

# fureai ふれあい No.42号

令和元年7月23日発行 第42号 発行／総合青山病院(0533)73-3777 印刷／徳昭社印刷所

<http://www.aoyama-hp.or.jp>

第41回  
医師  
からの  
メッセージ

## 骨粗鬆症に由来する 脊椎椎体骨折について

副院長（整形外科） 佐藤 義弘



みなさん、こんにちは。私は本年4月より、当院に整形外科医として赴任しました。浜松医科大学整形外科科学教室に所属しており、骨粗鬆症の研究や治療に携わってきました。そこで今回は、骨粗鬆症に由来する脊椎の椎体骨折について説明させていただきます。

本邦における65歳以上の高齢者人口比率は25%を超えており、それに伴い骨粗鬆症の有病者は増加の一途をたどっています。中でも脊椎の椎体骨折は骨粗鬆症に起因する骨折として最もその頻度が高くなっています。

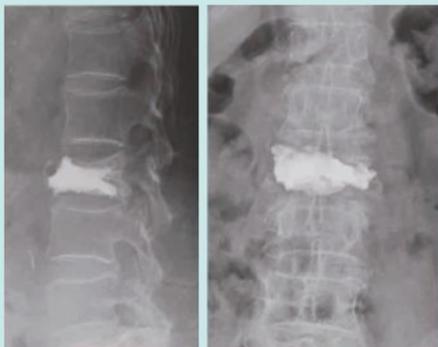
脊椎の骨折をきたす原因は、しりもち等の転倒、重量物を持ち上げようとしたりする動作や運搬といった負荷が挙げられますが、中には日常の動作程度で腰背部痛が出現することがあります。テレビのCMでみかける「いつのまにか骨折」もそのひとつで、軽微な負荷でも骨粗鬆症の場合には骨折をきたすことがあります。腰背部痛の症状に対して、骨折に

由来するかどうか診断するには、画像検査が必要です。高齢者ではこれまでの腰痛の既往歴などが影響してしまい、単純レントゲン検査だけでは判定が難しく、CTやMRI画像などの精密検査による診断が治療方針を決めるために必要になります。

初期の安静や安定性のあるコルセットの装着による保存療法で、良好な予後を呈する場合が多い反面、骨折部の治りが遅く、より強い腰背部痛が持続する場合や椎体の高さが小さく縮んでしまう場合があります。背中が丸くなる「後弯変形」による前傾姿勢が残り、高度の変形にはからだへの侵襲の大きな手術が必要となる場合があります。そのような経過不良になる前に選択される侵襲の少ない手術治療法が経皮的バルーン椎体形成術（balloon kyphoplasty：BKP手術）で、当院でも行われるようになりました。個々の患者さまに適切な治療方法を選択し、疼痛の改善と生活動作

### 腰椎椎体骨折の画像診断

機能の獲得をめざした治療を進めてまいります。



腰椎BKP術後レントゲン画像



骨折MRI画像



骨折レントゲン画像

「チューター」としての関わり

〜支えられる立場から支える立場へ〜

2病棟看護師 鈴木侑菜

当院の看護部新人教育体制の中には、大きく分けて主に技術を指導する実地指導者と精神的な支えとなる「チューター」という2つの役割があります。

今回は馴染みのないチューターの役割についてご紹介します。

所属部署

2病棟は、本館3階にあるグリーンを基調とした明るい病棟です。診療科は循環器内科・脳神経外科・一般外科・放射線科があり、専門的な手術や検査・治療を目的として入院される方は、遠方からも来院されます。急性期病棟のため入院がとても多いです。また、手術室と繋がっているリカバリー室(術後回復室)を併設していることが特徴です。

チューター制度について

チューターは、各新人看護師に

決まった相談相手として配置され、仕事の仕方・学習方法・悩み事などの精神面、生活面など広範囲にわたり相談や支援を行う役割です。

チューターとしての関わり

今年度、当病棟に2名の新人看護師が配属されました。就職して3年目の私はチューターとして新人看護師と関わっています。連休明けや月初めなどの節目には、嬉しかった事や悔しかった事、悩みや睡眠がとれていないかなどの声掛けをしたり、ポートフォリオという1日の振り返りシートを見て、新人看護師の現状を知るように意識しています。私も新人の頃は、自分の出来ない事に目を向け過ぎ、チューターに相談すると「出来ない事はかりに目を向けないで、出来た事にも目を向けてごらん。1つずつ出来るようになってい

ばいいよ」と助言をもらい、乗り越えることが出来ました。新人看護師を支えられるように、日々業務の中で表情や変化に気づき、業務終了後にゆつくり話を聞き、話しかけやすいよう笑顔でいる事に心掛けながら不安の軽減に努めています。

