

心臓リハビリテーションの開始

心臓リハビリテーションは



心臓リハビリテーションは、心臓病患者様の早期退院と社会復帰の支援を目指し、運動療法・食事療法・疾病教育を通して生活習慣改善を図り、再発予防を目指す包括的な治療プログラムです。心筋梗塞、虚血性心疾患、心不全、心臓弁膜症、大動脈解離や下肢閉塞性動脈硬化症などが対象となります。

健康保険で認められており、心筋梗塞などの発症日、心臓手術の日から最大5か月間にわたり心臓リハビリテーションを受けることができます。

一般的な入院期間の目安は2～6週間となります。

心臓リハビリテーションの効果

運動能力が高まり、日常生活でも楽に活動できるようになります。退院後も運動療法を継続することで、狭心症発作や心不全症状が軽減し、再発や突然死が減少すると報告されています。心臓リハビリテーションは生命予後や生活の質を高める効果があります。

入院中の心臓リハビリテーションは何をするの？

急性期治療が終わると、回復期となりリハビリテーションが開始となります。

心臓リハビリテーションの内容は、運動療法・心臓病教室・退院前指導があります。

①運動療法

徐々に身体を動かすことになり、個別リハビリから集団リハビリと進みます。

・個別リハビリ

リハビリスタッフが訪室し、ベッド上での運動から開始します。



・集団リハビリ

一度に 10 名程度の患者様が対象となります。医師やリハビリスタッフ、看護師の監視下で心電図や血圧チェックを受けながら運動しますので、心臓発作や事故を防ぐことができます。体調チェック（医師問診、血圧測定など）から始まり、ストレッチ運動、ゴムチューブを利用した軽度の筋力トレーニング、自転車エルゴメーター・トレッドミルなどの有酸素運動を中心に 1 回 60 分、週 3～5 回行います。



運動の強さは、心肺運動負荷試験（CP-X）の検査結果に基づいて一人ひとりの設定とします。心肺運動負荷試験とは、心電図、血圧、呼吸状態を見ながら運動負荷（自転車エルゴメーター）をかけて運動耐容能（体力）を評価する検査です。

運動療法では運動の仕方や運動の強さを学びます。心臓の機能に応じた運動と体力の回復を目標としています。

②心臓病教室

医師・看護師・栄養士・薬剤師・作業療法士・理学療法士から、それぞれ病気に対する知識・再発防止、日常生活指導上の注意点、食事療法、服薬指導などの講義を受け生活習慣の改善と健康維持について学びます。

③退院前指導

退院前には、ご本人やご家族からの家庭生活や疾病に関する健康不安、社会復帰に関わる問題等について相談を受けています。

退院後は、健康の維持を目標とします。

退院後も開始から 5 ヶ月月間は外来での心臓リハビリテーションを継続していただきます。生活習慣の改善効果や心機能・体力の経過観察による「生涯にわたる健康の維持」を支援いたします。

在宅での維持期リハビリの継続は、再発と増悪予防が目標となります。近隣の運動施設を利用することやウォーキング等の運動で体力を維持し、禁煙・食事療法による生活習慣を継続して快適な社会生活を送りましょう。

越谷病院新棟建設工事の地鎮祭行われる

平成 28 年 1 月 27 日 越谷病院東側（郵政宿舍跡地）の新棟建設予定地にて、関係者約 60 名が参加し、工事の安全を祈願しました。

越谷病院は第 6 次埼玉県保健医療計画により 200 床の増床が承認されておりますが、既存敷地では増床に適う新棟建設が極めて困難なため、予てより隣接地取得の交渉を重ねておりました。

神事から会場を移した直会では、寺野理事長から隣接地取得の経緯や越谷地区の発展に対する期待のお言葉、稲葉学長からは隣接地の取得にご尽力いただいた越谷市へのお礼と工事の安全を願う旨のお言葉をいただきました。また、高橋努越谷市長からは、これまでの地域医療への貢献に対するお礼の言葉と越谷市の更なる発展への協力依頼がありました。

