

かがやき通信

特集 整形外科・リハビリテーション科



彦根市立病院 広報誌
かがやき通信

2024年1月号 Vol.37

※この「かがやき通信」は2000部作成し、1部当たりの単価は83円(円未満切り捨て)です。ただし、原稿作成・編集などにかかる職員の人件費は含まれていません。

住みなれた地域で健康をささえ、
安心とぬくもりのある病院

彦根市立病院 🔍



交通のご案内

- ◆ 名神彦根インターから車約20分
- ◆ JR南彦根駅からバス約10分
「市立病院前」下車すぐ
- ◆ JR彦根駅からバス約20分
「市立病院前」下車すぐ



彦根市立病院

〒522-8539 滋賀県彦根市八坂町1882
TEL:0749-22-6050(代) FAX:0749-26-0754
<http://www.municipal-hp.hikone.shiga.jp>

くろえ あきら



地域医療支援病院としての役割

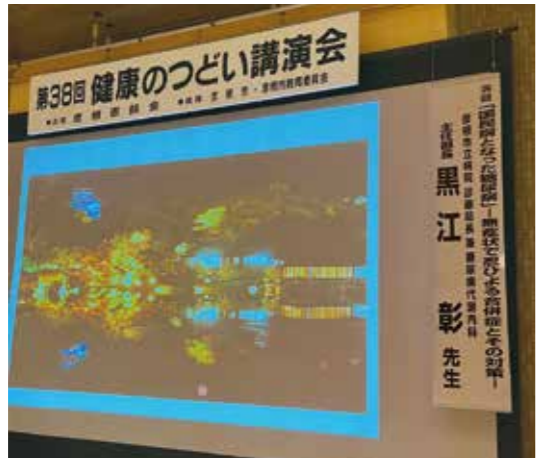
くろえ あきら
黒江 彰
診療局長

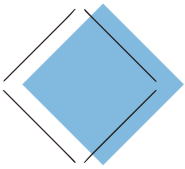
医師会が定期的に主催する講演会では当院の各科医師が専門分野の診断、治療について語っています。地域の先生に各疾患の新しい知識を持ち帰ってもらいながら、かかりつけ医との病診連携、他院との病病連携を深め、大病院ではかできない高度な検査、手術などの役割を益々明確にしていくなを感じています。

この地では深刻な病気を抱える患者さんの一極集中。患者さんをどう説得して紹介医に戻っていただくかが病院全体の課題です。自分には幸い赴任してすぐにかかりつけ医の先生方と顔見知りになれたので、患者さんを紹介する際はその先生の特徴などを説明しながら誘導しています。国も選定療養費の制度を打ち出し、大病院は紹介状なしの患者さんに必ず7700円のお金をもらうよう指導してかかりつけ医へのファーストタッチを誘導しています。当院では地域医療連携室が熱心にかかりつけ医への紹介を手伝う取り組みを始めています。先日彦根医師会が主催する「健康のつどい」で250人の市民に対し糖尿病の話と共に「病院とかかりつけ医の役割」について、そして選定療養費のしくみなどについても話をさせていただきました。正しい情報を発信し市民の理解と信頼を得ることが何よりも大切だと痛感しています。彦根医師会の仕事もさせていただいています。

賀県代表を応援し、耐ずしの講習を受けて自分で漬けたのを翌年食べる経験もするようになってきました。この病院で患者さんを診るようになった当初、かかりつけ医の紹介患者さん、他の医師が診ていた方、交通事故などで偶然担当した患者さん、「このまま先生の外来に通いたい」とおっしゃるのがありがたい反面、引き受けているうちに無制限に膨れ上がる外来患者さんに到底対応できなくなる。ことがすぐにわかりました。患者さんから見たら①バスは病院の扉の前に停まる。②採血検査は1時間足らずで結果がわかる。③慢性疾患管理料は病院では算定されない。④自分の病気の専門家が診てくれる・・・誰だって病院ですべての疾患を診てもらいカルテを統一しておけば何度も自分の既往歴の説明をする必要がなく大病院志向になるのは当たり前。院内の他の医師にも多くの患者さんが待っている状況です。都会なら他の有名な病院が近くにライバルとして構えています。

令和5年4月から彦根市立病院の診療局長（内科）を担当させていただくことになりました。病院内部のいろんな問題に対処するのが主な仕事で、他の医師が快適に仕事をする環境を整える「御用聞き」としての出発です。私は大阪の生まれですが、7歳から兵庫県宝塚市に暮らし、高校は神戸、大学は京都、そして前任地は大阪の病院でしたので、ほとんどの歳月を京阪神で過ごしてきました。彦根市立病院のお話があり、初めて滋賀県で働いて過ごすことになり、平成21年1月1日付で赴任した当初、凍てつく寒さに驚き、存在しない流しのタクシーを道路で待ち続け、ありもしない三菱UFJ銀行の支店を探していたのを思い出します。さらに夜中はタクシーが営業しておらず午前3時に病院に呼び出されたら自分の車で行く以外に選択肢がない地域であることも初めて知りました。しかし「住めば都」とはよく言ったもので気がつけば高校野球で兵庫と同じくらいに滋





