

ほーわ通信

2018.11 月
vol.14

 新札幌豊和会病院 院外広報誌 HOUWA

ご自由にお持ち下さい

TAKE FREE

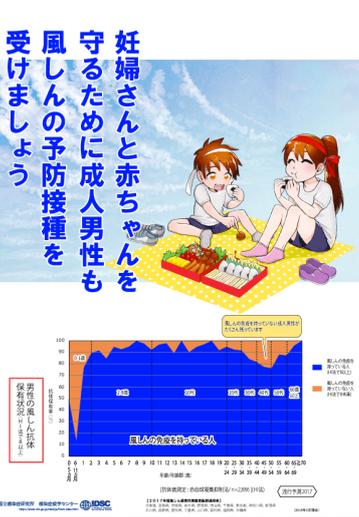
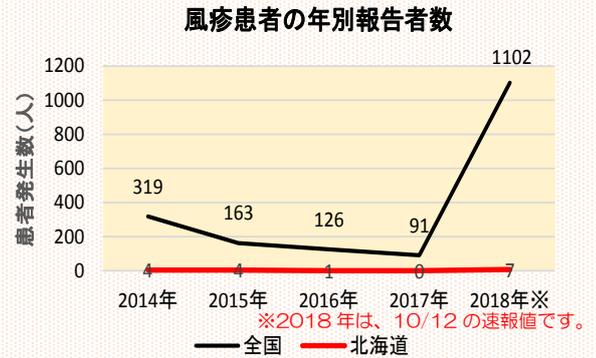
・風疹について・生活設計について・友の会だより・お知らせ・診療案内



風疹が首都圏を中心に拡大、道内でも感染を確認！

現在、首都圏を中心に風疹の流行が増加していますが、道内においても9月から感染者が確認されています。

国内における風疹患者数は、2015年に163人、2016年に126人となり、2017年には91人と減少傾向にありましたが、**2018年**10月1日現在で**急増**し、1,102人となっています。北海道では昨年0人で感染の確認はなかったのですが、9月に入り札幌市の3人のほかに7人の感染が確認されています。2017年1年間の12倍以上の患者発生数になっています。報告患者の91%(127人)が成人で、男性が女性の約3倍多く報告されています(男性107人、女性32人)。特に30~40代の男性に多く(63%)、女性は20代に多い(41%)です。予防接種歴は無し(21人:15%)、あるいは不明(97人:70%)が大半を占めます。



厚労省平成30年風疹予防ポスター

風疹の免疫がない、又は不十分な女性が妊娠中に風疹にかかると、赤ちゃんに難聴や心疾患、白内障や緑内障などの障害(先天性風疹症候群)が起こる可能性があります。2018年は現在のところ報告はありませんが、2013年に32名、2014年に9名の報告がありますので、注意が必要です。今まで風疹に罹ったことがない、風疹のワクチン接種を受けていない、どちらもわからない場合は免疫がない、又は不十分な可能性があります。特に妊娠希望者とそのパートナーは、妊娠前に風疹の予防接種を検討する必要があります(妊娠中は予防接種を受けることができないため)。2013年6月、厚生労働省では風疹のワクチン接種に関して、安定供給の目途がつくまでの間、効果的な先天性風疹症候群の発生の予防及び今後の安定的な定期接種の実施のため、「妊婦の周囲の方」、「妊娠希望者又は妊娠する可能性の高い方で抗体価が十分であると確認できた方以外の方」が優先して接種を実施できるよう、ホームページ等において情報提供と協力依頼を行っています。

ワクチン接種に関しては、当院では行っておりませんので、下記の当院連携医療機関でご相談するようにお願い致します。

風疹について	
症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 発熱 ● 発疹(淡紅色で、小さく、皮膚面よりやや隆起しており、全身に広がる) ● リンパ節腫脹(耳介後部、後頭部、頸部) ● 成人では手指のこわばりや痛みを訴えることも多く、関節炎を伴うこともある <p>※すべての症状がそろわない、感染しても症状がでない人も約15~30%程度います。</p>
感染経路	感染者からの唾液のしぶき(飛沫感染) ※感染力はインフルエンザの2~4倍
治療	特異的な治療法はなく、症状を和らげる対症療法のみ
予防策	<ul style="list-style-type: none"> ● ワクチン接種を受ける ● 風疹の症状がある場合は周りに感染を広げないように自宅で休む ● やむを得ず、外出する場合はマスクを着用する

