

リウマチについて

目次:

みなさんは、関節リウマチと聞いてどんなイメージをお持ちですか？「手や足の指がこわばって動かしにくくなる」「関節が破壊されて、放っておくと変形してくる」など様々だと思います。



関節リウマチの患者さんは結構多くて、**全人口の0.4～0.5%、30歳以上の人の1%がこの病気にかかると言われています。30代～50代で発病することが多いです。**単純に計算すると上五島にも100人は患者さんがいることとなります。また男性より女性が3倍かかりやすいと言われています。

関節リウマチは免疫の異常が関係しています。炎症につながるたんぱく質がたくさん出て、それが関節を覆っている滑膜という膜を攻撃してしまうのです。

関節リウマチの症状のメインは関節痛ですが、特徴があります。関節痛を引き起こす病気はたくさんあり、「関節が痛い」といって外来にかかっても、実際に関節リウマチが原因であることは、そのごく一部です。

関節リウマチの特徴としては手の指の関節を侵すことが多い、左右対称でくることが多い、主に朝に手がこわばって動かしにくくなる、複数の関節を侵すことが多いなどです。

ご高齢の方で、慢性の膝関節痛のみの訴えの場合はほとんどが変形性関節症でリウマチであることは少ないです。手の指でも第2、第3関節を侵すことが多く、第1関節の関節痛は加齢などに伴う変形性関節症であることが多いです。また手の関節の痛みとっていて、実は腱鞘炎だったということもありますので注意が必要です。



また関節リウマチの症状は関節だけとは限りません。全身症状として疲れやすさ、食欲低下、体重減少などを伴うこともあります。関節リウマチの患者さんの0.6%と稀ですが、「悪性関節リウマチ」といって、心臓や肺や腸などを侵すものもあり、これは難病指定を受け、公費の対象になります。

(次のページに続く)

リウマチについて	1 2
職員の募集について(営繕管理)【障害者雇用】	2
職員の募集について(理学療法士・言語聴覚士)	3
認定看護師について	4
特診外来予定表	5
恵方巻きについて	6

診断は診察、血液検査、画像検査などをして行います。診察では関節の腫れている場所、押して痛いかの有無などを調べます。血液検査では関節リウマチの患者さんに多くみられる抗体の有無や炎症の程度を調べます。画像検査では関節に変化がないかどうかを調べます。レントゲンでは初期の変化を捉えることはできず、画像検査ではMRIがもっとも有効です。

治療はお薬による治療が中心です。抗リウマチ薬を中心とした飲み薬の治療から始めます。効果が十分でない場合は、値段はかかりますが生物学的製剤と言われる点滴や自己注射などの薬もあります。

治療は早く見つかって、始めた人の方が効果的です。

リウマチの治療は日々進化していて、薬で抑えることができない人はほとんどいません。ただリウマチの薬は、数日間で効果が出るものではありません。効果が出るのに数週間はかかることを理解しておく必要があります。**生活上の注意点としては、症状が強い時は無理をせず、安静にすることです。また関節は冷えると痛みが増すことが多く、保温につとめることも大切です。**

関節の痛みで困っている方はお気軽に当院整形外科にご相談下さい。また関節リウマチの診断のついていた方は、決して悲観する必要はありません。糖尿病などと一緒で治療は長期に渡りますが、ほとんどの人が薬で抑えることができ、普通に日常生活を送ることができます。

一緒に病気と向き合っていきましょう。

(整形外科 三好 康広)



職員の募集について【障害者雇用】

- 募集職種 **営繕管理（草刈り、環境整備等）**
身体障害者・精神障害者手帳をお持ちの方
- 採用人数 1名
- 年齢 50歳以下
- 賃金 上五島病院規則により支給
- 勤務条件 8：30～17：15（※週30時間以上勤務）
- 申込期限 平成25年2月1日（金）～3月1日（金）
- 試験日等 平成25年3月8日（金）13時～（面接）
上五島病院3階大会議室
- 提出書類 履歴書
- 採用日 平成25年4月1日（月）

希望される方は、下記申込先へ書類を提出してください。

- 申込先 **長崎県上五島病院 総務係**
〒857-4404
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11
(電話 0959-52-3000)



職員の募集について

- 募集職種 **理学療法士**（理学療法士の有資格者および今春資格取得見込の方）
言語聴覚士（言語聴覚士の有資格者および今春資格取得見込の方）
- 採用人数 理学療法士：1名、言語聴覚士：1名
- 身分 地方公務員
- 給与 長崎県病院企業団給与条例による
（参考）基本給／平成24年度
■初任給 178,200円（大学卒）
167,000円（短大卒）
※免許取得後に勤務経験のある方は、経験年数により初任給を算定します。
- 昇給 年1回
- 手当 期末・勤勉手当、扶養手当、住居手当、通勤手当、時間外勤務手当等
- 退職金制度 有
- 申込期限 平成25年2月1日（金）～2月22日（金）
- 試験日等 平成25年3月1日（金）13時～
上五島病院3階大会議室
- 選考方法 作文及び面接試験
- 提出書類 履歴書、卒業見込証明書、成績証明書
- 採用日 平成25年4月1日（月）



希望される方は、下記申込先へ書類を提出してください。

- 申込先 **長崎県上五島病院 総務係**
〒857-4404
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11
（電話 0959-52-3000）