せきつい 脊椎センター開設のご挨拶

整形外科
おがわ

小川 貴大
たかひろ

近年は高齢化社会が到来し、腰痛や頸部痛、手足の痛みや痺れ、麻痺等の脊椎由来の症状を有する人が増加しております。

当院では2023年4月より彦根市立病院 脊椎センターを開設し、専門的な診察や検査が受けられるようにしました。脊椎疾患が疑われる患者さんは日本脊椎脊髄外科学会所属医師（指導医1名在籍）が中心となって診察を行っております。

■ 当院脊椎センター3つの強み

当脊椎センターの強みは主に3つございます。

1. 徹底した検査
痛み、しびれ、麻痺の原因神経が分かるまで画像検査やブロック検査。
2. 手術は最小侵襲で
局所麻酔下で8mm切開の内視鏡手術の導入。
3. 最新の医療技術
最新のナビゲーション機器、ステント治療、セメントスクリュー、頸椎人工椎間板手術等。詳細に説明していきます。

1. 徹底した検査

患者さんのニーズにお答えして詳細な検査を当院では行っておりますので、「希望の検査があれば気軽にお願いします。」ご希望の検査の有用性、リスクなども詳細に説明させていただきます。



最新の脊椎ナビゲーションシステムを導入

保存治療を基本としますが、当院では手術を行う場合は可能な限り最小侵襲を目指しております。最小侵襲の手術とはピンポイントで悪い部位を治すことです。つまり痛みの原因がピンポイントで分らなければ手術を行っても改善しません。そのため診断として詳細な画像検査神経根ブロック、椎間板ブロック、椎間関節ブロックといった検査を他の病院より重視しております。



神経の圧迫などが分かるMRI



痛みの原因神経を判明するための神経根ブロック



画像検査のみでは分からない腰痛を発見するための椎間板ブロック

2. 手術は最小侵襲で

今年度より腰椎椎間板ヘルニア、腰部脊柱管狭窄症に対する最小侵襲手術として、最先端の局所麻酔下全内視鏡下脊椎手術（Full-endoscopic spine surgery：FESS）を導入しました。特殊な技術が必要であるため、滋賀県において腰部脊柱管狭窄症に対してこの手術方法を行っているのは当院だけです。（2023年10月時点）

最大のメリットはなんとと言っても局所麻酔下においてわずか8mmの切開で手術が可能であることです。局所麻酔下の手術であるため術後2時間後には歩行が可能であり、また術後の創部痛も従来の手術（50〜60mmの皮膚切開）と比較し小さいため、超高齢者（80、90代の患者さん）や早期社会復帰が必要な患者さんでも安全に手術を受けることができます。当院では最短で手術翌日の退院が可能です。内視鏡は主に小川が担当しております。

手術は局所麻酔下に8mmの皮切で可能



全内視鏡下脊椎手術（Full-endoscopic spine surgery：FESS）

直径7mmの内視鏡を
当院では使用

3. 最新の医療技術

当院では保険適用がある最新の治療方法を導入しております。最新の脊椎ナビゲーション機器7mm径の脊椎内視鏡、手術としては経皮的椎体形成術（BKP：Balloon Kyphoplasty）やステント手術（VBS：Vertebral body Stenting）、頸椎人工椎間板、2023年から導入されたセメントスクリューなどの最新の治療法を取り入れております。

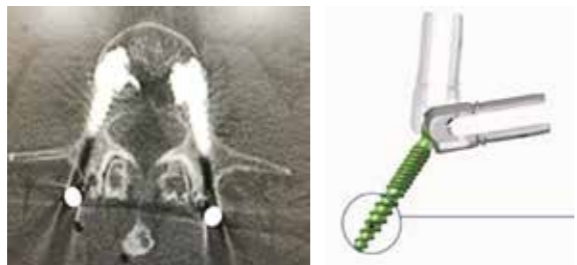
ステント手術

(VBS：Vertebral body Stenting)



骨折したせばねにステントを留置し安定化させ、ステント内に骨セメントを注入します。

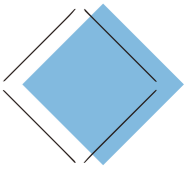
2023年から国内に導入されたセメントスクリュー



せばねを固定するために用いるスクリューから骨セメントを注入し弱い骨を補強します。

さいごに

脊椎疾患により生活に支障が生じている方や、疑いのある方がいらっしゃれば、かかりつけ医に相談し、ぜひ当センターへの受診を希望してください。今後も皆様のお力になれるように尽力いたしますので何卒よろしくごお願い申し上げます。



