

すみだ通信 こころの杜



福間海岸 photo by 氷室幸江

◆ お薬手帳の活用法について … 2	EVENTS …… 2
もぐじ ◆ リレーエッセイ …… 3	「コ・メディカル室」が設置されました …… 3
◆ ペット紹介 …… 3	地元探訪 …… 3
◆ 外来担当表 …… 4	地域連携室だより … 4
	診療データ …… 4

病院理念

地域社会に信頼され、貢献できる病院を目指します

お薬手帳の活用法について

病院にかかって薬局に行くと、お薬手帳を持っているかどうか聞かれることがあります。今回は、そのお薬手帳の活用法について書いてみます。

まず、手帳の種類にもよりますが、多くの手帳では最初のページにアレルギー歴や副作用歴などを記入するところがあります。ここに、これまで抗菌薬などの服用後に薬疹が出た場合、その医薬品名と症状を記入しておくことで、次回から同じ薬による副作用を未然に回避することができます。このページは、お薬手帳が替わるとき、切り取って新しいお薬手帳に貼っておくとよいと思います。

次に本編ですが、通常薬局で配布するお薬手帳用のシールには、患者さんのお名前、調剤日、医療機関名、処方医名、薬剤名、規格(ミリグラム数)、1日服用量、服用方法、処方日数が記載されています。薬剤師はそれを基に、ほかの医療機関でもらっている薬剤との重複投与が無いか、飲み合わせに問題が無いか確認を行います。また、当院の場合糖尿病の患者さんに投与できない薬剤の取り扱いもあるので、お薬手帳の服用履歴で糖尿病であることが確認できたりします。お薬手帳には医療機関での検査データ、ドラッグストアで購入した市販薬などの情報を記載しても問題ありません。市販薬と医療機関で処方された薬剤との重複投与もまれにあります。

ほかにも、お薬手帳を持ち歩くことによって、旅行先で病気になったときや災害時など服用中の薬剤を正確に伝えられるため安心です。東日本大震災の際にはお薬手帳が活躍したと聞いています。

最後に、薬剤師からのお願いですが、使用中のお薬手帳は1冊にまとめるようにしてください。医療機関・薬局ごとに手帳を分けてしまうと相互作用・重複投与などが確認できなくなってしまいます。お薬手帳はどこの薬局でも使えますよ。

薬剤師 永友 英雄

EVENTS

「1病棟 クリスマス会」 令和2年 12/18(金)



内容：*ジェスチャーゲーム *プレゼント交換会
*住田院長がサプライズでサンタクロースになって登場し、ジェスチャーゲームにも参加しました。(お題は「ゴルフ」でした)

「第一治療病棟 クリスマス会」 令和2年 12/22(火)



内容：①サンタとトナカイと師長とじゃんけんゲーム
②プレゼント当てゲーム
③クリスマスソング合唱「赤鼻のトナカイ」「きよこの夜」

「第一治療病棟 節分」 令和3年 2/2(火)



鬼退治ゲーム



節分飾り

「第二治療病棟 節分」 令和3年 2/3(水)



スタッフの鬼コスプレ

リレーエッセイ「へそヒーリングのすすめ」

作業療法士：山本 恵子

へそから始める健康法、「へそヒーリング」を紹介します。

私たちのお腹にはリンパ節がへそを取り囲むようにたくさん集まっており、「腹部リンパ節」と呼ばれます。へそヒーリングは、このリンパ節に適度の刺激を与え、リンパ節の流れをスムーズにすることによって免疫反応や老廃物の排出といった作用を助けます。

方法は簡単です。

1. 楽に仰向けになります（または座るか、立位）。
2. 両手の指、またはへそヒーリングツールで、肩の力を抜いて、へそをリズムカルに押します。目安は100~300回、または1~3分です。一度に長時間行うより短く1日に数回行う方が効果的です。
3. へそを押す速度に合わせて息をフッフッフッと吐き出します。
4. 動作を止めて、お腹や手先、足先など、全身を感じてみます。



仰向けになり、へそヒーリングツールでへそを押して痛点を探し、ほぐしていく。



へそヒーリング便利ツール「ヒーリングライフ」

便秘、肩こり、冷えにも、寝たままダイエットにも効果的です。「へそヒーリング」で簡単健康法、試してみませんか？

ペット紹介

医師：白水 浩明

皆様こんにちは！

ワチはカニーンヘン・ダックスの、りんと申します。

2018年4月生まれ、もうすぐ3才。

ワチの一日は、ママさんのお古のセーターの入った温々のクレートからまろび出る事から始まる。そして、カリカリをガツガツ食べちゃうの。

600gの当初からノドが少し弱いけど、今の所大きな病気もなく元気いっぱい。家の中を縦横無尽に走り回っちゃいます！

お散歩は、平日はママ、休日はパパ。ワチは体重が、2.8kgしかなくて、ビビリで他のワンコさん達に、ついキャンキャンと吠えついでしまうの。

パパもママも、他のワンコさんと触れ合いが適わないのが悩みのご様子。

夕ご飯後は、抱っこをパパさんに執拗にせがむの。お腹の上に置かれたらパパさんの顔をベロベロと情け容赦なく舐め上げちゃいます。「やめろおお〜」と泣きを入れるのが面白くて。

