

HOT NET

ほつとネット

Contents

P1 卷頭言

コロナ禍での新人看護師教育を担当して
副看護部長 吉谷地 明美

P2 特集

冠動脈MR Angiography(アンギオグラフィー)
～造影剤を使わない冠動脈検査～
中央放射線室 診療放射線技師 石川 剛

P3 診療科発

ミールラウンド 実践が勝負!
歯科口腔外科 主任医長 北川 栄二

P4 部門紹介

中央手術室
中央手術室 看護師長 菊池 摩佐代

P5 地域発

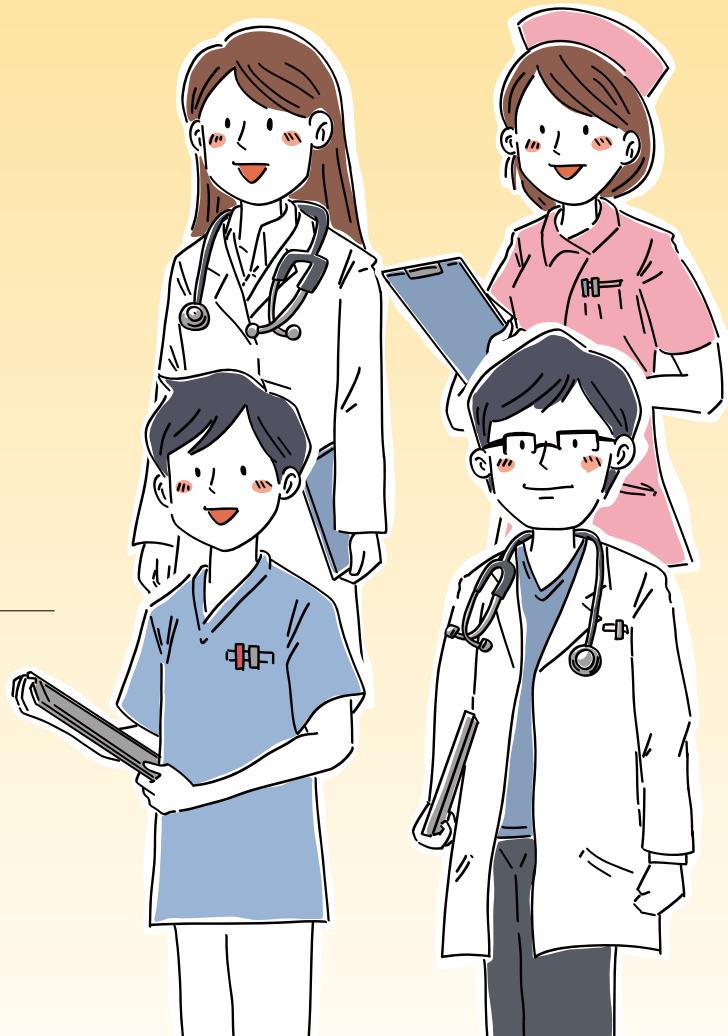
服部ファミリークリニック
院長 服部 晶子先生

P6 食堂 ひまわり

P6 セブンイレブンJR札幌病院店の紹介

JR札幌病院 間違い探しゲーム

ほつとネット55号当選者発表



JR札幌病院 基本理念

心の通う医療
信頼される医療
地域社会に貢献する医療

基本方針

1. 社会のニーズに合った専門的な医療を提供するよう、医療技術の向上に努めます。
2. 患者様の権利を尊重し、プライバシーを守ります。
3. 地域の各機関との連携を重視し、地域医療に貢献します。
4. JR北海道の職域病院として、社員・家族の健康増進に寄与します。



H29.10.6 日本医療機能評価機構より
3rdG : Ver.1.1の認定を受けました。

JR札幌病院
JR SAPPORO HOSPITAL

JR札幌病院
ホームページ
QRコード



巻頭言

コロナ禍での 新人看護師教育を担当して

新型コロナウイルス感染症による健康被害と日常生活への影響は、収束する目途も見えずにいます。ワクチン接種率がさらに進み、良い方向に向くことに期待したいですが、それも不確実で、皆さんもこれまでに経験したことがない“不安”と毎日隣り合わせでいるのではないかでしょうか。今年、院内の七夕の短冊には、“ふつうの生活がしたい”という私たち国民の願いが書かれていました。



