

花粉症について



また花粉症の季節が到来していますね。この時期へきえきしている方も多いのではないのでしょうか？今年は去年より花粉が多いと予測されているようですので、ご用心を。

スギやヒノキなどの花粉が入ってくると、その異物を外に追い出したり、入れまいと防御しようとして「くしゃみ、鼻みず、鼻づまり、涙」などが現れますが、アレルギー反応によってそれがひどく出てしまうのが「花粉症」です。

文／たたらリハビリテーション病院
光安佳恵医師



今や4人に1人が花粉症とも言われる国民病ですが、実は新しい病気で、急増したのは、戦後にたくさん植林されたスギが活発に花粉をまき散らす時期に来ているからだそうです。大気汚染や地球温暖化や食生活の変化によるアレルギーの増加も要因です。

治療は抗ヒスタミン薬などの飲み薬や点眼薬、点鼻薬があります。花粉が飛びはじめる前や症状が軽いうちに治療を始めると、症状を遅らせたり、軽くして楽に乗り切ることができます。花粉が舞っている間は継続することをおすすめします。他には花粉の抗原を少しずつ体内に取り入れて反応を弱めていくアレルギー免疫療法や鼻の粘膜を切除する手術療法などがあります。早めの治療でかしこく乗り切りましょう。

ちょっと知っていい話

背中を撫でる タッチケア

日常のストレスや不安の軽減、慢性の痛みの軽減や、認知症の周辺症状の改善などに効果が期待できます。

- ① いすの背やテーブルにもたれて、楽な姿勢をとります
- ② 両手のひらを背中にぴったりつけ、全体をなでます

- なで方① 背中の中真ん中から弧を描くように、背中全体をまんべんなくなでる
なで方② 肩、背中の一番外側のラインに沿ってなでる
なで方③ 腰の位置から首に向かって、ハートを描くようになでる

ポイントは、1秒間に5センチ程度のゆっくりとした動き。手のひらでアイロンをかけるようなイメージです。目安は1回10分程度。なでる側の人にも、オキシトシンが出ることが期待できます。ぜひお互いに、なでっこしてみてください。



心理テスト

道を歩いていると、段ボールに入っている子犬を見つけました。
世話をしあげたいその子犬はどんな様子ですか？

- ① 体調が悪そう
- ② 人懐こい
- ③ こっちをじっと見つめている
- ④ 元気だけど何匹もいる



>> 診断結果は3面へ

たたらリハビリテーション病院通信

みんなそろって

タラッタ

たたら

vol. 35
2017年3月号

第9回
2016年度

たたらリハビリテーション病院

TQM大会

2017年2月5日(日)

を開催しました

時折小雨の降る2月5日(日)、毎年恒例となった「第9回たたらリハビリテーション病院TQM大会」を開催しました。TQM大会とは、患者さんや利用者さんに提供する医療とケアの質の向上を目指して、各職場やチームが1年間テーマを設定して取り組んだ活動内容を発表する大会です。例年、院内2会場で開催していましたが、今年はいきいき八田地域交流スペースの1会場とし、時間を短縮して開催しました。

最初に、当院で開催している福岡市の受託事業「65才からの健康づくり教室」の紹介を健康運動指導士の山田耕平氏(医事課職員)が行い、参加者全員で頭と身体の運動、コグニサイズに挑戦、楽しく笑顔あふれるオープニングとなりました。

発表演題数は9演題と例年と比べて減少しましたが、どの演題も患者さんの入院生活の充実や満足度を上げるため、ケアの質を高める視点で取り組まれており、甲乙つけがたい内容でした。最優秀賞は、病棟



の外出企画で患者さんの笑顔が印象的だった演題名「FISH～あなたの笑顔が神ってる」(4階病棟)でした。

学習企画として、福岡県介護福祉士会主催の「ケアコンテスト」で優勝した4階病棟介護主任・濱名勇介護福祉士に

による実演報告を行い、模範演技による日常の介助について学習を深めました。2017年度の「ケアコンテスト」には当院の介護福祉士からのエントリの増加が期待されます。

ブレイクタイムは文化企画で、東京で歌手活動をしている「R!N(りん)ちゃん」のミニコンサートを開催し、可憐で透明感のある歌声に参加者一同、癒されるひとときとなりました。



2008年から毎年開催してきたTQM大会ですが、今後はHPH活動との一体化を図りながら、大会内容や開催頻度について見直しをしていく予定です。さらなる医療とケアの質の向上、安心して住み続けられる街づくりを目指して、職員一同、奮闘していく決意です。



発行元／たたらリハビリテーション病院広報委員会
〒813-0031 福岡市東区八田1-4-66
TEL 092-691-5508 FAX 092-691-5634 e-mail: info@tatara-reha.jp
http://www.tatara-reha.jp



