岡村病院
院内報

歩（あゆみ）

第 62 号

発行　岡村病院
編集　歩(あゆみ)
　　編集委員会
平成24年９月１日

**岡村病院
基本理念**

**私たちは、患者様本位を第一に考え
　高度な専門医療技術をもって
地域社会に貢献することを目指します。**

「水辺」　高松内科クリニック院長　高松 和永 先生 写

今月のことば

「和顔愛語」

「和顔愛語」は「無量寿経」という仏教の経典にある言葉ですが、一般にもよく使われ心ひかれる言葉です。

日常生活の中で、私共がいつもにこやかで、言葉も優しかったら、周囲の人にどんなにか喜ばれることでしょう。

特に病院へ来られる方はみんな何か病気を持っておられ、体に痛みを覚え、心に悩みや不安を抱きながら、仕事を休み、時間を割いて来られるのです。入院しておられる方達の痛みや悩みは更に大きいと思います。その方達に接する病院の職員の暖かい笑顔と優しい労りの言葉は、どんなにか病気の方の慰めとなり、励ましとなることでしょう。

心理学にジェームズ・ランゲ説というのがあります。それによると人は嬉しいから笑うのではなくて、笑うと嬉しくなり、腹が立つから怒鳴るのではなくて、怒鳴ると腹が立つというのです。

そして実際にやってみて気のつくことですが、にこやかな笑顔で話すと声の響きもやわらかになり、言葉も優しくなります。

「和顔愛語」をいつも心がけましょう。

問題は実行です。

All For One（オール フォア ワン）

院　長　岡村高雄

今年の5月23日より26日まで日本血管外科学会総会が信州の松本市で開催をされました。今回の学会の会長が大学時代の先輩であり、現在信州大学医学部の教授の天野純先生であった為に小生も講演を聞き、学会発表をし、座長も務めるために出席をして来ました。

天野先生は小生より3年先輩で信州大学医学部を首席で卒業後に順天堂大学胸部外科に入局され、その後小生も順天堂大学、東京医科歯科大学とご一緒させて頂き、指導を受けて参りました。信州、高知と離れましたが、何時も気軽に接して下さり、ご指導を受けております。今回の学会のテーマが上記のAll　for　One（オール　フォア　ワン）でありました。最近、我々の仕事は以前と随分変化をしてきました。以前は医師が診断、治療を全て一人で行い、多くのスタッフはその補佐にまわる医療体制が長く続いてきたと思われます。しかし、専門性が特化され、より一層細かい内容の医療の必要性やこれに伴う医療器材の急激な発達により、医師一人の能力ではすべてを対応しきれなくなってきています。更に、多様化する患者様の要望に対応するためには医師のみならず、看護師、放射線技師、臨床検査技師、栄養士、事務職員、秘書の方々等多くの人々と協力し、研鑽を積む重要性が増しております。今回の日本血管外科学会のテーマ「ALL　For　One（オール　フォア　ワン）」は日本語に直訳しますと「一人の患者様の為に皆で力を合わせて」となると考えます。誠に時代に合った考え方で天野先生の思慮深さに改めて感銘を致しました。学会では特別講演で「がんばらない」でご高名な諏訪中央病院名誉院長の鎌田實先生の有意義なお話を聞くことができ、また学会終了時の内輪の打ち上げ会には天皇陛下の手術時に主治医のお一人であった東京大学医学部心臓外科教授の小野稔教授も出席をされ、内輪話をお聞きする事が出来、有意義な日々を過ごしてまいりました。

本院でも最近は積極的に職員が以前より患者様の前に出てゆく機会が増えつつあると思っています。岡村病院では多くの職員が新しい知識を勉強し、患者様の為に力を合わせて皆で努力して（All　For　One）患者様の為に力になれればと思っています。まだ至らぬ点が多々あるかと思いますが、何卒宜しくお願いします。

痛みの専門外来ーペインクリニック

麻酔科医長　西竹　美恵

「麻酔」と聞くと、‘怖い’と感じる方もまだまだ多いと思います。それでも、最近ではマスコミなどの影響もあってか『ペインクリニック』が「痛み」の治療をするところだとご存知の方が増えてきました。ペインクリニックでは、手術の麻酔の際の鎮痛方法（ブロック注射など）を利用したり、扱いなれている様々な種類の鎮痛薬を使用して治療を行います。

