

CONTENTS

- Drだより
関節リウマチについて 内科 三浦 菜津子 先生
- 不活性化ポリオワクチン
- 緑のカーテンdeエコ活動
- KRHnews
さくらんぼクラブ
秋のミニコンサート
病院ボランティアを募集しています！
病棟工事安全祈願祭を開催
みんなのひろば 連南学区 盆踊り大会



瀬戸大橋と塩飽諸島の島（香川県） 撮影：山下 伸治

理念と基本方針

- 〈理 念〉 私たちは医療の担い手としての責務を自覚し研鑽を重ね、「人と人とのふれあい」を大切にし、地域の住民のみなさまに一層の信頼を得られる医療を提供し地域社会に貢献します。
- 〈基本方針〉
1. 患者のみなさまの立場を尊重し、納得と同意に基づく医療を実行します。
 2. 医療技術と知識の習得に努め、良質で安全な医療を提供出来るよう努めます。
 3. 地域のみなさまの診療、健康保持・増進に努めます。

関節リウマチについて

Q 関節リウマチとはどんな病気？

関節リウマチは、手や足、ひざやひじなどの関節が痛んだり、腫れたりする病気です。また、症状が進むと関節や骨が破壊されます。



Q 関節リウマチはなぜ起こる？

関節リウマチは、免疫の異常によって関節に炎症が起こる病気です。

関節は、骨と骨とがつなぎ合わされた部分で、骨の端にはクッションの役割を果たす軟骨があります。関節は、滑膜という膜に囲まれており、この滑膜から分泌される関節液によって、関節がスムーズに動いています。

免疫とは、体外から侵入してきた細菌やウイルスなどの異物を排除するための仕組みで、私たちの体を守るためのとても大切な機能です。

関節リウマチはこの免疫の仕組みの乱れによって、自分自身の関節の組織や成分を異物とみなして攻撃してしまうために出現します。喫煙や感染症・遺伝要因等さまざまな原因が関節リウマチの引き金となります。



Q 関節リウマチはめずらしい病気？ お年寄りの病気？

日本では約70万人の関節リウマチの患者さんがおり、けっしてめずらしい病気ではありません。女性に多い病気です。30～50代で発症することが多く、10代や20代で関節リウマチになる方もいます。

Q 関節リウマチってどんな症状がでるの？

●関節の腫れ、痛み

関節の痛みには、安静にしても痛む「自発痛」、押すと痛む「圧痛」、動かすと痛む「運動痛」などがあります。また関節が腫れたり、熱をもったり、赤くなることもあります。手の関節、なかでも指の第2関節、第3関節（つけねの関節）、手首の関節（手関節）に起こることがとくに多く、左右の同じ関節にみられるのが特徴です。

●朝のこわばり

朝、布団から出る時に、手足や体が動きにくくなることは、関節リウマチの特徴のひとつです。起きて手足を動かしていると次第に動きやすくなっていきますが、関節リウマチの状態が悪いと、動きにくい時間が長くなるので、リウマチの活動性をみるときにも参考にされます。

●変形

炎症が続くと、関節付近の軟骨や骨が壊れて変形し、動かせる範囲が狭くなってきます。4本の指が小指のほうに曲がる変形は関節リウマチに特徴的です。さらに進んで関節の骨同士がくっつくとう節が動かなくなってしまいます。



内科 三浦 菜津子 先生

Q

関節リウマチの治療法って？

●薬物療法

関節リウマチの薬にはいろいろな種類があり、患者さんそれぞれに適した薬が使用されます。過去には骨の変形を止める薬がなく、痛みを除くことを目標にしていたが、現在は病気の初期から免疫の異常に対して働く抗リウマチ薬を使い、効果が不十分なら生物学的製剤と呼ばれる種類の薬も使用して、炎症や関節の破壊を強く抑えるという方針で薬が選ばれています。

●リハビリテーション

関節リウマチの痛みや炎症は、薬でやわらげることができますが、関節を動かさずにいると、関節や筋肉、腱などの機能が落ちるため、症状が出始めた初期の頃から、適切なリハビリテーションを行うことが大切です。ただし、関節リウマチの患者さんは、関節に炎症が起きているため、無理な運動をすると、炎症を悪くしてしまうこともあります。医師や理学療法士の指導を受けて、リウマチ体操など適切な運動を行いましょう。

