



リハビリテーション科スタッフ

リハビリテーション科

病気等による身体的な悩みは、生活していく上で大きな不安となります。そんな悩みや不安を抱えた患者様が、笑顔で生活できるように、少しでも支えになれることが私たちリハビリテーション科の目標です。いつでも笑顔を決め、真心で接することをモットーに日々頑張っています。

どうぞ、よろしくお願いします。

(リハビリテーション科 理学療法士 篠原 理恵)

後列左より 藤元 蒔田 大塚
前列左より 羽井佐 篠原 仁科

ニュースタッフ紹介

北村 圭子 (作業療法士 通所リハビリ) 石原 千恵 (看護師 一般病棟)

☆さいわい訪問看護ステーション☆のごあんない

さいわい訪問看護ステーションでは、かかりつけの医師の指示のもとに在宅療養者様のご自宅を訪問し看護や医療処置、療養指導、リハビリ等を提供しています。

(訪問看護はすべての年齢の在宅療養者を対象とします。)

難病、重度障害、末期がんの方や介護認定を受けた日常生活に支障のある方に、病状や状態に応じて適切な看護を提供いたします。またかかりつけの医師や他職種と連携をはかり、在宅で療養される皆様が安全にかつ安心して暮らせるようにお手伝いしています。(看護師 4名が在籍しています)

- *チューブや医療器具を付けている
- *床ずれの予防や医療処置*介護方法がわからない
- *介護が大変で共倒れになりそう！！

こんなとき

☆さいわい訪問看護ステーション☆をご利用ください！！



お申込み・お問い合わせは
医療法人社団 操仁会 さいわい訪問看護ステーション
☎ (086) 272-6511 担当/延原 (のぶはら)

- 編集後記 - Spring has come!
3月・弥生とは、弥(いよいよ)と生(生い茂る)という言葉が合わさり出来たものといわれ、「いよいよ、生き生きと成長を始める月」という意味が込められています。4月には、医療、介護制度、診療報酬の大改革の中、皆様に愛される病院作りを目指し、日々精進してまいります。(奥山)

医療法人社団操仁会
岡山第一病院
岡山市高屋343
電話：086-272-4088

さいわい

岡山第一病院広報誌
第9号
平成18年3月15日
発行
広報委員会



医療・介護保険制度の大幅な改定について

院長 諸國 眞太郎

トリノ冬季オリンピックも終わりました。日本勢で唯一の金メダルをとった荒川選手の話を知っています。聞いた話です。「金メダルだけを目指して練習してきたわけではない、その時その時を楽しみながらスケートをしてきた。」これと同じような話は24時間マラソンを走った弁護士が走り終えた後のコメントでも聞きました。「100キロ先のことを考えて走ったのではなく、一步一步の積み重ねで完走できた。」ともすれば、あまりの深遠さに打ちひしがれてしまい自分の目指す目標を失いがちですが、毎日の課業をこつこつとおこなうことが大切だと改めて感じました。

4月から介護保険、医療保険の診療報酬がそれぞれ改定されます。介護保険制度では、要介護者の増加を抑制しようという考えから予防給付というサービスが始まります。また、医療保険では、医療費を削減しながら今まで日が当たらなかった小児救急医療、過疎地医療などに財源を配分するようです。

このような変化の中で第一病院をご利用の皆様方にも直接影響をうける方がいますのでご了解頂きたいお願い申し上げます。例を挙げますと次のような方です。

- 現在要介護1の認定を受けている方の一部と要支援の認定を受けている方は、サービスを受ける手順が変わります。従来さいわい介護支援センターで立てていたケアプランを地域包括支援センターで立てるように変わります。
- 病院のリハビリテーションを受けている方は、運動療法の適応が大きく変わりますので従来どおりの運動療法を受けられなくなる場合があります。これは、機能障害の発生した日(発症日)から一定の期間しか保険給付しないという制限が設けられるためです。
- 療養病棟に入院されている方は、食事費や居住費が自己負担に秋から変わります。また、昨年導入した特殊疾患の病棟の制度が廃止されるかもしれません。

このように国の事情により医療・介護保険制度は今後も大きく変化していくことが予想されます。しかし、私たち第一病院のスタッフ一同は、患者様の声に耳を傾けながら日々のサービスの向上に努めたいと考えております。ご不明の点がございましたらご遠慮なく相談窓口へお問い合わせ下さい。