HAL®と歩む、その先へ

リハビリテーション科
西澤一馬 にしざわ かずま

令和5年4月よりHAL® (Hybrid Assistive Limb®) 自立支援用下肢タイプロが当院リハビリテーション科に導入されました。

リハビリテーションの現場では中枢、末梢神経麻痺や極度の筋力低下などで『歩く』ことが難しい患者さんがおられます。再び『歩く』ことを目指して、理学療法士が支援しながら日々、患者さんにはリハビリに励んでもらっています。しかし、神経麻痺の症状が重度であったり、複雑となっている場合、理学療法士の技術だけでは、適切に『歩く』練習が行えない場合があります。HAL®はこのようなケースで患者さんと理学療法士の両方を助けてくれる新しい外骨格ロボットのリハビリテーションツールです。

HAL®とは何でしょうか？

身体機能を改善・補助・拡張・再生することができる、世界初の装着型サイボーグです。人が体を動かそうとすると、その運動意思に従って脳から神経を通じて筋肉に信号が伝わり、その際微弱な「生体電位信号」が体表に漏れ出していきます。HAL®は、装着者の「生体電位信号」を皮膚に貼ったセンサーで検出し、意思に従った動作を実現します。(CYBERDYNE株式会社HPより一部抜粋)

HAL®を使ったリハビリテーションの実際
患者さんにはHAL®でのリハビリを始める前に事前準備が必要です。

患者さんの身体から歩こうとするときに発せられる「生体電位信号」を検出するために太ももやお尻、膝の周囲に電極の役割を果たすシールを計18個貼り付けます。専用のスポンに履き替えていただき車椅子に座ります。次に転倒防止やリハビリの負荷量調整のために腰にハーネスベルトを装着し免荷式歩行器で体を吊り上げ安定させます。

HAL®の機体を後方から装着、患者さんそれぞれの足の長さや姿勢アライメントに合わせて理学療法士が調整を行います。



ここまでの準備をして、いよいよHAL®でのリハビリが始まります。患者さんの生体電位信号を確認し理学療法士が運動麻痺の程度や患者さんのその日の調子に合わせてHAL®のアシスト設定を行います。患者さんの歩く意思に合わせてHAL®がアシストし、通常では歩くことが難しい方でも『歩く』を実現します。

繰り返される歩行運動は中枢神経系に作用し、学習され、本来の歩く神経回路が徐々に賦活されていきます。



どんな患者さんが適応ですか？

『歩く』を再び目指す患者さんです。
脳卒中を含む脳損傷後、脊髄損傷などの中枢神経障害や神経筋難病疾患、集中治療室での強い侵襲を伴う治療後に合併するICU-acquired weaknessと呼ばれる、重度の筋力低下を呈した患者さんにも有効な治療法と成り得ます。

今後の展望

HAL®の導入により始まった、新しく、先進的なニューロリハビリテーションは当院の理学療法士にとっても新たな取り組みです。患者さんへのより良い医学的リハビリテーションの提供を目指し理学療法部門を挙げて、精一杯取り組んでいく所存です。





サバイバーの方にインタビュー

※「サバイバー」とは治療中または治療後の人のことを言います。

福田さん

腰椎椎間板ヘルニアを発症され、腰と足の痛みから歩行が難しい状態になり、当院での内視鏡治療で歩けるようになるまで回復されました。現在も治療を続けられています。



今後の目標はありますか

運動ができるように早く回復して元の体型に戻すなど、やりたいことを自由にできるようになりたいです。

皆さんに伝えたいことはありますか

違和感があればすぐに病院に行って、自分が納得いく結果になるように詳細を全て伝え、恐れずに手術を受けることが大切だと思います。



リハビリされている様子

手術について

局所麻酔のおかげで、意識を失うことなく、説明を聞きながら手術を受けることができました。また、傷も数ミリでほとんど痛みがないため、手術後1時間で体を動かすこともできました。

※手術方法については5ページ参照

日常生活の変化

足の痺れがなくなり、杖を使わずとも歩けるようになるという劇的な変化が起きました。

口腔機能と健康

口腔機能には、大きく「食べる」「話す」などの役割があります。

口腔機能が低下する原因として、むし歯や歯周病、入れ歯が合わないといったものや、加齢によるもの、基礎疾患が関連するものなどがあり、それらが複合して起きることもあります。

口腔機能が低下し、食べることが大変になると、肉、魚介類、野菜、果物を摂取する量が減り、比較的食べやすい、炭水化物、穀類、菓子類、砂糖、塩の摂取量が増えるという報告があります。

その結果、ビタミン、ミネラル、タンパク質、食物繊維といった栄養素が不足し、運動機能や、生理機能を正常に保ちにくくするだけでなく、糖尿病や高血圧などの生活習慣病を誘発、重症化しやすくなるといった面も大きな問題とされています。

食事の量が減少すると、当然のことですが、体重や筋力の維持をするのもむずかしくなってきました。



口腔機能が低下していることを診断するために、

- ①口腔衛生状態、②口腔乾燥、③咬合力、④舌口唇運動機能、⑤舌圧、⑥咀嚼機能、⑦嚥下機能の7項目の診断基準がありますが、この中の3項目に該当すれば、口腔機能低下症となります。

まだ耳慣れない口腔機能低下症は、2022年4月に保険適用範囲が、65歳以上から50歳以上に拡大されました。口腔機能が徐々に衰えていく場合、自覚症状がないことも多いです。

