

ふれあい情報誌

みなみの

2021
34号

2021.4発行

Hospital Medicine Magazine Minamino



南野病院屋上からの風景 ～東～

つれづれ

院長所感「コロナ禍で徒然に思うこと」

院内感染防止対策「看護部の取り組み」

リハビリテーション科より「ポストコロナ時代のフレイル対策」

医療法人仁寿会

南野病院



基本理念

患者様に安全と安心と満足を提供します。

患者様の権利

●選べる権利 ●知る権利 ●参加する権利 ●自ら決める権利 ●プライバシーに関する権利



つれづれ コロナ禍で徒然に思うこと

南野病院 院長 南野 淳



多分この病院誌が発行される4月中旬頃、新型コロナウイルス感染症のワクチン接種で医療従事者の優先接種が始まり、大村市では高齢者優先接種もごく少数ですがワクチンが届き、施設などから順次接種を始める準備をしている頃かも知れません。政府は年内の早い段階で国民へのワクチン接種を打ち終えたいとしています。いずれワクチン接種はかなりの人口をカバーすることになるでしょう。

ワクチン接種が行き渡るとこのコロナ禍は速やかに収束し、皆さんのマスクや行動自粛の必要はなくなるのでしょうか？いつか新型コロナも通常の風邪の一部になると思いますが、数年は様々な対策を続ける必要は残ると思います（ニューノーマル）。

飲食店がさも感染源のような報道がなされていますが本当でしょうか？本当に危険なのは飲食店で「マスクを外し近距離で会話をする行為」ではないでしょうか？特に飲酒を伴う場合は守れない場面が多いと思います。令和3年1月福岡のカレー店が「黙食」のポスターを製作し、利用客に呼びかけを行ったと報道がありました。非常に良い取り組みだと思います。様々な飲食店でも採用する動きがあります。

換気を十分行い、客席間の距離を十分取るなど感染対策を採っている飲食店で、なるべく短時間の利用、食べる時は黙食、話すときはマスクを着用する事で、感染リスクをかなり下げることが出来ます。もちろん利用客全員が同様の行為を行っている前提です。

一部楽しみが少なくなりますが、安全性は上がります。

当院のスタッフは現在、感染について危険な場所、危険な行為を自粛し最大限注意を払っています。しかし同居されている家族まで同様の事を求めることは出来ません。簡単に濃厚接触者、接触者、もしくは不運な場合、陽性者となってしまう可能性はあるでしょう。このため当院では「感染者を出さないことは難しいですが、院内感染を最小限にとどめられるような」対策を採っています。感染対策教育や長崎県の健康管理アプリN-CHATの導入などが代表的な例になります。

現在政府の感染対策分科会は、いつも会っている方以外との接触自粛を呼びかけています。「久しぶりに誰々に会う」事が感染拡大の最大要因です。いつも会っている方だけに会う場合は感染拡大のスピードはゆっくりです。しかし「久しぶりの接触」は劇的に感染拡大のスピードを上げてしまいます。6次の隔たりをご存じでしょうか？誰とも重複しない22人の知人を迎ると6回で日本の人口を超えてしまうというものです。22の6乗が113,379,904と非常に単純化した考え方ですが、感染収束まで「久しぶりに誰かに会う」行為は出来るだけ避けた方が良いでしょう。

私たちは感染収束のために必要なあらゆる手段を実行していきます。新型コロナウイルス感染症ワクチンの接種事業も積極的に推進していきます。

看護部の取り組み

▶ 新型コロナ感染症により、院内の状況も一変した1年間でした。看護部では感染対策を徹底しながらも、患者様・ご家族様の気持ちに少しでも寄り添えるよう、工夫をしながら看護を行っています。

療養病棟では、各部屋・廊下の十分な換気と清拭消毒等を十分に行い、感染防止に努めています。スタッフは確実なマスク・ガウン着用と評価、手指消毒を徹底し、患者様の入院後2週間は、感染徴候がないか特に注意して観察を行っています。

面会制限で会えないご家族に代わり、誕生日カードや歌でお祝いしたり、ご家族やペットの写真を飾って、ご家族様とのつながりを保つようにしています。また洗濯物受け渡しの際に患者様の状況をお伝えし、ビデオ面会でお顔を見ながら会話していただくなど、ご家族様に少しでも安心していただけるよう配慮しています。



回復期病棟では生活動作リハビリのため、3食離床して食事をしています。ディールームでの食事の際は、飛沫感染を防ぐため、向かい合わせの席にならない工夫や、パーテーション使用などの対応を行っています。

