

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター



ほっとすまいる ニュース



第21号 ◆ 平成21年12月1日

365日リハビリテーションを始めて

鹿教湯三才山リハビリテーションセンターの方針として、平成21年4月29日から回復期リハビリテーション（以下リハビリ）病棟および一般病棟の365日リハビリ診療を開始しました。土日・祝日を始め、お盆休み、年末年始も該当患者さんによりリハビリ診療を行なっています。

平成18年度の診療報酬改訂で、リハビリの実施には疾患ごとに日数制限が設けられました。特別な場合を除いて、脳卒中では180日、整形外科疾患では90日〜150日、呼吸器疾患も90日を超えたりリハビリは



月に13単位（1単位20分）までとなっていました。これは、「リハビリによる改善は発症後半年程度までは目覚しいが、その後は緩徐になる」という調査研究によるもので、そのために回復期リハビリ病棟を設置し、効果の高い早期から充分なりリハビリを行い、自宅退院につな



げることを狙ったものです。ただし、この日数には土・日曜もカウントされるので、週休二日体制と365日体制では180日間で50日もの差が生じます。実に一月半も何もしないで入院しているだけの日ができてしまうわけです。限りある日数を無駄にしないためにも、365日体制としました。全国的に見て、リハビリ医療に重点を置いて先駆的に取り組んでいる病院では365日リハビリ診療が定着してきています。

センターの特徴から高齢の方は多いですが、20歳前後の方から30歳代の若く復学・復職を目指している方

も入院されています。日常生活活動が自立された後も復学・復職に向けて必要に応じて長距離の歩行、長時間活動の耐久性の向上、上肢機能回復訓練、言語障害の訓練、高次脳機能障害のリハ、義足歩行訓練などに取り組んでいます。在宅生活を目標にしている高齢の方に対しては、入院中に機能回復訓練、日常生活活動自立度の向上、住環境整備等に取り組み、退院後は、通所リハビリ、訪問看護、訪問リハビリにつなげていきます。

365日リハビリを開始してから、休日・祝日はご家族がお見舞いに来られることが多く、入院患者さんのリハビリ場面を見学する機会が増えました。ご家族の前でリハビリの成果を見てもらうことは、患者さんにはとても励みになります。またリハビリスタッフも患者さんが家に帰ったときの介助方法指導や福祉機器利用についてご家族と相談できる良い機会になっています。今年度365日リハビリを開始した事により、今まで以上に在宅復帰、社会復帰のお手伝い出来るように取り組んでまいります。



鹿教湯病院
三才山病院

私たちは、保健、医療、リハビリテーションおよび福祉活動を通じて、高齢者・障害者が自分らしく生き生きと輝いてくらせるように、地域のみならずとも支援いたします。

私たちは、患者さんを中心とした「納得の医療」を行います。

シリーズ
薬に関する豆知識
 その⑥

身体の状態に合せた薬との付き合い方②



あれ、薬のんだっけ？なんて思うことはありませんか。

一週間分の薬を朝、昼、夕、寝る前に整理でき、のみ忘れを防止する、「週間投薬カレンダー」や「お薬整理ボックス」などがあり、利用してみるのも、良いでしょう。

・のむ度に袋から取り出したり何度のむかを確認する手間が省ける。

・壁掛けだから場所をとらない。
 ・手の不自由な方でも取り出しやすい。

《お薬整理ボックス》

・小さな薬でもとりやすい、丸い底。
 ・大きな薬でもとりやすい、フタのツマミ。

・あさ、ひる、よる、曜日の刻印表記など、使いやすさに配慮されている。



・しっかりと安定して薬が取り出せるように、底にすべり止めがついている。

各時間帯ごとに服用する薬をあらかじめ入れておけば、服用の度に薬袋から取り出し、のむ量を確認するという手間が省け、のみ忘れが一目でわかります。
 のみ忘れやのみ間違いを防ぐ為に最適です。

