

広報ちびるびると

8月1日発行
編集者：西野

今月からちゅうざん病院の各病棟・部署を紹介していきたいと思えます。

3A病棟紹介

副看護部長 仲西 壽美
リハ主任 理学療法士 照屋 聡

3A病棟は病棟担当医師一人、看護師十四人、介護士十四人、相談員(メディカルソーシャルワーカー・MSW)一人、管理栄養士一人、理学療法士(PT)七人、作業療法士(OT)五人、言語聴覚士(ST)一人の計四十四人で病棟に入院されている患者様を回復期リハ看護師(仲西 壽美)が先頭に立ち自宅復帰に向け病棟スタッフがチームとしてそれぞれの専門性を活かしてアフローチを行う回復期病棟です。若いスタッフも多く患者様の「人生の質」を考慮した上では専門的な知識・技術だけでは補えない部分があります。午前中に病棟の多くの患者様が参加する集団での「立ち上がり体操」を月曜日、土曜日に行っています。作業療法士が中心となり看護師・介護士とともに楽しみながら行っています。ここで我々スタッフだけでは活動性や活気向上が難しい患者様も患者様同士や時には患者様の家族の方々の声の掛け合いにより活動性・活気が徐々に向上していく事も多くみられます。チームでのアフローチという事で、多職種でのチームという事もありそれぞれの専門的視点からの考え方など情報を共有する為毎月チーム全体でミーティングを行っています。また、楽しく明るい職場作りもテーマ

に「Fish(フィッシュ)」を取り入れています。Fishとはフィッシュ哲学とも呼ばれ、アメリカ、シアトルのパイプ・フェイス魚市場で生まれた快適な職場環境作りの為、魚市場で働く従業員が仕事を楽しく取り組むと始めたものです。3A病棟は楽しく・明るい現場で「早くお家に帰りたい」という患者様の要望を叶える為、チームスタッフ一丸となっている病棟です。

回復期リハビリテーション病棟紹介

4A病棟 浜里まゆみ

当院の回復期リハビリテーション病棟は、五病棟百八十二床を有しています。スタッフ構成は看護師十七名、介護士十三名、理学療法士七名、作業療法士六名、言語治療士一名となっています。

社会復帰や、ADL能力向上による寝たきり防止・在宅復帰を目的に、医師・看護師・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士など様々な職種でチームを組み、リハビリテーションに取り組んでいます。回復期とは脳血管障害や骨折の手術・廃用症候群など急性期病院での治療を受け、病状が安定し始めた発症から一〜二か月のことをいいます。回復期といわれるこの時期に集中的なリハビリテーション訓練を行うことが最も効果的です。

今回は、五病棟あるうちの4A病棟の紹介を行っていきます。当病棟は四十二床であり、回復期リハビリ病棟の目的である在宅復帰・寝たきり防止を目指しています。また、病棟の目標として、転倒事故の減少や在宅復帰百分率を目標に患者さんのADL(日常生活動作)の向上を目指しています。今までできなかったことが、どのようにしたら出来るようになるか、在宅での患者さんの生活を想定し、患者さんやご家族にとって一番よい方法を考えるため、リハビリスタッフと週三回のチームカンファレンスを開き、患者さん自身が自立した生活が送れるようリハビリ総合実施計画書に沿って話し合いの場を持っています。また、できるADLと実際に行っているADLの差をなくすために、リハビリで

行っていることを病棟で早期に実践し、排泄動作訓練・歩行訓練に積極的に取り組んでいきます。また、最近新しく始めたこととして、理学療法士二名による週三回の早朝（朝食前）集団訓練を行っており、起床時間が早く、リハビリ意欲の高い患者さんを中心に平行棒を利用し立ち上がり訓練を行っています。このように、リハビリには患者さんの頑張りが一番大切ですが、私たちスタッフやご家族の励まし・協力もとても大切です。そのため、ご家族にも訓練で頑張っている患者の様子を見ていただきサポートしていただきたいと思います。

栄養課紹介

栄養課 田島隆次

栄養科は管理栄養士四名にて患者様一人一人に見合った栄養量を算出し、リハビリの効果を最大限生かせるように食事の面からサポートさせていただいています。何かお困りの事、相談したいことがありますたら、遠慮なくお声掛け下さい。

夏を乗り切れ！スパイシードライカレー

スパイシーな香りと味付けで、暑い夏でも食が進み暑さをのしきるためのスタミナ料理！煮込む手間も必要とせず簡単に調理でき、カレー粉の発汗作用や血流促進作用は夏の冷房病予防にも最適です。

【材料 1人前】

- ・精白米100g
- ・バター3g
- ・カレー粉1g
- ・干しブドウ10g
- ・牛もも赤肉ひき肉30g
- ・牛ひき肉30g
- ・玉ねぎ40g
- ・パプリカ 赤10g
- ・ピーマン10g
- ・しょうが0.5g
- ・ニンニク0.5g
- ・サラダ油1g

- ・食塩0.3g
- ・市販カレールー11g
- ・ホールトマト缶8g
- ・ウスターソース1.5g
- ・水50ml

- 1 米は通常より少なめの水加減にしてバターとカレー粉を入れて炊き上げる。
 - 2 炊き上がったご飯を15分ほど蒸らして湯通しした干しブドウを加えてふっくらと混ぜる。
 - 3 鍋にサラダ油を熱して、みじん切りにしたニンニクとしょうがを入れて風味をつけ、みじん切りのたまねぎを加え色が変わるまで炒める。
 - 4 3にひき肉を加え、肉の色が変わるまで炒め、食塩、市販のカレールー、ホールトマト缶、ウスターソース、水を加えて煮込み、汁けがなくなったら、最後にみじん切りにしたピーマン、赤パプリカを入れて仕上げ。
 - 5 器にご飯を盛り付け、上からドライカレーをかけて完成♪
- * 市販のルーをカレー粉に変更すると塩分調整もできます。
オクラやナスなど夏野菜をトッピングすると野菜もたくさん取れます。

