

札幌白石記念病院と 患者さん®地域の方々との
コミュニケーション誌

Heart Net ♡

は~とわ~♡

2015春号 vol.17



循環器内科宮田副院长よりご挨拶

リハビリワンポイント
白石メディカルネットワーク
病棟の様子

病院からのお知らせ
医師紹介

TAKE FREE
ご自由にお持ちください

循環器内科 宮田副院長よりご挨拶



特定医療法人 医翔会

札幌白石記念病院

循環器内科・副院長

みやた せつや
宮田 節也



春を迎え、気分も明るく、色々とやってみようと皆さん考えておられるのではないのでしょうか？足もとも良くなり、少し動いて、生活習慣病と闘おうと考えておられる方も多いと思います。

さて、当院に循環器内科ができて2年になります。この間には、医師1名から2名に増員され、診療内容も充実してきました。この2年で、冠動脈ステント留



▲心臓カテーテルを使用して血管や心臓の状態を造影検査し、病気の診断・治療ができます。

置術400件、ペースメーカー植え込み術40件、下肢動脈および腎動脈形成術50件程の症例を治療させて頂きました。そして、昨年の9月には、3階に循環器内科中心の病棟がオープンし、急性心筋梗塞や心不全の悪化を来した患者さんを見るCCUもでき、より高度な診療も可能となりました。またCCUでは、心不全や脳血管障害をもつ患者さんの一時的な透析も行っており、治療の幅も広がりました。この間、認定看護師の教育や、冠動脈形成術を行う近隣の先生が当院に来て、技術向上のための研究会を主催させて頂くなど、教育にも力を注いで参りました。

今後は、患者さんや、近隣の先生方にご意見や叱咤激励を頂戴し、スタッフ共々、研鑽していきたいと思います。今後とも、宜しくお願い致します。

リハビリ ワンポイント

心臓のリハビリ 検査について

人間は呼吸によって酸素を体に取り入れ、運動エネルギーを獲得しています。このエネルギー獲得に利用した酸素の量を測定することは、体力の指標の1つになります。厚生労働省では「健康づくりのための運動基準」の中で年代別の基準値を設定しています。この数値を目標とし適切な運動に取り組むためにも、現在の自分の体力がどの程度なのかを把握することが非常に重要です。

運動には心臓に負担のかからない「有酸素運動」と心臓に負担のかかる「無酸素運動」があります。運動負荷が高まると有酸素運動から無酸素運動に切り替わりますが、この切り替わる境界値を求めることにより、心臓に負担なく行える運動を設定していきます。

心肺運動負荷試験(CPX)とは心電図、血圧、呼吸中の酸素・二酸化炭素の濃度を測定しながら自転車を漕ぎ、心臓や肺、運動に使われる筋肉の状態等を総合的に見て体力(各個人の運動能力)を評価する検査です。この結果を元に上記のような適切な運動を設定していきます。



食事中

病棟の様子

リハビリ中!

3階
ナースステーション

リハビリ室ではなく
病棟内で行うリハビリが
中心です

4階ナース
ステーション

医師紹介 新しく赴任した先生を紹介します!



脳神経外科
の むら たつ ふみ
野村 達史
医師

血液型 **A型** 誕生日 **昭和48年7月16日**

出身地 **苫小牧市** 星座 **かに座**

趣味 **温泉巡り、ドライブ**

患者さんへメッセージ

本年4月1日に着任いたしました。脳神経外科医となつて16年になります。脳神経外科全般について幅広く診察しますが、中でも得意分野は脳卒中、脳血管内治療です。常に「わかりやすい医療」を念頭において日々の診療に臨んでいますので、今後ともよろしくお願い致します。

病院からのお知らせ

1月5日、外来待合ホールで新年の餅つき大会を開催致しました。

当日は院長の挨拶で始まりました。職員多数参加し餅つき部隊、餅こね部隊に分かれて黄な粉餅を作成し、出来たての餅を外来患者さんや観覧されていた入院患者さんへお配りし召し上がって頂きました。皆様に好評でした。

当院院外保育所のお子さんたちも参加し、楽しく餅つき体験することができました。



Shiroishi Medical Network

このコーナーは、札幌白石記念病院と医療連携を行いながら診療して下さる地域の医療機関をご紹介します。

第5回 医療法人社団 豊武会 幌東病院

病院の特徴を教えてください。

昭和33年に開院し、当時は結核患者さんの療養ベッドとして機能していました。今は慢性期の医療療養型病院として、医療度が高く家庭での療養が難しい患者さんが全市から入院されています。

建設中の新病院について教えてください。

現在、病院隣接地に新病院を建設中で第1期工事は7月に竣工予定です。今後は今まで以上に普段の生活の中で体を動かす「生活リハビリ」を充実させていきます。また、1人1人がゆっくり入浴できるようにする、全ベッドに光を取り入れて寝ていても外が見えるようにするなど工夫し、療養の質を向上させていこうと考えています。

