



はまなす季刊

医療法人はまなすHP ▶▶▶ <http://www.hamanasugeka.com>

医療法人
はまなす **篠路はまなすクリニック**

〒002-8024 札幌市北区篠路4条9丁目12番45号
TEL (011)776-3030・FAX (011)776-3001

医療法人
はまなす **はまなす医院**

〒061-3284 石狩市花畔4条1丁目141番地1
TEL (0133)64-6622・FAX (0133)64-6555



スマートフォンでの 健康管理

理事長 工藤 岳秋

近頃の携帯電話はスマートフォン（スマホ）と称して機能が通話にとどまらなくなりました。インターネット検索やメールはもとより、テレビの視聴、電子書籍、カーナビゲーションシステム、万歩計など多岐にわたります。現実の風景にスマホをかざしてアニメのキャラクターを捕獲するゲームなども流行しています。

医療関連でもスマホでの患者予備軍探しが実用化されつつあります。脈拍を定期的に自己測定することとで不整脈の兆しを検知したり、足裏から放出される皮膚ガスを計測して脂肪代謝の状態、酒気帯びの有無、水分補給の要否などを評価したりすることのできるアプリケーションが発表されています。

自分自身で手軽に身体の異変を察知し医療機関の早期受診につながるための手段は今後も色々と開発されることでしょう。しかし医師の診察がお粗末で重要な所見を見逃してしまうようであれば、それも無駄になってしまいます。

スマホを患者さんにかざすだけで診断が可能なアプリケーションは今のところ存在しませんので、私たちはこれからも地道に診断能力の向上を目指す必要があるとそうです。

腎臓とスイカ



副理事長
はまなす医院院長
工藤 立史

スイカは夏を代表するポピュラーな果物です。スイカというと、古くから「腎臓に良い食べ物」という考えが浸透し、「腎不全患者さんから「腎臓のために、たくさん食べています。」と言われることがあります。しかし、そのような時に採血を行うとカリウム値が高くなっているのをよく目にします。実は、スイカをはじめとしたカリウムを多く含む果物は、腎不全患者さんにとっては、体によいどころか、カリウムの蓄積を起こして命にかかわる危険な不整脈を発症する可能性があるのです。



南部アフリカに自生するスイカ

スイカは、その野生種が南アフリカの砂漠地帯に分布しており、原産地とされています(写真)。エジプトではスイカを描いた4千年前の壁画も見つかっています。アジアへは紀元前よりインドへ伝わり、11世紀にはシルクロード経由で中国へ伝来しました。

「西瓜^{シスイカ}」という名前はもともと中国のもので、中国から見て西域の中央アジアから伝わったことに由来します。日本へはいつ頃伝わったのか諸説ありますが、江戸時代の後期には広く全国に普及し、庶民の夏の風物として「一般的なものになりました。」

スイカは水分が90%を占め、カリウム等のミネラルや糖分が含まれています。熱中症の予防になりますし、カリウム摂取により体内の塩分を尿と一緒に排出します。また、スイカに含まれるシトルリンというアミノ酸が体内に吸収されるとアンモニアを無害な尿素に変換させて排泄するように働きます。腎臓の機能が良い人にとっては、尿が出やすくなり、塩分も排泄しやすくなるので、「腎臓に良い」というイメージがついている所以です。つまり、スイカは腎臓病に良いのではなく、腎臓病の『予防』に良いということになります。決して腎臓病が治るとか、食べて腎機能が回復するということはありませんので、注意が必要です。

このように、腎不全患者さんにとって、解釈を間違えると命を落としかねないスイカですが、全面的に禁止するわけではありません。カリウム値をみながら主治医とよく相談し、適度に摂取することを勧めます。

クリティカル勉強会を行いました

7月14日(木) 16時より石狩「りんくる」で北光記念病院感染制御室看護課長の村田弘美さんを招いて「クリティカル勉強会」が行われました。

篠路、石狩両職員が集まり感染に関することを学びました。具体的な事例や写真の掲載もありとても解り易い講義でした。この勉強会で学んだことを日頃の業務に活かされるよう日々努力したいと感じました。

(篠路看護師 近藤奈美)





会長主催

ガーデンパーティー



6月23日(木)今年もローズガーデンパーティーが会長宅で行われました。大勢のスタッフが参加し色々や形が様々な薔薇の素敵な香りや姿を見ながらシンギスカンや新鮮な魚介類を沢山頂きました。外でのバーベキューやビール等は最高で、みんなも日頃の疲れが吹き飛ばくらい思いつきり食べて呑みました。今から来年が楽しみです!!





