



広報誌

# すこやか

2016.10

第56号

## 心臓リハビリテーションとは？

### 「人がその人らしく生きるために」

高齢化社会に突入した現在において、「平均寿命」と「健康寿命」とのギャップが大きな社会問題となっ  
てきています。医療が本来目指すべきことは、“如何に長生きするか”ではなく、“如何に**元気に長生き**  
するか”ということであります。高齢者は、さまざまな合併症を有することが多く、長期安静療養や低栄養  
が加わって、いわゆる“廃用症候群”といった状態になることが少なくありません。このような患者さん  
では、特に心疾患を有しなくても心不全に陥ることがたびたび起こります。広い意味では、これらの患者  
さんも心臓病患者と言えます。心臓病の患者さんは、心臓の働きが低下しています。さらには、心臓をい  
たわるために安静な生活を続けたことによって、運動能力や体の調節の働きも低下しています。「**心臓リハ  
ビリテーション**」とは、心臓病の患者さんが、低下した体力を回復し、精神的な自信を取り戻して、社会や  
職場に復帰し、さらに心臓病の再発を予防し、快適で質の良い生活を維持することをめざして、医師・看  
護師・理学療法士（健康運動指導士）・薬剤師・栄養士・検査技師・社会福祉士などがチームを組んで、  
運動療法、患者教育、生活指導、カウンセリングなどの活動プログラムをしていくものです。**心臓リハビ  
リテーション**は、心臓機能が低い患者ほど、効果的とされており、特に廃用が進んだ高齢者の場合こそ、積  
極的にすすめていくべきなのです。「心臓病であるというだけで必要以上の安静を強いられ、著しいQOL  
の低下を招き、これを生涯引きずる」といった今までありがちだった心臓病罹患後の最悪のシナリオから  
「**患者の限界を教え、可能性のあるところまで到達する方法を伝えることで、QOLを保ち、生きがいを持っ  
て生活していただく**」といった本来の望ましい患者支援、これはまさに冒頭の“如何に元気に長生きする  
か”といった考え方そのものと言え、私は日頃の診療の中で心がけています。

その一環として、マイブームになっているのは「笑い」を取り入れている事です。  
詳細は紙面の都合上、省略しますが、「笑う門には福来る」と言われる通り「笑い」  
の健康への良い影響は、医学的にも報告されています。「**処方箋**」ならぬ「**笑方箋**」  
を患者さんに渡すと笑顔で喜んで頂いています。1日に最低1回でもいいので、  
笑いの種を見つけることで、チョッピリ幸せな気分になってみませんか？



吉田病院 医局長  
武田 寛樹

# 緩和ケアセンター 開設記念講演会

## テーマ 「地域と共に築く緩和ケアを目指して」

平成28年10月6日（木）18時より、旭川市の大雪クリスタルホール音楽堂にて、「地域と共に築く緩和ケアを目指して」をテーマに緩和ケアセンター開設記念講演会が開催されました。

約450名の皆様にご参加いただき盛況のうちに閉会致しました。  
ご参会いただきました皆様にはお礼申し上げます。

### 第一部 「緩和ケア病棟の紹介」

吉田病院ではがんと診断されたときから、緩和チームが、外来・一般病棟において緩和ケアの促進を行い、がん治療が難しくなった段階では緩和ケア病棟において、痛みを和らげるケアを行っています。

また、多職種による患者様中心のチーム医療を基本としてケアができる体制を整えています。地域の皆様に痛みを和らげる場所があること、緩和ケアの普及に努めていきたいと思っておりますので、今後ともよろしくお願いたします。

緩和ケア病棟看護師長 田中まゆみ

### 「緩和ケア再考」

- 腫瘍学と緩和ケアの統合  
(integration) と専門的緩和ケアの役割 -

緩和ケアとは苦痛の緩和と残りの人生を支えるケアであること。緩和ケアの歴史は中世ヨーロッパのホスピスから始まって今につながっている。これからの緩和ケアに求められるものとして、診断時からの継続的な緩和ケア、外来での緩和ケア、意思決定支援の実践や地域への緩和ケアの視点が必要。自分たちも生命の危機に直面する疾患を持つ患者と家族のケアについて、多職種チームによる連携、地域との連携を積極的に進めている。

医学に限界がある中で、1人の人間として、治らない患者さんとどうやって一緒に生きていくかを考え続けているという講演内容でした。

神戸大学大学院医学研究科 内科系講座先端緩和医療学分野

特命教授 木澤 義之先生

### 「地域と共に築く緩和ケア」

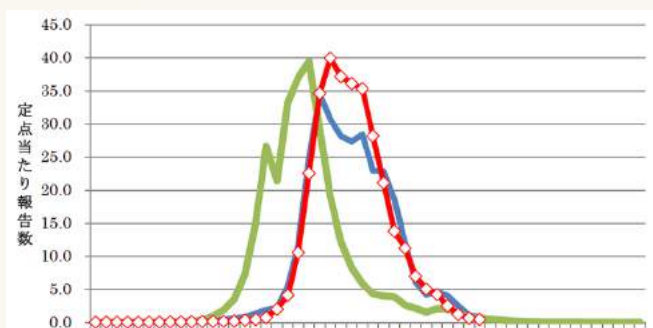
『患者さんは人間です。誰もが固有の名前、歴史、価値観を持ち、一度きりの人生を生きています。そんなかけがえのない存在として接してくれることを求めている。患者さんにとって誰かとつながることは心強く、その人生に触れること寄り添うことがケアになる。』時にゆっくり、時に強い口調で訴えるように話されました。

