

# Sankka

讃歌  
秋号

京都九条病院 Communication Book

特集 健康増進部部长に  
お聞きしました。

今年もしっかり

インフルエンザ対策を心がけてください。

特集 看護部4階病棟の紹介

目指しているのは、

患者さんの不安や負担を

軽減する看護です。

ミニセッション広場

知ってよかった「お薬豆知識」講座 第13講目

暮らしの中で病気予防「健康ライフ」講座 第17講目

ドクターの「プライベート拝見」数珠つなぎ 第21弾

私の病院自慢あれこれ 第21回

院内クラブのご紹介!!

バレーボール部



健康増進部部长 松井寿美



院長 山木垂水

vol.21  
2010 Autumn  
秋号

# 今年もしっかり

# インフルエンザ対策を 心がけてください。

松井 寿美

医療法人同仁会 健康増進部 部長  
日医認定産業医、健康メソッド医、  
人間ドック専門医、麻酔指導医

Sumi Matsui

**新型と季節性インフルエンザ、  
両方のワクチン接種が1回で  
すむことになりました。**

昨年は新型インフルエンザが大流行し、大騒ぎとなりました。2009年4月にメキシコで人への感染が確認された後、瞬く間に世界中に拡大、ようやく今年8月11日、WHOが大流行期終息宣言をしました。

現在、10月1日から季節性インフルエンザ予防接種が実施されていますが、今回の予防接種には新型インフルエンザも組み込まれており、季節性インフルエンザ用と新型インフルエンザ用それぞれ別々だったワクチンも一つになり、1回の接種で済むことになりました。また、昨年は新型インフルエンザ用ワクチンの不足が問題となり、接種に優先順位が付けられたりしましたが、今年度は季節性インフルエンザ用と同じ数だけのワクチンが用意されるので、優先順位などは発生しませんし、そういう意味でワクチン接種を受けていただく方の負担が減ることになりました。ワクチン接種の金額については、市町村により値段設定がそれぞれ違ってくる可能性がありますので、各市町村の広報や病院

窓口でご確認ください。

なお、国と委託契約を結んでいる医療機関でワクチン接種を受けると、新型インフルエンザ特別措置法が適用され、副作用が出た接種のときに事故が起きた場合などの救済措置が保証されるので、ワクチン接種は委託契約を結んでいる機関で受けられることをお奨めします。もちろん京都九条病院なら大丈夫です。

**インフルエンザの  
重症化を防ぐためには、  
早めの受診と正しい薬の  
服用が大切です。**

昨年、あんなに大騒ぎした割には重症化した患者さんも少なかったし、新型インフルエンザといっても大して怖いウイルスではないのではないかと、と思われた方がいるかもしれません。しかし、日本で発症者数の割に重症化した患者さんが少なくてすんだのは、早い段階で受診し、適切な薬を投与されたお陰だと考えられています。各国の集計を取った中でわかってきたことですが、アメリカは日本と同程度の医療水準を持つ国にも関わらず重症化した患者さんがたくさん出ました。これは、受

診が遅れたことが原因だろうと推測されています。

日本では薬に関して正しい使い方がなされました。つまり医師が決まった量を決まった日数分だけ出し、患者さんもそれをきちんと守って服用してください。ウィルスの変異も比較的少なく、ウィルス製剤を使ったのに耐性ウイルスもまだ殆ど出ていないのは、使い方が上手だったからだといわれています。また、昨年の新型インフルエンザ流行期、喘息の持病のあるお子さんなどは用心して早期の対応をされたため重症化された方は比較的少なかったのですが、アトピーやアレルギー体質の人がインフルエンザに感染し、同時に喘息も発症して重症化したという例がけっこうありました。アレルギー体質の方、とくに子どもさんなどは抵抗力が弱いので、早めの受診、早めの手当を心がけてください。

高齢者の方については今回の新型インフルエンザにかかった方が少なく、大きな被害は出ませんでした。これは、新型インフルエンザに近いウイルスに感染した経験があって免疫力を持っている方が多かったからだと考えられています。もともとインフルエンザにあてて亡くな