また、スタッフも適切な防護具の着用、手洗い・手指消毒を徹底し、食事ケアを行っています。



一方、感染対策による面会制限で、患者様およびご家族様から不安や寂しさの声も聞かれます。そこで患者様のリハビリ風景や病棟での写真、ご家族様から頂いたメッセージや思い出の写真、スタッフからのメッセージなどをいれて誕生日カードを作成し、患者様にお渡しするなど、取り組みをおこなっています。患者様やご家族様には大変喜ばれています。



緩和ケア病棟でも、洗濯物の受け渡し時などに、ご家族様に患者様の様子をお話しています。

またお顔を見て話ができるように、病院のタブレット端末やご家族様のスマートフォンを用いたビデオ面会で、ご自宅と病室との対話をお手伝いしています。外出、外泊時にはご家族様と有意義な時間を過ごしていただけるよう、ご家庭での感染対策について説明するなど、各職種で協力しています。帰院された時の患者様の笑顔やご家族様の喜びも伝わり、今後も積極的に支援していきたいと思っています。

外泊中大切な家族を守るためにしていただきたいこと

コロナウイルス感染が増えてきています。自分が感染しているかもしれないと思って行動をお願いします。



ポストコロナ時代のフレイル対策

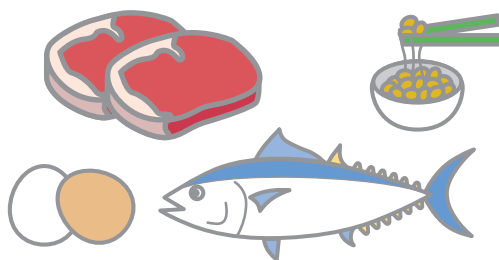
フレイルとは「加齢により**心身が衰えた状態**、虚弱」のことで、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の**中間**とされています。

予防に必要なことは、栄養状態を保ち、活動的な生活を送ることです。

しかし、コロナ禍で外出や活動を控えることで、筋肉の量の低下や人とのつながりが減少しフレイルを助長する懸念があります。コロナ禍であっても、なくても大切なことは**栄養・運動・人とのつながり**です。

① 栄養

筋肉の元となる**タンパク質**や筋肉の増強をサポートする**ビタミンD**も出来るだけ多く摂りましょう。ビタミンDはきのこ類、魚介類、卵に多く含まれます。



② 運動

一番のおすすめは**天気の良い日に人との距離**をとった上での**ウォーキング**です。日光を浴びることでビタミンDを作り出します。ご自宅内でも、スクワットや踏み台（階段）の昇り降りなど体調に合わせた運動を心がけましょう。

③ 人とのつながり

人とのつながりが少なくなると認知機能の低下や抑うつ傾向になりやすくなります。こんな時だからこそ家族や友人とちょっとした挨拶や会話を大切にして、電話やオンライン、手紙などを活用して**“人とつながり”**の機会を多く持ちましょう。



医療法人仁寿会
南野病院

〒856-0826
大村市東三城町33番地 TEL.0957-54-8800 (代) FAX.0957-54-8755
療養病棟／回復期リハビリテーション病棟／緩和ケア病棟
健診部 TEL.0957-54-5551 FAX.0957-54-8755
通所リハビリテーション / 訪問リハビリテーション **ゆ〜かり**

有料老人ホームほほえみ TEL.0957-47-8601 FAX.0957-47-8632
デイサービス ゆ〜かり TEL.0957-47-8606 FAX.0957-47-8607
ヘルパーST オリーブ TEL.0957-47-8857 FAX.0957-47-8858
居宅介護支援事業所 **コアラ** TEL.0957-53-3731 FAX.0957-53-3732
みなみの保育園 TEL.0957-56-8812 FAX.0957-56-8821

診療科目 ●内科 ●消化器科 ●放射線科 ●循環器科 ●リハビリテーション科
受付時間 月曜～金曜8:30～12:00

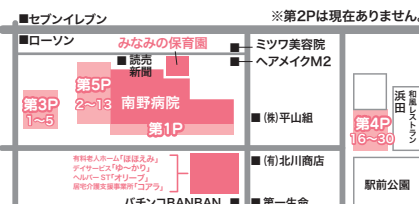
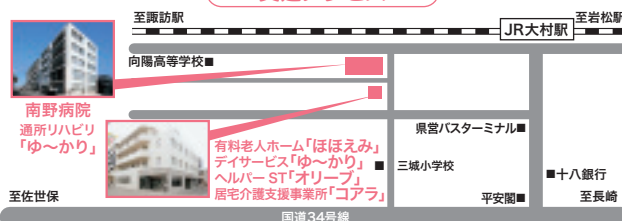


南野病院

検索

ホームページ <https://www.minamino-hosp.jp/index.html>

交通アクセス



駐車場のご案内

- 交通のご案内
- 県営バスターミナルより 徒歩2分
 - 大村駅から徒歩3分