・札幌藤島クリニック (☎801-7707) ・さっぽろ厚別通り内科 (☎895-6671)
 ※事前にお電話にて、ご予約下さい。



「生活設計」について



リハビリテーション＝リハビリ室での運動、と思っている方はいませんか？

定義に「能力低下やその状態を改善し、障害者の社会的統合を達成するためのあらゆる手段を含む（WHO, 1981）」とあるように、リハビリテーションは運動以外も含んだ幅広い概念です。今回は、その中の一つである「生活設計」についてお話しします。

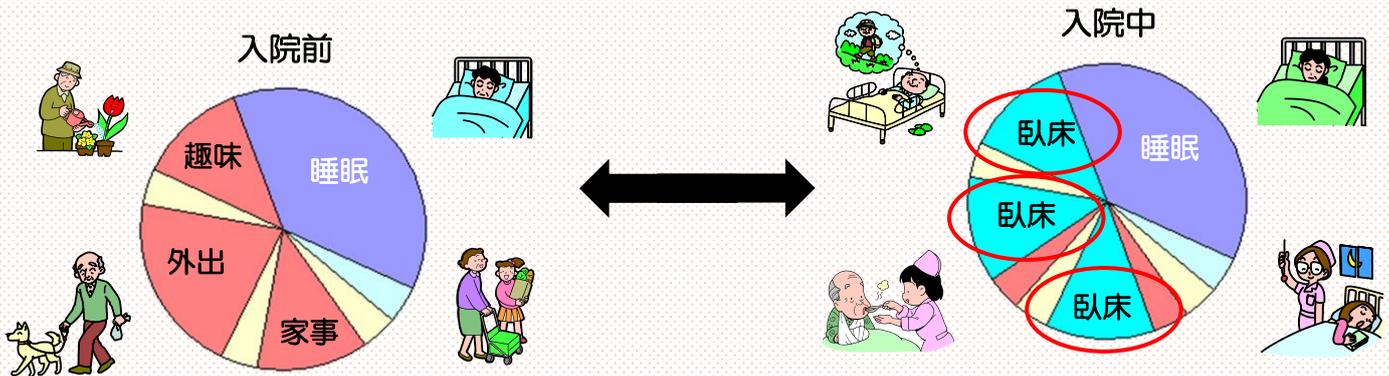
人間には、身体活動を通して自らの心身をメンテナンスする機能が備わっています。若者でも風邪で1週間寝込んだ後は、体の節々が痛む・体力がなくなる・やる気がなくなるといった種々の悪影響が出てきます。これらは風邪だけの影響ではなく、体調不良に伴って身体活動が減少することで、メンテナンス機能の働きが弱くなってしまった結果なのです。

(econditioning＝脱調節)



患者さんにおいては、主傷病・体調不良に伴って生活スタイルが大きく変化します。入院生活は活動のない生活（臥床生活）ですし、退院後も後遺症に伴って役割喪失や生活範囲の減少を伴うことがあります。

この状態では、主傷病は治癒しても脱調節状態は変わっていないため、原因のはっきりしない体調不良がずっと続いてしまったり、うつっぽくなったり、ひどい時には別の病気にかかってしまったりします。



上記の状況は日常生活活動（ADL）の低下を起こしている方（施設生活の方等）や認知症の方で顕著に表れます。失われた生活を自分ひとりで取り戻すことが難しいからです。

そこでリハビリテーション科では、

- ① 日常生活活動（ADL）の改善
- ② 役割活動（家事等）の再構築
- ③ 余暇活動（趣味等）の創出等

を通して、患者さんが少しでも入院前の生活を取り戻せるように支援します。

よく、テイルームで新聞を読んだりTVを見たりしている患者さんの傍らにいるセラピストの姿を見かけると思います。決してサボっているわけではありません。その活動が一人でできるのか、活動に対する興味はどうか、活動中の身体・精神に変化はあるか等を見ているのです。食事・排泄等の日常生活活動（ADL）はもちろんですが、入院中に一人でできる活動が増えれば、リハビリ以外の時間も活動することができます。日中の活動量が増えれば心身のメンテナンス機能が働きやすくなり、好循環につなげることができるのです。