新棟は手術室を 22 室備え、外科系の入院病棟を中心に配置。工期は平成 28 年 2 月に着工、平成 29 年 10 月の完成を目指しております。

工事概要

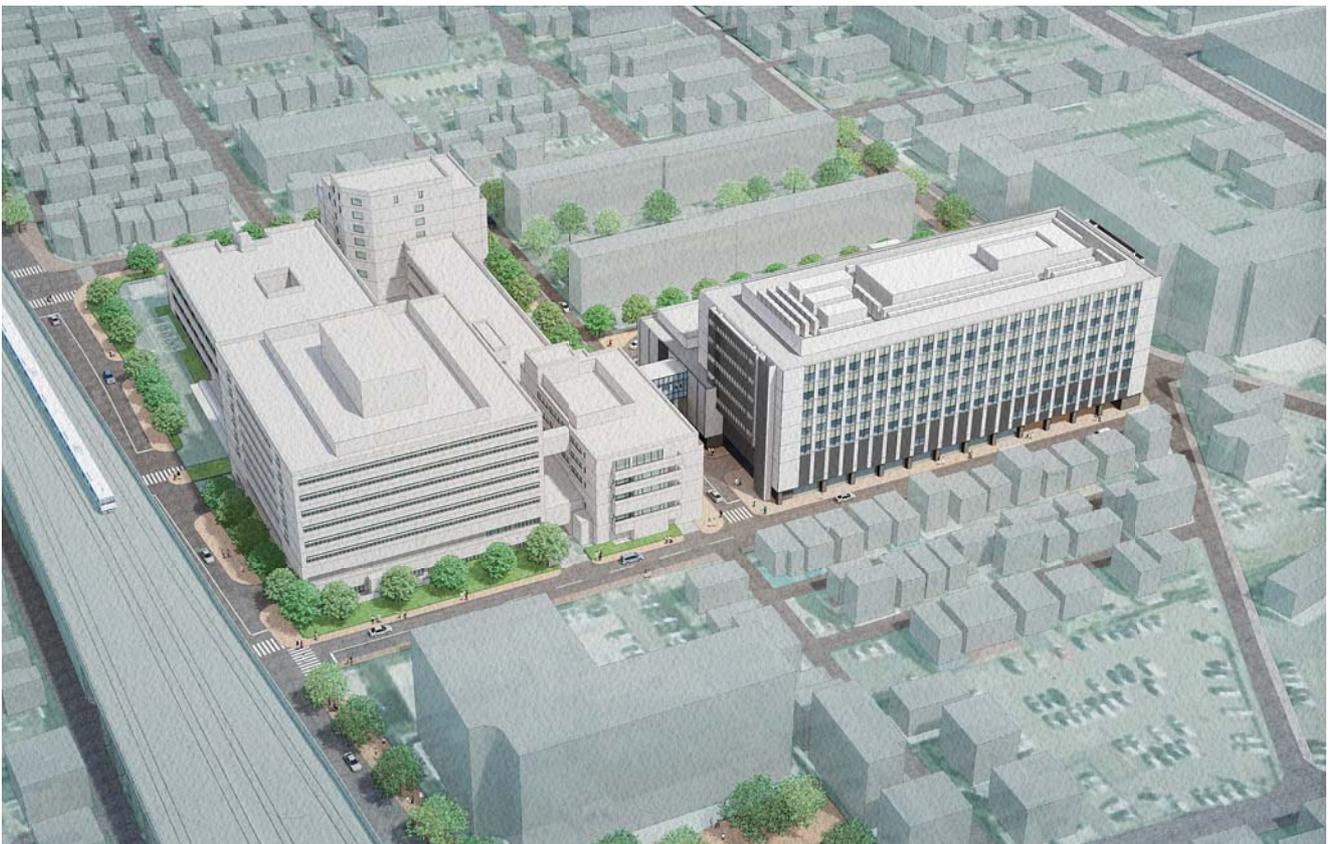
工 期：平成 28 年 2 月 1 日～平成 29 年 10 月 31 日

階 数：地上 8 階、地下 2 階

構 造：S 造一部 S R C 造 耐震構造

設 計 者：株式会社久米設計

施 工 者：清水建設株式会社



越谷病院消防訓練を実施

12月10日(木)午後4時半より、地下2階栄養部を出火元とし、夜間を想定とした消防訓練を実施いたしました。

職員数が少ない時間帯での連絡体制・避難誘導経路・初期消火の連携確認、そして医師、看護師によるトリアージを含め訓練を行いました。

特に地下2階が出火元だったこともあり、避難誘導班がスロープを利用し模擬患者搬送(ストレッチャー及び車イス)する姿は特に印象的でした。

訓練終了後、林病院長より『とても迅速に行動ができており、良い訓練だった。いつ起こるかわからない災害や火災ではあるが、



今後も準備を怠らせずに精進してほしい』とのお褒めの言葉もいただきました。

今後とも自衛消防本部長を中心とし、防災活動に努めていきたいと思っておりますので、職員の皆さまのご理解とご協力をお願い申し上げます。



エコキャップ回収活動報告

当院では社会福祉及び環境保全に貢献することを目的として、平成24年9月から、院内で消費されたペットボトルのキャップをNPO法人「キャップの貯金箱推進ネットワーク」を通じて分別・回収し、そのリサイクルによる売却益の中から発展途上国へワクチンや医療物資等を送る「エコキャップ回収活動」を開始しておりますが、直近のご報告として平成27年6月～平成27年11月分の回収状況及びワクチンへの換算は下記のとおりとなりましたのでご報告致します。

