【院是】すべては患者さん・利用者さんのために

南東北ふくしま

令和4年11月1日　Vol.141
［発行］　南東北福島病院・リハビリ南東北福島
〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13／TEL024-593-5100

安全な医療を提供するための10の要点

医療安全管理室
医療安全管理者　本田　毅

患者さんに安全な医療を提供することは、医療の最も基本的な項目のひとつとなっています。このため、医療安全管理者は、医療安全に関する職員の意識啓発と、医療安全を推進する体制を構築していくことを日々行っています。

今回は、平成19年に厚生労働省より『安全な医療を提供するための10の要点』というものが標語形式として出ていますので、その中のひとつを紹介したいと思います。

〈標語〉部門の壁を乗り越えて意見を交わせる職場を作ろう

私たちの医療現場においては、多様な職種や部門があり、より安全で安心した環境を整備していくためチーム医療で行なっています。

安全な医療の提供のためには、部門や職種の違いに関係なく、意見を交わし合う事が重要となってきます。特にチーム内では、お互いが指摘し協力し合える関係にあることがとても重要な要素と言えます。ヒューマンエラーである思い込みや過信は誰にでも起こりえるもので、自分では気付きにくいものです。チーム医療によって、他人の目によりお互いに注意し合うことは、思い込みや過信の訂正にも有効となっています。

このため、

・気付いたらお互いに率直な意見を伝え、周りの意見には謙虚に耳を傾けること。

・上司や先輩が率先してオープンな職場作りに心掛けること。

・関係する部門とのコミュニケーションにも努めること。

重要となっていきます。

さいごに

医療安全に関する相談事などがありましたら、遠慮なく問い合わせください。

『安全な医療を提供するための10の要点』

(1) 根づかせよう安全文化　みんなの努力と活かすシステム
(2) 安全高める患者の参加　対話が深める互いの理解
(3) 共有しよう　私の経験　活用しよう　あなたの教訓
(4) 規則と手順　決めて　守って　見直して
(5) 部門の壁を乗り越えて　意見かわせる　職場をつくろう
(6) 先の危険を考えて　要点おさえて　しっかり確認
(7) 自分自身の健康管理　医療人の第一歩
(8) 事故予防　技術と工夫も取り入れて
(9) 患者と薬を再確認　用法・用量　気をつけて
(10) 整えよう療養環境　つくりあげよう作業環境

今月のなかみ

▼2面＝健診センターより
▼3面＝お口の健康教室「歯茎のトラブル（歯ぐきの腫れ）」、栄養ひと口メモ「ユズ」、薬剤科だより
▼4面＝ゆきうさぎ通信、今月のレシピ「大学芋」

作業療法のご紹介

リハビリテーション科より

リハビリテーションのひとつ〝作業療法〟を紹介します。

怪我や病気になったとき、「何に困っていますか？」と尋ねられたら、真っ先に思うのは「歩けるようになりたい」「トイレに行けるようになりたい」かもしれません。

でも、歩いてトイレに行けただけで本当に満足できますか？

車を運転したい、字を書きたい、畑仕事をしたい、料理をしたい、箸でそばを食べたいなど、やりたいこと・できるようになりたいことは次から次にでてきます。そんなあなたの希望に寄り添い、出来る方法を一緒に考え、サポートするのが作業療法です。

靴下を自分で履く練習、予算内で買い物練習、段取りが良い料理の練習、力まずにお箸や鉛筆を使う練習、畑まで猫車を押して歩く練習など1人ひとりのやりたい目標に向かって、作業療法士と一緒に「できた！」「できるかも」を増やし、やりたいことを思いっきり楽しみましょう。

（リハビリテーション科　作業療法士　鹿目久美子）

動脈硬化セットを受けましょう

健診センターより

生活習慣が欧米化したのに伴って、狭心症や心筋梗塞といった病気が年々増えてきました。

芸能人や著名人の「急死」の死因の原因にもなっていてよく新聞やニュースでも目にするかと思われます。こうした病気の原因の大部分は動脈硬化が進むことによって起こるといわれております。当健診センターでは動脈硬化を早期に発見する「動脈硬化セット」をご用意しております。