診断基準の7項目の一つ、口腔衛生状態に関しては、舌苔の有無を3段階で評価するもので、ある程度セルフチェックが可能です。

普段から歯磨きの時などに、鏡で舌苔の付き方を確認するようにしておく、変化に気づきやすいでしょう。

「食べる」「話す」ことに支障をきたすと、人との繋がりに困難を感じるようになり、寝たきりや、認知機能低下のリスクまで高まります。

私たちの口腔機能と健康は、複雑に関わり合い、切っても切り離せないものです。

食べにくさや話しくさから、食欲や活動量が低下すると、栄養が偏ることから筋力が落ち、外出を避けがちになり、いっそう食欲が低下するといった悪

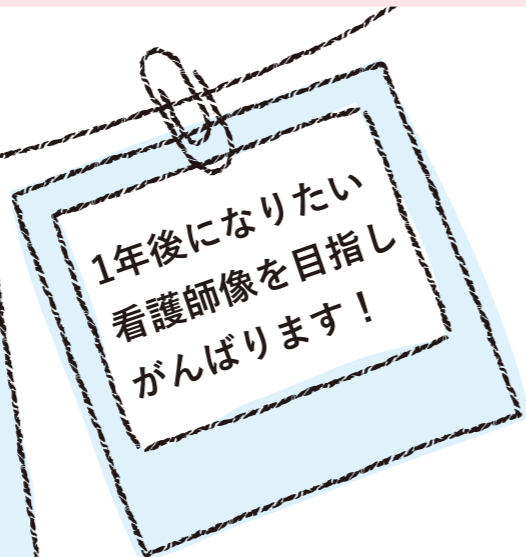
循環が生じます。

おいしく食事をする、楽しく会話をするということは、健康であることの重要なバロメーターになります。毎日、何気なくしている「食べる」「話す」機能は、本人が低下していることに気付くのはむずかしく、知らず知らずのうちに進行してしまいがちです。



口腔衛生科
西村 美由紀

看護部
だより



彦根市立病院 新人看護師
6ヶ月研修を修了しました！

新人看護師が入職して6ヶ月が経ちました。

新人看護師は日々患者さんや職員に支えられ、様々な経験や指導を受け成長しています。患者さんの「ありがとう」が心の支えになり、大変な仕事も頑張れます。まだまだ一人前ではありませんが、みなさんに支えられながら彦根市立病院の看護師として、地域に貢献できるようがんばります。

まだ社会人6ヶ月と経験も浅く「辛いこと」や「泣ける」こともあります。同期17名で助け合いながら1年後のなりたい看護師を目指し、がんばっています。これからも彦根市立病院 新人看護師の応援をよろしくお願いします。

彦根市立病院 新人看護師一同



彦根市立病院看護部 Instagram
はじめました！

新人看護師さんを中心とした日常の看護業務の様子や採用情報などを投稿しています！



彦根市立病院で診察を受けて

川上建司さん（彦根市在住）



2014年から2023年にかけて、日頃ネガティブなことを考えた時、プレッシャーを感じる度に「心臓発作もどき」が起こり、その回数を手帳に記録してきました。ただし、意識も直ぐに元に戻ることから、医師の診断も受けて長年放置してきました。

去る2023年9月2日、娘の結婚披露宴でのパーズンロードを娘と一緒に歩くりハーサル時に、「大切な本番での失敗は到底許されない」と手順を記憶するのに必死な気持ちになっていて、そのプレッシャーからか、一瞬気を失い後方に転倒しかけました。そのときは娘が必死に私を腕で支えようと、式場スタッフの方が慌てて椅子を持参してくださったため、大事には至らなかったようです。私はこのことを後から聞かされて驚く有様で、この間のこととは全く記憶も意識も無い状態でした。日頃の「心臓発作もどき」もこんな症状なのかとあらためて認識しました。

家族も心配し、翌日に2023年5月に彦根市立病院を退職され、開業された「かかりつけ医」で診察後、検査体制が充実する彦根市立病院の紹介状をもらい、中野院長に診察していただき、3日後に彦根市立病院にて検査入



院となりました。入院は実に9日間に亘りました。

その間、心電図、脳波、MR検査と続き、結果は心臓の機能自体に問題はないが、「てんかん」の疑いがあるとのこと、改めて退院後に同院の脳神経内科医の診察を受けることになりました。

脳波検査の結果、診断はやはり「てんかん」とのことで、「てんかん」に罹るのは小さい子どもと思っていたため、驚きました。

脳神経内科医から今後は車の運転は一切禁止であることや、長風呂も駄目であることなど説明を受けましたが、有難いことに現在は処方された薬にて

症状は落ち着いてきていて、先ずは安心です。

また、高齢化とともに忍び寄る病魔に早期に診察を受けるべきだったと反省した次第です。まだまだ余生を楽ししく、趣味等の息抜きをしながら更に生き抜きたいと願う私であり、今後とも彦根市立病院に通院して経過も見ていただくことになりました。