OUR HOSPITAL CONCEPT

京都九条病院の基本理念

良質な医療を安定的に提供します。

さらに常に最大限最高の医療の提供を目指す

前向きな姿勢を持ち続けます。

OUR HOSPITAL POLICY

京都九条病院の基本方針

- 1 医療は患者さまとご家族と医療者が協同して行うものと考えます。
- 2 「奉仕の精神」を持ち、親切な対応、サービスの向上を心がけます。
- 3 公平・公正で良質な地域医療を、安定的に提供し続けます。
- 4 急性期医療に24時間対応し、専門性の高い高度医療を充実させます。
- 5 治療に関する情報はすべて患者さまに開示し、分かり易く説明します。
- 6 最先端の予防医学・健診技術を用い、「地域の人々の健康」に貢献します。
- 7 地域支援の中核として活動し、トータルヘルスクエアを進めます。
- 8 各種研修指定施設として、高い技能を持つ人材を育成します。

るのは子どもも多く、高齢者はインフルエンザが直接の原因というより、インフルエンザによって持病が悪化する、またインフルエンザにかかったのがきっかけで体力が落ちて次の病気を発症する、二次性の肺炎になって寿命を縮めてしまうという方が多いのです。ですから、今回の新型インフルエンザにからなかったからといって油断は禁物です。WHOの大流行期終息宣言が出たとしても、単に警戒レベルが下がったというだけで、新型インフルエンザが再び流行しないという保証はありませんし、その脅威がなくなつたわけでもありません。ですから、今年もインフルエンザにかかったかなと思ったら早めに受診し、できると検査を受け、処方された薬を正しく服用していただきた



い、重症化を防ぐには早めの対処こそが大切なのです。

**昨年の経験を生かして警戒と冷静な対応を心がけましょう。**

今後、新型インフルエンザより毒性が強いウイルスが現れないとも限りません。幸い日本では昨年の新型インフルエンザの流行によって、皆がウイルス感染に対する対処の仕方や注意の仕方を身につけました。行って有効なこと、不要なことの見極めもできるようになりました。皆さんも今回の体験を生かして、新しいタイプのインフルエンザやより強力なウイルス性の病気がやってきたときもあわてず冷静な対応をしていただきたいと思います。当院でも、当初は新型インフルエンザの毒性がどのようなものか分からなかったので、熱のある方に駐車

**十分な睡眠と温かい食事で夏の疲れを癒し、抵抗力・免疫力を高めましょう。**

今夏は猛暑で、熱中症になられた方もたくさん出ました。また、高齢者の方の中には暑さで食欲が落ち、外出を控えたことで体力が衰えてしまった方も多いのではないのでしょうか。さらに、今年は秋が短くすぐに冬になるのではないかと

場に建てた仮設の診療スペースで受診していただくなどの対応をしましたが、これは貴重な体験でしたし、新しいウイルス性の病気がやってくる時に對するシミュレーションになったと思っています。

また、昨年は皆が警戒して手洗いうがいを徹底して行いました。手洗い、うがいは新型インフルエンザに限らず季節性インフルエンザにも、また冬に多く発症する嘔吐・下痢症、その他のいわゆる細菌・ウイルス感染などのすべてに有効です。インフルエンザが流行している時だけではなく、普段から外出から戻った時や食事の前後の手洗い、うがいを習慣にしていた方がいいですね。



といわれており、体調を崩す人が多く出るのではないかと心配されます。日本では冬から夏へ、或いは夏から冬へという大きな気温の変化の間に春と秋があり、この期間がワンクッションとなって体も徐々に暑さ寒さに慣れていくことができのですが、今年のように急に暑くなったり、また猛暑から急に気温が下がると、体温を調節している自律神経にストレスがかかり免疫力、抵抗力が落ちてしまうのです。抵抗力、免疫力が弱っていると、急に寒くなると、風邪を引きやすく持病も悪化しやすいので、睡眠をしっかり取り、食事も体を温め体力を付けていくようなものに切り替えしていく必要があります。喉越しがいいからと素麺などあっさりしたものはかりを食べ、冷たいものをたくさん飲んでしまうと、胃酸が薄まって消化力が低下してしまいます。スープ、鍋、おじやなど体が温まり消化がよいものを食べ、水分の取り方も温かいお茶をゆづり飲むといった方法に変えて徐々に夏の疲れを癒し、体力の回復に努めましょう。