動脈硬化セットの検査項目は以下の通りです。

○ＡＢＩ／ＰＷＶ検査

上腕と足首の血圧の比で、下肢の閉塞性動脈硬化症の診断評価に有効です。血管のつまり具合、硬さを調べます。

○心臓超音波検査

心臓内の血流状況、壁の動き、心臓弁の状態、心臓の全体の機能測定、心臓内の血栓の有無などを調べます。

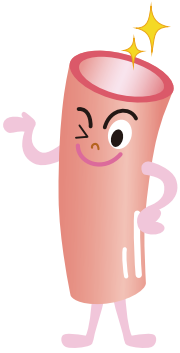
○頚動脈超音波検査

頚動脈エコーを用いて動脈硬化の指標として頚動脈粥状変化、脳梗塞発症の予測、冠動脈疾患や大動脈疾患との関連に重要な検査です。

肥満・高血圧・脂質異常症・糖尿病の方は早期に動脈硬化を発見することで、狭心症・心筋梗塞・脳出血・脳梗塞・下肢の壊死を予防することが可能ですので、検査をされることをお勧めいたします。

お問い合わせ・お申込みは当院健診センター（024-593-6257）まで。

（予防医学　大関壯）



歯茎のトラブル（歯ぐきの腫れ）

お口の健康教室

歯ぐきが腫れる、膿が出る、こういった悩みを抱えている方や不安な方は多いと思います。歯科疾患実態調査では40代の約50％が歯周病に罹患しているとの統計が示されています。

歯茎が赤くなったり、腫れて出血したり痛みを生じる原因は歯周ポケットと呼ばれる歯茎の溝に炎症を生じる事です。口の中にいる細菌や細菌から出す毒素と体の免疫が反応することで起きています。ですので①口の中の細菌やその毒素が増える②免疫力が低下する　どちらが起きても炎症は悪化します。

「疲れると歯茎が腫れてくる」「体調を崩すと膿が出てくる」などは②が起きて細菌の攻撃に体がいつもより耐えられなくなった結果です。

歯周病は適切な治療と日々のメンテナンスを行うことでコントロールすることが可能です。

1.原因となる細菌や毒素を十分に減らし、その環境を維持する事

2.体力をなるべく維持することで細菌の攻撃に対応する事

特に1.を行うことは健康な口を長期間維持し美味しく食事を楽しんでいただく上で非常に重要です。痛みがなくても、気になる症状が出たときは早めに受診し適切な治療を受けるようにしましょう。

（歯科口腔外科　歯科衛生士　佐藤奈津子）

栄養ひとくちメモ

【ユズ】

ユズは、奈良時代から栽培されており、歴史の古い柑橘類です。一般的に流通しているのは、黄色く熟してから収穫する「黄ユズ」で、11月頃に旬を迎えます。

ユズはビタミンCが豊富です。果肉よりも果皮の方にビタミンCが多く含まれています。ビタミンCには風邪の予防や疲労の回復、肌荒れなどに効果があります。水溶性食物繊維のペクチンも含んでおり、これには整腸作用や下痢・便秘を予防する効果があります。ユズに含まれるクエン酸などの有機酸には疲労回復効果もあります。

ユズは酢の物や柚子味噌にして使うことが多いと思いますが、果皮や果肉も余さず使用するためには柚子のマーマレードがおすすめです。簡単な作り方としては果皮を薄くスライスし、何度が苦味を抜くために煮こぼした後に種を除いた果肉も加え、焦がさないように砂糖で煮るだけです。マーマレードはパンに塗ったりヨーグルトに添えたり、魚や鶏肉を焼くときの隠し味に加えると美味しいです。（参考：JAグループとれたて大百科）

栄養管理科　管理栄養士　佐藤あゆみ）

薬剤科だより

少し前にワクチンの接種間隔の規定が変更されたことをご存じでしょうか？

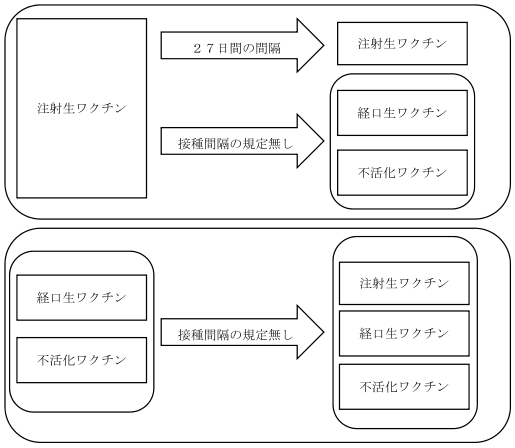
令和2年10月1日から、図で示しましたとおり異なるワクチンを接種する際の間隔が一部変更になっております。変更以前ではワクチンを接種した後に異なるワクチンを接種する場合、一定の接種間隔を置いて接種する決まりでしたが、多くのワクチンでその決まりが撤廃されました。