ご存知ですか？『お薬手帳』

お薬手帳を持っていると、こんなメリットがあります。

① **病院・医院・歯科医院・保険薬局に行く時**

医師・薬剤師がお薬手帳の記録をチェックします。

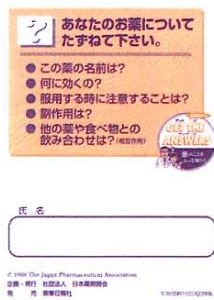
一人一冊持って、薬ののみ合わせや副作用をチェックしてもらいましょう。

② **入院する時**

医師・薬剤師が、病院の外れや家庭でのんでいた薬等をチェックし、入院中の治療に最適な薬を選択します。退院時には、手帳に退院時の薬の情報を記入してもらいましょう。

③ **薬局・薬店等で薬を買う時**

薬剤師がお薬手帳の記録をチェックし、あなたに合う薬の



アドバイスをします。

④ 急に具合が悪くなった時

救急外来にかかった時、旅行先で医療機関にかかった時、のんでいる薬を、医師に正確に伝えることができます。

お薬手帳は、保険証と一緒に、常に持ち歩きましょう。

保険薬局では、受付時に処方せんといっしょにお出しください。

シリーズでお伝えした「薬に関する豆知識」は今回で終了です。薬に関する疑問・薬の飲み合わせ・服用方法・生活習慣病など、何でもお気軽に薬剤師にご相談下さい。

鹿教湯病院 薬剤部

橋詰 善紀

介護老人保健施設「いずみの」を支える会セミナー

老健「いずみの」は上田市西地区の市街地に開設することから、従来以上に地域との関わりを深め、地域の方たちと一体となった施設運営を考えております。

そのひとつとして老健「いずみの」を支える会のボランティア組織を立ち上げるべく、セミナーを10月10日、24日、11月14日の各土曜日にJA信州うえだ西支所会議室にて開催を致しました。

このセミナーにはJA信州うえだの協賛のもと、JA信州うえだ女性部上田支会、同青木支会、JA信州うえだ助け合いの会上田支会の協力をいただき、延べ参加者数96名でのセミナー開催ができました。



講演中の武田みさきさん

初日は伊澤分院長とJA信州うえだ船田代表理事副組合長の挨拶にて開講式を執り行い、第1回目のセミナーは上田市社会福祉協議会上田ボランティア地域活動センターボランティアコーディネーター武田みさき氏に「ボランティアとは」のテーマで講義をしていただき、皆さん真剣に聴いておられました。

第2回目は地

域医療部、森ケアマネジャヤが「介護保険とボランティア」のテーマで行い、ゲーム感覚でのグループワークでは和気あいあいの中、時間を忘れての研修でした。



車イス体験をする参加者

第3回目の最終日は、望月看護師長が「看護・介護とボランティア」のテーマで5台の車イスを使い、少し専門的なところに重点を置いた講義と体験学習を展開しました。

講義終了後に、受講者全員に伊澤分院



挨拶をする伊澤分院長

長から修了証書をお渡しするとともに開講式を執り行い、その後セミナー参加者と伊澤分院長を始めセンター職員、JA信州うえだ楠本統括支所長とJA職員やJA女性部役員、助け合いの会役員が入った懇談会を行いました。

今後このような活動を継続するうえで、老健「いずみの」が開設する前に受講者の皆さんが活動できる場を当センターで提示することを確認し、散会しました。

企画管理課 永井 統一

ノロウイルスに 注意しましょう



これからの時期に感染が流行するノロウイルスはウイルスを蓄積した二枚貝（カキ等）による原因が有名ですが、十分に加熱されていない肉や刺身なども危険です。

大流行の主原因は二次感染といわれ、感染者の糞便や嘔吐物に排泄されたウイルスで人に感染していきます。

二次感染を防ぐには十分な手洗いが基本です。また消毒には塩素系漂白剤か85度以上の温度で1分以上の加熱が有効です。基本を守って健康な食生活を送りましょう。

鹿教湯病院 栄養科

半田 小百合

インフルエンザ様症状で 受診される際のお願い

発熱等のインフルエンザ様症状を呈している患者さんの診断・治療を「インフルエンザ外来」と称して通常の外来診療とは分けて診療を行います。
必ず電話で受診時間・駐車場所・診察場所などを確認してから来院して下さい。