特集

2

看護部 4階病棟の紹介

# 目指しているのは、 患者さんの不安や負担を 軽減する看護です。

4階病棟には、胃や大腸・肝臓などに癌があり手術を受ける方、抗がん剤治療を受ける方、癌終末期で緩和ケアを受ける方、胆石や胃・十二指腸潰瘍等で内視鏡治療や投薬治療を受ける方など消化器疾患の急性期から回復期・終末期に至る多岐にわたる患者さんが入院されます。また、患者さんの年齢層も幅広く、20歳代から90歳代の方が入院されています。消化器疾患の治療過程では、病気

による症状や手術・検査などに伴う身体的苦痛、病状・予後に対する精神的苦痛をとまなうことが多いのですが、病棟では患者さんの病状や身体・精神的苦痛が少しでも軽減できるよう、スタッフ同士での患者さんに対する情報交換を緊密にしています。そして、医師や理学療法士・薬剤師など多職種との連携を強化し、質の高い安定した医療・看護サービスが提供できるよう取り組んでいます。

## Kyoto Kujo Hospital 4floor

地域の中核病院として、  
退院後の暮らしを考えたケアをしています。

医療技術の進歩や人口の高齢化が進み、高齢（80～90歳代）で手術を受ける患者さんが増加

しています。とりわけ、高齢者夫婦世帯や一人暮らしの高齢者の入院患者さんが増えており、退院前



「患者の権利」に関する宣言

京都九条病院では、患者さまの個人としての尊厳が守られ、より良い信頼関係の深まりとともに安心して医療が受けられるように、患者さまの権利に関する宣言を掲げます。

- ① 患者さまは、その社会的・経済的地位・国籍・人種・宗教・年齢・性別・病気の種類によって差別されることなく、平等な治療を受ける権利を持っています。
- ② 患者さまは、自由に医療機関を選ぶ権利を持っています。
- ③ 患者さまは、十分な説明を受けた上で、治療を受ける権利あるいは治療を受けることを拒否する権利を持っています。
- ④ 患者さまは、医療のどの段階においても別の医師の意見を求める権利を持っています。
- ⑤ 患者さまは、医師ならびに医療従事者が患者さまについて知り得たすべての医療上の情報及び個人的情報が保護される権利を持っています。
- ⑥ 患者さまは、いかなる状態にあってもその人格を尊厳され、また尊厳をもってその人生を全うする権利を持っています。

私達京都九条病院職員は、患者さまの権利を尊厳し、十分な相互理解をもって、患者さまが最善の治療を受けられるよう最大限努力をします。私達京都九条病院職員は、良質な医療を提供し続けるために、常に前向きに努力することを誓います。



精神面でのサポートや緩和ケアに積極的に取り組んでいます。

『外科手術「治る」といったイメージがありますが、中には思うように回復が進まない患者さんもおられます。手術を受けられ

に社会資源を調整することが不可欠となっています。患者さんの多様なニーズに応え、安心して自宅へ退院していただけるよう、日々退院支援に取り組んでいます。  
また、近年、開腹手術に替わり腹腔鏡下手術や内視鏡手術といった身体への負担が少ない手術様式が増加し、高齢の患者さんや癌の手術をされた患者さんも早期に退院し、在宅療養や社会復帰さ

れる方が多くなっています。身体への負担が少ない手術の増加は、早期の退院・社会復帰を可能にしていますが、退院・社会復帰が可能となる時期は患者さんの年齢や体力、手術様式、社会的背景、仕事内容などにより様々です。したがって、私達は患者さん一人ひとりの回復状況や諸事情を十分に勘案して療養生活援助・退院支援に取り組んでいます。

た患者さんはもちろんのこと、抗がん剤治療を続けておられる方、終末期にある方などは身体的な苦痛だけではなく精神的にも不安・恐怖といった苦痛と闘われています。そして、患者さんの御家族も患者さんに寄り添い、懸命に闘病生活を支えておられます。そのような患者さんや御家族に対し心身両面のサポートが求められていることを日々感じています。今年度は新しいスタッフが多数加わり、今まで以上に患者さんのもとを訪問し、話を聞く時間を作るようにしています。スタッフ同、

