

ご自由にお持ち帰り下さい。



MY HOME DOCTOR

生きがい

2011年

12月号



日本医療機能評価機構
一般病院認定

創立1955年 医療法人 西福岡病院

散歩道

室見 2丁目の キリスト 教会

藤崎から庄橋を西に渡って室見2丁目に、ひっそりと建っている教会(末日聖徒イエス・キリスト教会)、住宅街の風景に溶け込んでいて好ましい。



健康 随筆

老年病学への期待

後藤 重彌

小生、旧制福岡、昭和十六年卒理乙、今回同窓青陵会員の水月氏・松井氏のご縁により、伝統ある西福岡病院の『生きがい』の随筆に寄稿できて、何よりの喜びです。

本年四月、第二十八回日本医学学会総会参加を申し込み、三月十一日の東北大地震により、開催中止となった。但し気に入った次のテーマを追った。

「いのちと地球の未来を開く医学と医療」は実に壮大の感がある。それを受けて六月十五日、老年医学総会が東京都新宿プラザホテルで開催された。

一、百歳社会の構造と設計

二、老いることの豊かさ

三、健康長寿社会と老年症候群

四、終末医療

五、二十一世紀の医療

右が主なテーマであった。

終わりの日、次の如きパラダイム・シフトが提示されて、近未来の価値規範の変化が明らかとなり、深く感銘を受けた。

イ、疾病から障害へ 治す(cure)から支え(care)

ロ、長寿から天寿へ (いのちの量から質へ)

ハ、急性期医療から終末期医療へ (根治から緩和へ)

ニ、病院から地域へ (病院医療から在宅医療へ)

ホ、自宅から共生型住居へ (病院医療から在宅医療へ)

ヘ、専門医から総合医へ (専門職から多職種協働へ)

小生、今年で九十歳を迎えた。産業医の資格で病院、会社の顧問であるが、半分ミイラの如き医師である。私達人間は、「独りで生まれて、独りで死ぬ者ではない。」ことを痛感しているこの頃である。

(医療法人財団 鷗の木会南晴病院理事)

西福岡病院の理念

私たちは、医療の基本に則り、更なる研鑽につとめ、常に地域の人々の立場に立った病院づくり、最適な医療提供を目指します。



特集

リハビリでは
何をしてもらえるのかリハビリテーション科
理学療法士 青柳あおやぎ
洪作

あまり知られていないリハビリ

「リハビリ」という言葉自体は皆さんに浸透しているようなのですが、その内容についてはあまり知られていないのだなあと痛感することが良くあります。そこで今回は皆さんにもっとリハビリのことを良く知って頂きたいと思いリハビリの内容やその対象となる患者さんについて少し詳しくお話させて頂きたいと思います。

なぜリハビリはあまり知られていないのか？

◆歴史が浅い

●日本でのリハビリの歴史。

●歴史がとても浅い1965年(昭和40年)から(まだ45年くらい)。

一方、あん摩、鍼灸は、奈良時代から。柔道整復術は、少なくとも1920年(大正時代、実際はもっと古いという説もある)。

つまり皆さんにとっては馴染みが薄いようです。

リハビリと整骨院の違い

◆医師と共にその患者さんに携わっている。

◆マッサージ類だけでなく、その人の運動機能を維持・改善・回復させる為の運動や動作方法の指導などにも力をいれている。

以上のような事からリハビリはより患者さんの生活により密着していると言えます。

誰がリハビリを受けられるの？

身体に不調をきたし、これまで通り身体を動かせない、または動かしくなくなった人などで、ほぼ全員です！

具体的に？

- 痛み・骨折・変形・麻痺・痺れ・難病。
- 筋肉が萎えた・転倒しやすい。
- 息苦しい・めまい。
- 痰がきれない・すぐ疲れる。
- しゃべりにくい。

- 食べにくい・飲みにくい。
- 寝たきりで体力が落ちた。
- などです。

実際のリハビリ内容

- 痛みの改善・コリをとる。
- 筋肉をつける、維持する。
- 痺れ、めまいの改善(原疾患による)。
- 身体に負担のかかりにくい動作方法の指導(より楽で痛まない動き方、動かし方)。
- その人にあつた運動方法の指導。
- できなくなった動作をまたできるようにになるように一緒に考えながら訓練する(トイレ、歩行、走り、炊事、掃除、車の運転など)。
- 息切れ、呼吸苦の改善。
- 痰の出し方や苦しい時の対処方法の指導。
- 体重、血圧、血糖値、コレステロールを下げる。
- 2次的合併症を防ぐリハビリ。
- などです。