脳出血により意識レベルが低下している患者さまが治療や看護により回復していく過程を目の当たりにし、新人看護師と共に喜びややりがいを感じる事が出来ました。このように看護を行う上で喜びを大切にし、看護師として成長していけるように支援しています。

私の思い・願い

看護を行う上で大切にしていることは「笑顔でいる事」「患者さまの身体的・精神的・社会的3側面に寄り添う事」です。このこと

を新人看護師にも伝えていき、忙しい中でも患者さまが安心して入院生活を送って頂けるような看護を行うよう助言していきたいと思います。そして、患者さまが青山病院に入院して良かったと思っただけでなく、温かい看護を行えるように、支える立場として支援していきたいです。

新人看護師は名札の左上に若葉マークがついています。皆様、見かけた際は温かい目で見守ってください。

当院のチューター制度のおかげで、私自身も技術面だけでなく精神的に支えて頂き、苦しい時期を乗り越えた今、看護師として勤務できているため、この制度があったことが本当に良かったと思います。



第37回

# 職場紹介

## システム管理室

室長 安達英俊  
(放射線技術室技師長 兼務)



システム管理室は、総合青山病院が電子カルテを導入した2015年に新設された比較的新しい部署となります。  
システム管理室では、電子カルテや部門システム、医事システム、入院患者さま用の情報端末、これらを管理するサーバー、情報収集用に使用するインターネット用パソコンなど

1,000台を超えるコンピュータの管理を3名の職員で行っています。また、操作支援や企画・運用の管理などを行っています。

患者さまが来院され、受付から診察や検査・治療・会計まで、円滑な医療サービスが提供できるように、情報システムの安定稼働を目指しています。

### 業務内容

#### ● サポート業務

電子カルテ・各部門システムに関する問合せに対しての電話・訪問・リモート接続を用いたサポート対応をしています。また、各種コンピュータの障害対応も行っています。

#### ● インフラ対応業務

病院内の様々な医療情報システムには、サーバーやネットワーク

ク機器、パソコン・プリンター等の末端機器が接続されています。それらの配線管理、機器の故障等に対応しています。

#### ● メンテナンス業務

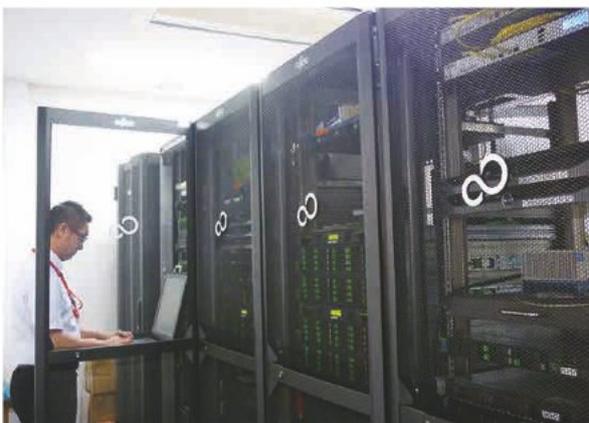
日々変化する診療情報に対応すべく、マスタの更新作業等を行っています。

#### ● 業務支援

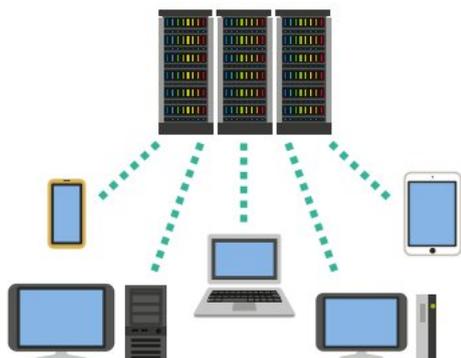
各部門業務の効率化を図るため、要請に応じ各種プログラムの作成を行っています。

#### ● 企画業務

多種多様な医療従事者、担当者意見を踏まえながら、システムの改善や新規システムの導入支援を行っています。



サーバ室





# 肩関節周囲炎

リハビリテーション技術室 作業療法士 吉田 匡良

肩関節周囲炎とは、40〜50歳代に好発し、肩関節の痛みと運動障害を主な訴えとするいわゆる“五十肩”といわれるものです。症状として、手を使った時に肩が痛む動作時痛、安静にしているにもかかわらず痛みで眠れない夜間痛、関節が動かしにくくなる可動域制限などがあります。

日常生活で起こる問題例としては、洗濯物を干す、シャツに袖を通す、お風呂で体を洗う、ズボンのポケットから物を取り出す、髪を結ぶ、エプロンのひもを結ぶなどが出来にくくなります。