こういった、1日全体の活動量・活動の質をコントロールする考え方を「生活設計」と言います。リハビリテーション科の中でも作業療法士が得意とする分野です。あらゆる活動はリハビリ室の中でだけでできれば良いわけではありません。病棟で1日の中に組み込まれて初めて力を発揮します。病棟スタッフの力を借りることも多いと思いますが何卒よろしくお願いいたします。



第3回秋の日帰り旅行を開催！

朝晩の日も短くなり、冬の訪れ感じさせる今日この頃、会員の皆さまはいかがお過ごしでしょうか。9月に行いました第3回友の会日帰り旅行についてご報告させていただきます。



ないべつ川にて

9月28日金曜日「体感!!千歳の裏と表」をテーマに第3回新札幌豊和会病院 友の会日帰り旅行を開催いたしました。9月6日に発生しました胆振東部地震の影響で当初予定していました東千歳駐屯地資料館の見学が中止となり、急遽名水百選に選ばれた「ないべつ川」を日帰りコースに変更してスタートしました。今回は、参加者の体調も考慮し9月下旬の開催となりましたが、昨年の25名より多い40名の参加となりました。当日は混乱も予想されましたが受付開始時間の8時30分にきていただき、スムーズに手続きを済ませることが出来ました。予定通り9時に出発、車中にて國安会長・北川院長の挨拶の後、バスは札幌南インターを通り道央自動車道に入り千歳方面へ、9時40分に無事最初の目的地「名水ふれあい公園」に到着しました。



ビジターセンター見学



鶴雅リゾートで会食・講演

10時30分に「名水ふれあい公園」を出発、11時に支笏湖に到着、支笏湖ビジターセンターを見学、11時30分「鶴雅リゾートスパ水の譚」で会食となり、國安会長の挨拶の後、和食料理を楽しみながら、北川院長より「病院嫌いのあなたへ」をテーマに自らの体験を交えて話していただきました。続いて昨年に引き続きの参加の福井乳腺・甲状腺外科部長に医療講演「乳がん検診の大切さについて」をテーマに話をいただきました。会食後、10名が温泉に入浴、30名が最近話題になっている、支笏湖の底が見ることが出来る観光船に乗りました。しかし相次ぐ台風や大雨の為湖底を観察することが出来ず船上に上がり湖面に広がる秋の風景を楽しみました。又今回同行しました看護部係長の上嶋看護師には、参加者の介助、血圧測定、健康相談していただき参加者から感謝の言葉をいただきました。



さて支笏湖の底は??

14時に支笏湖を出発恵庭峡谷をとおり白扇の滝を見学、深まりゆく秋の風情と優美な滝の流れに見とれていました。15時30分には休憩とお買い物兼ねて、輪厚パーキングエリアに立ち寄りしました。会員の中には珍しいトマトの品種「クマト」を購入された方をおりましたが、さてお味の方はいかがでしたでしょうか？その後当初の予定通り16時30分当院前に到着、総走行距離130キロ、一部雨にもなりましたが、参加者からは「楽しい旅行でした」との言葉をいただきました。当院で治療を受けられている参加者がほとんどで、旅行中体調を崩された様子もなく安心しました。これからも会員の皆さまに楽しんでもいただける旅行を企画していきたいと思っております。



恵庭峡谷にて参加者と記念撮影



当院でのインフルエンザワクチン接種についてお知らせ

予約受付：平成30年10月22日（月）～ワクチンがなくなり次第終了とさせていただきます。

接種期間：平成30年11月5日（月）～平成30年12月29日（土）

接種料金：65歳以上⇒1,400円（札幌市在住者のみ）

13～64歳⇒3,780円

※65歳の方が1,400円で受けられるのは、平成30年12月29日までとなります。

※他市町村の方は、各市町村で料金が異なる場合があります。（65歳以上の方のみ）

※完全予約制となり、日時指定となります。

※電話予約はしておりませんので、直接受付までお越しください。

※友の会会員の方は、受け付ける際申し出てください。

お問い合わせ：新札幌豊和会病院 総合案内 電話011-893-7000

※不明な点、詳しく知りたい方はお電話下さい。



医療公開講座のお知らせ



院外医療公開講座



医療公開講座

平成30年11月16日(金)

