



基本理念

地域社会・地域住民に良質で安全な医療を提供し、「大切な人を安心して任せられる病院」として信頼されるよう努力する。

基本方針

- (1)信頼で結ばれた「病める人」中心の医療を提供する。
- (2)最適・最良の医療を全ての人に平等に提供する。
- (3)地域の医療機関と連携し、生涯にわたる継続的な医療を提供する。
- (4)医療の充実・発展のために日々研鑽し、将来の医療を担う優れた医療人の育成に努める。





九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



病理医を ご存じですか



臨床病理検査科部長 中野 龍治

病理医は病理診断を行う医師として働いています。これまで、患者さんと直接対面する機会が少ないため、あまり知られてきませんでした。病理医の本業は病理解剖、組織診断、細胞診断です。

病理解剖は病院で不幸にして亡くなられた 患者さんの死因、病態解析、治療効果などを 検証し、今後の医療に生かすことを目的に行 います。

組織診断は内視鏡医がみつけた病変部から 採取(生検といいます)した、小さい組織片 を顕微鏡でみて診断したり、手術して切除さ れた検体から臨床診断を確認したり、どの程 度病気が進展しているかなどを検証する作業 を行うことです。手術中の短時間に病理診断 を下して、手術方針を決めるのに役立つ「術 中迅速診断」も病理医の重要な業務です。

細胞診断は婦人科医が子宮粘膜表面から細胞を採取したり、外科医が乳腺など体表に近い病変部から注射器で針を刺して細胞を採取して検査することです。細胞診断は細胞検査

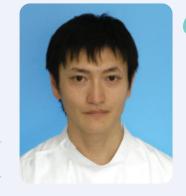
士と共同で診断します。

このように病理医は病院医療の質を保つために必要かつ欠かすことのできない存在となっているにもかかわらず、まだ全国に 1,901名(平成 17年6月現在)しか病理専門医がおらず、決して十分とは言えません。病理医のつよみは、何と言っても、『病気の総合的判断が可能な医師である』点です。その理由として、全科の検体を扱っていること、剖検による全身の病態診断に慣れていること、病理総論的見方を訓練されているために全身の臓器に共通した病変の概念を理解していることなどがあげられます。言い換えれば、病気を正常からの逸脱の度合いという見方からとらえ、病気の本質的な部分を深く考えている医師が病理医といえるでしょう。

一般病院を受診した際には、病理部、病理科、 検査科などという部署に病理医がいるかどうか、 ぜひ確かめて下さい。病理医の名は院内表示 されています。病理医はいつも患者さんとと もに病気と健康について考えています。



こんにちは!看護部です♪





天津 直哉



東日本大震災にかかる支援活動報告

3月11日に東日本大震災が発生し、東 北地方を中心に甚大な被害をもたらしました。 被災された方々には心よりお見舞い申し上 げます。あれから2ヶ月近くが経過しまし たが、今なお、被災者は身体的、精神的に 苦しんでいます。テレビなどで被災地の悲 惨な状況を目にして、「何か役に立ちたい」 と、強く思っていた時、厚生年金事業振興 団の医療救護チームが人員を募っているこ とを知り志願しました。

4月24日~5月2日まで、宮城県石巻 市にある石巻赤十字病院で当院の医師、看 護師、薬剤師、事務職員の8名で支援活動





を行いました。石巻市では、3つの病院に 救急外来があったそうですが、今回の地震 と津波で沿岸部近くの2つの病院は機能し なくなり、内陸の石巻赤十字病院だけにな りました。震災直後は患者さんが集中し、 廊下はもちろん、入りきれない患者さんは 駐車場で診療したそうです。私達は、震災 から1ヶ月半後に派遣されましたが、まだ、 夜間の救急外来をやっているのは石巻赤十 字病院のみでした。

現地には多数のチームが集まっており、 私達は主に準夜帯の救急外来を任されました。 患者さんの殆どが被災者でした。避難所生 活でストレスが溜まり精神的な訴えも多く、 中には「お父さんが流されてまだ見つかっ ていない」と言われ、返す言葉が見つから ない事もありました。また、「人工肛門の 装具が残り僅かになったが、装具の会社も 津波で流され、手に入らない」と途方にく れている方もいました。

今回の派遣で、災害時には色々な知識、 技術、そして優しい心が求められる事を感 じました。当院は、災害拠点病院です。様々 な災害に柔軟に対応し、適切な医療、看護 を提供できるように訓練を繰り返し行い、 災害に備える事が大切だと思います。