患者さんのQOLを高められるよう知識を深め、より行き届いた看護ケアを実践しています。



**M**EDICINE  
for **H**EALTH

知ってよかった「お薬豆知識」講座

講師: 京都九条病院 薬剤部長  
友沢 明徳  
Akinori Tomozawa

お薬が体に合わない?  
と思われた事  
ありませんか。



お薬は、体質に合わないことがありえます。いわゆる「薬剤過敏症」というものです。「体質に合わない」原因はアレルギー「反応」だけではないので過敏症と表現しています。一言に薬剤過敏症と言っても現れる場所や症状、原因はさまざまですが、ここでは自覚的なものだけを取り上げます。

まずは現れる時期で分けられます。お薬を使ってから数分〜数時間以内に起こることが多い即時型。皮膚がぼつかりと盛り上がるじんましんとかゆみ特徴です。唇やまぶた、のどなどにむくみが見られることもあります。即時型は、血圧が急激に低下するショック症状や呼吸困難におちいることがあり、とくに、同じ薬で2度目の場合は、症状が強く現れる可能性が

高くなります。抗菌薬や痛み止めが多いタイプです。もうひとつのタイプは遅延型で、24〜48時間後に現れることが多く、1週間以降というのも珍しくありません。塗り薬や貼り薬などによる接触性皮膚炎が代表的でかゆみとともに赤みをもつた湿疹が症状の特徴です。光が発症の引き金になることも多く、使用中止した後も可能性ががあります。飲み薬でも同様の症状があらわれることがあり、とくに、発熱、水ぶくれなどを伴う場合は重症化する場合がありますので注意が必要です。原因となる薬剤は様々です。とはいえ、一般に薬剤過敏症の頻度は極めて低く、薬を飲む際にいちいち神経質になるのも疲れますね。大切なのは、「こつこつ」したことを理解していれば、症状が起きた時に薬



お願いいたします。

**N**URSING  
for **H**EALTH

暮らしの中で病気を予防「健康ライフ」講座

京都九条病院  
看護部3F 病棟

体の負担を少なくして、  
スポーツの秋を  
楽しみませんか。



観測史上最大の猛暑が過ぎ去り、待ち望んだ秋が到来しました。「秋」と言えば、読書の秋、食欲の秋、スポーツの秋……といろいろな楽しみ方がありますが、今回は「スポーツの秋」についてのお話です。

この時期整形外科では、スポーツをしていてけがをしたり、山歩きをして足腰の具合が悪くなり受診される患者さんを見かける事があります。せつかくの運動の機会もけがをしたら台無しですよ。もともとと身体を動かす機会が少ない人はもちろんですが、普段運動している人も、急激に身体を動かすことは要注意です。

大事になってきます。けがの予防で大切になるのがウォーミングアップ(準備運動)です。ウォーミングアップと言つと柔軟体操やストレッチをイメージしてしまいがちですが、一番重要なのは体温を上げることです。からだを温めることなのです。体温を上げることで、筋肉や腱が柔らかくなり身体が動かしやすくなるので運動中の事故を防ぐことができます。また血液の流れがよくなり心臓や肺の急激な負担を避けることもできます。スポーツの前に軽いストレッチやラジオ体操を準備運動として取り入れてみてはいかがでしょうか?



体調の管理としては、睡眠不足や過労、風邪などで体力が落ちているときに過度な運動をしないこと、脱水予防に「こまめな水分摂取」「塩分の補給」をすることが必要になります。人のどの渴きの感覚は非常に不正確で、のどが渇いた」と感じてから水分を補給するのでは、対応が遅いとわれています。意識してこまめに水を飲み脱水を予防することが大切です。

無理のない自分のペースでスポーツの秋を満喫してください。



## FACE of DOCTOR

ドクターの「プライベート拝見」数珠つなぎ

京都九条病院 外科  
須知 健太郎先生  
Kentarou Suchi



休日は息子の野球を見に行くのが楽しみ。家族で過ごす時間が一番です。



今回は  
須知先生が紹介する  
Next Doctor  
須知先生

ドクターの「プライベート拝見」  
数珠つなぎ

吉野先生

今年の夏の一コマ、沖縄の日差しはとも気持ち良かったですね。実は上の写真、沖縄の海ではなくてプールなんです。

スポーツニュースを見ることとラジオで音楽を聴くのが結構好きですね。行き帰りの車の中でもずっとFMをかけています。放送局の選曲は、最近のヒット曲から懐かしい歌までバラエティー豊か。こんなのがいま流行っているのかと気づかされたり、こんな曲もあったよなと思い出させてくれたり、聞いているうちに自然に気持ちもリフレッシュ出来ています。

