



北海道医療センターニュース

YAMANOTE

～地域で安心して暮らすために～

北海道医療センターの

地域医療連携室が

お手伝いします



患者様やご家族は、「患者」であるとともに「地域で暮らしている人々」です。病気の治療が終了すればそれぞれの地域に戻ることになります。疾病や障害によりそれまでの生活を営めない患者様は様々な医療・福祉・介護サービスを活用しながら生活を再構築します。そのニーズに合致したサービスが地域において提供されるよう、関係機関、関係職種等と連携し、地域の保健医療福祉システムづくりに参画しています。そのため、地域医療連携室職員が入院前から支援に入院後も病棟スタッフと協力し、一人ひとりの患者様の考えや想いに寄り添い安心して医療サービスが受けただけよう支援させていただいています。

また、地域医療連携室では医療福祉・介護に関する相談もお受けしております。医療福祉相談窓口では、専門の相談員（医療ソーシャルワーカーや看護師）が、入院・通院による患者様またはご家族の心配ごとや不安解決のご相談に応じています。

患者様が生活を送る上での様々な課題を予測し、その解決のために患者様やご家族の相談に応じ、介護、福祉サービス等の活用を促しながら解決へ向けて調整、支援を行います。社会生活を送る上で心理的、社会的問題や不安を抱えるようなときには、生活を送る上での様々な課題を予測し、その解決のために患者様やご家族の相談に応じ、介護、福祉サービス等の活用を促しながら解決へ向けての調整、支援を行います。様々な生活課題を解決できずに在宅生活を送ることが難しい場合やさらに治療を継続することが患者様やご家族にとって有益となる場合には、適切な療養生活を送ることができるように転院、入所先の選定に関する相談、調整を行っています。必要時に傷病手当金や障害年金、生活保護等の相談や手続き方法について説明、社会保障や福祉サービスの活用により経済的問題を解決することで、適切な診療を受けられるような支援も行っています。

一人ひとりの患者さんの支援を懇切丁寧におこない、皆様から信頼される連携室を目指していきます。（文：地域医療連携室副室長 白戸）



栄養管理室手作りおやつ



入院中の子供
たちに笑顔を！

栄養管理室では、月に1度小児患者様へ手作りのおやつを提供しています。

入院は普段の生活環境から離れ、行動や食事が大きく制限されます。また、検査や治療行為にも身体や精神に負担を伴うものがあり、子どもの受けるストレスは多大なものとなります。当院の小児科病棟では、入院期間が1ヵ月以上となる子もあり、上述の通りかなりのストレスを抱えている場合が多いです。

そこで、入院生活の中で少しでも特別感を感じてもらえたらと考え、病児の状態に合わせた手作りおやつの提供を始めました。手作りおやつの内容は焼き菓子やゼリーなど多岐にわたります。消化器疾患の子には消化に易しいおやつ、糖尿病がある子には血糖値への影響が少なくなるように糖質の量を調整、アレルギーがある子には乳製品や卵を使用しないなど、手作りだからこそできる、その子に合わせて材料や分量を調整したおやつを提供しています。また、夏には清涼感のある冷たいゼリー、ジャックオランタンの顔を描いたかぼちゃのカップケーキ、クリスマスはイチゴとクリームでできたサンタさんを添えたケーキ、バレンタインにはチョコレートブラウニーなど、入院生活の中でも季節感や行事を少しでも感じてもらえるような内容を心がけています。

実際に子ども達にはとても好評で、ご家族からも「作り方を教えて欲しい」などお言葉を頂いています。特にドーナツは人気であり病室に伺う度に、「また作って！」とお願いされたこともありました。また、手作りおやつがきっかけで食べてみようという意欲に繋がり、苦手な食感の食品を克服できたケースもありました。

今年度は、野菜を使用したおやつの提供を始めました。入院中の子ども達や、ご家族と関わる中で野菜が苦手な子が多数いることを実感しており、野菜を食べるきっかけにすることができたらと試行錯誤しています。今年の5月にはキャロットケーキを提供し、「にんじんが入っているなんて気がつかなかった！」と、嬉しいお言葉を頂きました。今後もこの活動を通じて、食育にも繋がればと考えています。（文：管理栄養士 金井・木谷）



クリスマスケーキ



ドーナツ



キャロットケーキ

運動時の「ちょうどいい」が見つかる！ CPX検査で安心・安全な運動をみつけましょう



心臓病疾患をお持ちの方で、体を動かすときにどのくらいの負荷をかけてもいいのか考えたことはありますか？今の運動時の負荷は過剰な負荷なのか、それとも負荷が足りていないか・・・。

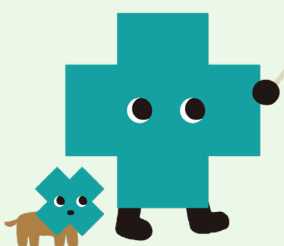
そんな悩みを解消するためのCPX検査を紹介します。

CPX検査は日本語で「心肺運動負荷試験」と言い、運動中の心臓と肺の機能を評価する検査です。

当院ではサイクルエルゴメーター型の検査機を導入しており、やり方はフェイスマスクを装着し、サイクルエルゴメーターと言われる、自転車を漕いでもらいます。自転車の負荷は徐々に重たくなり、最終的にどのくらいの負荷まで耐えられるのかを評価します。また、呼吸時に得られる酸素や二酸化炭素の量を評価し心電図を装着し心拍数や不整脈のチェックを行い、血圧計で血圧を測ります。評価結果から歩くときはどのくらいの心拍数で歩いた方がよいのか、血圧はどのくらいで管理した方がいいのか、日常生活の活動はどのくらいまで行えるのかが分かります。



例えば、CPXの評価から雪かきレベルの活動は難しいけど、ゆっくり階段を上るまでの活動は可能であったり、料理や洗濯しかできないと思っていても、ウォーキングや軽い筋トレは行っても大丈夫かなどが分かったり、過剰な運動の制限をすることや足りない運動を追加することに役立ちます。心臓の検査で代表される心エコーや、肺の検査の代表である呼吸機能検査はどちらも『安静時』の検査となります。CPXは、『運動中』の心臓や肺、筋肉の機能を総合的に評価します。



当院での検査は主に心臓病疾患の患者様を対象としており、循環器内科の医師が立ち合いのもと、安全にCPXを実施しております。心臓疾患の患者様に対して負荷をかけすぎるのはよくないのではないかとと思われる方もいらっしゃると思いますが、CPXを行い、安全な活動レベルを設定し、効果的な運動療法を指導しております。（文：理学療法士 安江）



まいにちから、
まんいちまで。