Rosegarden
ローズガーデン





はまなすふぁみりー



2016 バーベキュー



2016.8.4 (★)

篠路で職員親睦のバーベキューを開催しました。
日々忙しい職員ですが、総勢60名
日常を忘れ、楽しいひと時を過ごしました★



診療案内

篠路はまなすクリニック

☎(011)776-3030

科名	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
一般外来	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで	工藤岳秋	工藤岳秋	工藤謙三	工藤岳秋	工藤岳秋	出張医	休診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで	工藤岳秋	工藤岳秋	出張医	工藤岳秋	工藤岳秋	休診	
腎臓内科	午前(9:00~12:00) ※受付12:00まで		川島圭介			工藤立史		
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで					工藤立史		

透析	月・水・金	(一部) 9:00~14:00 (二部) 14:00~21:00
	火・木・土	9:00~16:00

◆休診日/日曜日 祝日も外来診療を行っております
(診療時間はお電話で確認をお願い致します。)

はまなす医院

☎(0133)64-6622

科名	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
外科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで		工藤謙三	佐藤裕二		工藤謙三	横尾(第1・3) 神山(第2・4)	休診
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで		工藤謙三	佐藤裕二 (14:00まで)		工藤謙三	休診	
内科	午前(9:30~12:00) ※受付12:00まで	工藤立史		工藤立史	工藤立史			
	午後(13:30~17:00) ※受付16:45まで	工藤立史		工藤立史	工藤立史			

透析	月・水・金	(一部) 9:00~15:00 (二部) 13:00~17:00
	火・木・土	9:00~15:00

<患者様へお知らせ>
◆月・木曜日は午前9:00~9:30外科診療を行います(予約制)
◆火・金曜日に手術が入った場合、午後は外科から内科へ変更になることがあります
来院前にお電話でお問い合わせください
◆休診日/日曜日 ◆外科系救急当番(祝祭日のみ)…9:00~17:00

医療知識

熱中症の主な症状と対応

重症度

症状

対応

1



- めまい、立ちくらみがある
- 手足の筋肉が痛い
- 汗がふいてもふいても出てくる



涼しい場所へ移動し、水分、塩分を補給する。

2



- 頭がガンガンする(頭痛)
- 吐き気がする、吐く
- からだがダルい(倦怠感)



自分で水分、塩分をとれなければすぐに病院へ。

3



- 意識がない
- からだがかきつける(けいれん)
- 呼びかけに対し返事がおかしい
- 真っすぐに歩けない、走れない
- 高い体温である



すぐに救急車を呼び、首、わきの下、足の付け根などを水や氷で冷やしなから救急車を待つ。

熱中症の予防

①暑さを避ける

気温28℃以下、湿度60%以下では熱中症になりにくいとされています。外出時は、日陰を選んで歩き、室内ではエアコン、扇風機等を積極的に使って気温を下げましょう。

②服装の工夫

吸水性が高く速乾性に優れたポリエステル素材は汗の蒸発を促します。

③こまめな水分補給

時間を決めて意識的に飲水するようにします。水やお茶は塩分が少ないため注意が必要です。経口補水液といってスポーツドリンクより塩分がやや多めになっている飲み物が良いとされています。

年齢を重ねると「暑い」と感じにくくなること、体温調節が鈍ること、脱水に陥りやすいこと等の理由で熱中症を生じやすくなります。暑い日、暑い場所で頑張るすぎないことが予防には重要です。

編集委員が新しくなりました!!

