



湘南泉病院だより

スマイル

vol.3
2020.3

看護部長 ごあいさつ



桜の花も咲き始め、風香る季節となりました。昨年は、元号交代が有り、節目の一年となりました。今年度もオリンピックの自国開催など、激動の一年になりそうです。

看護部は「凛として看護の心の構築を。」をキャッチフレーズに、患者様、ご家族様、関係者の皆様に安心、安全な療養環境が提供できるようにと考えて活動しております。

当院を訪れて来られる患者様が「この病院で良かった」と喜んでもらえるようにと努力の毎日です。そこで取り組みの一部を紹介させていただきたいと思います。

正面入口に入ってからカウンターには、サポート担当の職員が、皆様の方の困りごとの相談に対応いたします。気楽に声をかけて下さい。またご意見等投書の場所を設置しております。投書頂いた出来事は、重く受け止め改善策を考え、対処しているところです。まだまだ、不十分で不快な思いをさせてしまう事も多々あるかと思っております。これからも、皆様に「選ばれる病院」を目指して日々取り組んでまいります。

看護部長 三澤利重子

リハビリテーションのご紹介

リハビリテーション科をご紹介します。

脳血管疾患・廃用症候群・運動器疾患・呼吸器疾患のあらゆる患者様の病態に対応できるように、理学療法士 (PT) 6名、作業療法士 (OT) 3名、言語聴覚士 (ST) 3名の12名のスタッフがおります。

当院は急性期病院ですが、高齢の患者様の比率が高いことが特徴です。近年リハビリテーションで問題となっていることは、ベッド上の臥床期間が長くなることによる「廃用性症候群による寝たきり」であり、特に高齢者ではそのスピードが加速することが報告されております。そこで、当科はこの「廃用性症候群」予防を第一に考え、入院直後あるいは手術直後の患者様に対し、可能な限り早期介入を行っております。

これからも、当科ターコイズブルーのスタッフが一丸となって患者様が笑顔になるためのお手伝いをしていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

なお、入院の患者様だけでなく外来でのリハビリも実施しておりますので、肩こり、腰痛、膝痛、各種身体の痛み、飲み込みにくさ、話しにくさなど、お体のお悩みがございましたら、当科スタッフへお気軽にご相談ください。

* 廃用性症候群とは…過度に安静にしたり、長期間動かさないでいたりすることで生じる障害のこと



バックナンバーをご希望の方は、総合案内又は、受付にお申し付け下さい。
ホームページにも掲載しております。

横浜市泉区新橋町1784番地 電話:045(812)2288 FAX:045(812)1003

<http://www.hoyukai.org/shonan-izumi/>

編集長: 三邊大介
発行責任者: 松田 隆

健康診断

受診していますか？

ご予約窓口 健診室直通 ☎ 045-815-2051
月～金(祝日を除く) 9時～16時

当院では、病気のある方の診療だけでなく、健診室では皆様方の健康状態を調べ、健康維持のお手伝いとなる「健康診断」を実施しております。病気となつてからの治療も大切ですが、ご自身の体の状態を知り、必要な生活改善、病気を早期に発見し、早期治療を行うことで安心できる生活のお手伝いをいたします。

○横浜市特定健診

生活習慣病予防のため、メタボリックシンドロームの該当者や予備群を早期に発見するための健診で、内臓脂肪型肥満を見つけるための腹囲測定や心臓病や脳卒中などの危険因子を判定する検査項目を**無料で受診**できます。

○脳ドック

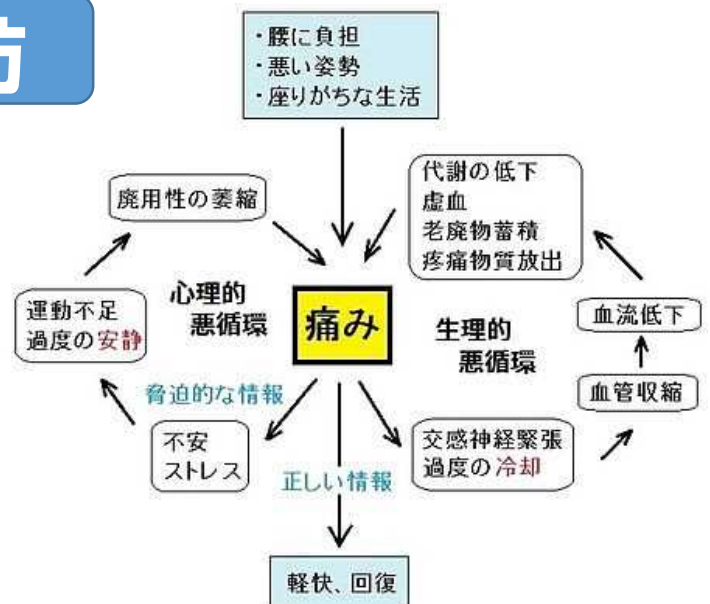
MRI・MRAによる画像診断等の検査により、脳梗塞・動脈瘤・動脈硬化症・脳腫瘍等を早期に発見する検査です。

○その他の健診

その他、雇入れ時や入所時、企業健診等もお受けしておりますので、**ご予約窓口へお問い合わせください。**

リハビリ 腰痛予防

今回は腰痛予防から治療についてご紹介させていただきます。なんと、腰痛の85%は“非特異的腰痛”と言って原因不明となっております。このような腰痛は“筋/筋膜性腰痛”と言われ、筋肉と筋膜が緊張して血行不良となり、発痛物質が停滞することから痛みが発生すると言われております。



そこで、マッケンジー体操をご紹介します。各種作業や座位姿勢など、人の暮らしは“前かがみ”がほとんど！ 腰の後ろの筋肉/筋膜がつっぱってしまいます。だから腰を反らして ゆるめてあげましょう♪痛くなったらマッケンジー♪腰の痛みのない生活を送りましょう！

