

サービス利用後、問題などがあればご相談にものります。

Q11；在宅療養する場合、具体的にはどのようなサービスが受けられるの？

A11；

介護計画（ケアプラン）に基づいたサービスの一例は次のとおりです。

ホームヘルプサービス、訪問看護、訪問リハビリ、福祉用具の貸し出し、通所サービスなど。

利用者様の状態や環境に応じ、介護者様のご相談に応じながら必要なサービスを計画に入れていきます。

ご利用者の安心できる生活を願って誠心誠意、真心を込めてサービスのご提供をさせていただきますので、どうぞお気軽にご相談ください。



Q12；訪問診療や、在宅療養は初めての事で、介護の方法もわからない事が多く、家族だけで介護するのが不安なのですが、だいじょうぶでしょうか？

A12；

他のみなさんもケアマネジャーと相談しながら介護をしています。

訪問診療、訪問看護、訪問介護、訪問入浴、デイサービス、ショートステイやその他のサービスを利用して介護者の負担軽減をする事もできますし、介護の方法についてもスタッフと相談しながら少しずつ介護に慣れていっているようです。困ったことは何でも相談してください。

Q13；訪問診療を始めれば、最後までおうちで暮らすことは可能ですか？

A13；

可能です。在宅医療を希望する多くの方がそれを望んでいらっしゃるようです。

在宅療養中にもいろいろなケースがあると思います。その都度ご家族と医師・看護師・ケアマネジャーなどのスタッフと相談をしながら一つ一つ問題を解決し、最後まで自宅で過ごせるようサポートいたします。



在宅医療・在宅ケアのご質問・ご相談は 連絡先

いばらき診療所とうかい

029-283-4110