前号のはまなす季刊82号より両医院で編集委員が新しくなりました。医院を代表して7名が、これからも楽しく役に立つはまなす季刊をお届け致します。また今年からは、はまなす医院の工藤立史院長にも参加して頂いております。



石狩増改築が順調にスタート



今年5月の地鎮祭を終え、
いよいよ基礎、工事が始まりました。
外来患者様、近隣住民の皆様には、騒音や振動等で
しばらくの間ご不便ご迷惑をお掛けしますが
ご理解を頂きたいお願い致します。



「医療法人はまなすが、北洋銀行の私募債(北洋医療福祉債)を利用」

※2016年6月3日 北海道経済記者クラブ加盟22社に対しニュースリリースされ北海道医療新聞、帝国データバンク、東京商工リサーチ等に掲載されました。

医療福祉債とは

医療福祉債は医療法人に融資を実行し、その返済を受ける権利を銀行からSPC(特定目的会社)に譲渡することで、SPCがその権利を裏付けとして発行する銀行保証付私募債です。

利用する為には、法人の規模、財務、収益内容等について厳しい基準を満たしていることが必要であることから、医療法人はまなすが「優良法人」として社会的評価がなされたとみなされます。

また、投資家からみると、「医療法人が確実に融資金を返済する経営体力を有するか否か」の判断基準となります。

当法人のメリットは

1. 間接的に債券発行のメリット(使途規制なし、無担保、固定長期低利率、適債基準なし)を享受できる。
2. 健全経営のPR効果が見込める。

(事務長 中辻博)

防火避難訓練が行われました

篠路はまなすクリニックでは、各人防火意識を高める為に年に2回以上防火避難訓練を実施しております。

今回は、7月7日(木)午後3時より既設棟の透析センター職員玄関となりのボイラー室からの出火を想定して訓練開始!職員を透析患者様に見立ててストレッチャー、車椅子での搬送も実施。安全な避難場所まで各人迅速に誘導し無事に避難完了しました。

避難完了を宣言し続いて「水消火器」による放水訓練を行いました。初めて消火器を操作する職員を対象に行いましたが、各人が「火災」を想定したカラーコーンを目標に真剣な眼差しで対応しておりました。今回は、設備管理をお願いしている(株)ヤマ商会様3名の立会のもと無事に行われました。

次回は、10月後半を予定しクリニック全体の訓練を実施致します。

(事務次長 鈴木孝行)



透析システムがいよいよ運用開始!!

最先端のコンピューター管理による透析支援システムが9月上旬に篠路はまなすクリニックにおいて運用が開始されます。設置に当たっては、今年1月に導入のための委員会が設立され、選考を重ねた結果、東レ社の「ミラクル」が選ばれました。

これまでメーカーの力を借りて勉強会を重ねてきましたが不明な点も多く、同じシステムを導入している施設の見学を行いました。私は、天使病院の透析室に赴き、臨床工学技士の立場から運用方法を学び、システムの機能を始め、問題点などもしっかり確認してきました。システム導入前後の変化を直接携わっている技士に聞くことができたのは何よりでした。

実際の運用面では、あらかじめ各患者様の透析条件をPCシステムに設定することによって、体重計に乗っただけですべての透析条件が計算され、それぞれの透析装置にその日の除水量などが自動送信されます。当日施行される注射や内服薬、必要とされる検査などもモニターに表示され、実施漏れを防ぐことができます。透析中の情報はリアルタイムでPCに送信され、スタッフはベッドから離れた場所からこれらを確認できます。そのほかとくに便利だと思ったのが物品管理でした。使用した物品の数量が自動計算され、週・月単位で管理されていました。

当法人でもいよいよ「ミラクル」を設置するにあたって、使いやすさを追究したシステムを構成し、より安全で、快適な医療がなされるように頑張っていきたいと思っております。

(臨床工学技士長 佐藤智久)

霊場の雉

Sさんとの出会いと別れ

毎年6月になると決まってSさんのことが思い出される。十数年前のことになるが、Sさんは、はまなす医院に長期間入院していた男性の透析患者さんであった。明治45年生まれ、戸籍によれば2度の結婚歴があったが、そのとき92歳の彼に身寄りはいなかった。

そもそも茨戸の老人ホームに住んでいたのが、慢性腎不全となって札幌市北区の某病院を経て、透析治療が必要になったために当院へやってきた。その後、4年間あまりの闘病生活のうちに心不全で亡くなられた。主人謙二の書いた死亡診断書によれば、平成15年6月3日の夜9時7分のことである。