たたらリハビリテーション病院は、日本医療機能評価機構認定病院です。

訪問診療を開始しています

たたらリハビリテーション病院は、2016年9月より199床の在宅療養支援病院となり、認知症や寝たきりなどで通院困難な患者さんのお宅に訪問して医療管理を行う訪問診療を10月から開始しています。

たたらリハビリテーション病院を退院された患者さんや連携する急性期病院、がん診療拠点病院、居宅介護支援事業所(ケアマネージャー)などからの紹介で、患者さんのご自宅や高齢者住宅などの施設に当院の4名の医師が、水曜日と金曜日の午後に訪問しています。緩和ケア病棟を持つ病院であるため、緩和ケア病棟を退院された患者さんや、がん診療拠点病院からの紹介など、がん患者さんの訪問診療も行っており、場合によってはご自宅で最後まで過ごすための看とりのサポートも行います。

—— 水曜日・午後 —— ——— 金曜日・午後 ———



平田 済院長 梶原敬義 医師 小野富士雄 副院長 瀧田麻佳 医師

また、たたらリハビリテーション病院では通所リハビリテーションや訪問リハビリテーションなどの介護



事業を実施しており、法人内には訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所もあり、密接な連携で医療・介護サービスが提供できる体制を整えています。かかりつけ医やケアマネージャーがおられる患者さんについては、主治医やケアマネージャーと連携をとりながら、日常生活機能が低下した時の機能向上のためのリハビリテーション入院やご家族の介護疲れをサポートするレスパイト入院など、在宅と病棟との連携で切れ目のない医療・介護を提供することができます。

住み慣れた地域で、ご自宅で安心して過ごすことができるよう、当院の医師、看護師、リハビリ技師をはじめスタッフが、全力でサポートしてまいります。

2017年度には医師体制を強化して、訪問コースの拡大を行っていく予定です。ご家族やご近所の方などでお困りのことがございましたら、お気軽にご相談ください。



外来診療について

当院の外来は月曜日から金曜日の午前診療を行っています。(受付11時30分まで)。風邪や腹痛などの急性期疾患をはじめ、慢性期疾患(高血圧症や心疾患、消化器疾患など)の管理を行い、1日約30名の患者数となっています。

特定健診やがんの早期発見のための大腸がん検診、前立腺がん検診を実施し、冬期の10月～12月はインフルエンザ予防接種も行っています。地域のかかりつけ医としての役割を発揮していくため、スタッフ一同、笑顔をもっとに頑張っていきたいと思ひます。



たたらひろば

「緩和ケア病棟の質の向上に対する取り組み」について
当院緩和ケア病棟が認証されました。

日本ホスピス緩和ケア協会は、「緩和ケア病棟の質の向上に対する取り組み」に対して認証制度を始めました。現在、日本ホスピス緩和ケア協会には、全国の緩和ケア病棟の約8割にあたる319施設が登録しています。そのうち167施設が今回の制度に申請し、161施設が認証されました。

「質の向上に対する取り組み」にあたっては以下の項目が求められました。

①施設概況・利用状況調査への取り組み

臨床指標を含む施設の状況や運営の状況について回答するものです。広く公開することにより、社会からの信頼につながります。

②自施設評価共有プログラムへの取り組み

多職種で自施設の評価を行い、チームで結果について話し合いを行い、ケアを見直し、問題点を見つけて、改善していこうという取り組みです。

③第三者評価、遺族調査への取り組み

日本医療機能評価機構の緩和ケア機能を受審するか、または遺族による評価(J-HOPEなど)を受け、第三者や遺族からの評価を謙虚に受け止めてケアに反映させる取り組みです。当院は、病院として医療機能評価の認定を受け、2019年には3回目の更新を迎えますので、その際には、緩和ケア機能も同時に受審する予定です。今回J-HOPEによる遺族調査に参加することにより、多くのご遺族の声を聞くことができ、今後のケアにいかしていくことができると感じました。

この認証を一つのステップとして、改めてケアの充実に努めて参ります。

(緩和ケア病棟／平田 済)



このテストでは、あなたが「ダメな男」、「ダメな女」に引く掛かるかどうかの「引く掛かり度」が分かります。

4面心理テストの診断結果

①を選んだあなたは30%の引く掛かり度は	②を選んだあなたは5%の引く掛かり度は	③を選んだあなたは90%の引く掛かり度は	④を選んだあなたは60%の引く掛かり度は
母性溢れるタメツで、困っ	ダメな異性に引くかか	押しに弱く、助けを求められ	ついついお節介を焼いて
ている相手を見えるように気	ることはほとんどない	ると嬉しくなって答えてしま	しまうタメツです。しっか
になりますか、その悩みが	でしよう。しっかり客観	お人好しタメツ。行き過ぎる	している分だけ、相手のこ
解決すると途端に興味が	的な判断ができるタメ	と都合のいい人になるので	と世話を焼こうと思っ
薄れます。	です。	要注意。	しまいます。