皆さんは普段、お腹が痛くなれば内科や外科を受診するでしょうし、膝や腰が痛くなれば整形外科に行くはずです。では、どのような痛みを治療するのでしょうか。

痛みには、大きく分けて「急性痛」と「慢性痛」があります。急性の痛みは大抵の場合、痛い部位やその関連する場所に、痛みの原因となる病気や状態が存在し、その原因の治療をすれば痛みは消失します。でも時々、原因が治ったと思われるのに、いつまでも痛みが続くことがあります。例えば怪我のあと、傷はきれいになったのにまだ痛い、といったような、神経が障害されたと思われる場合です。あるいは、老化による骨の変形などの、原因が治癒しえない状態もあります。いくら検査しても、身体的には異常がみつからないケースもあります。これらのような様々な要因で痛みが数ヶ月以上続くものが「慢性痛」です。

この慢性痛と一部の急性痛、そして癌性疼痛がペインクリニックの対象となります。稀に、痛みではない疾患もあります。

神経が傷つくと、‘灼けるような’‘電気が走るような’‘刺すような’痛みを感じることがあります。そのような痛みには、消炎鎮痛薬（いわゆる痛み止め）が効きにくく、早期に神経ブロック注射をしたり抗うつ薬や抗痙攣薬などが効果的です。特に、帯状疱疹の後の痛みには抗うつ薬が非常に有効です。痛みを我慢せずに、できるだけ早く治療することがおすすめです。

慢性痛の場合には、痛み自体を何とかするのではなく、痛みがありながら日常生活をどう過ごしていくかが大事になります。実は痛みは、身体だけでなく、心や社会的なことと大きく関わっています。例えば、腰痛で悩んでいる方は多いと思いますが、慢性痛はストレスや特に怒り、緊張、不安、人間関係、作業の姿勢などが原因となります。介護などは、心身共に大きな負担となります。何百キロというおもりを腰に背負ったようなものです。身の回りの、痛みを長引かせている要因に‘気づく’ことが大切です。その要因にうまく対処できれば、痛みも和らぎます。そして、適度な運動とリラックスによって、筋肉の緊張をほぐし、血流を促し、痛みを和らげることもできます。痛いからといって、動かさないのは逆効果なのです。また、趣味や楽しいことに集中しているときには、あまり痛みを感じないものです。そんな鎮痛の仕組みが自分自身の中にも備わっています。痛みに囚われず、より良い日常生活を送ることが、結果的に痛みを和らげることに繋がっていくのです。

患者さまからのお便り

俳　句

秋田　依久子

台風の去りて凌霄艶やかに
梅雨晴れ間路面電車の音響き
老い二人子連れの客や梅雨さ中
くちなしの香に包まれて本を読む
合歓咲きて今日も又雨無人駅

門田　俊一郎

カーテンのふくらむ程の涼しさや
そこで又考え直そう虹消えて
大空の雫となって星流れ
掛け軸に遊ぶ風あり夏座敷
手足みな風の様だよ盆踊り

八木　素子

病膳の端に輝くさくらんぼ
風薫る入院のママへ駆け寄る児
点滴の済むまで心に青岬
貝風鈴余音短し征きし人
「季寄せ」繰る厳しや水番瓜小屋と

浅川　たか子

五月富士真向ひ足るを知りにけり
潮風のゆくてに熟るる枇杷の実よ
ジンベエ鮫癒えて海へと雲の峰
ひとつ取柄は誠のこころ稲の花
盆の月うつくしきかな生きてこそ

パワーアップ(?!)～クリスタル編～

検査室　浜田　佐智子

昨年末、高知新聞の隔週掲載で「くろしお便り」～大月発～という地域特集がありました。ご覧になられた方も多数おられると思います。この大月町とは、幡多地区の最西端に位置し、私の主人の実家です。掲載の内容は、サンゴ礁の話などが出ていたのですが、ある時「水晶を探す楽しみ」という何とも興味をそそられる回がありました。