典型的な特徴と時期に合わせたアプローチ方法の一例を紹介します。

## 1 痙縮期 (けいしゆくき)

強い痛みによって日常生活動作が制限されます。安静時痛や夜間痛もみられる炎症の強い時期です。痛みの強い時期に運動療法を行うと痛みが増強する場合があります。この時期には主に関節内の炎症の鎮静化を図ります。重いものを持つたり痛みを伴うような動作を避けることが大切です。

## 2 拘縮期 (こうしゆくき)

安静時や就寝時の痛みは減少しますが、運動時には痛みが生じます。徐々に可動域制限が進行して、この時期に最大となり、拘縮による生活動作の制限を受ける時期です。

## 3 回復期

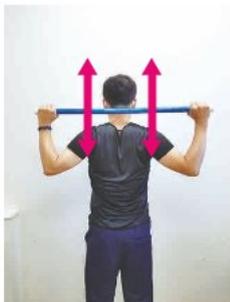
痛みはほとんど消失し、徐々に関節可動域も改善し始めますので、さらなる可動域の改善と筋力強化を図り、日常生活活動の改善策を指導します。



### 図1 棒体操 1



### 棒体操 2



※棒体操の棒はタオルでも代用可能です。

### 棒体操3



### 棒体操4



### 図2 自動介助運動



### 予防



五十肩の症状は、痛みが長引いたり再発を繰り返したりします。このようになってしまいう原因は、普段の生活や仕事での悪い姿勢です。悪い姿勢を続けると筋肉のバランスが崩れ、肩関節への負担が大きくなります。その結果、肩関節の周辺組織に炎症をもたらしてしまうので、日頃から、正しい姿勢、適度な運動(ストレッチ)を心がけましょう。

### 第5回

## 栄養のチカラ

旬のレシピ

## 郷土料理『だし』

管理栄養士が考える、栄養に配慮した体に良いレシピや栄養情報をお届けします。



### 材料(2人分)

- 茄子 ..... 1/2本
- きゅうり ..... 1本
- みょうが ..... 2本
- 刻み昆布(乾燥) ..... 5g
- 顆粒和風だし ..... 大さじ1
- 醤油 ..... 大さじ1/2



### 作り方

- 1 刻み昆布を水で戻し、食べやすい大きさに切る
- 2 茄子、きゅうり、みょうがをサイコロ状に切る
- 3 茄子は水にさらし、アクを抜く
- 4 切った野菜と刻み昆布を器に入れ、顆粒和風だし、醤油と和える

夏の野菜にはカリウムが多く含まれており、体温を下げてくれる効果があります。  
今回は夏野菜のきゅうりや茄子を使用した、山形県の郷土料理『だし』の作り方を紹介します。  
お茶漬けやそうめん、冷奴に乗せるなど様々な食べ方で楽しむことができます。また、お好みでオクラやゴマ、大葉、モロヘイヤなどを加えたり、味噌味にアレンジするなどしても美味しくできます。食欲の落ちる夏にもさっぱりと食べられるので、夏バテ予防にもぜひ一度お試しください。

平成31年1月21日～1月27日に外来・病棟にて患者さま満足度調査を実施いたしました。調査結果をもとに、今後もより良い病院づくりに取り組んでまいります。アンケートにご協力頂きました皆さま、誠にありがとうございました。



調査日	1月21日(月)	1月22日(火)	1月23日(水)	1月24日(木)	1月25日(金)	1月26日(土)	合計
回収枚数	97枚	68枚	54枚	33枚	27枚	43枚	322枚

## 1 職員の接遇・身だしなみ (該当のある場合のみ)

(単位:人)

	医師	看護師	受付	放射線技師	検査技師	薬剤師	リハビリ	栄養士
挨拶をされずに、不快な気分になった	4	2	1	0	0	0	0	0
言葉遣いで、不快な気分になった	5	3	2	1	1	0	0	0
説明がわかりにくいことがあった	5	4	1	0	0	0	0	0
不機嫌そうな表情や面倒くさそうな顔をされた	8	4	5	1	0	0	0	0
身だしなみが気になった	2	1	2	0	0	1	0	0
質問や要望にまったく対応しなかった	3	1	3	0	0	1	0	0