今回の入院では中野院長をはじめとする医師の方々、看護師の皆様には本当に親切な対応をしていただき感謝するとともに、配膳された病院内の3食がとても美味しく、日々の楽しみでもありました。

今後ともよろしく診察いただきたいという気持ちで一杯の私73歳の高齢者です。



てんかんの原因・症状

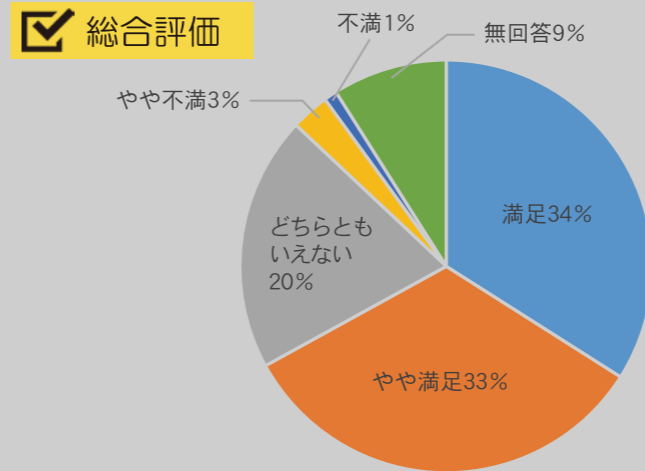
「てんかん」とは、「てんかん発作」を繰り返し起こす状態です。「てんかん発作」は、脳にある神経細胞の異常な電気活動により引き起こされる発作のことで、突発的に運動神経、感覚神経、自律神経、意識、高次脳機能などの神経系が異常に活動することで症状を出します。そのため、「てんかん発作」ではそれぞれの神経系に対応し、体の一部が固くなる（運動神経）、手足がしびれたり耳鳴りがしたりする（感覚神経）、動悸や吐き気を生じる（自律神経）、意識を失う、言葉が出にくくなる（高次脳機能）などのさまざまな症状を生じます。

患者満足度調査を実施しました！

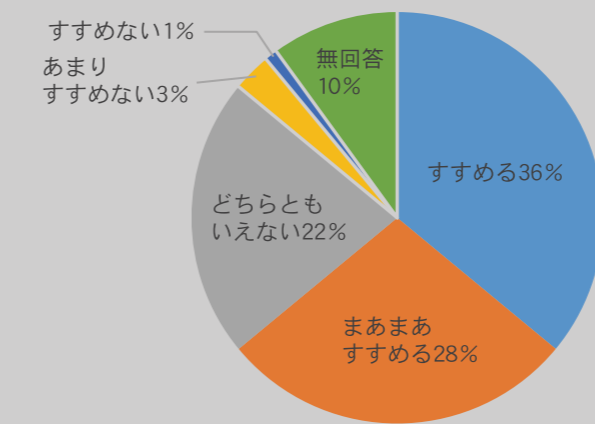


令和4年9月に外来・入院患者さんを対象に「令和4年度患者満足度調査」を実施しました。ご協力いただいた皆様、誠にありがとうございました。

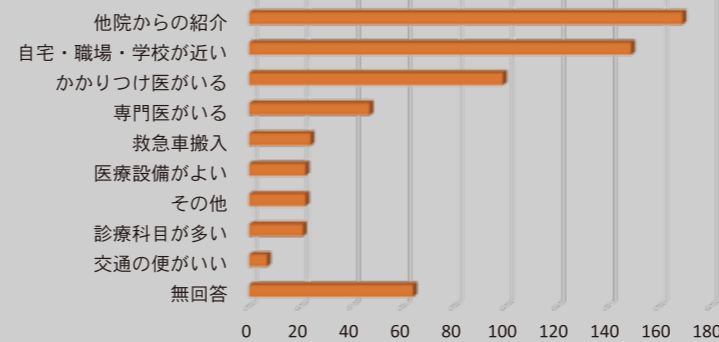
外来患者満足度 (回答者数619人)