私は現在、看護部で教育部門を担当しています。今年度も26名の看護師新採用者をお迎えすることができました。コロナ禍での新人看護師教育について少しお伝えしていきたいと思います。

今年4月、彼等は色々な意味で大変な医療・看護の世界に身を投じてくれた貴重な存在と認識しています。コロナの影響で学生中に体験するはずだった臨地実習(実際に病院などに行って実践的なケアを学習すること)が学内に移行したり、実習ができたとしても期間や時間を短縮して一部を行ったと聞いています。臨地実習は、机上で学んだ知識と技術、患者さんに対応する態度を、臨地で統合できる場です。上手くいったことも反省も、患者さんを通じて学べる唯一の時間ですが、新人の中には臨地経験が少ないことを、強く不安に思っている声が多くありました。私は教育を担当している立場で、教育委員会や配属部署でその気持ちを共有することから始めました。

看護部の新人教育は、教育委員会が年5回の集合研修を行い、配属部署ではプリセプターによるフォローとチームによるOJT(現場教育)を基本としています。集合研修は感染対策の観点で、場所・時間・人数の制限を設けて実施しました。新人にとって集合研修は、同期入社の仲間と交流の場であり、グループワークでは、色々な考え方を気づけるので、可能な限り研修を実施しました。また、実習不足の経緯を踏まえて、部署でのOJTを意識して対応してもらいました。患者に何と声をかけていいのか、自分に

何ができるのかを、実際に先輩看護師とのシャドーイングを通じて学び、振り返りを行ってもらいました。新人はできる事を、少しづつ増やしていきながら、成長できることを期待します。

毎年、新人看護師の入職後は部署主催の歓迎食会など、当たり前のように行っていましたが、コロナ禍の中ではできません。歓迎会などは共に働く仲間づくりには有効な手段でもあることから残念でなりません。

こんな時代だからこそ、人と人のつながりが人を助ける力となることを信じて、職場の雰囲気づくりを心掛けてほしいと思っています。例えば、仕事中の会話に、ユーモアというエッセンスを1滴講じてみるなど。

私は看護学校卒業後に初めて就職した病院で出会った先輩がそのユーモアの持ち主でした。先輩がいると、クスッという笑いが絶えず、何よりその瞬間気持ちが明るくなれました。時にはその人の良い所を、ユーモアを加えて褒めてもらいました。ユーモアは職場を活性化する大きな誘因になることを、若いながらも認識したことを覚えています。

「良い職場づくりは自分から!」是非、自分にできるエッセンスを講じてみてください。



副看護部長
吉谷地 明美



特集

冠動脈MR Angiography(アンギオグラフィー) ～造影剤を使わない冠動脈検査～



中央放射線室
診療放射線技師
石川 剛

当院のMRI検査は最新鋭のPHILIPS社製(オランダ)3T MRI装置により行っています。2021年3月のバージョンアップを経て、より綺麗に心臓を栄養する血管である冠動脈の撮像を行うことが出来るようになりましたので紹介を致します。

冠動脈MR Angiographyとは？

放射線被ばくや造影剤を用いることなく冠動脈(心臓を栄養する血管)を直接見ることのできる唯一の方法です。血管の走行異常の確認や血管が動脈硬化によって細くなっている状態を立体画像(3D)や血管画像(CPR)により診断を行います(Fig.1)。放射線や造影剤を用いることなく診断が可能なため、患者さんの身体や腎臓への負担が少なく、なおかつ心臓の病気の早期診断、早期治療に役立ちます。また、石灰化が映らないというMRIの特徴を生かし冠動脈CTで評価困難となるような高度石灰化の症例でも、血管を描出することが可能です。

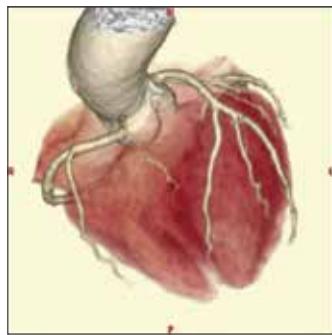


Fig.1 立体画像(3D)



血管画像(CPR)