みんなの広場



健康教室を開催して

5月13日に「やさしい がんの知識~療養生活 のヒント~」の健康教室を開催いたしました。が んの予防、治療、早期からの緩和ケアの必要性な どについてお話をしました。44名の方が参加され、 多くの方に関心を持っていただけていることを実 感しました。

がんは慢性病として扱われ、将来国民の2人に 1人が罹患すると言われています。がんは早期発見・ 早期治療が大切です。生活習慣の改善を心がけ、 定期的にがん検診を受けましょう。治療や療養生



緩和ケア認定看護師 (左)三好 典子(右)進藤 美舟

当院には、治療 や療養生活の相 談ができるがん 相談窓口があり ます。お一人で 悩まずに相談し てください。健

活の心配は誰で もお持ちです。

康教室に参加された方からは「がん検診を受けたい」 「自分だけで苦しまなくて良い事がわかり安心した」 「家族の介護に役に立った」などの感想をいただ きました。地域がん診療連携拠点病院として、地 域の皆様のお役に立てるように活動していきたい と思います。今後も話題のテーマでわかりやすく・ 楽しい健康教室を開催いたします。興味のある方 はどうぞお越しください。

2011年 健康教室 開催予定のテーマと内容

- ●開催時間:11時~12時(開場は、10時45分~)
- ●場所:3階 講堂

開催月日	テーマと内容	担当
5月13日	がんのことで知っておくこと がんを理解する療養生活のサポート	緩和ケア
6月24日	小児一次救命法 小児の心肺蘇生について	小児救急 看護
7月 8日	がん化学療法について ~外来化学療法を受けるときの注意点~ がん化学療法の副作用対策	がん化学 療法看護
8月19日	在宅における褥瘡予防 在宅における褥瘡予防方法と注意点	皮膚・ 排泄ケア
9月 9日	知ってもらいたい緩和ケア 緩和ケアの内容 緩和ケアを受ける時期・場所	緩和ケア
10月14日	応急処置法 止血法(鼻出血) 骨折時の固定法	救急看護
11月11日	働き者の足を守ろう フットケアの方法	糖尿病 看護
12月 9日	感染から身を守るコツ教えます! 感染予防の方法	感染管理

※テーマは、変わることがあります。





文責 進藤 美舟







医療費がクレジットカード等でお支払いできるようになりました。

当院では、患者さんの利便性の向上を目的として、平成23年6月20日(月)から、クレジットカード及びデビットカー ドを使って、医療費の支払いができるようになりました。

なお、お取扱いに関しましては、以下のとおりとなっておりますのでご利用ください。

●クレジットカード VISA 🥌 🗓











• 取扱可能ブランド

- ・VISA・マスターカード・JCB・アメリカンエキスプレス
- ・ダイナースクラブ・ディスカバー
- ■曜日、時間帯に関係なくいつでもご利用できます。
- クレジットカード会社によるポイントが貯まります。
- 暗証番号4桁の入力、又は、サインが必要となります。

●デビットカード

デビットカードとは、銀行のキャッシュカ ードを使い支払いを行うシステムで預金口 座から即時に引き落としが行われます。



- 利用可能時間に制限があります。(金融機関により異 なります)
 - 原則平日8:00から21:00 土日祝9:00から19:00
- 暗証番号4桁の入力が必要となります。

詳細につきましては、窓口でお尋ねください。

メディカル・レシヒ

暑い夏はひんやりとした喉ごしのよい、そうめんや冷やしうどんが食べたくな りますが、麺類だけでは栄養が偏ってしまいます。麺類に肉や野菜をトッピング することで、たんぱく質・ビタミン・食物繊維が補え、夏バテ予防に最適ですよ!

今回はビタミンB群が豊富な豚肉を使ったサラダうどんと梅酒のソースをかけ たさっぱりとしたゼリーをご紹介します。

栄養部 管理栄養士 大庭 久実







1人当たりの栄養価

- ●エネルギー429kcal たんぱく質18.2g
- 脂質 14.6g 食物繊維3.4g 塩分 1.9g

ワンポイントアドバイス

市販のめんつゆに酢やごま油を加えることで、手軽に塩分を控えた タレを作ることができますよ!