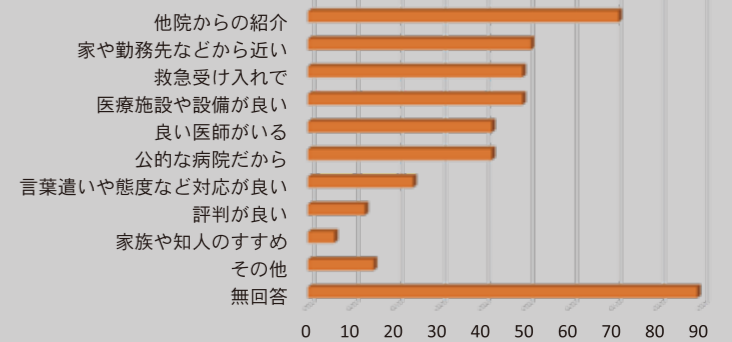
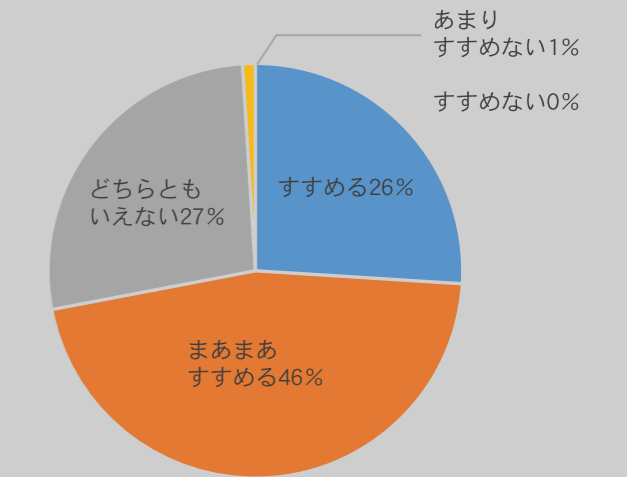
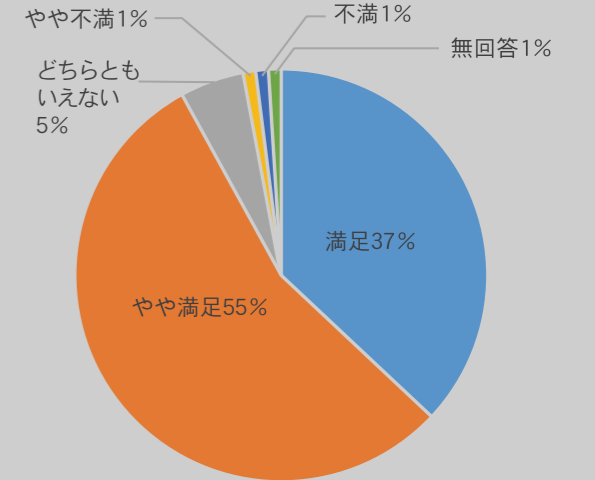
本院を知人等にすすめようと思いますか



本院を選ばれた理由は



入院患者満足度 (回答者数276人)



上記のほか、詳細な調査結果は、院内に掲示しています。

調査の結果やいただいたご意見を参考に、接遇の向上やサービスの充実を図り、患者さんの満足度の向上に努めてまいります。

ようこそ、栄養治療科へ ～旬の野菜を食べよう～



バターが
香る…

さつまいもの塩バターごはん

材料 (4～5人分)

- ごはん 2合
- さつまいも 中1本
- * 調味料 ***
- 塩 小さじ1
- 酒 大さじ2
- 水 適量
- バター 20g

作り方

- ①さつまいもはよく洗い、2cm角に切って10分ほど水にさらす。
- ②炊飯器に洗った米、塩、酒を加えて2合の目盛まで水を入れよく混ぜる。
- ③①のさつまいもの水を切り、②に加えて平らにならし通常通り炊飯する。
- ④炊き上がったら温かいうちにバターを加えて混ぜ、お皿に盛り付け完成。

さつまいもは200～300g程度がおすすめです。写真は300gのさつまいもを使用しています。さつまいもは切らずに丸ごと炊飯器に入れてもOKです。炊き上がったらしゃもじで崩しながら混ぜてください。

栄養量 (1人分)
 カロリー 316kcal
 塩分 1.1g

栄養豆知識

あなたの好みは何系？

しっとり系の鳴門金時やシルクスイート、ほくほく系の紅あずま、ねっとり系の安納芋や紅はるかなど、さつまいもは食感も種類もさまざま。ぜひ食感の違いを楽しんでみてください。ただし、茶碗1杯のごはんとさつまいも200gは同じ糖質量になります。芋類のおかずは1日1品までとし、食べすぎには注意しましょう。

季節の野菜の保存方法

きのこ類

- 冷蔵保存：**キッチンペーパーに包んで保存用袋へ。
保存期間≫1週間
- 冷凍保存：**軸を落として使いやすい大きさに切り、保存用袋に入れ平らにして冷凍庫へ。
保存期間≫約1ヶ月

きのこは洗うと風味が損なわれます。汚れは湿らせたキッチンペーパーなどで拭き取りましょう。

かぼちゃ

- 冷蔵保存：**すぐに使わない場合は種やわたを取り除き、ラップで包んで冷蔵庫へ。
保存期間≫約1週間
 - 冷凍保存：**使いやすい大きさに切り、1回分ずつラップに包み保存用袋に入れ冷凍庫へ。
保存期間≫約1ヶ月
- かぼちゃはかびやすいので水気は拭き取りましょう。

これであなたも10歳若返る!?

