

# 伊東市民病院で ございます。

Vol.18



病院長就任インタビュー  
病院長 渡邊 安里



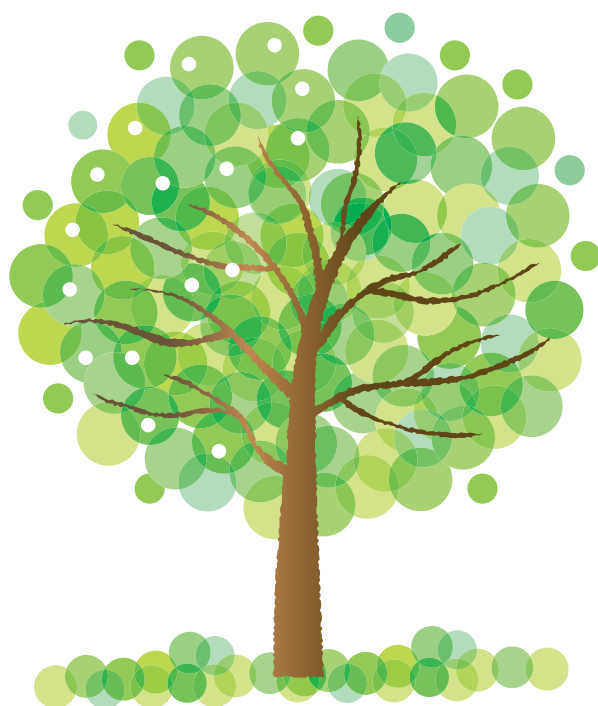
すこやか健康講座

No1. あなたの皮膚は大丈夫!?  
「スキンテア(皮膚裂傷)」を  
予防しましょう!

No2. 食事中の正しい姿勢



地域医療連携室便り  
～令和2年度認知症疾患  
医療センター実績報告～



病院理念：市民の生命と健康と生活を守り地域発展に寄与します



## 医師PROFILE

生年月日: 昭和26年11月16日  
出身地: 静岡県静岡市(旧清水市)  
担当診療科: 整形外科  
出身校: 順天堂大学  
趣味: ゴルフ

**病院長就任の意気込みをどうぞ！**

若い先生に「ここに残りたい」と思わせる魅力がある病院を目指したいです。現状としては、若い先生たちは短期間の方が多いんですよ。確かに、最先端の医療技術の取得を目指している彼らが大都市へ集中するのは当たり前だと思いますが、それでも僕は、地域に根差した医療の魅力を発信したいな、と思っています。

**医師を志した理由は何ですか？**

以前にも同じ話をしましたが、両親が共に医師の家系で、みんなから医師になるものだど期待されていたこと、父方の祖母が小さな田舎町で、人力車に乗って赤ひげ先生のような医療活動をしていたので、なんとなく憧れていた、という感じですかね。

**地域の皆さんにメッセージをお願いいたします。**

今までどおり、気を引き締めて診察していきたいと思っています。病院長になったということと、より一層責任を感じています。月並みな言葉ですが、健康に留意して、地域の皆さんのために医療を続けられるよう、一步一步前に進んでいきたいです。

## 地域の皆さんのために医療を続けられるよう 前に進んでいきたい

**新病院長について  
現場で働く看護師に  
話を聞いてみました**

**病棟看護師より**

渡邊先生は、毎日朝早くから病棟に上がって、患者さん一人一人に笑顔で挨拶をしています。休日や夜間等も病棟に来て、緊急入院の有無や手術した患者さんの状態について確認されているので、本当に仕事熱心だな、と感じます。

**手術室看護師より**

一日に何件も手術が重なったり、手術が長時間にわたったりすると本当は大変だと思えますが、渡邊先生は『早く手術してあげたいんだよ』と言って、いつもエネルギーギッシュに手術に望んでおられます。とても患者さん想いです。

**外来看護師より**

毎日多くの患者さんと向き合う渡邊先生ですが、患者さん一人一人と笑顔で丁寧な話をしている姿が印象的で、頭が下がります。



# あなたの皮膚は大丈夫!?

## 「スキンテア(皮膚裂傷)」を予防しましょう!

「痛いと思ったら・・・知らない間に傷ができています!」こんなことはありませんか?数年前から、介護や医療の現場では“スキンテア(皮膚裂傷)”が注目されています。加齢や病気の治療、栄養不足などで、皮膚は弱く傷つきやすくなってしまいうため、日常の何気ない動作でもスキンテアは起こってしまいます。少しの摩擦やずれによって皮膚が裂けてしまうため、自宅介護などの際にもとても起こりやすい傷です。弱くなった皮膚は何度もスキンテアを繰り返す場合があるので、予防が大切です。