## 2 院内の設備・環境満足度

■ 大変良い ■ 良い ■ 悪い ■ 大変悪い ■ 該当せず ■ 無回答

診察室や各検査室など、建物の構造・案内表示はわかりやすいですか

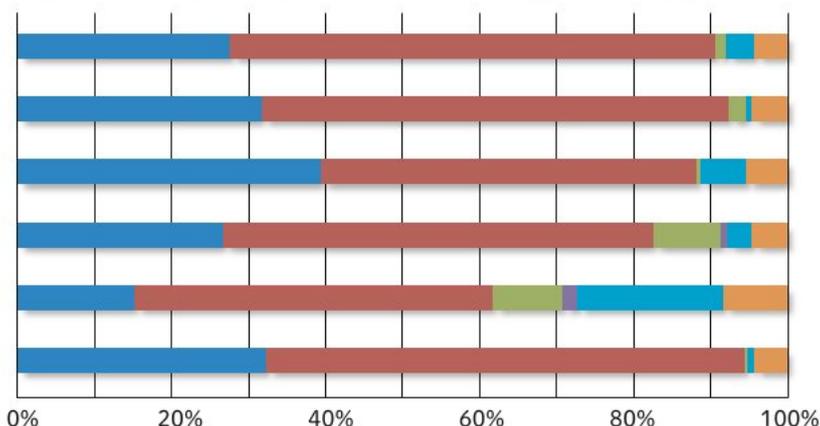
院内の冷暖房・空調設備は快適でしたか

トイレは清潔で使いやすいですか

待合室の広さや椅子の数は十分ですか

売店・自動販売機の設備は十分だと思いますか

院内の照明は快適でしたか

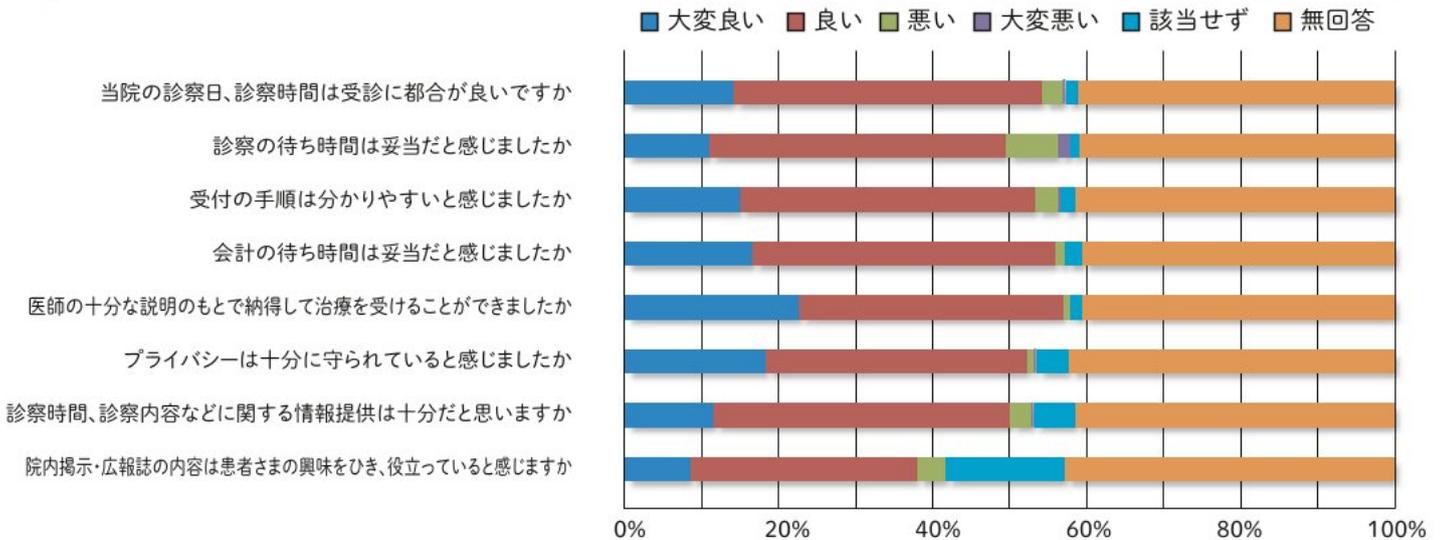


前回調査との比較

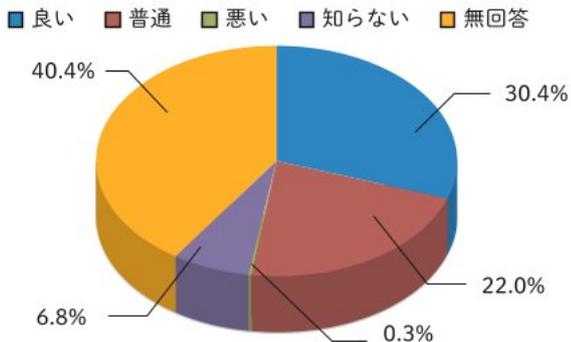
(単位:%)