一步進んだ検査、不安定プラーク精査

急性心筋梗塞や不安定狭心症は、冠動脈血管壁のプラークとよばれる塊が突然破綻し、血栓を形成し、血管が塞がれることで起こります。この「破綻しやすい危険なプラーク」を「不安定プラーク」と呼びます。不安定プラークは画像で見ると白く見えますが、冠動脈MR Angiographyでは血液自体が白く描出されてしまうため、不安定プラークが視認

しづらくなってしまいます(Fig.2)。そこで血液を黒く見せる撮影(冠動脈Black Blood)を追加することで不安定プラークが冠動脈に存在するかがわかります(Fig.3)。

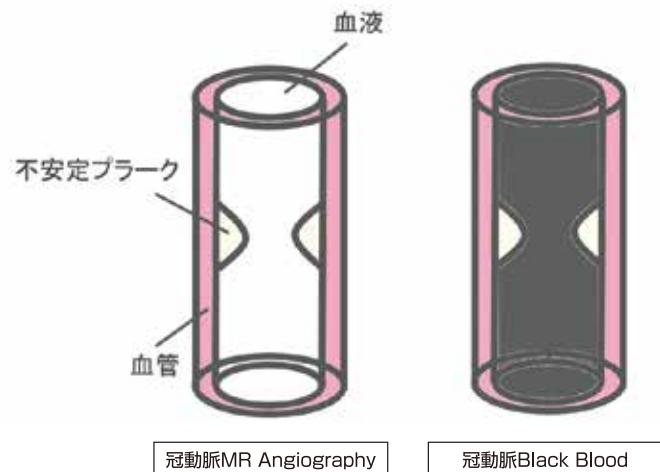
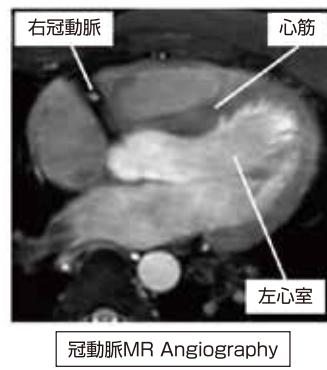
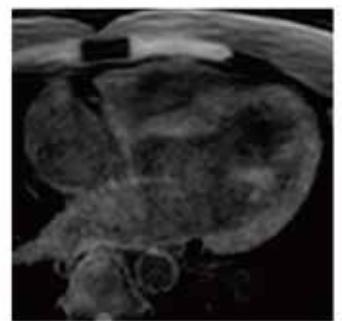


Fig.2 冠動脈MR Angiographyでは不安定プラークが認識困難
冠動脈Black Bloodでは明瞭にプラークを描出できる



冠動脈MR Angiography



冠動脈Black Blood

Fig.3 冠動脈MR Angiographyでは血液が白く見える
冠動脈Black Bloodでは血液が黒く見える

患者さんにとってより良い検査を

『被ばくがない』『造影剤を用いる必要がない』という点は患者さんの負担の軽減になります。このようなMRIの長所を最大限活かし、日々更新される新しい知識を蓄え、JR札幌病院の全ての患者さんに最新最善の画像を提供して参りますので宜しくお願い致します。

診療科発

ミールラウンド 実践が勝負!



歯科口腔外科
主任医長
北川 栄二

JR札幌病院では数年前から、摂食嚥下障害の診断・治療・リハビリテーションに多職種連携で積極的に取り組んでおり、特に『ミールラウンド』は重要な検査・評価手段として位置づけしています。

嚥下機能の代表的検査には、嚥下内視鏡、嚥下造影検査のような器具・機材を必要とする検査と、水飲みテストや唾液嚥下テストなど特別な機材を必要としない検査があります。勿論、お口や入れ歯の状態、喉の動きを観察することも必須事項です。これらの所見を総合して、嚥下機能を評価し、適切な姿勢や食種、補助手段などを決定します。

これらの基本的な検査結果が良くても、実際の食事中に食べこぼしたり、誤嚥したり、摂食嚥下に困難をきたすようであれば、正しい評価をしたとは言えません。『ミールラウンド』とは、**実際の食事場面を観察することです**。これを行うことで、実践的な評価が可能であり、治療やリハビリテーションの指針がその場で明確に決定できます。