注射用生ワクチンとは、ウイルスや細菌の病原性を極めて弱くしたワクチンで麻しん風しん混合ワクチン、おたふくかぜワクチン、水痘ワクチン、BCGワクチンなどが挙げられます。一方不活化ワクチンとはウイルスや細菌のワクチンとなる成分のみを取りだし、化学処理などで病原性を全くなくしたワクチンでインフルエンザワクチン、肺炎球菌ワクチン、HPVワクチンなどが挙げられます。なお経口用の生ワクチンは、日本ではロタウイルスワクチンのみが承認されております。

図では示しませんでしたが、2022年10月現在において接種が進められている新型コロナワクチンはmRNAワクチンという種類で、生ワクチンや不活化ワクチンとは異なる種類のワクチンとなります。そのため、インフルエンザワクチンのみは接種間隔の規定はありませんが、それ以外のワクチンとの接種間隔においては13日間空ける必要があります。

やや複雑なように思えるワクチンの接種間隔ですが、自身に必要なワクチン接種を確認し、わからないことや不安なことがありましたらぜひご相談ください。

（薬剤科　薬剤師　柳沼歩）



ゆきうさぎ通信

発行 リハビリ南東北福島

当施設のご面会について

新型コロナウイルス感染症が流行し3年目となり、今では第7波が終了し第8波が襲来しようとしています。

感染流行前はご面会者様が面会時間内にご利用者様のお部屋行き、ご利用者様の手を握ってお話をしたり、お洗濯物を交換しながら会話を交わすなどのご面会をしていましたが、感染流行に伴い当施設でも感染対策のため直接のご面会は出来なくなりました。その代替として施設内でパソコンの画面を通して会話する「リモート面会」か、窓越しで電話を使用し会話ができる「窓越し面会」を実施しております。どちらのご面会も原則予約制で対応しています。

面会後「孫が大きくなってたよ」「久しぶりに会えて嬉しかった」と涙ぐむご利用者様もいらっしゃいます。またご面会中のご利用者様やご家族様の、表情の変化や満面の笑顔に、私たちスタッフはとても暖かい気持ちになっています。

一日も早く制限のない、ご面会が出来る日を私たちも強く願っています。

※ご面会の時間帯、予約等につきましてはスタッフまでお問合せ下さい。

リハビリ南東北福島（代表）
024-594-0155

窓越し面会

リモート面会

敬老会

敬老の日は、国民の休日に関する法律により「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」日と定められています。リハビリ南東北福島でも各フロアで敬老会が行われました。

今年は古希1名、喜寿2名、傘寿2名、米寿6名、卒寿9名、白寿1名、百一賀2名の計23名がめでたく長寿を迎えられました。

敬老会では健康体操や長寿にまつわる○×クイズ、記念品贈呈、写真撮影、長寿者への表彰を行い、表彰後に「表彰されるなんて名誉なことだ」「皆の前だと恥ずかしいから内緒にしてほしいな～」など沢山の表情を見る事ができました。

今年の記念品はご利用者様からのリクエストもあり、日常生活で使用出来る物、櫛（ブラシ）、歯ブラシ、舌ブラシ、マスクケース、マスクの5種類から選択してもらいました。今回自分で選択出来る喜びも感じて頂けたのかなと思っております。

これからもご利用者様一人ひとりが自分らしく過ごせるように、私たち職員は日々精進して参ります。

今月のレシピ

大学芋

水あめがなくても
カリカリの大学芋が作れます♪
ほくほくのさつま芋と
甘いたれが
絡んでおいしい♪

材料（4人分）

- さつまいも……280g
- 水……少々
- 砂糖……20g
- みりん……10g
- 醤油……小さじ2/3
- 黒ゴマ……適量
- 揚げ用油……適量

作り方

①さつま芋を乱切りにして、水に10分間さらす。
②水気をよくふき取り160℃の揚げ油にいれ、色づき始めたら180℃に上げて揚げる。
③鍋に水、砂糖、みりん、醤油を入れ、軽く混ぜておく。中火にかけ、へらなどで混ぜる。煮立って泡が小さくなり色づいてきたら火を止め、素早く②を加えて和える。
④黒ゴマを加えてひと混ぜし、クッキングシートに広げて冷ます。

効用

さつまいもは食物繊維が豊富です。食物繊維は小腸で吸収されず、大腸まで達します。整腸作用だけでなく、血糖上昇抑制や血液中のコレステロール濃度を低下させるといった効果があります。

リハビリ南東北福島　栄養管理課

南東北ふくしま vol.141

発行日　令和4年11月1日
発　行　（一財）南東北福島病院
　　リハビリ南東北福島
住　所　〒960-2102
　　福島市荒井北三丁目1-13
　　☎024-593-5100
印　刷　石井電算印刷株式会社