ロコモティブシンドロームを知っていますか？

リハビリテーション科
 よしだ かつし
 理学療法士 吉田 達志

✓ロコモティブシンドローム (ロコモ) とは？

私たちが身体を動かす際には、「運動器」という、筋肉や骨、神経や関節などの働きが連携することで、身体を自由に動かしています。これらの組織に1つでも障害が起きてしまうと、立ったり歩いたりするための身体能力が低下してしまいます。「運動器」の障害のために移動機能の低下をきたした状態を「**ロコモティブシンドローム (ロコモ)**」といいます。このロコモが進行すると介護が必要となることもあり、予防がとても大切です。

✓ロコチェックやってみよう！

運動器の障害は少しずつ進行するため、自分では気づかないことが多いです。日本整形外科学会が公開している、「**ロコチェック**」を使って簡単に確かめることができます。7つの項目はすべて、骨や関節、筋肉などの運動器が衰えているサインです。1つでも当てはまればロコモの心配があります。皆さんもぜひ「ロコチェック」を試してみてください。

<p>1</p> <p>片脚立ちで靴下がはけない</p>	<p>2</p> <p>家の中でつまずいたりすべったりする</p>	<p>3</p> <p>階段を上がるのに手すりが必要である</p>	<p>4</p> <p>家のやや重い仕事が困難である (掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)</p>
<p>5</p> <p>2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である (1ℓの牛乳パック2個程度)</p>	<p>6</p> <p>15分くらい続けて歩くことができない</p>	<p>7</p> <p>横断歩道を青信号で渡りきれない</p>	<p>1つでも当てはまればロコモの可能性あり</p>

引用) 日本整形外科学会公式 ロコモティブシンドローム予防啓発サイトより

ロコチェックの結果はどうでしたか？

1項目以上にチェックがある方は、年齢にかかわらず、生活習慣を見直し、日常で身体を動かす機会を心がける必要があります。

「片脚立ち」や「スクワット」の運動も、ロコモの予防トレーニングとして勧められています。毎日少しずつ、取り組んでみてください！

※現在治療中の方は、必ず医師の指示のもとで行うようにしてください。

「りらく彦根」再開しました！

りらく彦根はがん患者さんやそのご家族の交流の場です。がんと向き合っている者同士だから分かり合えることがあります。仲間と一緒に話し合っ、聞き合っ、泣いて笑って思いを分かち合いませんか。心をすこし軽くしてみませんか。

開催日：毎月第4火曜日

時間：13時30分～15時30分

場所：彦根市立病院 4階 図書室(都合により他の場所を使用することもありますので、下記へご確認ください。)



【お問い合わせ窓口】

彦根市立病院 4階 がん相談支援センター

電話 0749-22-6050(代表) Eメール gansoudan@municipal-hp.hikone.shiga.jp

ラ・フルール(花の会)メンバーと助っ人募集!

病院敷地内には数ヶ所の花壇があります。始めは1人の医師が、患者さんの心が癒えるように雑草を取り、花を植え、次第に手伝える人が増え花壇を整備してきました。

現在活動しているのは5名(男性2名、女性3名)で全員70～80代と体力的にも大変心細い状況です。

花壇を再生し、花や木々が少しでも患者さんの心の癒いになりますよう、年1～2回からでも助けていただければありがたいです。

・活動日 毎月第2、第4土曜日の午前

(上記ご都合の悪い方は各自で活動可能な日)

・活動内容 花壇の整備(エントランス、医療情報センター前両サイド 等)、木の剪定、羊のお世話

ご協力いただける方は下記連絡先までお願いいたします。

代表 西山(☎0749-35-2392) 中野(☎0749-23-3189)



緩和ケアかわら版

よい結婚生活を送るための秘訣

ある研究によると、結婚生活の初期の段階では言い争いをしない夫婦の方が満足度は高いのですが、三年後にも言い争いをしない夫婦は離婚に向かっている可能性が高いのだそうです。これは、口論や言い争いができない、もしくははじょうとなくなつたらそれはもう赤信号だからです。

では離婚に至らないために注意すべき点は何でしょうか。それは、以下の四つが重要であり、四つが揃うと、83.3%の確率で離婚することが予測できるというのです。一つ目が「人格に対する批判」です。「なんで」「ミを出してくれないの!」と言つのはよいのですが、「あなたって冷たい人!」と人格に関する批判はいけません。二つ目は「拒絶、無視、だんまり」です。口論や問題に対してだんまりを決め込んだり、無視したりするのも危険信号です。三つ目は「自己防衛」です。「問題は私ではなく、あなたにある」と伝えるような、自己防衛的な態度は状況を悪化させます。最後に、離婚の最



緩和ケア内科 部長
くろ まる たか はる
黒丸 尊 治

大の予測因子が「軽蔑」です。相手が自分よりも劣っていることを暗示するあらゆる言動のことで、罵る、嘲笑する、侮辱するなどです。

このようなことをしないためには、相手に対するある見方が大切になります。それは、相手が感情的に安定している「大人」だなどと期待しないことです。「大人」だと期待してしまうからこそ多くの問題が生じるのです。もちろん、自分自身もその意味では「大人」ではありません。そのような認識があれば、相手のことを大目にみられるので悪感情を抱くことも少なくなるというわけです。これがよい結婚生活を保つための秘訣です。