理念

患者様の声に耳を傾け、こころ通じ合う医療 皆様の笑顔のために

基本方針

- 地域の皆様の視点に立った安全で質の高い効率的なサービスの提供
- 医療・看護・福祉および健康増進のトータルヘルスケアサービスの提供



花粉症について

花粉症とは？

花粉が原因で起こるアレルギーで遺伝的な体質に基づき生活環境にも影響されます。花粉症の4大症状はくしゃみ、鼻みず、鼻づまり、眼のかゆみです。

なぜ発症するの？

① 遺伝的な体質

花粉症を起こしやすい遺伝体質が根本にあります。他のアレルギーをもっていたり、家族にアレルギー疾患をもっている人がいる場合、起こりやすいといえます。

② 原因となる植物

日本でもっとも多いのはスギ花粉です。その他カモガヤ、ヨモギ、ブタクサなどの花粉が原因となります。

③ 生活環境

大気汚染、ストレス、冷氣、疲労、タバコ、不規則な生活なども症状を起こしやすくする要因と考えられています。



皮膚科 専門医
亀山 ひろこ 裕子



ストレッチでリフレッシュ2

からだの疲れをとりましょう！



腰の負担を軽減しましょう

できるだけ浅く椅子に腰掛けおしりに力をいれます。



足のちからをつけましょう

座ったまま10回足踏みを、5回くり返します。



足のちからをつけましょう②

姿勢をただしつま先を床につけ両膝同時に7回上げ下げ、これを3回くり返します。



おなかのちからをつけましょう

両足を床から上げて両方のかかとを5回軽く打ちつけます。これを3回くり返します。



理学療法士
羽井 晋治

いかがでしたか？
特に長時間座っていたときの疲労回復に効果があります。
呼吸を止めないでリラックスしておこなうことがコツです。

花粉症の対策など

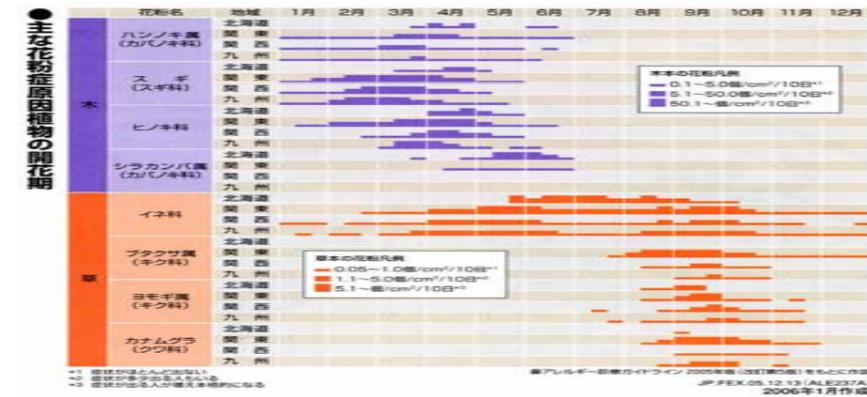
● 花粉症とかぜの違い

● 花粉症とかぜの違い

花粉症	かぜ
目と鼻のかゆみ	鼻のかわいた感じ
水性の鼻汁	粘性、膿性(色のついた)の鼻汁(ひきはじめは水性)
のどのかゆみ、または痛み	唾をのみ込むときの、のどの痛み
発熱なし	しばしば発熱あり
例年決まった季節に起こり、季節中続く	季節不定、1~2週間で治る

この表のようにかぜと花粉症の症状は似ているようですが、実際はまったくちがいます。

● 地域によって異なる花粉飛散時期



木の花粉は主に1~6月に飛び、草の花粉は主に5~11月に飛びます。同じ種類の花粉でも地域によって飛散時期が異なりますので注意が必要です。

● 出てしまった症状を抑えるお薬

体内でアレルギー症状を起こさせる代表的な物質としてヒスタミンがあります。花粉症の内服薬の多くに、このヒスタミンを抑える作用があります。ヒスタミンを抑えるお薬は、即効的な効果をもつため花粉症治療に欠かせません。しかしほとんどの薬剤の場合副作用として「眠気」がありますので服薬中は自動車運転など危険な機械の操作はひかえなければなりません。花粉症のお薬には、錠剤やカプセルなどの内服の他に鼻腔内に直接噴霧するタイプのもがあります。かかりつけの医師を受診し指示を仰ぐのがよいでしょう。当院でも対応していますので、花粉症の症状がでてしまったらお気軽にご相談ください。