

岩手県立軽米病院

地域医療福祉連携室だより

私たちは、地域に根ざした医療の実践と地域の保健・福祉との連携により、住民に信頼され親しまれる病院、地域づくりに貢献する病院を目指します。

軽米病院の基本理念

外来のご紹介

当院の外来は、軽米町を中心とした地域の皆さまの生活に寄り添い、糖尿病療養支援を外来機能の柱として取り組んでいます。糖尿病は長期にわたる自己管理が必要であり、外来での継続的な関わりが、重症化予防と療養継続の要となっています。

外来には糖尿病療養指導士が在籍しており、看護師による専門的な視点での日常生活の確認や療養支援を行っています。検査データだけでなく、食事内容や服薬状況、生活リズム、通院手段などを丁寧に確認しています。

高齢者や独居の患者さんが多い地域特性を踏まえ、**低血糖症状の有無や自己判断による服薬調整が行われていないかなど、日常生活に寄り添った支援を重視**しています。

受診時のスクリーニングを通して冬季の通院困難や体調不良による受診中断のリスクなどの生活上の課題を早期に把握し、地域医療福祉連携室の入退院支援看護師と情報を共有することで、訪問看護や介護サービス、施設との連携につなげています。



リハビリテーション技術科のご紹介

当院では理学療法士(PT)2名・作業療法士(OT)1名が所属しており、月に1回、午後より言語聴覚士(ST)が県立二戸病院より業務応援に来てもらい、主に入院患者のリハビリを行っています。

岩手県北地域の急性期病院の後方病院として慢性期医療を支えるとともに地域包括ケア病床では専従リハビリスタッフを中心として集中的なリハビリを行っています。



摂食嚥下チームについて

当院では二戸病院から言語聴覚士(ST)を招き、月に1回の「ST回診」を行っています。

▽専門的な視点で「安全な食事」の支援・調整

言語聴覚士は、飲み込み(嚥下)のリハビリテーションを担当しています。回診では一人ひとりの状態に合わせて以下のような調整を行っています。

食べる喜びの再開

- しばらく食事を控えていた方が、安全に食べ始められるか検討します。

「ちょうどいい」食形態

- 飲み込みの機能に応じて、誤嚥を防ぐ食形態へ調整します。

現場との情報共有へ

- 誤嚥しにくい姿勢(ポジショニング)や、安全な介助方法をスタッフへ直接指導します。

▽職種の垣根を越えた「ワンチーム」の支援

最大の特徴は、病院間の枠を越えた連携です。「最近、少し飲み込みにくそうだな」という現場の気づきをきっかけに、医師・看護師・管理栄養士・リハビリスタッフがそれぞれの専門知識を持ち寄り、言語聴覚士と共に最適なケアを決定します。

多職種が連携し、多角的な視点でチェックすることで、単に「栄養を摂る」だけでなく、「安全に、美味しく食べる」ための質の高いサポートが可能になっています。

▽地域と共に

「食べる」ことは生きる意欲に直結します。当院はこれからも地域医療機関との連携を深め患者さんの「食べたい」という想いに応える医療を提供してまいります。



リハビリスタッフからの【セルフケア実践レシピ】

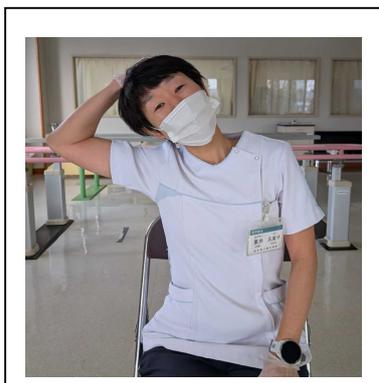
～仕事の合間の数分で心身を整える「能動的な調整」ガイド～

医療、福祉は多忙な業務において、私たちの心身は常に過酷な環境に置かれています。ここで提案したいのが、単に疲れたから横になるという「受動的な休息」ではなく、心身を自律的にアップデートする「能動的な調整(アクティブ・コンディショニング)」です。仕事の合間のわずかな時間、椅子に座ったまま行う数分のケアは、血流を劇的に改善し、自律神経を整えます。

椅子に座ったままできるリフレッシュ体操レシピ

① 首のストレッチ:

背筋を伸ばして座り、首を「前・後・左右側屈・左右回旋」の順に各5秒ずつ行います。



② 肩の挙上と脱力:

両肩を耳に近づけるようにグッとすくめて数秒キープし、一気に「ストン」と力を抜きます(10回目安)。

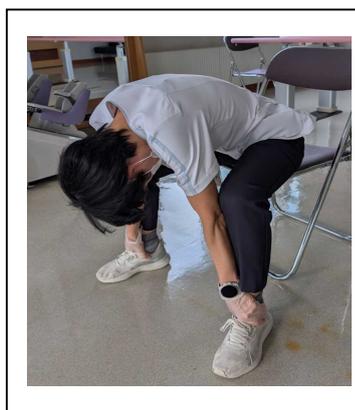


③ 肩甲骨の動的内転: 両肘を胸の高さに上げ、肩甲骨を寄せるように肘を後ろへ引きます。猫背を修正し、呼吸を深くします。



④ 椅子座り上体前屈:

椅子に浅く座り、足を広げます。息を吐きながらゆっくり上体を倒し、背部全体の筋膜を伸張させます。

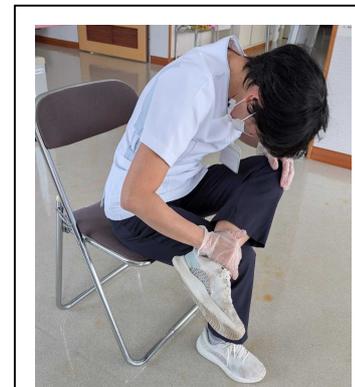


⑤ 体幹の回旋: 背もたれをガイドにし、呼吸を止めずに上半身を左右へ大きくねじります。



⑥ 臀筋(お尻)のストレッチ:

片方の足首を反対の膝に乗せ、背筋を伸ばしたまま上体を前に倒します。坐骨神経痛の予防に重要な梨状筋をほぐします。



フットケア外来のご紹介(要予約)



フットケア外来

開設日(週ごとに開設日が異なります)

第1週 月曜日・金曜日

第2週 火曜日

第3週 水曜日・金曜日

第4週 木曜日

フットケア外来では定期的に**足の観察や血流評価、爪切りなどのケア**を行います。セルフケア状況を確認し、小さな異常も見逃さず早期対応につなげることで、**足病変の発生予防、重症化予防に努めています**。運動機能障害、視力障害、認知障害などの身体状況がある場合の爪切りのサポートも可能ですので、ご相談いただければと思います。



岩手県立軽米病院

〒028-6302

岩手県九戸郡軽米町大字軽米 2-54-5

☎ (0195) 46-2411 FAX (0195) 46-3681

HP アドレス 『<http://www.karumai-hospital.net>』