



皆で守る医療安全

副院長（麻酔科・ペインクリニック） 宇野 武 司



医療が有益であり、危険でもあるということは、いろんな経験を積重ね、身を持って悟らねばならない。実際に医療に携わり、患者様の病気が治るのを手助けできれば喜びにつながる。思いもかけず、医療事故が起きて患者様を苦しめることになれば、関係者は辛い思いをすることになる。医療事故が訴訟に発展することになれば、当事者はもちろん病院も大変な労力を強いられることになる。我々は、このような事態を招かないように、医療事故を最小限に食い止めなければならない。では、どうしたらいいのであろうか。

まず、組織をあげて安全な医療に取り組むことである。以前は、医療事故が起きると当事者の責任だけを厳しく追及していた。つまり個人の注意力を促して、間違いが起きないようにしてきたのである。しかし、個人の力には限界があり、思ったほどに事故を減らすことはできなかった。むしろ、人は間違えるものであるという認識の上に立ち、組織的に対応しなければならないことが分かってきた。例えば、間違いが事故につながらないように幾つかのチェック機構を設けるのも一つの対策であろう。不幸にも医療事故が起きた場合には、患者様とその家族に真摯に対応しなければならない。ここで忘れてならないのは当事者も深く傷ついているということである。次は、医療

に付きまとう危険性についてよく説明しておくことである。医療事故が起きてからでは間に合わないし、後で説明が足りなかったことが分かれば、申し開きできない苦しい状況に陥ってしまう。医療の危険性については前もって患者様とその家族に十分に理解してもらわなければならない。担当者は、当然のことながら説明内容を熟知しておく必要がある。さらに、事故が起きたときの対処法も身に付けておかなければならない。三つめは、インシデントに学ぶことである。インシデントとはヒヤリハット体験であり、まかり間違えば重大な医療事故になりかねない出来事をいう。その大半は当事者にとって人目にさらしたくないことであるが、隠さず皆で共有するならば、他の人も疑似体験することができる。すなわち、皆で医療事故を防ごうとする動きに弾みをつけることができるのである。そうするためには、まずインシデントを表に出さなければならない。大事な事はインシデントを出した人の責任を問うことではなく、皆で話し合っってよりよい対策を考えることである。

医療事故を防ぐために、当院では医療安全管理委員会が中心になって活動しています。医療に伴う危険から目をそらさず、皆で力を合わせて医療安全を守りましょう。

バランスの良い食事

毎食主食+タンパク質源（一品+少量）+野菜（一品以上）の食事をとりましょう。

主食

- ・味付きの主食は週一回
- ・量を減らす

たんぱく質源

- ・1食に1品+少量程度
(例)さんま1匹+みそ汁の豆腐
- ・毎食魚、肉、卵、豆腐の種類を替える
- ・肉より脂肪魚（乾物以外）を多くする

野菜料理

- ・毎食1品以上
- ・生は両手1杯かお浸し片手1杯以上、このうち緑黄色野菜半分以上
- ・海草、キノコ類は毎日食べる

牛乳

- ・低脂肪牛乳



油脂

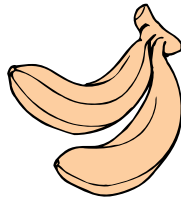
- ・1日に2品以下
- ・夕食には1品以下
- ・重ねて食べない
- ・オリーブ油に替える

漬物・汁物

- ・合わせて1日2回まで

果物

- ・夕食後に過食しない
(バナナで約1本)



菓子

- ・夕食後には食べない
- ・時間を決めて1日1回まで
- ・砂糖入り飲料を飲まない
- ・洋菓子は控える

飲酒

- ・休肝日を作る
- ・外での頻度を減らす
- ・飲酒後に食べない



例

野菜を主材料にしたおかず

魚、肉、豆などたんぱく源を主材料にしたおかず

普通サイズの茶わんに1杯普通盛りで約150g。少なくとも一食にこれくらいはごはんを食べるようにしましょう。

普通サイズのわんに1杯(汁のみ)でみそ汁は30kcal。煮まし汁なら10kcalぐらいです。野菜類はおおむねエネルギーなのでたっぷり加えて野菜をとりましょう。

参考
 ご飯90g(小盛り)=151kcal
 150g(普通盛り)=252kcal
 200g(大盛り)=336kcal

参考
 いずれも40gあたり
 大根=7kcal
 じゃが芋=30kcal
 もめん豆腐=29kcal
 わかめ(生)=6kcal

〈主菜におあめ!〉ねきみそをのせてポリコームのある一品に

●「カジキのねぎ梅みそ焼き」 (1人分149kcal 塩分1.5g)

【材料 (2人分)】

カジキ 2切れ (180~200g)、酒 小さじ1、塩 小さじ1/6
 A [ねぎ 7cm (みじん切り)、みそ 大さじ1/2、梅肉・みりん 各小さじ1/2]
 大根 50g、塩・酢 各少量、青じそ 2枚