患者さんと地域の皆様へ一言

これまで白石区で長く病院を続けてこれたのも地域のみなさまのおかげと感謝しております。これからも、地域のみなさまと共に育ち、期待に応えられる病院でありたいと思っています。



理事長

おの とも ひで
小野 智英
先生

(写真右から2番目)

診療において心がけておられることがございましたら、教えてください。

患者さんと悩みを共有し、たとえわからないことだとしても、一緒に一生懸命考えて解決を探ることを大切にしています。

ご趣味や休日はどのように過ごしているかお聞かせください。

こたつ、てつたろう、ゆのみという3匹の柴犬と遊んで過ごしたりしています。

+ 病院概要



- 名称: 医療法人社団 豊武会 幌東病院
- 住所: 札幌市白石区本郷通7丁目南4番30号
- 電話: 011-861-4121
- 診療科目: 内科
- 診療時間: 月~金/9:00~11:30、13:30~16:30
土/9:00~11:30
日・祝・第1、3、5土曜/休診

投書箱に寄せられたご意見より

お寄せいただいたご意見

「(病室で)テレビやラジオを聴く際にはイヤホンをつけるように指示してほしい。」

病院からのお返事

入院中にテレビをご利用の患者さんには、リモコンとイヤホンをセットで貸出しております。夜間は必ずイヤホンをお使いいただいておりますが、今後は日中でもイヤホンをお使いいただくように徹底していきます。また、個室にご入院の場合も、廊下への音漏れの際は音量調整をお願いいたします。皆さんが快適に過ごせるようご協力をお願いいたします。

コラム「『聞く』と『聴く』の違いを知っていますか？」

私たちは人の話を「きいている」と思っているかもしれませんが、実際は…途中でさげさたり、話題を変えたり、励ましたり、助言したり、否定したりしていませんか？あるいは上手に「きけない」と思っていないですか？

「言われてみればそうかも…」と思っているあなた！でもご安心下さい。なぜなら私たちは「読む」・「書く」・「話す」は学んできていますが実は「きく」ことは学んできていません。ですから上手に「きけなくて」当たり前なのです。

では、皆さんは人の話を「聞」いていますか？それとも「聴」いていますか？「聞く」は自然に聞こえてくる。たとえば、風の音、ラジオから流れてくる音など意識なくとも耳に入る音を聞くときに使い英語ではhear。一方「聴く」の元々の漢字は「聽」で英語ではlistenです。実はこの漢字にはどのように聞いたら良いのかのヒントが隠されています。

「耳」・「目」・「心」・「一」という字、みつけれましたか？

耳で聴くとは、声の高低、スピード、強弱、語調などを耳で受け取ります。たとえば、子供の「ただいま」という一言で台所にいるお母さんは、いつもと違う。なにかあったのか分かると言います。

目で聴くとは、相手の仕草、表情、態度、衣類の汚れ、持ち物などを目で受け取ります。たとえば、楽しい話をしている、目が笑っていない。姿勢もうなだれ動作も緩慢な場合はきっと違和感を抱くでしょう。

心で聴くとは、相手の話すことをいい加減に聴かず、心を動かされながら受け取ります。

このように耳と目と心をバラバラにせず一つにして、集中して聴きます。

では上手に聴いてもらえるとどんな効果があると思いますか？
①気持ちが落ち着く②考えが整う(時間・意味)③生きる力が沸いてくると言われています。また自分の気がかり・苦しみを相手にわかってもらえたと実感できたら、安心し満足し信頼の念を抱くようになります。家族や親しい人の傾聴は難しいと言われていますが、ここぞというときにはこれらのことを意識して聴いてみてはいかがでしょうか。

話し手と聴き手の関係性が良くなる可能性がありますのでぜひ試してみてください。(M.H)

外来担当医表 平成27年4月1日から

受付時間…午前 8:40～11:30、午後 11:30～16:30
ご予約の受付はお電話でも可能です。

脳神経外科		月	火	水	木	金	土
	午前	大坊	本田	大坊	橋本	大坊	札幌大医師※
午後		岡※	野中	米増	佐々木※	橋本	
		野中	大坊	高橋	高橋	野中	
		岡※	恩田	野村	佐々木※	本田	
		齋藤※(1・3週)					

循環器内科		月	火	水	木	金	土
	午前	宮田 藤井 (藤井医師は10時30分診療開始)	藤井	宮田	休 診 急患は随時対応いたします	宮田	宮田(2・4週) 藤井(1・3週)
午後		宮田	宮本※(不整脈外来)(1・3週)	藤井	藤井	宮田	

リハビリテーション科		月	火	水	木	金	土
	午前			戸島			戸島(2・4週)
午後		戸島			戸島		

※は出張医師／都合により、担当医は変更になることがあります。ご了承下さい。



特定医療法人 医翔会

札幌白石記念病院

診療科目／脳神経外科・循環器内科・リハビリテーション科・麻酔科・放射線科
住 所／〒003-0026 札幌市白石区本通8丁目南1番10号



(011)863-5151 (代表) FAX／(011)863-5161

(受付時間 8:40～17:00 ※土曜日は12:00まで)

札幌白石記念病院

検索