休みの日は家族と一緒に過ごすことが多いですね。5年生の息子が小学校の野球部に入っているのでその練習を見に行ったり、試合の応援に行ったり。3年生の娘の方はシュガーパニーズというウサギのキャラ

クターがお気に入りのようでシールやポストカードなどを集めるため、よく一緒に買い物へつれて行かれます。今年の夏休みには家族皆で沖縄に出かけました。いつもと違った雰囲気でも楽しかったですね。

中学校時代までは水泳を、大学時代はラグビーをやっていて、もともと体を動かすのは大好き。いまは忙しくてスポーツは観戦するだけですが、子どもが大きくなって暇ができればトライアスロンにも挑戦してみたいと思っています。

## LOVE my HOSPITAL

私の病院自慢あれこれ

京都九条病院のいいところ。こんなところがわたしたちの自慢です。

病院のここが好き!!

好きな言葉 favorite word  
「笑門来福」先輩は何でも気軽に教えてくれるし、分からないことは皆と一緒に調べてくれるんですよ。のびのびと働ける環境のなかで、徐々に技術も向上してきました。でもまだまだ学ばなければならぬことはたくさん。さらに吸収して守備範囲の広い技師になりたいと思っています。技師を目指したのは、高校時代、怪我をしたときにあった技師さんの対応がとても丁寧で、こういう仕事もいいなと思ったのがきっかけ。僕も患者さんに目標にされるような存在になりたいですね。

山口 隼人  
検査部 放射線科



好きな言葉 favorite word  
「ありがとう」患者さんの多くは様々な部分に対し総合的なリハビリが必要ですが、ここでは作業療法士や理学療法士などとの連携がうまく図れているので、多角的なリハビリができるんですよ。言語聴覚士になってまだ1年半。1回のリハビリ時間は限られていますが、少しでも笑顔や言葉が出た時には、さらに良い結果となるよう心がけています。患者さんが「あのスタッフとだったら楽しいし、頑張ろう」とやる気を出してもらえそうな言語聴覚士になりたいですね。

高橋 友利香  
リハビリテーション課 言語聴覚士



好きな言葉 favorite word  
「ありがとう」ドクターや技師さんなど他の職種の人とも話やすく、働きやすい職場なんです。最近は3階病棟に男性看護師が増えて5名に。同性の看護師が多いというのも働きやすい要因の一つですね。係長として、悩みの相談に乗ったり、自分だけでなく他の人にとっても働きやすいと思える環境づくりを心がけています。実習に来られる学生さんの指導も担当しているのですが、職業としてのやりがいだけでなく、職場としての京都九条病院のよさも伝えていきたいですね。

中村 祐司  
看護部 3階病棟 係長



好きな言葉 favorite word  
「感謝」患者さんの尊厳を大切に、「奉仕の精神」を持って治療を行うという理念がスタッフ全員に浸透していること。病棟にいても気軽に声をかけてくださり、温かく見守って頂いている思いを日々感じ、私も、その理念を胸に頑張っていきたいと思っています。入院患者さんにとって食事は楽しみの一つ。患者さんの声を聞くことを心掛け、対象患者さんの所へ選択メニューの間引きを行っています。治療の一環という面もあるので、献立の工夫をし、美しく食べて頂くことにつなげていきたいと思っています。

山川 ひろみ  
栄養課 管理栄養士





# 京都府知事杯争奪 第33回病院対抗女子バレーボール大会

院内クラブのご紹介!! バレーボール部

京都九条病院バレーボール部は、(社)京都私立病院協会主催の京都府知事杯争奪 第33回病院対抗女子バレーボール大会に出場いたしました。

予選大会の1回戦、京都九条

病院バレーボール部は十分な実力を発揮できず、1対2で敗退。早朝の試合とあつて、エンジンがかかりにくかったようです。気合いを入れ直して挑んだ敗者復活戦には見事に勝利し、10月17日に行われる決勝大会に駒を進めることとなり、応援に駆けつけた仲間とともに勝利を喜び合いました。