認定看護師について

■認定看護師とは？

今回は「認定看護師」についてお話をしたいと思います。「認定看護師」とは、日本看護協会が定める認定看護師認定審査に合格した看護師のことを言い、『ある特定分野において、熟練した看護技術と知識を有し、水準の高い看護実践ができるもの』と認められます。そして、『同じ看護師に対する指導や相談活動もできるもの』と認められます。これらの役割を通じて、『看護ケアの広がりや質の向上を図ること』が、認定看護師に課せられた最大の任務となっています。

2010年現在特定されている看護分野は以下の通りです。

- 救急看護 ●皮膚・排泄ケア ●集中ケア
- 緩和ケア ●がん化学療法看護
- がん性疼痛看護 ●訪問看護 ●感染管理
- 糖尿病看護 ●不妊症看護
- 新生児集中ケア ●透析看護 ●手術看護
- 乳がん看護 ●摂食・嚥下看護
- 小児救急看護 ●認知症看護
- 脳卒中リハビリ看護 ●がん放射線看護
- 慢性呼吸器疾患看護 ●慢性心不全看護

現在、認定看護師の総数は日本全体で約10000名です。当院には「がん性疼痛看護認定看護師」が1名います。認定看護師になるには約半年間の研修が必要となりますが、当院では認定看護師育成に力を入れており、現在糖尿病看護認定看護師研修修了生が1名います。今後も様々な分野の認定看護師が誕生していくことと思います。



■がん性疼痛看護認定看護師について

がん性疼痛看護認定看護師の役割は、がんの痛みを抱える方の苦痛を緩和するとともに、痛みの治療（鎮痛剤の使い方や副作用対策など）や、それに伴う不安などの相談・アドバイスをを行い、痛みを緩和し、患者様やご家族が安心して普段の生活を送れるようにサポートすることです。また、がん性疼痛とは、身体的な痛みだけを示す言葉ではありません。もし、自分が「がん」と言われたら衝撃を受け、身体症状の不安はもちろんのこと「何でがんになってしまったんだろう」と考え込み、治療のことや仕事、家庭のことなど様々なことが頭の中を駆け巡ることでしょう。そんな時に、主治医や受け持ち看護師、ご家族、ご友人にプラスして、「がん性疼痛看護認定看護師」がお話しを伺い、専門的知識を持って身体的症状やその他の不安、心配事が緩和できるようご支援いたします。



◎具体的な活動について

- ①主治医、看護師、薬剤師と相談しながら適切な薬剤の使用を考えます
 - ②痛みやその他、辛い症状が緩和できるようスタッフと相談し、患者様やご家族に対して質の高い看護が提供できるように努めています
 - ③緩和ケアに関することについて、医療スタッフ間の調整役になります
- ※毎週木曜日の午後は緩和ケアナース回診として院内を回っているため、必要時にはスタッフにご気軽に声をかけてください。

（がん性疼痛看護認定看護師 坪井 久美）



平成25年2月の特診外来予定表

	泌尿器科	耳鼻科	循環器科	神経内科	皮膚科
2月1日(金)	大庭先生 午前、午後(～15時)				
2月4日(月)		原先生 ★午前、午後			
2月5日(火)		原先生 午前	深江先生 ★午前、午後		
2月6日(水)					清水先生 午前
2月7日(木)	竹原先生 ★午前、午後				
2月8日(金)	竹原先生 午前、午後(～15時)				
2月11日(祝)					
2月12日(火)		山口先生 午前		森先生 ★午前	
2月13日(水)					小川先生 午前
2月14日(木)	松尾先生 ★午前、午後				
2月15日(金)	松尾先生 午前、午後(～15時)				
2月18日(月)		穂山先生 ★午前、午後		調先生 ★午前	
2月19日(火)		穂山先生 午前	武野先生 ★午前、午後		
2月20日(水)					竹中先生 午前
2月21日(木)	大仁田先生 ★午前、午後				
2月22日(金)	大仁田先生 午前、午後(～15時)				
2月25日(月)		畑地先生 ★午前、午後			
2月26日(火)		畑地先生 午前			
2月27日(水)					鋤塚先生 午前
2月28日(木)	大庭先生 ★午前、午後				

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

★ 午前の受付開始時刻は8:30となっておりますが、診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

～恵方巻きについて～



2月 節分、豆まきに迫るくらい認知度を上げてきたのが恵方巻きです。

恵方巻きとは、節分にその年の恵方を向いて食べると縁起が良いとされる太巻きで、別名、丸かぶり寿司、恵方寿司、吉方巻きとも言われます。大坂の船場で商売繁盛の祈願をする風習として始まったものといわれますが、正確な起源は分かりません。

どうして巻き寿司なのか？巻き寿司の理由は、「福を巻き込む」ことから来ているそうです。具材は七福神にちなんで7種類使うと、より福が呼び込めるかもしれませんね！



恵方巻の食べ方は、その年の恵方の方角に向かって、切らずに、無言でお祈りしながら少しずつ食べると言われています。切らないのは「縁を切らないように」ということだそうです。喉に詰まらせて病院に運ばれては困りますから、そのへんは臨機応変にお食べください。



今年の恵方の方角って知ってますか？
2013年の恵方の方角は、「南南東やや右」です！

この一年皆様が幸せでありますように。

(広報委員会 舛田・清水)



○基本理念

地域と共に歩み、
信頼され親しまれる病院

○5つの行動目標

- ①信頼と満足の得られる医療の提供
- ②地域の基幹病院としての診療機能の充実
- ③地域における保健・医療・福祉の連携
- ④IT化によるさらなる医療の効率化
- ⑤地域における疫学研究と医療従事者の教育・研究の推進



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院
857-4404
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11

電話 0959-52-3000
FAX 0959-52-2981
Email kamihp@gold.ocn.ne.jp
URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>