材料

ゆでうどん・・・・・・200g
豚ロース・・・・・・・・60g
ちしゃ50g
貝割れ大根・・・・・・10g
==\¬\-\40g

作り方

- ①ちしゃ・貝割れ大根・ミニ トマトは水で洗い、ちしゃ は食べやすい大きさに手で ちぎっておく。
- ②鍋に水を入れ沸騰させ、食 べやすい大きさに切った豚 ロースをさっとゆで、冷ま

《A(タレ)》

めんつゆ・・・・・35g(大さじ2)
酢 ・・・・・・15g(大さじ1)
水 ······15g(大さじ1)
ごま油 ・・・・・・少々

しておく。

- ③うどんはさっとゆで、冷水 にとり、水気を切る。
- ④Aを混ぜ、夕しを作る。
- 5皿に123を盛り、4をか ける。

オレンジゼリーのサバイヨンソ

ワンポイントアドバイス

家に眠っている果実酒がありませんか?今回は、梅 酒でおしゃれなソースを作ってみました。オレンジ ゼリーにかけて召し上がってみてください。



1人当たりの栄養価

- エネルギー124kcalたんぱく質1.6g
- 脂質 1.1g

材料(5人分)

《オレンジゼリー》

粉ゼラチン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	
水 · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	180g
砂糖 •••••••	100g
オレンジジュース・・・・・・	100g
梅酒 ••••••	•20g

作り方

<オレンジゼリー>

- ①粉ゼラチンに小さじ1杯(5g ・材料とは別)の水を入れふ やかしておく。
- ②鍋に水(180g)と①のゼラチ ンを入れ、火にかけ溶かす。
- ③②に砂糖を加え、溶かす。
- ④③を冷まし、オレンジジュ ース・梅酒を加えてよく混
- ⑤④を型に流し、冷やし固める。

《サバイヨンソース》

卵黄 ••••••	
砂糖 • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	_
梅酒 ••••••	_
いちごジャム・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	百百

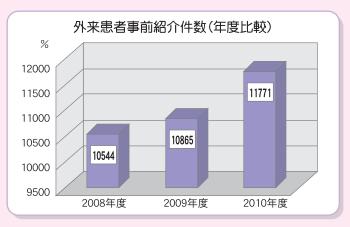
<サバイヨンソース>

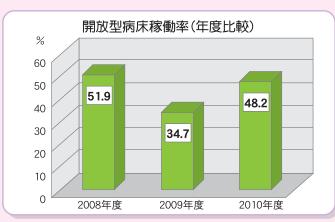
- ①鍋に水を入れ、火にかけ沸 騰させる。
- ②①の鍋につかる程度のボウ ルに卵黄をときほぐし、砂 糖・梅酒を加え、湯せんに かける。濃いクリーム状に なるまでかき混ぜ火を通す。
- ③②を火からおろし、冷水で 冷ましながら混ぜ、ソース を作る。
- ④ゼリーを型から抜いて、ソ ース・いちごジャムをかける。

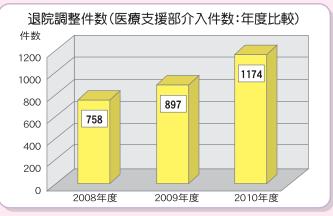


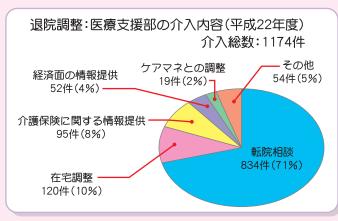
医療支援部では診療相談、看護相談、福祉相談、地域連携を担っています。 平成22年度の地域連携関連のデータを掲載いたします。お困りのことがございましたら、1階医事課カウンター奥の医療支援部窓口へお越しください。

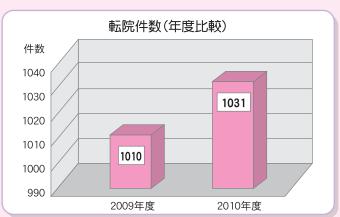


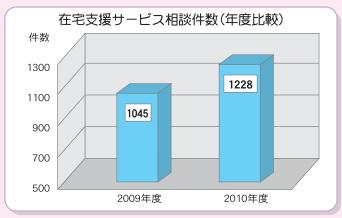












地域連携クリティカルパスの種類	平成22年度 実施件数
大腿骨近位部骨折	61
脳卒中	92
AMI (急性心筋梗塞)	13
がん	平成23年4月より実施

文責 医療支援部 看護師長 是永 緑

◎ ボランティアだより





九州厚生年金病院では「安心して大切な人を任せられる病院」として、より行き届いた患者サービスが 提供できることを目指しております。ボランティアもその一環で活動していただいていますが、人と人と の関わりなので色々なことがあります。今までは嬉しかったり辛かったりする気持ちを話す機会はなかな かありませんでした。そこで、看護スタッフとボランティアとで月に1回30分程度の茶話会を始めました。 些細な事でも胸にしまわず、日々の活動で思ったことや感じたことを話し合うことで、より良いボランテ ィア活動に生かせていると思います。