例えば、長時間ベッドで過ごす方が、どの位の角度に体を起こして食事を摂るのが安全かつ摂取しやすいのか、実際の食事場面で評価できます。同時に頭、首の位置や角度が適切か？ 足底が固定されているか？ 体の傾きがないか？ ずり落ちがないか？ なども確認します。適切に姿勢調整をするだけで随分改善されることがあります。座って食事をされる方では、椅子の高さが重要です。足底が床についているのが望ましく、宙に浮いているようであれば、嚥下能力は低

下します。椅子やベッドの高さを調節したり、足の下に台を敷くなどの工夫が必要です。テーブルの高さも重要なポイントです。ゆったりと両肘がつく程度の高さが理想的です。子供の頃は、テーブルに肘をついて吃るのは行儀が悪いと叱られたのですが、筋力が低下した方では、むしろ肘が固定されるので推奨されることが多いのです。

摂食嚥下に関わる筋肉や各臓器の実際の機能も評価できます。入れ歯は機能しているか、咀嚼できているか、下顎はすりつぶし運動を伴っているか、舌の巧緻性、喉頭の動き、呼吸とのタイミングのずれ、むせや咳き込みの有無、嚥下のスピードなど評価する項目は多岐にわたります。現時点での機能に適した食種が提供されているか否かを含めて、多くの評価項目をその場で、しかも多職種のスタッフで検討します。当院では、歯科医師、耳鼻科医師、言語聴覚士、管理栄養士、看護師、歯科衛生士が立ち会うようにしています。それぞれの専門家としての目線で評価するのは勿論のこと、合議することで、最善策が導き出されます。また、ご家族や転所先施設の職員に同席していただくことも有意義なことと考えています。

JR札幌病院では、入院中の患者だけではなく、外来通院の患者にも摂食嚥下に関する診療体制を広げつつあります。一人でも多くの方に、安心・安全に食べる環境と食べる喜びを提供していきたいと思っています。



2019年11月19日 JR札幌病院摂食嚥下障害対策チーム主催の「完全側臥位法の講演会」にて
(前列右から2人目は北海道医療大学在宅歯科診療所所属、3人目4人目は札幌麻生脳神経外科所属の外部講師)



ミールラウンドの様子

部門紹介

中央手術室



中央手術室
看護師長
菊池 摩佐代

中央手術室は、外科・耳鼻科・整形外科・血管呼吸器外科・歯科口腔外科・婦人科・皮膚科・泌尿器科・眼科の9科の手術を行っています。

年間手術件数は、約2000件ですが、昨年は新型コロナウイルスの影響で手術を控えたため1600件程でした。

手術室のスタッフは、麻酔医5名と師長・主任を含む看護師20名・術前診察の補助をするクラークと使用物品の準備や手術室の清掃を行うエイドがいます。手術は、麻酔医・執刀医・助手医・器械出し看護師・外まわり看護師・臨床工学技士・放射線技師が携わり、多職種が協働して行われます。そして、手術が安全に安楽に受けられるよう良いチームワークで日々業務をしています。手術室は、機械が多く殺風景ではありますが、患者さんの緊張が増すことのないように、室内に音楽を流しています。また、スタッフは丁寧な言葉使いを心がけています。

では、手術を安全に受けていただくために、どのように看護師が、関わっているか紹介します。在院日数の短縮により、定期手術を受ける方は、前日または当日に入院されます。



手術室1



手術室スタッフ

ほとんどの方が、手術前日に麻酔医の術前診察を受け、その後手術室看護師が術前訪問を行います。

術前訪問では、手術に入る前の準備からどのように麻酔をするか、体位はどのようにするのか絵を用いたパンフレットで説明します。そこで、手術に対しての不安の軽減や状態把握を行っています。麻酔をするまでの間は、不安や緊張をやわらげられるように手術室看護師が、そばにいて声をかけています。

術中は、多職種と協働しながらスムーズに手術が進行するよう介助し、無理な体勢になっていないか、神経や皮膚に負担がないか隨時観察しています。

そして、手術後に病室訪問を行い、安全に手術を受けることができたか術後の状態を聞き確認しています。このように、手術前・術中・術後を通して、意識のあるなしに関わらず、安全に安楽な手術を受けられるよう努めています。



服部ファミリークリニック

院長 服部 晶子 先生



2003年3月、5年間勤務したJR札幌病院を退職し、同年4月に服部ファミリークリニックを、新琴似で開業いたしました。あつという間の18年でした。この度、JR札幌病院地域連携センターより、投稿の機会をいただいたので、日々考えていることを書いてみたいと思います。