●手術

一度変形してしまった関節は、薬を使ったりリハビリテーションを行ったりしても、元に戻すことはできません。関節の機能が失われて日常生活に支障をきたす場合や、薬を飲んでも激しい痛みが続くような場合などには、手術が勧められます。

最後に…

関節リウマチの診断は、症状・検査結果・画像所見等の複数の要素を総合して行います。使い痛み？と思っている中にも、関節リウマチがかかっていることもありますので、思い当たる節があれば、一度受診をお勧めします。



不活化ポリオワクチンについて

厚生労働省では、本年9月から予防接種法に基づく定期接種としての生ポリオワクチンの使用を中止し、不活化ポリオワクチンを導入できるよう整備を進めています。また、11月からは現三種(ジフテリア・百日せき・破傷風)混合ワクチンに不活化ポリオワクチンを加えた四種混合ワクチンを導入予定としています。

そこで今回は、このポリオワクチンについてのQ & Aです。

Q1. 生ワクチンから不活化ワクチンへ切り替える理由は？

生ポリオワクチンは、ワクチン接種により極少数例ではありますが小児麻痺を生じる危険がありました。そこで、この危険性の無い不活化ポリオワクチンが待望されこの度導入されることになりました。

Q2. 接種方法は？

生ポリオワクチンは口から飲むことで接種していましたが、不活化ポリオワクチンは注射(皮下)による接種となります。

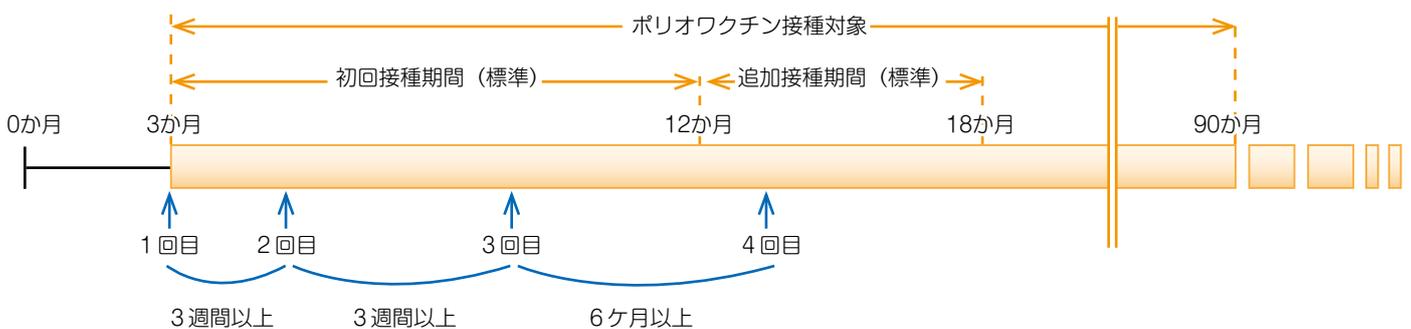
Q3. 対象年齢は？

今までと同じく、生後3か月から90か月までです。

Q4. 接種回数と間隔、標準的な接種方法は？

4回(初回接種3回、追加接種1回)となります。尚、現時点では初回接種のみが保険適応となっておりますが、国内臨床試験を経て追加接種も順次適応となる予定です。

標準的な初回接種の年齢は生後3か月から12か月で、それぞれ3週間以上の間隔をおいて3回接種します。追加接種としては生後12か月から18か月、初回接種終了(3回目)から6か月以上の間隔をおいて1回接種を予定しています。(尚、標準接種以降でも生後90ヶ月以内であれば接種可能です。)



Q5. 過去に接種を受けている場合

【生ポリオワクチンを】

2回接種している場合は接種不要です。

1回接種している場合は不活化ポリオワクチンを3回接種します。

【不活化ポリオワクチンを任意接種で】

すでに1～3回接種している場合は合計4回となるよう接種します。

注意

不活化ポリオワクチン、四種混合ワクチンを接種するための導入待ちはお控えください。免疫を持っていない状態が長ければその分対象ウイルス・細菌による感染症のリスクが高くなります。