	大変良い	良い	悪い	大変悪い	該当せず	無回答
診察室や各検査室など、建物の構造・案内表示はわかりやすいですか	27.6 (+1.7)	63.0 (-0.8)	1.2 (-0.7)	0.0 (-0.3)	3.7 (+2.1)	4.3 (+2.3)
院内の冷暖房・空調設備は快適でしたか	31.7 (+2.9)	60.6 (-0.8)	2.5 (-0.4)	0.0 (±0)	0.6 (-0.2)	4.7 (-2.2)
トイレは清潔で使いやすいですか	39.4 (+0.8)	48.8 (+3.3)	0.6 (+0.3)	0.0 (±0)	5.9 (-0.7)	5.3 (-3.7)
待合室の広さや椅子の数は十分ですか	26.7 (-2.1)	55.9 (-0.4)	8.7 (+1.3)	0.9 (+0.6)	3.1 (+1.5)	4.7 (-0.9)
売店・自動販売機の設備は十分だと思いますか	15.2 (+0.4)	46.6 (-0.2)	9.0 (+1.1)	1.9 (+1.1)	18.9 (+2.2)	8.4 (-4.6)
院内の照明は快適でしたか	32.3 (-1.6)	62.1 (+2.6)	0.3 (-0.2)	0.0 (±0)	0.9 (+0.6)	4.3 (-1.5)

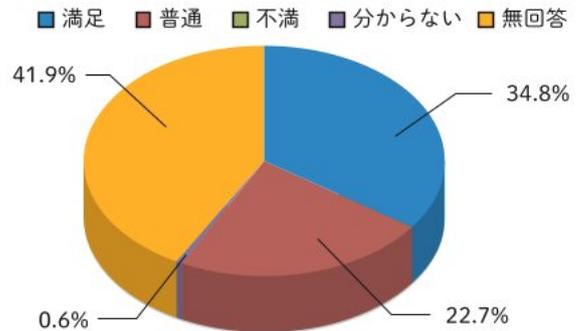
### ③ 待ち時間・情報提供の満足度



### ④ 当院の地域における評価



### ⑤ 全体的な満足度 (3段階評価)



### ⑥ 病院全体で不満を感じたことや、こうしたら良いと感じたことがあればご記入下さい。

#### 体制・接遇について

- 看護師達が私語で色々と話していたのが気になった。
- 受付コンシェルジュが数人いたら良い。

#### 設備・環境について

- 待合室の椅子が足りない。
- 売店が少々時代遅れ。
- 駐車場が時間によってはいっぱい停められないので、入る前に満車かどうか分かったとありがたい。
- 待ち時間をつぶせるものがあると嬉しい。

### ⑦ 病院全体でよかったこと

- とても親切で、不安な気持ちもなくなり、安心して任せられます。他の方にも紹介しており、感謝されています。
- 何科に受診していいかわからない時に相談窓口があって良かったと思います。
- 医師も看護師さんも大変親切で何でも聞く事ができ、いつも感謝しています。
- 診察内容を理解しやすい言葉で話してくれました。

## 病棟別のアンケート回答数

	1病棟	2病棟	3病棟	西1病棟	西2病棟	合計
回収枚数	26枚	27枚	23枚	24枚	15枚	115枚

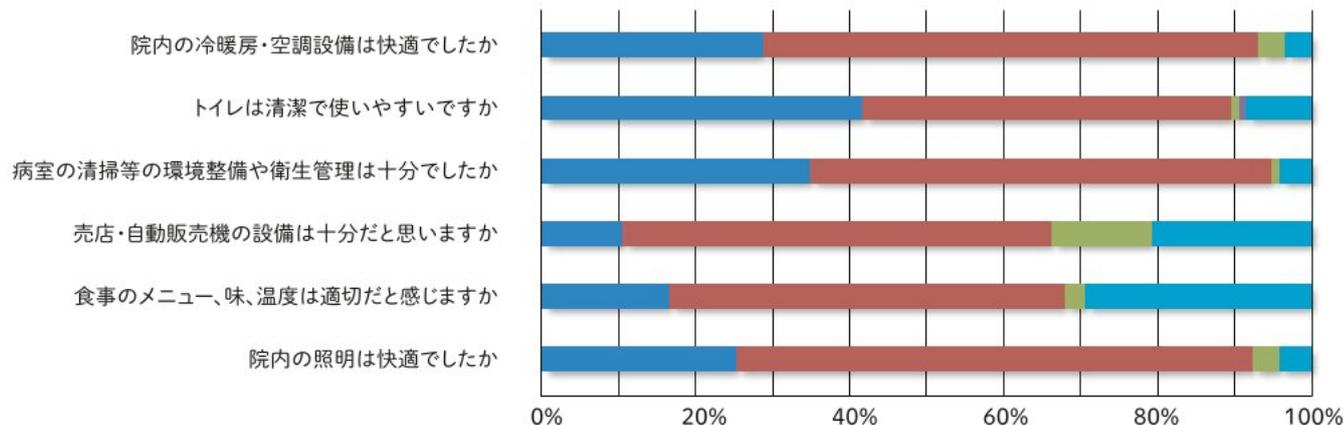
## 1 職員の接遇・身だしなみ (該当のある場合のみ)