近隣は高齢者の多い住宅地で、生活習慣病の治療が多く、家族ぐるみで来院されるなど、“町医者”としてのお付き合いです。この18年で変わったこと第一は、患者さんの高齢化です。18年前に想像したよりは、皆さんお元気ですが、問題点も出ています。

その1は、徐々にではありますが、確実にやってきた筋力低下

その2は、高齢夫婦2人も含めて、老人の独居

その3は、認知機能の低下

80歳になれば筋力の低下は当然のことと思われるでしょうが、日々の生活のためには大きな障害となります。さらに、腰痛などの痛みも廐用性障害に伴って出てきます。日頃、高血圧などの生活習慣病で通院されていますが、廐用性障害を防ぐための簡単な運動の指導もしています。介護予防という点に焦点を当てれば、現在は介護を必要とする疾患がなくても、希望するある一定の年齢以上の人には、一定の枠内であれば、主治医意見書なしで介護保険制度を利用できるよう制度を変えてもよいと思います。

独居老人の場合は、入浴中の事故、熱中症、家の中での転倒、意識消失などの時の対応などが問題となりま

す。本人にとって、心身の衰えは徐々に來るので、特に対応の必要性を感じていないことが多いと思われます。今は大丈夫だけれど、何かが起こった時の備えが必要と感じていただくのは案外難しく、1日に1度、誰かが（例えばお弁当屋さん）が訪ねてくれる生活、遠方のご家族と1週間に1回（例えばライン）連絡を取ることなどを提案しています。

認知機能の低下については、それぞれの病態により、進行の度合いが異なります。基本的には、“物忘れ外来”などの受診を勧めています。来院時に重要なことが伝わらない場合は、できれば家族の同伴をお願いしています。不可能な場合には、必要な時に家族と電話やメールで連絡をしています。

今回の、新型コロナウイルス感染症の流行で、これらの問題が大きく現れました。この2年の間に、外出を控え人との交流がなくなったため、筋力低下が進行し、認知機能の低下がみられる人も多くいます。早期に、新型コロナウイルス感染症の流行が終息しなければ、一度失った能力を取り戻すのは、高齢になればなるほど難しいと思います。幸い、ワクチン接種も進み、高齢者の気持ちや動きも少しづつ変化が見えているように思われます。空間的、時間的ソーシャルディスタンスを保ち、散歩などを楽しむようにと、お話ししています。

服部ファミリークリニック

〒001-0911 札幌市北区新琴似11条17丁目1-23

TEL 011-766-7767

院長 服部 晶子

診療科目 内科、麻酔科

診療時間 月～水・金曜日 9:00～13:00、14:00～17:00

土曜日 9:00～12:00(午前中のみ)

休診日 木曜日、日曜、祝日

食堂 ひまわり



「いつもご利用ありがとうございます。食堂ひまわりです。」

2009年8月新病院開院と同時に営業を開始いたしました。患者さん、ご家族の方、病院職員の皆さんにご利用いただきおかげで12年目の夏を迎えることができました。店名の由来はオープン当初、患者さん、病院職員の皆さんに公募した中から「見る人に元気や希望を与えるひまわりのような食堂に」という願いを込めて「食堂ひまわり」としてスタート致しました。

社員食堂、病院、高齢者施設などの給食委託業務を行っており、株式会社北海道グリーンハウスの女性スタッフ4名がお客様に安心して召し上がっていただけるよう、日々衛生管理を徹底し、美味しく、季節に合った料理の提供を心掛けております。



タコライス



従業員

数量限定の日替定食とかつ丼、カツカレーが人気メニューとなり、「おいしかったよ!」と声をかけて頂くことが一番の励みになります。

コロナ禍により、ご家族のお見舞いも対応できなくなり、淋しい思いをされている患者さん、日々大変な緊張の中で患者さんの回復に尽力されている医療スタッフの皆さんのが食を通してほっとできる場所となりますよう、今後もスタッフ一同笑顔とおふくろの味でお迎えしていきたいと思います。