昨年、倉敷市緑のカーテン（個人）最優秀賞を受賞☆

総務・管理グループ 虫上さんに聞きました！

緑のカーテン de エコ活動



(今年の当院の緑のカーテン)

緑のカーテンとは

「緑のカーテン」は、日光を遮る効果と、植物が水蒸気を放出する蒸散作用により、室温を5～10℃前後下げます。このため、エアコン使用量を大幅に減らします。岡山県・倉敷市ではこの「緑のカーテン」を、楽しみながらできる地球温暖化対策として、県内・市内に広く取り組みの輪を拡げています。

昨年のコンテストで、当院は岡山県及び倉敷市の最優秀賞をW受賞しました。今年もコンテストへの応募など、引き続きエコ活動に取り組んでいます！



Ecoキャラクター



ぶらん



くるん



ほろん

院内7箇所、 総幅37m！

6月9日（土）にゴーヤと朝顔の苗を植えてから3ヶ月が経ちます。職員が分担して毎日水やりを行い、昨年以上に立派な緑のカーテンに育ちました！



工夫した点は？

多くの人に効果を感じていただくため、設置場所は待合や廊下などの共有場所としました。また、種から苗作りを行うとともに、カーテン撤去時にゴーヤと一緒に破棄できるよう、安価なキュウリ用ネットを使用。手作りの自動灌水装置を一部に配置、猛暑と日照りが続く中で昨年以上の茂みができました！

緑のカーテンを設置しての効果は？

設置した待合場所では、ゴーヤなどの緑のカーテン越しからの柔らかな緑の光で、気持ちの落ち着く空間ができました。患者さんたちの間で、ゴーヤの成長にまつわる話題で和やかな雰囲気醸し出しています。



さくらんぼクラブ

お母さんのための子ども健康教室

管理栄養士による

「離乳食について」

日時 平成24年10月4日(木)

午後13:30~14:00

場所 倉敷リバーサイド病院
整形外科外来待合室

講師 片山 裕子(管理栄養士)

問合せ 086-448-1111

小児科外科 直(なお)まで



歯科衛生士による

ワンポイントレッスン!

「食後のお口のケア」

お子様連れでも

お気軽にお越しください!

秋のミニコンサート

ココロはずむ、ココロおどる♪

日時 平成24年11月10日(土)

午後13:30~14:15

場所 倉敷リバーサイド病院 1階フロア

水島吹奏楽団による ハートフルサウンド♪



●●● 水島吹奏楽団 ●●●

2008年結成。年齢層は幅広く、職業もバラエティーに富んだメンバーで構成されています。

地域に愛されるローカルバンドを目標に、「いくつになっても青春!」を合言葉に活動中!!

演奏会開催、ケーブルテレビやFMラジオへ出演、地域のイベント等で演奏活動を行っています。

病院ボランティアを募集しています!

倉敷リバーサイド病院では、当院を訪れる高齢者やお身体の不自由な方が安心して受診・検査などができるよう、お手伝いをしていただけるボランティアさんを募集しています。

活動日数・時間などをご相談ください。



■ 活動日・活動時間

月曜日~金曜日のうち可能な日

午前9時~午後5時の希望時間

※週1回および、1日2時間以上で、継続して活動できる方(学生は休暇中のみも可能)

■ ボランティア参加の条件

心身ともに健康で、当院のボランティアの趣旨を理解し、守っていただける方
(高校生以上で、年齢は問いません)

■ お問い合わせ・お申し込み先

倉敷リバーサイド病院 ボランティア担当: 前田
TEL 086-448-1111

病棟工事安全祈願祭を開催



平成24年8月2日に病棟改修工事の安全を祈る安全祈願祭が執り行なわれました。

安全祈願祭の当日は雲ひとつない快晴で、これからの工事が無事に進められるように玉串を捧げ、工事期間の安全を祈願しました。病棟の運用をしながらの工事となりますので、入院されている患者さんにご迷惑をかけないように配慮しながら進めてまいりますので、ご理解の程、どうぞよろしくお願いいたします。