(単位:人)

	医師	看護師	事務	放射線技師	検査技師	薬剤師	リハビリ	栄養士
挨拶をされずに、不快な気分になった	2	2	1	0	0	0	1	0
言葉遣いで、不快な気分になった	1	2	0	0	0	0	0	0
説明がわかりにくいことがあった	0	2	1	0	0	1	1	0
不機嫌そうな表情や面倒くさそうな顔をされた	1	6	2	1	0	0	0	0
身だしなみが気になった	0	1	0	0	0	0	0	0
質問や要望にまったく対応しなかった	0	2	0	0	0	0	1	0

## 2 院内の設備・環境満足度

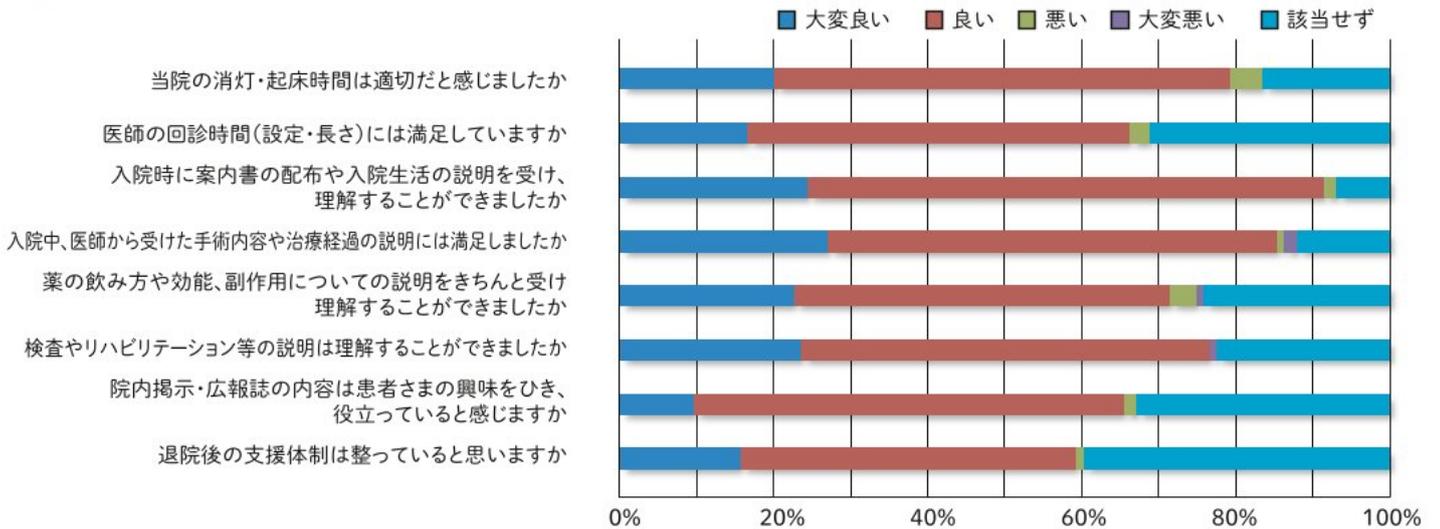
■ 大変良い ■ 良い ■ 悪い ■ 大変悪い ■ 該当せず



(単位:%)

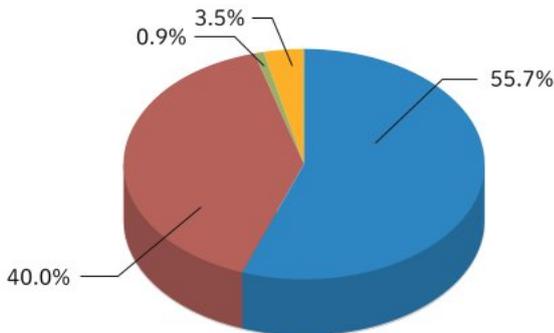
	大変良い	良い	悪い	大変悪い	該当せず
院内の冷暖房・空調設備は快適でしたか	28.7	64.3	3.5	0.0	3.5
トイレは清潔で使いやすいですか	41.7	47.8	0.9	0.9	8.7
病室の清掃等の環境整備や衛生管理は十分でしたか	34.8	60.0	0.9	0.0	4.3
売店・自動販売機の設備は十分だと思いますか	10.4	55.7	13.0	0.0	20.9
食事のメニュー、味、温度は適切だと感じますか	16.5	51.3	2.6	0.0	29.6
院内の照明は快適でしたか	25.2	67.0	3.5	0.0	4.3