セブンイレブンJR札幌病院店の紹介

当店は2012年4月にJR札幌病院1階にオープンし約9年半になります。

日本最大手のセブンイレブンならではの品揃えと宅急便の取り扱いや、公共料金の代金収納など様々なサービスの提供を行っております。

お店では入院されている患者さんが車いすでも快適にお買い物をして頂けるよう通路幅を広くしております。併せて入院生活に必要な日用品や衛生用品の種類も豊富に取り扱っています。また、毎週発売される新商品や様々なセール・キャンペーンを通して、日々業務に従事されている職員の皆さんに対して魅力あるお店づくりをモットーに日々営業しております。

当店からのオススメ情報のご案内です。

まず、これから季節にオススメしているのは、「冬ギフト」です。

昨年から続いているコロナ禍において中々人が集まれず、旅行などもいけない日々が続く中、お世話になった方への挨拶や自分自身への褒美にいかがでしょうか。



北は北海道各地から南は九州地方まで日本各地の名産を取り揃えております。まずはパンフレットをご覧ください。店頭にて無料でお持ちいただけます。

続いて、年末年始を華やかに彩るクリスマスケーキ・おせちのご案内です。

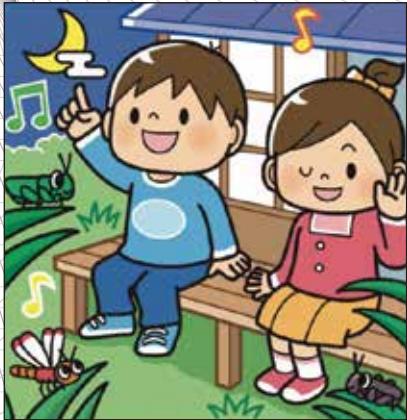
毎年恒例になっているサービスですが、定番商品と併せてその年毎に様々な芸能人の方とコラボを行っています。2020年のクリスマスケーキはKing&Princeさん、おせちは速水もこみちさん監修商品の登場など盛りだくさんの内容になっていました。

今年も魅力的な商品が色々ございます。こちらも店頭にあるパンフレット・チラシをぜひご覧ください。

これからも従業員一同、来店される全てのお客様に満足していただけるよう、安全安心な商品・サービスの提供、そして明るく・親切・丁寧な接客を心がけてまいりますので、よろしくお願い致します。

クイズに答えて
景品を当てよう!!

JR札幌病院 間違い探しゲーム



応募要項

応募期間:令和3年10月1日～10月31日

応募方法:応募用紙の写真の間違い箇所に○を入れ、地域医療連携センター前に設置の応募箱へご投函、又は、紙面上の写真を切り取って(コピーも可)○を記入し、住所・氏名を記載の上郵送でご応募ください。

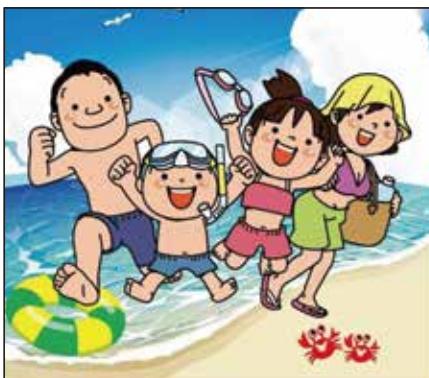
応募先:〒060-0033 札幌市中央区北3条東1丁目 JR札幌病院 地域医療連携センター

※氏名の公表を希望されない場合はペンネームを掲載いたします。

発表方法:広報誌『ほっとネット』紙面上にて発表いたします。

ほっとネット55号当選者発表

5つのまちがいは



応募総数 21人

抽選の結果、次の5名の方にクオカードをお送りいたします。
としちゃん 様、おゆきさん 様、かずくん 様、
みゅうみゅう 様、任三郎 様

編集後記

新型コロナウィルスをはじめ、感染症にからないためには、まず免疫力を高めることが重要だと言われています。

3つのポイントとして、『質の良い睡眠』『バランスの良い食事』『体を温かく保つ』が特に大切です。この3つのポイントを意識して、今年の冬を乗り越えていきましょう。(shiohito)

発行日／2021年10月1日

編集長／長谷川 徹

編集者／安藤 和馬・石澤 翼彦・大村 早代・小原 健太郎・河野 通晴
寺田 基・中澤 英之・藤原 和希

発行所／札幌市中央区北3条東1丁目

JR札幌病院 広報誌企画編集委員会

<https://hospital.jrhokkaido.co.jp/>