### 当てはまったら要注意! 皮膚の弱さチェック

- 長期間ステロイド薬や抗凝固剤を内服している
- 屋外での作業が多かった
- 抗がん剤などをしていた
- 透析をしている
- 放射線療法をしていた
- 食事がきちんと摂れない
- 肌が乾燥している
- むくみがある



## 予防するにはどうしたらいいの?

- 1 手や足にできやすいため、保護の目的でなるべく長袖・長ズボンを着用しましょう。また、締め付けの強いものは避けましょう。
- 2 周囲の環境を整え、転んだり、ぶつかったりするのを避けましょう。
- 3 体を洗う際は、石鹸を十分泡立ててから手で滑らすように洗い、水分はやさしく抑えながら拭きましょう。
- 4 予防には保湿が有効なので、低刺激性のローションタイプで伸びの良い保湿剤などを1日2回以上塗るとよいでしょう。
- 5 食事をしっかり摂りましょう。

## もしもスキンテア(皮膚裂傷)が起こってしまったら?

- 1 圧迫して血を止めましょう。
- 2 消毒せずに、流水で洗い流しましょう。
- 3 ワセリンや傷がくっつきにくいガーゼ(非固着性ガーゼ)を購入して使用しましょう。
- 4 医療用テープは貼らずに、包帯などでやさしく保護しましょう。
- 5 医療者に相談しましょう。

もしこのような状況に直面した場合、介護や看護の際は体や衣服を引っ張らないことと、手足は下から支えて掴まないことなども大切です。

# 意識してみよう！食事中の正しい姿勢

食事をするということは、普段の生活になくはならないことで、また、楽しみでもあったりしますね。しかし、食べるときに噛む回数やタイミング、姿勢を意識していますか？  
噛む回数が少なかったり、飲み込むタイミングや姿勢がおかしかったりすると、のどに詰まらせたり、誤嚥ごえんしてしまうかもしれません。今回は、食事の姿勢のポイントを押さえておきましょう。

## むせないための食事の姿勢 3つのポイント

### 1 顔はまっすぐ前を向く

特に食べ物を口に運んだあと、視線が下向きにならないようにしましょう。

### 2 背筋を伸ばし猫背にならない

手元を見るときでも、体全体が下向きにならないようにしましょう。

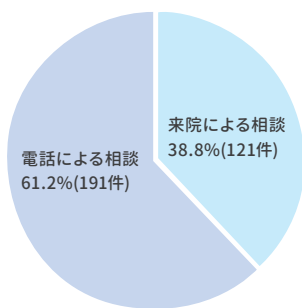
### 3 足の裏をしっかり床につける

踏ん張れるようにしないと、体全体に力が入りにくくなります。

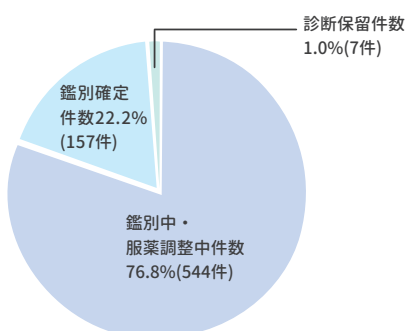


## 地域医療連携室便り 令和2年度認知症疾患医療センター実績報告

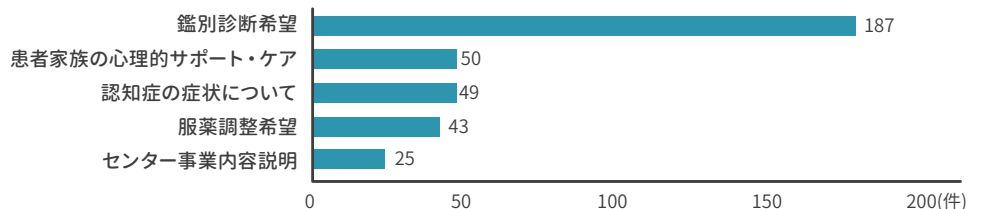
専門医療相談件数=312件



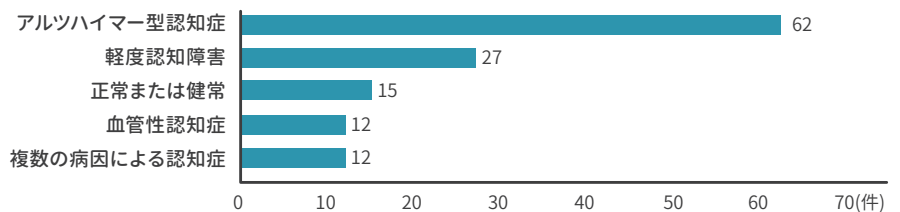
認知症疾患に係る外来件数=708件



相談内容別内訳上位5項目



鑑別確定件数内訳上位5項目



実施検査件数上位5項目