中でも、『最期の最期までその人の内にある健康な力や残された機能をよく見定め、その力を充分に使って生を全うできるよう、生活課程を整えていくのが看護師の役割。』という先生のお言葉は色々な職種の方と情報を共有し、患者さんのために今何ができるのかを考え、相手をわかろうとする気持ちをいつも持っていたいと再確認させて頂く講演内容でした。

北海道医療大学 名誉教授 石垣 靖子先生



# インフルエンザ注意報!!



一般的な流行時期は12月頃から4月頃までです。インフルエンザウイルスが体に入ると1日～3日で症状が出ます。普通の風邪と比べ、高熱が出て症状が強いのが特徴です。

インフルエンザウイルスは、患者のくしゃみや咳で吐き出されるしぶき（飛沫）から感染する事が多いですが、その飛沫が手に付き、口や鼻を触る事でも感染します。

## 予防対策

① 人ごみは避ける!!



② バランスの良い食事と休息



③ ワクチン接種



みんなで予防!  
インフルエンザ!!

※ワクチンを接種してもインフルエンザにかかる事はありますが、重症化を予防できます。

# 外来診療担当医師シフト表

平成28年10月現在

	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前	一般内科	府川 悦士	馬場 勝義	府川 悦士	馬場 勝義	馬場 勝義	担当医師 【交代制】
				村中 茂人	川原 敏晴 (旭川医大)	村中 茂人	
	消化器内科	院長 横田 欽一	院長 横田 欽一	院長 横田 欽一	峯松 秀樹	院長 横田 欽一	
	呼吸器内科	山本 泰司 (旭川医大)	大崎 能伸 (旭川医大教授)	佐々木 高明 (旭川医大)	奥村 俊介 (旭川医大)	吉田 遼平 (旭川医大)	
	循環器内科	武田 寛樹		佐藤伸之 (旭川医大准教授)	武田 寛樹	武田 寛樹	
	腎臓内科	石黒 俊哉	石黒 俊哉				
	神経内科	牧田 圭弘	牧田 圭弘	牧田 圭弘		牧田 圭弘	
	肝臓病センター		● 古川 博之 (旭川医大教授) 岡田 充巧 (旭川医大)		松野 直徒 (旭川医大)		
	糖尿病・生活習慣病センター		岡田 瑞穂	岡田 瑞穂	岡田 瑞穂	岡田 瑞穂	
	泌尿器科	佐藤 英次	泌尿器科専門医	佐藤 英次		佐藤 英次	
	整形外科	井上 謙一	川端 走野 (慶応大学)	井上 謙一	井上 謙一	井上 謙一	
	外科				吉郡 菜里子 (旭川医大)		
	リハビリテーション外来 9:00~12:00			■ リハビリ専門医 (旭川医大)			
	漢方外来 (不定期予約制)			赤井 祐一			
	甲状腺外来 (第4土曜日予約制)						島袋 嘉修
	臨床遺伝外来 (月2回予約制)					蒔田 芳男 (旭川医大教授)	
	ラベンダー外来				旭川医大出張医		
	眼科				旭川医大出張医		
	内視鏡検査	林 文哲	林 文哲	林 文哲	林 文哲	林 文哲	担当医師 【交代制】
村中 茂人		赤井祐一(隔週) 峯松秀樹	峯松 秀樹	峯松秀樹(不在有)			
歯科・歯科口腔外科 (毎月第1、3土曜日休診)	小西 文	小西 文	松田 光平 (北海道大学)	小西 文	小西 文	小西 文	
			小西 文				
午後	一般内科 前半 13:30~15:30	岡田 瑞穂	院長 横田 欽一	横田 崇	川原敏晴 松野直徒 (院長 横田 欽一)	波部 和重	休診
	一般内科 後半 15:30~17:30	横田 崇	村中 茂人	峯松 秀樹	村中 茂人		
	循環器内科		武田 寛樹				
	内分泌・膠原病外来				□ 府川 悦士	□ 府川 悦士	
	糖尿病・生活習慣病センター			★ 赤井 祐一			
	泌尿器科		佐藤 英次		佐藤 英次		
	整形外科	□ 井上 謙一	★ 川端 走野 (慶応大学)	□ 井上 謙一	□ 井上 謙一	□ 井上 謙一	
	メンタルヘルス/睡眠外来 (予約制)	千葉 茂 (旭川医大教授)					
	漢方外来 (不定期予約制)				早崎 知幸	早崎 知幸	
	緩和ケア外来 13:30~15:30		緩和ケア担当医	緩和ケア担当医			
	乳腺外来 (月2回予約制)					北田 正博 (旭川医大准教授)	
	臨床遺伝外来 (月2回予約制)					蒔田 芳男 (旭川医大教授)	
	内視鏡検査		赤井 祐一(隔週)				
	歯科・歯科口腔外科	小西 文	小西 文	松田 光平 (北海道大学)	小西 文	小西 文	
			小西 文				

診療受付時間【平日】 08:00~12:00 13:00~17:00 【土曜日】 08:00~12:30

※日曜、祝日、年末年始(12/30~1/3)はお休みです。

※医師の都合及び診療科により診察時間が異なることがありますので、受診の際には事前にお問合せください。

●の古川 博之教授の診察は月2回となります。 ■は大田 哲生教授 / 及川 欧先生の交代制となります。

★は14:30までとなります。

□井上・府川医師の受付は16:30までとなります。

〒070-0054 旭川市4条西4丁目1-2

TEL 0166-25-1115 FAX 0166-25-4650



医療法人社団 慶友会  
**吉田病院**

発行日 2016/00/00