それによると、大月町には水晶を産する花崗岩が広い範囲に見られ、何でも名古屋城や大阪城の築城の際にも町内産の花崗岩が石材として使用されたとか。地質図によると、大月町の広い範囲や、大堂海岸・柏島・沖ノ島等々美しい白亜の海蝕岸全て花崗岩であると言う内容です。そして、衝撃的なのは、今でもその水晶が採れるんだと。「え～え～え～結婚して20数年……そんな話は初耳や～」

そこで、インターネットで調べて見るも詳細は分からず、結局掲載者の黒潮生物研究所を調べて直接電話で聞いてみることにしました。私は、あまり土地勘が無い為主人に聞いてもらいました。その夜、あまり乗り気でなかったが主人が、興奮気味に話をするには……この記事を見た人がやはり何人か「どこに行けば採れるのか？」と聞いて来たとのこと。けれど、柏島などは国立公園に指定されており、営利目的等問題があっては困るので教えられないと当初は言われたそうです。ところが、「大月町は故郷であり、お正月帰省時に女房が行きたがっているので」と事情を話したところ、快く採集ポイントを教えてくださったとのことでした。

ポイントの1つで記事にも出ていた、小高い山の中腹にある小さな神社とは、主人の実家のすぐ近くの氏神様であり、お正月は必ず初詣に行くし、出産や子供の受験時等でも必ず舅達が、祈願をしてくれていた神社でした。それから、実家より車で10分程の柏島の海岸あたりとのことでした。

さあ、まとまった連休突入。まずは、海岸に行ってみました。見なれた海岸が確かに花崗岩であることに気づきました。そして、キラキラと光っている岩があるのです。コツは、露出している石英の白い脈を見つけ、その脈からこぼれた水晶が砂に混じって転がってキラキラと光るとのことでした。探すこと1時間ほど経過したころには、大きくはないけれど水晶を拾うことができました。淡々と文章にしてはいますが、私を知っている人は想像がつくでしょうが、大興奮で相当やかましかったです。主人も水晶がかなり散りばめられた大きめの岩のかけらを拾って、うれしそうにしていました。午後には、息子達と一緒にいつもの初詣の為、その神社に行きました。確かに、神社に続く道は、風化した花崗岩でできており、よく見たらキラキラとやはり光っているのです。義母いわく、昔はかなり大きな水晶が採れたとのことでしたが、今回は固有の水晶は拾えませんでした。

水晶は、地の底の底でマグマがゆっくりと冷え固まるときに生まれるのだそうです。私が手にしたこの結晶は、気が遠くなるような長い旅を経て、今ここにあるのだと思います。どんなに小さなひとかけらにも、地球の神秘が凝縮されていて、その美しい輝きは生き物とは全く違うスケールの時間というものを、感じさせてもらいました。

水晶は、ご承知の通りパワーストーンです。パワースポットブームの昨今ですが、身近

に最強のパワースポットが存在していたことにも感動です。主人の拾った大きめの岩のかけらは、自宅のリビングに置きました。私が拾った水晶は、お財布に入れて残りは実家の両親や友達にあげました。

最近の浜田を見た人で、ますます元気だな～と感じたら、それはクリスタルのパワーアップ効果かも知れません……。

JET 2012に参加して

外来看護師　植野　水貴　長田　知香

2月17～19日にわたり東京品川で行われたJETに参加させてもらいました。

JETとは、Japan Endovascular Treatment Conferenceの略で、血管内治療に焦点を当てた学会です。この学会では循環器内科医・血管外科医・放射線科医・形成外科医・脳血管治療医や検査技師・放射線技師・理学療法士（PT）・看護師などのコメディカル部門からの参加もあり、血管内治療に対してさまざまな視点からの発表や討論が行われていました。