### ③ 待ち時間・情報提供の満足度



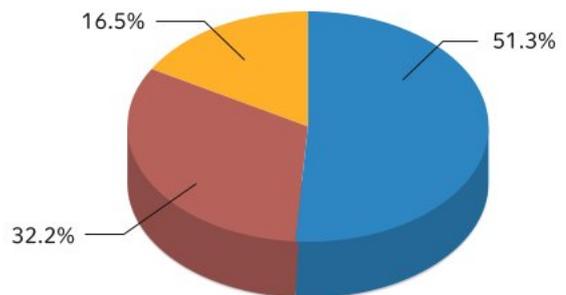
### ④ 当院の地域における評価

■ 良い ■ 普通 ■ 悪い ■ 知らない・わからない



### ⑤ 全体的な満足度 (3段階評価)

■ 満足 ■ 普通 ■ 不満 ■ 分からない



### ⑥ 病院全体で不満を感じたことや、こうしたら良いと感じたことがあればご記入下さい。

#### 体制・接遇について

- 「ちょっと待って」と言ってから来るのが遅い。
- 事務の方の説明が難しく、理解しづらい点が多く、聞くほどに分かりにくくなりました。もう少し丁寧にお話しして頂けたらと思いました。

#### 設備・環境について

- 西病棟の出入りが休日は出来ないのが不便だと思いました。
- 部屋の換気扇の音が結構うるさく感じる (4 人部屋)。
- 空調が少し乾燥気味かと思いました。
- 部屋の洗面台、部屋のトイレに紙ナフキン (手ふき) があると良い。

### ⑦ 病院全体でよかったこと

- 院内の広さ、清潔感は素晴らしい。
- スタッフがしっかり教育されている。
- 医師の説明対応に満足。
- 皆さん、どなたも親切で、安心して家族を預ける事ができています。
- 入院中、お世話して頂いた方から、不快な言葉を聞いたことは一度もありません。夜勤の翌朝も、いつもにこやかに接して頂きました。

はじめまして

# NEW FACE

新しい先生をご紹介します。

# 情報 STATION

Aoyama Hospital Information Station



## 整形外科

医長

すぎうら

かおり

### 杉浦 香織

日本整形外科学会専門医  
日本整形外科学会  
日本手外科学会  
日本小児整形外科学会  
日本末梢神経学会

### メッセージ

手外科、小児整形外科を専門としております。  
患者さまと相談し、最善の治療を考えたいと思いますので、ご相談下さい。

平成24年 浜松医科大学 卒業  
静岡市立静岡病院 研修医  
平成25年 浜松医科大学付属病院 研修医  
平成26年 浜松赤十字病院 整形外科  
平成29年 JA静岡厚生連遠州病院 整形外科  
平成30年 浜松医科大学付属病院 整形外科

## 第11回 健康教室

テーマ **寝たきりにならない  
栄養と筋肉の話**



講師 総合青山病院  
管理栄養士・健康運動指導士

ひろなか まさみ  
弘中 雅美

日時 令和元年 8月20日(火) 16:00~

場所 総合青山病院 健診センター4階 多目的ホール

参加 自由(無料)

申込み **TEL:0533-73-3784**  
(事前に健診センターへお申込み下さい)

## 第36回 公開講座

テーマ **“外科”のおはなしをしましょう**



講師 総合青山病院 外科部長  
ふるさわ こういち  
古澤 浩一



日時 令和元年 9月7日(土) 13:30~

場所 総合青山病院5階 講義室

参加 自由(無料)

お問い合わせ TEL 0533-73-3777

## 第48回院内コンサート

ヴァール サクソフォン  
カルテットによる  
スプリングコンサート  
(サクソス四重奏)



5月25日(土)、ヴァール・サクソフォン・カルテットの皆さまによる『スプリングコンサート(サクソス四重奏)』が開催されました。各パートごとに分かれた4名のサクソ演奏が会場に響きわたり、素敵な音色でした。

曲目はワルツの「春の声」、「星に願いを」、「時代劇メドレー」などがあり、そして「演歌・懐かしの唄メドレー」では、演奏と、会場の皆さまによる歌声で、一緒になって楽しめました。

ヴァール・サクソフォン・カルテットの皆さま、素敵な演奏をお届け頂きありがとうございました。

広報委員 足立 晃子

# 特定健康診査 後期高齢者医療健康診査

## 対象者

- 40歳以上の豊川市国民健康保険加入者  
(特定健康診査)

※豊川市国民健康保険以外に加入の方は、ご加入の健康保険組合に確認してください。

- 後期高齢者医療制度加入者(後期高齢者医療健康診査)

## 負担金

無料

知っていますか?

## ワンコインがん検診



1項目 **500円** で検診が受けられます!