【作り方】

- (1) カジキは酒と塩で下味をして10分ほどおく。
- (2) グリルにカジキを入れて両面を3~4分ずつ焼き、Aを塗ってさらに1~2分焼く。
- (3) 大根は薄いいちょう切りにし、塩と酢を加えてもみ、しんなりとなったら汁けを絞る。器にしそを敷いて大根をのせ、(2)を盛り合わせる。

『知っているようで、意外と知らない杖の話』

高齢者・障害者（児）にとって歩く能力を確保することは日常生活や人生（生活）の質に直結する重要なテーマです。

杖の歴史は古く、元々神の持ち物とされ、中古朝廷では70歳以上の高齢者に鳩杖（握りが鳩の彫物）を与え、宮中杖の名で第二次世界大戦前まで使用されていました。盲官の鹿杖、山伏の金剛杖、神官の白杖、かごかきの息杖、武士の鉄杖、仕込み杖などが有名です。

近年に至っては障害ニーズへの社会認識の高まり、リハビリ科学の発達・工学技術の応用、あるいは関連産業の急成長などに伴い、杖は急速に進歩し、デザイン・素材・構造など多種多様化が目覚ましいのが現状です。そこで今回は多種多様化する杖の選択に役立てばと思い、杖の役割・種類・長さ調整・使用方法など、意外と知らない杖のことについて話してみたいと思います。

（1）杖の役割

歩行補助杖の目的は①歩くときの患足への免荷（変形性股関節位・変形性膝関節症など）、②歩く際のバランスを補う、③歩行パターンの矯正、④歩く速度と耐久性の改善を目的として使用されます。また、杖選択の条件としては、丈夫である・安全である・身体に合っている・デザインがよいなどがあります。

（2）杖の種類（形状別の種類）



T字杖



四脚杖



ウォーカーケイン

①単脚杖は杖の基本で、幅広い環境での使用が可能（階段・屋外など）。

②多脚杖

三脚または四脚のものがあり、単脚杖よりも安定性がよい。欠点はすべての脚が同じ高さの床に接していないと安定性を得られず、平地以外での使用が難しいです（対策もあるので病院などで相談をなさってください）。

③ウォーカーケイン

多脚杖よりも更に各脚間が広く、安定性が優れている。欠点は狭い場所での使用には適しませんが、歩行の安定性が悪い方や立ち上がる時に何か支持するものが必要な方には有効です。

（3）杖の長さの調整法

歩く補助に使う杖は、腕に力が入りやすい長さで、杖使用する腕の肘が20度程度曲げた状態で握り手の位置がくるように調整するのが一般的です。ただし、個人の使用感や使用場所に影響を受けるので、あくまでも目安です。

（4）杖の使用方法

杖は基本的に障害のある足の反対側に持つのが一般的です。歩くパターンとしては、杖→患側足→健側足の順番で、この動作で安定性が得られたら杖・患側足（同時）→健側足で歩くのが基本パターンです。

高齢者などの転倒は、頭蓋内出血・手足の骨折の受傷原因になります。転倒でケガ・病気になると寝たきりや要介護状態に陥る危険性が高いので、歩きが不安定・最近よく転ぶといった方は杖の使用などの検討が必要と考えます。杖の選択・長さ調整・使用方法など、杖に関しての疑問などがありましたら、いつでも当院リハビリ室までご相談ください。

みなさんこんにちは！

新しく来られた5人の先生の紹介をいたします。



内山 富士男 (うちやまふじお) 年齢51歳

【担当科】消化器科・リハビリテーション科

【出身大学】熊本大学

【趣味・特技】ゴルフ、読書

【自己PR】患者様に寄り添う医療の実現と前に進むことを忘れず努力していきたい。



森田 能弘 (もりたよしひろ) 年齢50歳

【担当科】脳神経外科

【出身大学】福島県立医科大学

【趣味・特技】ストレス解消は子供とキャッチボール、遊園地

【自己PR】全ての状態は移り変わるもの、些細なことも見逃さないようにし、納得できる診療に努めます。石橋は必ず叩いて渡るようにしています。



宮崎 貴浩 (みやざきたかひろ) 年齢41歳

【担当科】消化器科・放射線科

【出身大学】宮崎大学

【趣味・特技】ドライブ

【自己PR】患者様の立場に立った高いレベルの医療を提供できるよう努力していきます。



樋口 茂輝 (ひぐちしげき) 年齢36歳

【担当科】外科・消化器科

【出身大学】自治医科大学

【趣味・特技】ゴルフ、野球、ドライブ

【自己PR】まだまだ未熟者ですが頑張りますので、よろしくお願いいたします。



牧野 晋哉 (まきのしんや) 年齢33歳

【担当科】整形外科・リウマチ科

【出身大学】久留米大学

【趣味・特技】自動車

【自己PR】質の高い医療を提供できるように努力していきます。

記念病院 理念

「人間愛」

記念病院 基本方針

1. 患者様の人権と意思を尊重し、患者様の立場に立った医療を提供します。
2. 地域の中核的病院として、専門的且つ高度な医療を実践します。
3. チーム医療を推進し、より良い医療を目指します。
4. 豊かな人間性を兼ね備えた医療人を育成します。
5. 職員が意欲を持って働ける職場環境を作ります。