この大会は、京都にある私立病院のバレーボール部が集まって1年に1度行われる対抗試合で、今年の参加チームは43。そのうち、予選大会を勝ち抜いた33チームで決勝大会が戦われます。京都九条病院バレーボール部は数年前から参加しており、創部以来連続で予選突破を果たすなど安定した戦いぶりを見せています。昨年は決勝大会1回戦でも2対0のストレートで勝利し、ベスト16

入りを果たしました。チームの強みは、主力となるポイントゲッターが毎年2人以上出ていること。今年も戦力は充実しており、昨年を上回るベスト8の成績が期待されます。

京都九条病院バレーボール部が活動を始めたのは9年ほど前から。現在は、大会前を中心に2週間に1回、仕事後に2時間ほど京都テルサの体育館で練習を続けています。部員は男女合わせて約14名。それぞれ仕事のローテーションがあるので7時の練習開始時に全員が顔を揃えるのは難しいのですが、都合が合った人から合流していき、毎回基礎練習からコンベネーション、最後には2チームに別れて試合を行い実戦体験を積んでいます。

熱心に練習をしているバレーボール部ですが、もともとの活動の目的はメンバー同士の交流、厳しくというより、楽しくがモットーです。ドクターをはじめ看護部、リハビリテーション部、検査部、事務部と所属は違うもの、とても




KYOTO KUJO HOSPITAL Volleyball Team  
女性・男性ともに  
新入部員大募集  
いつでも参加OK!!

仲がよく練習の後に出かけてハイベキュー大会をしたりと楽しい時間を共有しています。とくに、試合が終わった後の打ち上げは格別。皆で試合の反省や翌年の抱負を語りながら喜びを分かち合えて最高です。スポーツを通して培われた仲間意識は仕事にもこのチームの連携にも充分に生かされています。

悩みは新人部員の入部が少なこと。女性部員は10名で、男性部員はさらに少人数。今回は女性チームの大会のため、男性部員はコーチとしてサポートに回っています。女子チームの活躍に刺激を受け、もっと部員を増やして男性チームも復活させたいと張り切っています。経験者の方はもちろん、初心者の方も大歓迎。汗を流せばリフレッシュになりますし、多くの皆さんに参加してもらいたいと願っています。



医療法人同仁会(社団)  
**京都九条病院**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町10  
TEL 075-691-7121・FAX 075-691-5311 www.kujohp.com/

医療法人同仁会(社団) 京都九条病院  
**訪問看護ステーション・مام**  
〒601-8454 京都市南区唐橋経田町16  
TEL 075-661-3820・FAX 075-661-3835 www.dojinkai.com/mam\_s/

医療法人同仁会(社団)  
**同仁会クリニック**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町30  
TEL 075-691-7766・FAX 075-693-6175 www.do-clinic.com/

医療法人同仁会(社団)  
**介護老人保健施設 マムフローラ**  
〒617-0853 京都府長岡京市奥海印寺奥ノ院25-2  
TEL 075-958-3388・FAX 075-951-5300 www.dojinkai.com/mam\_f/

京都市唐橋地域包括支援センター  
**京都市唐橋地域包括支援センター 介護予防支援事業所**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町10  
TEL 075-692-3368・FAX 075-692-3348 www.dojinkai.com/mam\_s/

医療法人同仁会(社団) 同仁会クリニック(併設)  
**同仁会疾病予防研究所**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町30  
TEL 075-691-5700・FAX 075-693-6135 www.do-clinic.com/yobo/

医療法人同仁会(社団)  
**介護老人保健施設 マムクオーレ**  
〒601-8326 京都市南区吉祥院南落合町40-3  
TEL 075-691-7755・FAX 075-691-7765 www.dojinkai.com/mam\_c/

医療法人同仁会(社団)  
**居宅介護支援ママステーション**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町10  
TEL 075-691-7200・FAX 075-691-7116 www.dojinkai.com/mam\_s/

京都九条病院(提携)・同仁会クリニック(併設)  
**メディカルフィットネスクラブ SHIN-SHIN**  
〒601-8453 京都市南区唐橋羅城門町30  
TEL 0120-558-756・FAX 075-672-1414 www.e-shinshin.com/