看護部長 十河 美子



連南学区 盆踊り大会 楽しく踊ってきました！

7月28日（土）、盆踊り大会が連島南小学校で開催され、当院からは約30名が参加させていただきました。

今年は天気もよく、お祭りの始まる頃はまだまだ暑かったのですが、大勢の方が来られていました。なかなか盆踊りのリズムが掴めなかったのですが、地域の方に教えてもらって、楽しく踊ることができました。

カラオケ大会には、病院からは同じ病棟の井上さんと大川さんが出場！本番では歌も踊りもピッタリ息があっていて、とても盛り上がりました。

参加された皆さん、お疲れさまでした☆
3階病棟 肥田 昌子



外来診療のご案内

(診療開始：9時)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30	○	○	○	○	○	○
	16:30～18:30			○		○	
神経内科	8:30～11:30	○	○			○	○※1
	15:00～17:00			○			
外科	8:30～11:30	○		○	○		○(隔週)
	15:30～16:30				○	○	
緩和ケア外科	8:30～11:30		○			○	○(隔週)
	15:30～16:30			○			
	16:30～18:30			○			
整形外科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	15:30～16:30	○	○	○	○	○	○
小児科	15:30～16:30	○	○	○	○	○	○
	16:30～18:00	○	○	○	○	○※2	
	8:30～11:30	○	○	○	○	○	
眼科	15:30～16:30				○		
	14:30～17:00	○		○			
放射線科	14:30～16:30		○	○	○	○	
耳鼻咽喉科	8:30～11:30						○
	16:30～18:30	○					
歯科	8:30～11:30	○	○	○	○	○	○
	13:30～16:30	○	○	○	○	○	○

※1 第1・3土曜日は睡眠時無呼吸症候群専門外来(完全予約制)、第4土曜日のみ神経内科外来

※2 第1・2・3のみ

交通アクセス

広域地図



周辺地図



詳細図



※水玉ブリッジラインをご利用の方は最初の信号をUターン右折して側道に入ってください。

交通機関をご利用される方へ

JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。

JR「倉敷駅」より、タクシーで約25分。



自家用車をご利用される方へ

山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。



高梁川より西側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
霞橋を渡って水島方面へ左折、JFE(旧川鉄)鶴の浦団地西側(高梁川堤防の下)の国道430号線を約2km南下して下さい。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
水玉ブリッジライン水島大橋を出てすぐの信号を右折して側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

高梁川より東側の方

- 霞橋を目標にこられる場合
429号線(旧2号)を橋の手前で水島方面へ左折、JFE(旧川鉄)鶴の浦団地西側(高梁川堤防の下)の国道430号線を南下して下さい。
- 水玉ブリッジラインを目標にこられる場合
水玉ブリッジライン水島大橋の手前で直前の信号で左側側道に入り、右折して水玉ブリッジラインの下をくぐり抜けると右手正面です。

患者のみなさまの権利について

当院では、患者のみなさまとの相互理解により医療が行われるよう、患者のみなさまの権利を尊重します。

- 医療を平等に受ける権利があります。
- 説明と十分な理解による同意のもとに、適切な医療を選ぶ権利があります。
- 当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受ける権利があります。
- 医療の過程で得られた個人情報は厳守され、患者のみなさまの承諾なしには開示いたしません。

患者のみなさまへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

- ご自身の健康に関する正しい情報の提供
- ご自身の医療への積極的な参加
- ご自身の治療に必要な診療上のルールの遵守
- 他の患者のみなさまの診療に支障をきたさないためのご協力

患者のみなさまが、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。

平成20年10月改定

財団法人 倉敷中央病院

倉敷リバーサイド病院

〒712-8007 倉敷市鶴の浦2丁目6番11号

TEL 086-448-1111 FAX 086-448-1251

URL <http://www.kchnet.or.jp/krh/>

発行者：島村 淳之輔

編集責任者：山下 伸治

倉敷リバーサイドのホームページアドレス

<http://www.kchnet.or.jp/krh/>

是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。