〈平成27年6月～平成27年11月〉

重量 73.50 kg 個数 31,605 個 ポリオワクチン(小児麻痺) 36.75 人分

キャップの回収BOXについては、中央棟1階売店前など計2箇所の自動販売機脇に設置し、教職員並びに患者様等、来院者の方々に協力を呼び掛けております。

私たちでも困っている人たちのために出来ることがあるという思いで、より多くのキャップを集めていきたいと考えておりますので、引き続き皆様のご協力を宜しくお願いします。

越谷病院庶務課

病院への手紙にお答えいたします

～当院の各部署に設置してあります、ご意見箱に寄せられる
患者さまのご意見・ご要望等「病院への手紙」に対する回答～

* 採血室の待ち時間について

〈外来患者 69 歳 男性〉

3階採血室の椅子を減らしてしまったのはなぜなのか。待っている人は健康な人ばかりではなく、立っているのが辛い人もいます。

お答えいたします

採血の待ち時間短縮のため、11月24日から採血ブースを2席増設し患者様の負担を軽減すべく、改善を行っています。現在、そのシミュレーションも含め運用の見直しや動線の確認のため中待ち椅子を減らしているところです。限られた採血室のスペースに2ブース増設すると、4人掛け3脚が限度とした。お手紙にもございます通り、「立っているのが辛い」を改善している所です。ご理解を頂きたいと存じます。

* 守衛の対応について

〈35 歳男性 同意見 3 件〉

守衛の方で言葉使いや対応が良くない方がいる。救急外来の受け付けの場所を聞いたら守衛室から出て案内する様子がなかった。守衛室には他にも2人いたのに親切心がまるでないです。

お答えいたします

事務的に廊下の表示に従って場所をご案内致しましたが、面会者様には不愉快な思いをさせてしまい大変申し訳ございませんでした。今後は相手の立場に立った接遇・挨拶・言葉使い親切な対応を心掛ける様、指導教育して参ります。

* 院内の設備について

〈入院患者 78 歳 男性〉

7階エレベーターホール床の帯の床材が剥がれていてスリッパがひっかかり、倒れそうになった。

お答えいたします

現在、シートの継ぎ目部分がめくれている箇所についてはテープでの応急処置を実施しており、貼り換えを含めた工事を検討致します。

* 看護師の対応について

〈外来患者 60 歳 女性〉

本日初めてこちらの病院を受診しました。検査の説明をする看護師の方に質問すると、「最後まで聞いてもらっていいですか」と言われました。早口で何を言っているかわからず、疑問だらけでしたが、あの看護師の方の説明で、お年寄りや初めての方は理解できないし、不信感が残りました。そんなにイライラして説明されても……検査の説明は座ってしてほしいし、患者からの質問も聞いてほしいです。

お答えいたします

患者様と外来での看護師とのかかわりについて、ご指摘いただきありがとうございます。限られた状況の中での対応であり、初めて受診される患者様にとっては十分な説明ではなかったと思われ、反省しております。今後は患者様の置かれている状況をよく理解し、必ず質問等にて確認することや落ち着いた環境で説明ができるよう意識的に椅子をお勧めすることなどの行動ができるように環境の調整を実施していきたいと思っております。

* 入院食について

〈入院患者 60 歳 女性〉

入院食で、お昼の食事で焼きうどんが出ましたが、味はともかく、うどんが固まり、はしで取ると全部くっついていて食べられません。大勢の分なので時間が経つのは仕方ないのですが、もう少し早く提供してほしい。

お答えいたします

患者様の食事につきまして、ご意見いただき有難うございます。特殊な食品のため調理方法や、配膳時間には、極力注意を払っておりますが、今回このような状態の物をご提供してしまうことになり、申し訳ございませんでした。今後は調理時間など再検討し、このようなことがないよう、部内で協議し、患者様に安心して喫食していただける食事を提供できるよう、努力してまいります。

病院への手紙について

患者さまから寄せられる「病院への手紙」につきまして、回収し、病院長をはじめとする当院幹部役職者が目を通した上で、該当部署に回答及び今後の対応などを報告させています。

また、月 1 回開催している医療サービス委員会において改善案の計画・立案を行っておりその中で改善できるものは早急に改善し、検討を要するものは少しでも患者様のご要望にお応えできるよう日々努力しております。

この「病院への手紙」については、性格上そのほとんどが匿名であることから、該当部署から直接ご本人に回答することはできませんが、皆様からのご意見を当院の貴重な財産として真摯に受け止め、より良い病院づくりの一助にしたいと考えております。

なお、皆様からのご意見、そしてその回答については、この病院だよりを通じて一部ご紹介させていただきますが、それ以外のものにつきまして、現状において可能な限り然るべき対応を行っていることをご理解賜りたいと思っております。