8 B 病棟



昨年猛暑が続く、ひときわぬ暑い日差しが照りつけておりましたが、皆様いかがお過ごしでしたか。季節も変わり、日ごとに寒さがつのってまいりました。

さて、8 B 病棟では巡る季節に合わせてその移ろいを味わっていただけるようイベントを企画しました。昨年8月には4年ぶりとなる夏祭りを開催することができました。夏祭りといえば屋台に盆踊り、花火など賑やかな風景が浮かんできますね。会場には車椅子やベッドごと移動し、たくさんのお患者さん

ん、ご家族様にご参加いただくことができました。また、栄養治療科と協力し、焼きそば、たこ焼き、フルーツポンチにかき氷と、夏祭りならではの食事をこ用意させていただきました。普段はアロマの香りで落ち着いた病棟が、ソーラの焼ける香ばしさに包まれます。食欲のない患者さんにも焼きそばやたこ焼きが大好評でたくさん召し上がっていただくことができました。また、ヨーヨー釣りにポール投げなどに参加された患者さんの童心に戻った笑顔ときたら!思わず素敵な笑顔とともにパシャリと記念撮影。彦根ばやしの前頭にはわいわいと賑やかな雰囲気の中、皆様の笑顔が輝く1日となりました。

来院時のマスク着用をお願いします

マスク着用に関して、厚生労働省より令和5年3月13日以降は「個人の判断」を基本とする方針が示されましたが、医療機関受診時や高齢者等の重症化リスクが高い方が多い施設につきましては、引き続きマスク着用が推奨されています。

当院におきましても、ご高齢の方や重症化リスクの高い方が非常に多く来院されることを踏まえ、引き続きマスクの着用をお願いいたします。



患者用Free Wi-Fiサービスを提供しています

外来・入院患者さんや付き添いの方が利用できる、Free Wi-Fiサービスを提供しています。利用いただける場所は、1・2階外来待合や4階から8階までのデイホールなどです。利用方法等については、QRコードからホームページをご覧ください。詳しくはこちらから

なお、本サービスは滋賀県無料Wi-Fi整備促進協議会が提供する「びわ湖Free Wi-Fi」を利用して提供するものです。



FMひこね放送中

彦根市立病院の紹介や医療情報をわかりやすく解説するラジオ番組「こころと体の放送室」をエフエムひこね(78.2MHz)で放送中です。当院のスタッフが出演しています。ぜひ、ご聴取ください。

ご聴取はこちらから



ご意見フォーム

広報誌「かがやき通信」に関する、ご意見やご感想をお待ちしております。「こんな話が聞きたい」「こんなことが知りたい」など、皆さまのご意見をお聞かせください。

いただいた貴重なご意見は、今後の広報誌作りの参考にさせていただきます。

※個別での回答は行っていません。

ご意見フォームはこちらから



編集後記

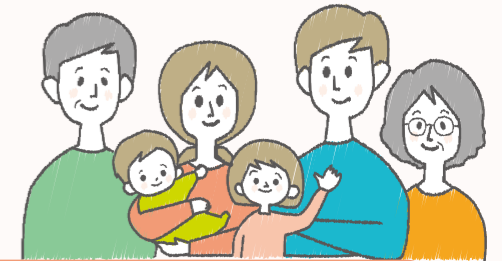
今冬は暖冬の子予想ということで、大雪に見舞われることなく、過ごしやすい冬になることを期待しております。

今号では脊椎センターの開設やロボットスーツの導入について特集記事を掲載しました。

新しい施設や機器の導入など、皆様に充実した医療を提供し続けられるよう尽力してまいります。



意見箱より



窓のブラインド修理してください。部屋が暗いです。

ブラインドの故障については、修理する場合には窓ごと取り替える必要があり、大掛かりな工事になるため、ロールカーテンを設置する方法で対応いたしました。ご不便をおかけして申し訳ございませんでした。不具合等のお気づきいただいたことがございましたら、近くのスタッフまでお声掛けください。

病室にWi-Fiを繋げて欲しい。



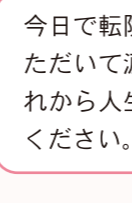
患者様向けのフリーWi-Fiにつきましては、令和4年11月1日より、各階デイホール、外来待合等でご利用いただける環境を整備いたしました。しかしながら、各病室へのフリーWi-Fi環境の整備につきましては、設備投資に多額の費用がかかることから、現時点では整備の予定はございません。ご利用されるスマートフォン等につきましては、患者さんご自身で契約中の通信サービスをご利用くださいますようお願い申し上げます。

お褒めの言葉

看護師さんと医師の連携プレーは素晴らしく、お陰様で体調も良くなり感謝をしています。



長い間本当にお世話になりました。長くて辛い治療でした。先生、看護師さん、助手さん、清掃員さん、薬剤師さんの皆さんに支えてもらって乗り越えることができました。入院したのがここで良かったです。ありがとうございました。



今日で転院します。本当にお世話になりました。看護師さんたちから親切に真心から接していただいて涙が出る思いです。患者さんの気持ちになって接しておられ、感心しました。私もこれから人生の教訓にしたいと思います。ありがとうございました。お身体お気を付けになってください。