地名の由来

一四四話



飯田 良三

三途の川なる河名がある。この世とあの世の境にある川で、これを渡れば彼岸に行くが、殆どの人は見たことはないが、私の知る限り2、3の人が重症で意識混濁のなかでこの河の近くまで来て、その向う側に花咲く素晴らしい楽園を見た。また、河の辺に尊厳上品な方がおられて、『貴方はまだ来るのは早いのでお帰り』、それでまた意識が戻り生き返ったというお話を伺ったこともあるが、これは尚まだ脳細胞がわずかに賦活していた夢の中の世界であらう。私も一度行っても見たいが、先に行かれた方からのインフォメーションがないので、隣の北の国みたいな処であっても困るので80才を過ぎた今でも、何とかこの世にしがみついている。

Aパターン(左足)



タコ、皮の厚くなっている個所が親指の付け根付近にある。



靴の外側がすり減っている。

自分の身体のクセを知りましょう

人の身体の癖はそれぞれです、皆が同じ事をしても良くなりません。簡単に具体例を挙げますと、2人の腰痛患者Aさん、Bさんがいるとします。

Aさんの腰痛改善のためのリハビリは、「背筋強化・踵より前の部位から足をついて歩く・胸を良く張る」。一方、Bさんの腰痛改善のためのリハビリは、「腹筋強化・踵からついて歩く・胸をあまり張らない」というように、同じ腰痛で悩んでいる患者さんでも、その改善方法は反対であることも良くあります。

良い運動と悪い運動について

Bパターン(左足)



タコ、皮が厚くなっている所が真ん中にある



靴の内側や真ん中がすり減っている足

● Aパターンの人に良い靴がある程度、踵の高さがある靴が良い。

● Bパターンの人に良い靴

踵の低い靴が良い。Bパターン

ンの方にとってハイヒールは腰・膝・足痛を引き起こしやすい！

今回はわかりやすく大雑把にA、Bの2パターンについて紹介させて頂きましたが、これ以外のパターンの患者さんやA、Bの癖が混在している患者さんもおられます。

リハビリ利用までの手順

それではどうすればリハビリを利用できるのかを、次に簡単にまとめます。

① 医師に診てもらおう

② 必要性ありと判断

③ 医師がリハビリ処方

④ リハビリスタート

※ 注意事項／当院では、循環器リハ(心臓リハ)行っていないです。当院の診療科目に無い科目のリハは行えません。

最後に

今回は皆さんにリハビリのことを知ってもらいたく、大雑ながら少し紹介させて頂きました。まだ他にもたくさんわからないことがあるかと思いますが、そんな時は気軽にリハビリスタッフに声をかけて下さい。

今回、少しでもリハビリに興味を持って頂いた方は是非一度リ

ハビリを試してみてください。スタッフ一同お待ちしております。おります。



医療法人西福岡病院のリハビリスタッフ。リハビリについてのお問い合わせやご相談はお気軽にお声かけください。

ところでこの河を渡るには「深く渦巻く急流」「よどんで波靜かな所」それに「橋が架かっている場所」と道が三箇所あるので三途なる名前がその由来とか。

この世で悪を犯した者は急流のなかをアップアップ、適当に善悪相半ばで過ごした方は、流れよどんだ道を、善行この上ない方は橋を渡って簡単に行けるらしい。しかし入り口に閻魔大王がいて道の振り分けをしているので、自分の意志では道は選べない。私は橋で通過したいがこれまでの所業からみてどうもそれは無理らしい。当院でも理事長さんや院長さんはX dayにはどの道を辿られるやら、多分橋を渡って威風堂々と楽園を目指されるもの信じ、川で溺れている私を救い上げてくださるだろう。それで来年も皆さんとご一緒にこの世で善行に励みましょう。