当院からは院長先生・西村先生・検査部の浜田さん・北添さん・外来から私たち2人の6名が参加しました。

初日は院長先生と一緒にセッションに参加しました。カテーテル治療中は、分からない略語や言葉が飛び交っていてもメモを取る余裕がなく、終わったときには忘れていたりと日常業務に追われ、後に調べたりすることができていないのが現状で、Live中継を見ながら、言葉の意味が分からず「？」マークが飛んでる私たち2人に院長先生が日常業務の現状と照らし合わせながら説明して下さったことで、疑問に思っていたことが理解できたり、普段聞けない些細なことも教えてもらうことができました。

数あるセッションの中から興味を引かれた物にいくつか参加しました。中でも、PDAに対する運動療法について、外来受診する患者さんの中で、実際どのくらいの方が運動療法を実施できているのか？寝たきりの患者さんの場合、どのような運動療法を実施できているのか情報があればと思いましたが、監視下に置き実施するのは難しく、医療従事者側からは「運動して下さいね」と声掛けするのが現状だということを改めて知りました。その中で、和温療法を取り入れている病院がありました。和温療法は15分間専用室内で保温し30分間の安静・体重測定・発汗分の水分補給を行うものです。これにより側副血行路が発達するということがわかり、運動できない患者さんには一つの方法だということを知りました。

今回の学会に参加したことで、院長先生の考え方や血管内治療の技術は今の日本で行われている治療方針と同じで、高いレベルであることが他の病院の発表を聞く中で理解できました。

当院でも４月から形成外科の診療が週１回始まっています。心臓血管外科・内科・形成外科・整形外科・コメディカルで『チーム岡村』を結成し各専門分野の医師がコラボすることで、今後一層、医療の質を上げ疾患を持った患者さんに向き合っていきたいと思います。

その為に、これからも自己研鑽し、よりよい治療の介助ができるように努めていきたいと思います。

フットケア学会に参加して

外来看護師　松原　裕代

今回初めて、院長先生と看護師５名とで大阪で開催されたフットケア学会に参加しました。

まず最初にフットケアとはその名の通り「足のケア」です。例えば糖尿病の方が足の傷を放置してしまうと傷が悪化することがあります。これを「糖尿病性壊疽」といいます。

小さな傷でも放置せずにいつも清潔に保ちしっかり治療をすることが大切です。

傷があるから足を洗ってはいけないと考えている方もいらっしゃるかと思いますが、石鹸を泡立ててシャワーで足を洗うことにより清潔が保たれます。

いつも清潔にしておく、足に怪我をしないように靴下を履く、自分にあった靴を選ぶ事が大切です。

外来では、足病変で受診される方が多く様々な処置が必要とされるなか、創傷に対して色々な処置方法を学んできました。

患者さんの足を見る、ケアをするということは患者さんの足に触れることでありスキンシップにも繋がり、患者さんはフットケアを通じてご自分の体をいたわる心を取り戻すと聞きました。

少しでも患者さんとスキンシップを取り、患者さんご自身もご自分の体をいたわっていき、創傷を治せていける看護をしていきたいと思います。

また、他部署との連携が必要でありチーム医療が大切であり、コミュニケーションを大事にしていきたいです。

４月から診療開始になった形成外科で多くの事を学び、学会で学んだことを生かしていきたいです。

医療従事者向けの勉強会を開催しました

昨年に引き続き一般社団法人高知医療再生機構のご支援をいただき、今年度も4回シリーズの医療従事者向けの勉強会を開催させていただいております。その第1回目7/27には、大阪労災病院の透析療法指導看護師 溝端美貴先生をお招きして、末梢動脈疾患のフットケアについての講演と具体的なフットケアの方法をご指導頂きました。当院以外からも多くの医療従事者の方が聴講され、実習の時にはケアのポイント・診断方法などについて学び、有意義なものとなりました。これからも看護師や臨床検査技師、理学療法士など、多くの医療従事者が関心と共通認識を持って、協力・連携しながら早期発見・早期治療に取り組むための教育・啓発をしていきたいと思っております。

●ニューフェイス●

野　本　美奈子 さん
3F病棟看護助手
趣味：ガーデニング

長　野　絵　理 さん
4F病棟看護師
趣味：なし

野　島　美　幸 さん
薬剤師
趣味：旅行

籠　尾　僚　乃 さん
医事課
趣味：うさぎと遊ぶこと

よろしくお願いします。