彼の半生がどんなだったか、全くわからないが、医院の廊下などで見かける姿は、小柄で少しふっくらとした童顔に穏やかな笑みを浮かべていることが多かった。

少し失礼な言い方になるかもしれないけれど、スタッフに甘えながら、可愛がられるというふうに見受けられた。彼の闘病生活を見守った職員が、8人ほど、今なお在籍している。

Sさんは生前に遺言書を作成しておられた。中央信託銀行に保管されていた遺言書の内容は、生前にかかった税金などの諸費用を支払ったのち、残った分の半分を当院に寄付するというものだった。当初は全額を以前お世話になったK病院へ、ということだったのが、終の棲家が当院に変更になったために書き換えられたものである。

なくなられた翌日、よく晴れてはいたが風はヒリ

リとして肌を刺すように冷たかった。前日のお通夜に続いて、近くの斎場に職員が参会して野辺送りとなった。診療が始まる前の午前8時に告別式が行われ、院長、看護婦長、事務長、以下十数人によるささやかなお別れをした。

告別式が終わると、職員はみな仕事に向かわねばならず、頼みの事務長までが「奥さん、あとはお願ひします」と云って去ってしまい、気が付くと、Sさんと私だけが残されてしまった。50人ほどいたはずの従業員はすべて仕事で忙しそうで、時間を自由にできるのは、結局私一人しかいなかったのである。

斎場の車に乗った仏さんを追って、私は自分の車で火葬場に向かった。火葬場では穏やかそうな二人の職員に迎えられた。仕事やらだるうとは思って、和やかなその雰囲気の中に心ホッとしたことを覚えている。

小ぢんまりとした建物に入ると、目の前に祭壇があった。そこに用意してきたお花を飾って係の職員と一緒に最後の焼香を済ませるとSさんは分厚い鉄の扉の向こうへと消えた。いよいよお別れだった。「時間がかりますから、お散歩でもしてきてください。建物の裏のほうに上がっていくと海が見えてきれいですよ。雉もいますよ。」

畳敷きの家族待合室に一人ぼつねんと待っているのもシチュエーションとしては寂しすぎる。所在ないままに、職員の言葉を受けて外へ出た。

ひんやりとした空気の中を、歩き始めたはまなすの花に目をやりながら、裏手に続く道をたどっていくと、突然視界が開けた。丘の上と思しき小高いところに立つと、眼下に朝の光を受けて眩しい海が広がっていた。真っ青なキラキラと輝く日本海である。

あまりの美しさに息をのんだ。遠景に見とれているのもつかの間、目の前になんと極彩色のオスの雉が一羽現れたのである。首筋から背中にかけて緑がかかった青色に輝き、頬が紅色に染まっている。青い海とおしゃれな雉。まさか演出したわけでもなかるうに、すべては火葬場の職員の言った通りになった。そしてこの瞬間、私の中でそれまで続いていた緊張が、ほっと一息ほどけたのである。

一時間半ほどの時を経てお骨を拾った。親切な職員の助けを借りて骨壺に収めたのち、心からお礼を述べて帰途についた。車の助手席に鎮座したSさんは時折コリンコリンと音を立てた。

Sさんは平岸霊園の合同納骨塚にまつられることになった。そこは札幌市民以外に適応がなかったため、新川に在住していた私の住民票を使って入居許可を得た。当時石狩市には無縁墓がなかったのである。

納骨堂は街の明かりがよく見える高台にあり、周りがぎっしりと住宅に囲まれていて寂しい感じがせず、心が安らぐ思いがした。お堂の中にはたくさんのお仲間が眠っており、心から成仏を祈った。

それから数年の間、6月3日の命日のほか、8月のお盆と9月のお彼岸に、地下鉄を利用してお参りをした。後年石狩市の現在地に転居してからは疎遠になってしまったけれど、地下鉄内で「霊園前」という駅名を見るたびに心が疼いたものである。いまは「霊園前」という名称も「南平岸」となり、Sさんも遠い存在になってしまった。彼の遺品の一つに金銀、黒からなる小さな珠をつないだ一連のネックレスがあって、我が家の仏壇の引き出しの中で、唯一、Sさんをしのぶよすがになっている。