豊川市では、令和元年度さつき健診(医療機関で行うがん検診等)を以下のとおり実施しています。

## 対象者

受診日に豊川市に住所を有する方

※ご自身や配偶者の勤め先等で受診する機会のある方はそちらを優先してください。

## 実施期間

令和2年2月10日(月)まで

※実施期間の終了間際になると予約が取れない場合もあります。なるべく早めの受診をお勧めします。

## 負担金

1つの検査項目につき **500円**

当院でさつき健診の全項目を受診できます。病気を早期発見できるよう、ご家族、ご友人と一緒にご自身の体をチェックしてみたいはいかがでしょうか。

健診は受けて終わりではありません!! しっかり結果を確認し、現状把握をしましょう。また、精密検査が必要な項目があれば病院を受診しましょう。

お問合せ・健診の申し込みはこちらまで

総合青山病院 健診センター  
TEL **0533-73-3784**

平日(木曜除く) / 8:00~18:00  
木・土曜日 / 8:00~12:30  
※日・祝祭日休み

A S O B I  
N O  
H I R O B A

## 遊びの広場

### 数独の解き方



1. タテ9列、ヨコ9列のそれぞれに1~9までの数字が1コずつ入ります。
2. 太線で区切られた3×3の枠内(マスは9コ)にも1~9までの数字が1コずつ入ります。
3. 従って、タテ、ヨコ、枠内で、同じ数字が重複して入ることはありません。  
とにかく、算数無用、注意力の勝負、なるべくラクをして、かつスマートに解いていきましょう。

答えは12ページをご覧ください。

5		4						1
		6	4					7
			6		8			
				5				1 3
8	3			2				
			9		4			
	4				7	6		
2						8		9

# ふれあい箱の回答

たくさんのご意見ありがとうございます。



## お褒めの言葉

毎食、心のこもった食事を届けてくださってありがとうございました。  
亡母が淡味を好んで毎回食べていましたので私も割と気を付けていたものの、今回の入院はとて勉強になりました。  
少しでも長生きできるよう貴院の食事を思い出しながらアレンジで頑張ってみます。  
本日退院しますが私にとって大きなプラスになりました。ありがとうございました。

2病棟 入院患者さま

温かいお言葉をありがとうございます。今後も患者さま側に立った医療を目指し、職員一同精進してまいります。

## ご意見

ロビーにあるチラシをとったら、期限が過ぎていた。

2病棟 入院患者さま

ご迷惑をおかけし、申し訳ございませんでした。定期的に確認しておりますが、確認漏れがあったかと思えます。

今後は今まで以上に管理していきます。貴重なご意見ありがとうございます。

## 病院の美化運動

去る5月29日(水)、職員による病院敷地周りの清掃作業を実施しました。

今後も定期的に行い、病院にお越しいただいた患者さまやご家族の皆さまに気持ちよく過ごしていただけるよう、努めていきたいと思っております。



## 遊びの広場の解答

5	8	4	3	7	2	9	6	1
9	2	6	4	1	5	3	7	8
3	1	7	6	9	8	4	5	2
4	6	2	8	5	9	7	1	3
7	9	5	1	4	3	2	8	6
8	3	1	7	2	6	5	9	4
6	5	8	9	3	4	1	2	7
1	4	9	2	8	7	6	3	5
2	7	3	5	6	1	8	4	9

## 編集後記

今年も暑い夏がやってきました。屋外だけでなく、家の中においても熱中症には注意が必要と言われております。自分は大丈夫と過信せず、早めの水分補給を心がけたいですね。

皆さんは夏を乗り切るため、体調管理で気を付けていることはありますか？冷たい飲み物や食べ物が多くなり食欲が低下しやすい時期です。私はあえて温かいものを食べて、胃の調子を整えるようにしています。健康状態や生活状況はそれぞれ違いますが、自分にあった体調管理を意識して行いたいですね。

今号の「ふれあい」で発信している管理栄養士がお勧めするメニューは食欲が増しそうです。ぜひ参考にしてください。

## 病院の理念 患者さま側に立った全人的医療を目指します

### 基本方針

地域の中核病院として安全で質の高い医療に努めます  
患者さまが安心出来るゆきとどいた診療を提供します  
患者さまに信頼されるゆきとどいた看護を提供します  
患者さまに満足されるゆきとどいたサービスを提供します  
患者さまがやすらげる快適な環境を提供します

### 患者さまの権利

1. 適切で質の良い医療を受ける権利を有します
2. ご自分の医療の内容について知る権利と説明を受ける権利を有します
3. ご自分の医療の内容について自由に選択し決定する権利を有します
4. ご自分の医療について他の医師の意見を聞く権利を有します
5. 人格を尊重されプライバシーを保護される権利を有します
6. ご自分の診療録の開示を求める権利を有します