【会場】 原始林会館 2階C会議室（札幌市厚別区厚別東2条4丁目7-17）

【時間】 15:00～16:00

【演題】 「下肢静脈瘤最新の治療について」

【講師】 新札幌豊和会病院 院長 北川 真吾



院内医療公開講座

第44回医療公開講座

平成30年11月21日(水)

【会場】 当院地下1階 職員会議室（札幌市厚別区大谷地東2丁目5-12）

【時間】 15:30～16:30

【演題】 「がんのリハビリってなんだろう？」

～リハビリの効果と当院の取り組み～

【講師】 リハビリテーション科 理学療法士 高橋 里依



問い合わせ先：新札幌豊和会病院（総務課） 電話：011-893-7000
（札幌市厚別区大谷地東2丁目5番12号）

新札幌豊和会病院外来担当医表

	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	外科	北川 (総合診療)	小谷 (総合診療)	小谷 (総合診療)	北川 (総合診療)	小谷 (総合診療)	小谷 (総合診療) (2,4)
		小谷 (総合診療)	笠井 (総合診療)	諸原 (総合診療)	小谷 (総合診療)		
	内科	須賀			高橋/杉浦		交替 諏訪 (1,3,5) (2,4)
	内科 循環器内科		只野/小林/金子 (予約)	大澤	大澤		大澤 (1,3,5)
	乳腺外科 甲状腺外科	福井(予約) (女性外来)		福井 (女性外来)		福井(予約) (女性外来)	
	腫瘍外科 消化器外科				北川	笠井 (総合診療)	笠井 (総合診療) (2,4)
	内科 消化器内科	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原	桑原 (2,4)
				松原			松原 (1,3,5)
	救急科	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	
麻酔科					大嶋 (ペイン) (9:00~10:20)		
午後	腫瘍内科 (予約)				福井(効ド北コソ) (14:00~15:00)		【受付時間】 平日 午前 8:45~11:30 午後 12:30~16:30 土曜日(午前) 8:45~11:30
		福井(温熱) (15:00~16:00)		福井(温熱) (15:00~16:00)		福井(温熱) (16:00~16:30)	
	内科	森 (予約) (睡眠時無呼吸症候群)	大澤(じん肺) (予約)	森/(大澤) (じん肺・予約)	大澤(じん肺) (予約)		
	内科 循環器内科	榎本(循環器) (14:00~)					【診療時間】 平日 午前 9:00~12:00 午後 13:30~17:00
	救急科	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	森 (総合診療)	
	肛門外科	小谷(予約) (ストーマ外来)					笠井(予約) (ストーマ外来)
血管外科	北川(予約) (下肢静脈瘤)						土曜日(午前) 9:00~12:00

※ () 内の数字は第何週目かを表しています。→ (2,4) は2週目と4週目を表します

■ 休 診 : 日曜・祝日 救急の場合は24時間対応します。

● 診療科目

内科 外科 消化器内科 消化器外科 乳腺外科 大腸・肛門外科 循環器内科 腫瘍内科
腫瘍外科 麻酔科 人工透析外科 ペインクリニック外科 リハビリテーション科

● 専門外来

セカンドオピニオン/禁煙外来/睡眠時無呼吸症候群(SAS)外来/下肢静脈瘤外来

※ 都合により担当医が変わることがあります。事前に電話でご確認下さい。

※ 6月1日よりリハビリテーション科が新設されました。



医療法人豊和会
新札幌豊和会病院
SHINSAPPORO HOUWAKAI HOSPITAL

〒004-0041 札幌市厚別区大谷地東2丁目5-12

☎011-893-7000

http://houwa.or.jp/shinsapporo