『川は何処にあるか?』尋ねられても詳しい世界地図にも載っていないので小生は何とも説明できない。

(西福岡病院非常勤顧問)

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室 人権学習

～「探梅」～春、遠からじ

日 時 12月6日(火)
13:30～15:00◎場 所 西陵公民館
◎講 師 西市民センター 人権教育推進員
青柳 賢次さん

子育てミニミニひろば

クリスマス会

日 時 12月22日(木) 10:00～12:00

◎場 所 西陵公民館
◎指 導 保育士 大歯 美穂子さん
◎申込み 公民館まで(12月17日締切・定員20名)

お知らせ

高齢者教室～新春三社参り参加者募集～

日 時 平成24年1月11日(水)

●スケジュール/公民館出発(9:00)=佐嘉神社=興賀神社=いけす海幸(昼食)=与止日女神社=みちの駅大和=公民館着(17:00・予定)
◎費用:2,500円(バス代1,000円、食事代1,500円)
公民館高齢者教室生優先・バス代を添えて申し込んで下さい。
◎受付:12月1日より受付開始
定員(45名)になり次第締め切ります。

青少年ひろば

「健やかカルタ」かるた大会

日 時 12月11日(日)
9:00～11:00◎場 所 西陵小学校体育館
◎指 導 福岡県西警察署
*恒例の育成会「餅つき大会」もあります。
共催:青少年育成会

詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《今月のテーマ／骨粗鬆症》

と き 平成23年 12月17日(土)
午前10時より午前11時まで場 所 医療法人西福岡病院
本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住 所 西区 生の松原3-18-8

講 師 当院 糖尿病内科医師 大庭 功一

会 費 無料

★ご参加は全く自由ですので、どうぞお気軽にお越し下さい。

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外 来 診 察 表

※年末年始のご案内／12月30日(金)～1月3日(火)までお休みさせていただきます。

診療科目	月 曜 日		火 曜 日		水 曜 日		木 曜 日		金 曜 日		土曜日
	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前
内 科		児玉	児玉			濱本		濱本		濱本	交代
内 科	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	廣田		
	平山		高野	高野	米嶋		高野	高野			
	國武	國武	國武	國武	國武(1・3)	國武			國武	國武	
	安藤(文)/山田		安藤(文)/山田	宮本	安藤(文)/宮本		安藤(文)/宮本		安藤(文)	山田	
		松尾	松尾	松尾	松尾		松尾	松尾	松尾		
循環器内科											
糖尿病内科	大庭			若杉		大庭	大庭		若杉	若杉	
神 経 内 科	非常勤				非常勤		非常勤			非常勤	非常勤
外 科	中垣		非常勤		中垣		中垣		非常勤		非常勤
整 形 外 科	勝野	高比良	高比良		勝野	高比良	勝野		高比良	勝野	非常勤
泌 尿 器 科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮 膚 科	八坂		八坂		八坂		八坂		八坂		
眼 科	非常勤(2休診)		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤(1休診)		
耳 鼻 咽 喉 科	非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤(2・4)
婦 人 科			非常勤								非常勤
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
禁 煙 外 来				國武(予約制)							

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

平成23年11月19日現在

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覧表もございます。)

西福岡病院
トピックス

看護実習生の「声」

今年の5月から、福岡市医師会看護専門学校の看護実習が行われており、当院では准看護科の学生28名を受け入れています。

緊張の中、それぞれの夢のために毎日懸命に現場での業務に取り組んでいます。今回はその実習生の「声」をご紹介します。

- とてもきれいな環境で充実した実習を送ることができました。
- この病院ならではの患者様との温かい信頼関係や思いやりを、今後の看護に活かしていきたいと思います。
- 職員の方々も優しく熱心に教えてくださり、その期待に応えようと一層頑張る気持ちが高まりました。



看護実習生の皆さん

●発行／医療法人
西福岡病院〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎ 092-881-1331・FAX 092-881-1333
(事業者個別番号) <http://www.nishifukuhp.or.jp>