さて、当院ではボランティア25名のうち5名が男性です。外来では案内活動のほか、患者さんがあー 人で車から降りることが困難であったり、職員がひとりで抱えられない場合などにも力を貸していただく 頼りになる存在です。今回は男性ボランティアをご紹介します。



2010年の3月末で三十数年間の救急隊業務をリタイヤし、6月から九州 厚生年金病院のボランティア活動に参加させてもらっています。九州厚生 年金病院との関わりは、救急隊員として、患者本人として、患者家族とし てでしたが、今回新たにボランティアの一員として「白衣とヘルメット」

活動を始めてから、受診される患者さんや入 院されている患者さんなど、色んな方々とボラ

から「ピンクのエプロン」に変わりました。

ンティア活動を通じて接します。「ごくろうさんです。」「ありが とう。」と言われた時には、ボランティア活動をさせてもらって 良かったなと思っています。

これからもわずかな手伝いですが「ピンクのエプロン」とし て活動をさせてもらおうと思っています。



ボランティア 佐藤 正廣さん

外来や病棟での ボランティア活動のほか、 図書ボランティアや縫製ボラン ティアも受けつけております。 詳しくはホームページを ご覧ください。

文責 医療支援部 主任看護師 髙田 由美子

問い合わせ先

九州厚生年金病院 庶務課 担当 伊地知(いぢち)

093-641-5111





薬剤師 釘原 瑤子

不眠症のくすり

❷『不眠症』とは?

不眠症とは、「寝つきが悪い(入眠障害)」、「眠っても何度も目がさめる(中途覚醒)」、「朝早く目が覚めてしまう(早朝覚醒)」、「熟睡できない(熟眠障害)」といった症状が重なり、慢性化している状態をいいます。

不眠症治療には、まず生活習慣を改善する必要があります。

- ●規則正しい生活のリズムを整える。
- •適度な運動をする。
- •寝酒をやめる。(睡眠が浅くなったり、尿意で目が覚めたりする。)
- ストレスをためない。
- これらを試みても不眠症が改善されない場合、睡眠薬を使用します。

睡眠薬の種類





- ①超短時間型(作用時間6時間以内)/ルシオン、マイスリーなど。 持続時間が短いので、翌朝まで薬が残る持ち越し効果が殆どありません。一過性の不眠に 適しています。連用した後で急に服用を中止すると強い不眠が現れやすくなるので、中止 する時には、徐々に薬の量を減らしていく必要があります。
- ②短時間型(作用時間 12 時間以内) レンドルミン、リスミーなど。 超短時間型睡眠薬に比べると切れ味は劣りますが、入眠障害に適しています。比較的持ち越し効果の少ない薬です。
- ③中間型(作用時間 24 時間以内) ロビプノール、ユーロジンなど。 入眠障害、中途覚醒、早朝覚醒など幅広く用いられます。持ち越し効果が現れることがあります。
- ④長時間型(作用時間30時間以上)ドラールなど。 連用によって蓄積され、主に早朝覚醒に用いられます。持ち越し効果が現れやすい薬です。

ご不明な点は、主治医または薬剤師にお問い合わせください。



編集後記

東日本大震災による福島原子力発電所の事故をはじめとして、発電施設の被害のため、特に東北・関東地方の電力供給能力が大幅に低下し、一時期計 画停電が行われかなり混乱したようです。今回の災害・事故を契機に、全国の点検中の原発の再稼働が容易には行かず、各電力会社は代替電力の供給に奔走していますが、これから、1年で一番電力需要の高まる盛夏を

迎え、節電対策は日本国民全員の取り組むべき課題と言えます。

政府が打ち出した一律15%の節電制限対象からは病院や鉄道など公共性の高い分野、施設は例外扱いとされるようですが、全く節電の必要が無いという意味ではありません。地球温暖化を防ぐ意味からも昼夜を問わず無駄な電力消費を抑えることは大事なことです。今回の震災の被災者の人達全員が仮設や借り上げなどの住宅に入れるのは、8月まで待たなければならないようです。冷房機器や冷蔵庫等が無いといった避難所等での不自由な生活には、これから暑さ対策も必要になってきます。節電どころか、使いたくても使えない人達が、がんばっていることを忘れずに、一人一人ができる節電に対して前向きに、発想の転換をして工夫して取り組んで、この歴史的な節電の夏を、力を合わせて乗り切りたいと思います。

財団法人厚生年金事業振興団九州厚生年金病院

〒806-8501 北九州市八幡西区岸の浦1丁目8番1号 TEL(093)641-5111(代表) http://www.kyuko-hsp.jp/