

山縣医院だより



YAMAGATA CLINIC 2017 No. 26

新年号



「1月15日 医院庭に初雪が降りました」

MENU

- ♪ ～ 2017 新年のご挨拶 ～
- ♪ ～ 新スタッフ紹介 ～
- ♪ ～ 高齢者のための運動 ～
- ♪ ～ 介護保険 通所リハビリ徒然日記 ～
- ♪ ～ 南風後記 ～
- ♪ ～ 山縣医院 アクセス ～



「皆さんおかげに気をつけて」

2017年 新年のご挨拶

(医) 南風会 山縣医院 山縣茂樹

新年あけまして、おめでとうございます。今年もよろしく願いいたします。

皆さまも年初に際し、昨年までを反省し今年目標など立てながら仕事や勉強などに臨んでおられることと思います、

さて今年山縣医院は、開業26年目を迎えています。早いものであつという間の4分の1世紀です。これまで運動器のケガや疾病を中心に診療に取り組んできましたが、25年の間には、開業当初は赤ちゃんや幼い子供だった患者さんが立派なおとなに成長されていたり、バリバリ仕事をしておられた方がいつの間にか高齢になり、病気や障害のために少し衰えてこられた姿を目の当たりにしてきました。

我が家を見ると母親が亡くなり、子ども達もみな成人し、開業後に生まれた末っ子も今春大学を卒業します。あつという間の25年でしたが、しっかりと時が刻まれています。私の診療姿勢には大きな変化はありませんが、刻んできた時の影響が若干出てきているように思います。“受け”の感覚が年寄りになってきており、患者さんの背景がみやすくなってきたと感じています。その反面、ついお話を聞き入ってしまい診療が遅くなり、待ち時間が長くなっていることもあります。可能な限りスピーディーに診療を進めたい、と思っていますが・・・(鈍くなってきている)

さて、当院では外来診療部門、リハビリテーション部門、介護保険のデイケア部門の3本の柱で、主に運動器の疾患や傷害の診断や治療、介護に関わっています。

外来ではより正確な診断を得るためにX線 CR 装置やMRIを早期より導入していますが、2年前には全身型骨塩測定器を取り入れ、増加している骨粗鬆症の診断・治療に力を入れています。また、看護師の一人が



「骨粗鬆症マネージャー」の資格を取得いたしました。診療はなるべくスピーディーにと心掛けていきますが、丁寧に慎重に行いたいと思いますので待ち時間が長くなった際にはご容赦ください。

リハビリ部門においては、今年も3人の理学療法士による運動療法と物理療法をさらに充実させていきたいと考えています。理学療法士は患者さんのニーズを正確に把握し、適切にゴール設定をして治療に当たりますが、よい姿勢の維持についての指導やそのための運動療法についても力を入れていきたいと思ひます。また、急性期の腰痛「ぎっくり腰」に対し新しい考え方で治療法として、プロテックという治療器を導入しました。これまで「ぎっくり腰」に対しては、「安静」が主体の初期治療に、より早い段階での治療アプローチが可能になりました。

2階で行っているデイケアですが、運動器専門の医療機関としての立場から、機能の維持、強化を図っていききたいと思ひますが、ただ単に運動機能を高めることだけを目標とした訓練ではなく個人個人にあった適切なゴールをしっかりと考えたうえで、通所リハビリテーションを提供していききたいと考えています。昨年はスタッフの一人がケア・マネージャーの資格を取りました。今後さらにきめこまやかな対応ができると思ひます。



26年目を迎えた今、これまでの診療経験から得た貴重なノウハウを生かすとともに、新しい知見も取り入れながら、今年もがんばっていききたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。



新スタッフ紹介!!

(H28)

- ① 趣味
- ② 好きな花
- ③ 自分を動物にたとえると
- ④ ひとこと

田城 まゆ子 さん (看護師)

- ① 旅行(最近は沖縄に行きました)
おいしい食べ物巡り
- ② ハイビスカス
- ③ 犬
- ④ 親切、気の利く看護師さん



モットーに頑張ります!!
よろしくお願ひします。

高齢者のための運動

何歳になっても筋力増強は可能です。もちろん若い方に比べると訓練の効果は小さく、効果が得られるには時間がかかります。

まずは身体を動かす習慣を身に付けましょう。

最初は簡単な運動から始めて徐々に運動量を増やします。きつい運動や痛い動きは続きません。

椅子に座って足踏みを行ったり、膝の曲げ伸ばし、爪先・かかとの上げ下ろしなどの運動が簡単で時間や場所を選びません。

次の段階としては椅子やベッドからの立ち上がりや片脚立ちなどです。

これらの運動は必ず転倒に注意しながら手摺りやテーブルなど、直ぐにつかまるものがあるような環境で行ってください。

このような運動を御自身の体調と相談しながら継続して行うようにしてください。

継続することで身体が動かしやすい、疲れにくいなどの効果を感じられるようになると思います。

理学療法士 石村 誠



エム アール アイ

M R I って何 ?