おてんば娘のワチですけどパパ、ママのトランクライザーになってる事は疑いようのない事実。

これからも天真爛漫に犬生を勤め上げる所存でつ！



「コ・メディカル室」が設置されました

精神保健福祉士：矢山 隆行

当院は2017年から精神科急性期医療に取り組み、24時間365日急患の入院受け入れをはじめました。目標は、少しでも早い精神科医療の提供と患者さん一人ひとりへの丁寧な治療、少しでも早い社会復帰です。

精神医療では、入院治療中はもちろん社会復帰後の薬物療法やリハビリテーションの継続、日々の生活と体調管理の支援、新たに生じるストレスへのトリートメントを必要とする患者さんが多くおられます。

入院当初より退院後の生活について患者さんやご家族とともに考え計画し、安定したサポートを実現するためには多職種協働の環境づくりが必要です。

その一環として、2020年4月「精神科訪問看護・指導」の始動に合わせ、それまで別々に存在していた外来看護師と作業療法士、精神保健福祉士の事務室を統合するカタチで「コ・メディカル室」が設置されました。

設置後約1年が経過しますが、短期間で何度も入院を繰り返していた幾人かの統合失調症患者さんが、切れ目ないサポートを受けられたことで在宅で安定するなどその効果がみえはじめています。

コロナ禍で苦戦を強いられてはいますが、多職種協働で患者さんを支援する歩みを進めていきたいと思えます。

地元探訪「〜Drive a go go せっとん海へ行くの巻②〜」

看護師：瀬戸口 輝

2021年1月下旬。福岡県にも再度、緊急事態宣言が発令されました。暗い話題も多いですが、ワクチン接種開始など、少しずつ明るい兆しも見え始めてきたので、希望をもって日々頑張っています。今回は若松から少し西の方角へ車を走らせました。

「ここはどこでしょう？」

1問目 ヒント

綺麗な海ですね!!奥に見える山は岡垣町の成田山っぽいですね。



2問目 ヒント

隣接した公園には大きな遊具があります。お子さんが大喜びする事間違いなしです!!



スタッフ：瀬戸口

緊急事態宣言で海岸閉鎖になり、大好きな波乗りもできなくなりました。「当たり前の日常」はとても尊いものです。はやくコロナウイルス感染症が収束して、思いっきり好きな事を楽しめる世界が戻りますように!!

答えは 芦屋海岸



外来担当表

注) 初診は予約制 祝祭日は休診

	診療時間	月	火	水	木	金	土
初診	9:00～12:00	安達 利昭	香園 敬志	佐藤 雄	橋本 玲亜	辻 尚志郎	新開 隆弘
	13:00～15:00	安達 利昭	香園 敬志	佐藤 雄	橋本 玲亜	辻 尚志郎	——
再診	9:00～12:00	辻 尚志郎	住田 靖尚 香園 敬志	橋本 玲亜	安達 利昭	佐藤 雄	新開 隆弘
	13:00～15:00 土:13:00～14:00	辻 尚志郎	住田 靖尚 香園 敬志	橋本 玲亜	安達 利昭	佐藤 雄	佐藤 雄



地域連携室だより

地域の医療機関、相談支援機関の皆様には、日頃より当院の診療機能をご活用いただきありがとうございます。

今回のテーマは「高齢者の施設の選び方①」です。介護施設にはいろいろな種類があり「どう選べばよいのかよくわからない」と感じている方は多いのではないのでしょうか。

高齢者人口の増加にともない、高齢の単身者や夫婦2人の世帯が増え、持病や生活維持に支障をきたす障害のため住み慣れた家での生活が困難になった方、独りで生活を続けるよりも積極的に同世代の仲間との関わりや快適な終の棲家を求めている方、利用にあたり多くの金額を支出できる方そうでない方など介護施設に求められるニーズは各々の事情により様々です。

現在、世の中にはこの多様なニーズに対応するため公的機関と企業が運営する施設が数多く存在し、増え続けてもいます。施設を選ぶには、その種類ごとに看護・介護・医療体制や利用条件の違いについて理解することが必要です。そして徐々に変化する利用者の状態や経過に合わせ、その時々において施設を正しく選択していくことが安らかな暮らしを得ることにつながります。

施設を選択するにあたっては、まず利用する方の希望、持病や認知機能の程度、お世話の手間(介護認定)、予算の範囲などの現状をよく理解することが成功の第1歩です。

患者さんご自身や支援する皆様の参考になれば幸いです。

患者さんご紹介をいただきました。ありがとうございました。

精神科救急病棟退院患者転帰

	医療機関	行政機関	警察・消防	介護施設等
2020年11月	15名	6名	5名	5名
2020年12月	24名	6名	3名	4名
2021年1月	10名	8名	4名	5名
2021年2月	23名	6名	3名	5名

	自宅	施設	転院	その他
2020年11月	67%	22%	11%	——
2020年12月	64%	29%	7%	——
2021年1月	73%	18%	9%	——
2021年2月	87%	——	13%	——

アクセス

電車の場合

鹿児島本線折尾駅よりタクシーで約15分

筑豊本線二島駅よりタクシーで約10分

※折尾駅・二島駅より北九州市営バスで原牟田下車 徒歩約5分

自動車の場合

黒崎インターチェンジから15km。約20分

※駐車場あり



医療法人 住田病院

〒808-0122 福岡県北九州市若松区大字蛸住1435

TEL 093-741-1301 FAX 093-741-6277

<https://sumida-hospital.com>