受診手順

- その一 まず電話をかけて下さい
鹿教湯病院 0268-44-2111
三才山病院 0268-44-2321
 - その二 電話交換が出来ますので、「インフルエンザ外来にかかりたい」と伝えて下さい。
 - その三 外来につながり、職員が受診方法などをお伝えしますので、それに従って下さい。
 - その四 受診時は必ずマスクを着用して下さい。
- ※曜日や時間によって受付場所・診察場所が変わります。
※かかりつけの利用者さん・予約当日の利用者さんであっても同様をお願いします。
*連絡せずに受診し、待合室で診察を待っていることがないようにご協力をお願いします。

新型インフルエンザワクチン 予防接種について

ワクチン供給量が少ないため完全予約制です。
対象者の範囲、接種時期それぞれ異なりますので左記の時間に鹿教湯病院へお問い合わせください。
診療日の午後2時から4時までの間

鹿教湯病院

● 糖尿病予防教室を開催します

人間ドックや健康診断などで「血糖値が高い」「糖尿病になる可能性がある」と言われた方におすすめです。ご自身の血糖値の状態を知り、糖尿病へ移行しないための対策、食事などについて学ぶことができます。

- 日 時 平成21年12月12日(土) 午前8時20分～15時30分
 - 場 所 鹿教湯病院 かけゆ講堂
 - 定 員 15名(定員になり次第締切ります)
 - 費 用 約5,000円(検査代金)
- お問合せ ☎0268-44-2111(代) 健康管理科 荒井

鹿教湯病院

● 呼吸教室を開催します(全8回)

呼吸器疾患をお持ちの患者さんとその家族の方、また、関心のある方はどなたでもどうぞ。当院受診以外の方も歓迎いたします。一緒に呼吸器疾患について学びましょう。今年度最後の教室です、大勢の方のご参加お待ちしております。

- 第8回 呼吸教室
- 日 時 平成21年12月8日(火) 午後1時30分～2時30分
 - 場 所 鹿教湯病院1階 南会議室
 - テーマ 在宅酸素療法の実際/講師 院外講師
- 参加は無料、予約等は不要です。直接会場にお越し下さい。
お問合せ ☎0268-44-2111(代) 呼吸教室担当/勝山、山本

● 年末・年始休診のお知らせ



鹿教湯病院・三才山病院・豊殿診療所
12月30日(水)・31日(木)・1月1日(金)・2日(土)・3日(日)

今年も1年間ありがとうございました

今年も余すところ1ヵ月あまりとなりました。日頃は地域の皆さま、ならびに関係各位のご支援を賜り心より感謝申し上げます。
政権の交代、新型インフルエンザの流行など、いつもの年より変化が多い1年間ではなかったかと思えます。

当センターも、センター長の交代、老健「いずみの」の建設、近隣医療機関との連携強化、回復期リハ病棟の積極的な運用、など変化の多い年でした。新年では、より良い変化が多く起こることを願いつつ、皆さま方のご期待に添えるよう職員一同がんばってまいります。(編集担当)

鹿教湯病院 ◆ 〒386-0396 長野県上田市鹿教湯温泉 1308 ☎ 0268-44-2111 FAX 0268-44-2117
 三才山病院 ◆ 〒386-0393 長野県上田市鹿教湯温泉 1777 ☎ 0268-44-2321 FAX 0268-45-3709
 豊殿診療所 ◆ 〒386-0004 長野県上田市殿城 250-4 ☎ 0268-29-1220 FAX 0268-29-1229

お
し
ら
せ