MRI 画像見本(背骨)

レントゲンは主に骨の状態を調べますが、
MRI は 骨の性質や軟部組織(椎間板・神経・筋肉など)の状態を調べることが可能です。

当院では、オープン型を設置しています。



整形外科は骨と関節の専門医です



わたしの骨はだいじょうぶかな ? と思ったら
当院で簡単に骨密度測定ができます。ご希望の方は
受付、看護師へお申し出下さい。

山縣医院では骨粗鬆症の診断、治療を行っています。



通所リハビリテーション 徒然日記

作品展



デイケアでは季節ごとのイベントを企画していますが、秋から始める作業療法としての「作品づくり」は時間をかけて行います。坐位の耐久性、持久力、手指の細かい動作、空間認知のトレーニング等目的もありますが、何よりも完成した作品を手にし、また御家族との会話につながる事が嬉しい取り組みです。

クリスマス会 & 忘年会では
スターが 親子で 参加



山縣医院の2階で、介護保険施設
デイケア(通所リハビリテーション)を併設
しています。

ご利用についてのご相談、見学等のご相談
は随時受け付けています。

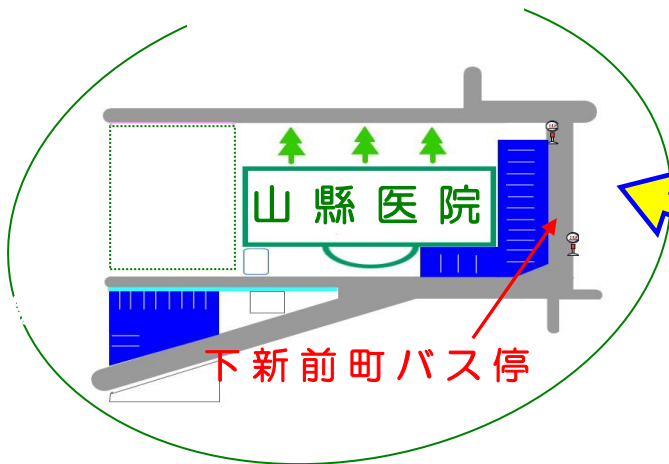
♪ もうじきアメリカでは第45代大統領にドナルド・トランプさんが就任されます。日本でも選挙戦から就任式までの様子が連日報道されていますが、その多くの情報はトランプさんの発信するツイッターからのようです。ツイッターのように一方向の情報発信は受けとり方もさまざま、ワイドショーなどで取り上げるには格好なのかもしれません。

♪ 医療の現場でも電子化、オンライン化などICTの波が押し寄せています。効率のよい診療を行う上で、確かに便利で有用なものと思われま。しかし一方で、患者さんの顔をほとんど見ることもなく、パソコン画面ばかりを見ている医師の話を耳にすることもあります。整形外科では患者さんのお話だけでなく、歩き方や起居動作等を含めて診療を進める必要があります。電子化の導入にあたっては十分な準備をしていく必要があると考えています。

♪ とはいえ、インターネットは欠かせない日常となり、ついネット通販に目を向けてしまいます。ネット依存にならないよう、自分の目・耳・鼻をきたえる一年にしたいと思っています。



駐車場案内



アクセス



診療	月	火	水	木	金	土
午前 午前9時00分 ~ 12時30分	○	○	○	○	○	○
午後 午後2時30分 ~ 6時30分	○	○	○	休	○	※ 2時00分 ~ 4時30分

休診 日曜、祝祭日、木曜日午後

※ 土曜日午後は 2時00分 ~ 4時30分

医療法人社団 南風会

山 縣 医 院



〒747-0834 防府市田島1092
TEL 0835-22-0246

山縣医院 ホームページ アドレス

整形外科

リハビリテーション科

通所リハビリテーション (デイケア)

MRI 設置

山縣医院 防府

検索

<http://www.yamagata-iin.com>