

ご自由にお取り
ください

TAKE FREE

鹿児島徳洲会病院広報誌

かしと〜く

KA TALK

2024 vol.1



三役新年挨拶

○KATOKU INFORMATION

○知っておきたい疾患の基礎知識：睡眠時無呼吸症候群

○部署紹介：リハビリテーション部

医療法人 徳洲会
鹿児島徳洲会病院
Medical Corporation Kagoshima Tokushukai Hospital

三役新年挨拶



謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

2019年から始まった新型コロナウイルス感染症も2023年5月から5類感染症へと移行し、アフターコロナへ向けて世の中が動き始めました。また当院は谷山地区へ移転して3年目へと突入しましたが、私自身も2023年4月に当院に赴任して以降、いくつかの課題に直面し、本年はその課題に積極的に取り組む年にしたいと考えています。まず、地域の方々の認知度が低いことが挙げられます。本年は当院をさらに知っていただける機会を増やしていきたいと考えています。そして当院で完結できる医療をさらに充実させることが急務であると実感しています。救急医療に対する需要が高いこの地域において、当院で完結できる医療を充実させることは地域の方々へ大きく貢献できるものと信じております。すでに4月以降、循環器科診療の充実や新たな診療科の開設が決まっています。急性期医療から慢性期医療まで扱う当院において、充実したりハビリテーションの提供も含めて「健康と生活を守る病院」としての役割を果たすべく、本年も職員一同努めてまいります。

最後に、2024年の干支は甲辰(きのえたつ)で、時代が動く年となるかもしれないそうです。皆様にとりまして本年が実り多く、幸多き年でありますようお願い申し上げます、新年の挨拶とさせていただきます。



院長 保坂 征司



新年あけましておめでとうございます。

皆様には新春を健やかに迎えることとお慶び申し上げます。

“2024年 辰年”

辰年は、活力旺盛になって大きく成長し、形がととのう年だと言われています。谷山地区に移転し、3年目を迎えた鹿児島徳洲会病院は、これまで以上に救急医療を担える病院に大きく成長し、ケアミックス病院としての役割を果たせる病院に整えてまいります。

また、看護部では、徳洲会看護部の理念である「心に届く看護」の実践のために、丁寧なケアを心がけ、地域の皆様の健康回復・維持に努めてまいります。

本年もよろしく願いいたします。

看護部長 福永 こずえ

新年あけましておめでとうございます。

今年も皆さまにとりまして良い一年になりますよう心よりお祈り申し上げます。

徳洲会グループは50周年を迎え、当院も新病院3年目がスタートいたしました。

徳洲会グループ19番目の急性期病院として鹿児島市の中心部に開院し、鹿児島市南栄に移転してこれまで、地域の皆様に支えられながら歩んでまいりました。猛威をふるった感染症も終息し、日常が戻りつつあります。2024年は更に地域との連携を密にし、皆様のご期待に答えられるよう研鑽を積み重ねて参ります。今年も鹿児島徳洲会病院をよろしく願い致します。



事務長 古堅 剛

広報誌タイトルをリニューアルしました



2024年から広報誌タイトルがリニューアルされました。
 今回、全職員を対象に公募を行い、投票により『か・と〜く』が選ばれました。
 『か・と〜く』という響きだけでなく、タイトルの意味もとても素敵な内容になっています。

～発案者より～

タイトルを見て、どこが発行している広報誌かイメージしやすく、職員にとっても親しみのある【か・と〜く(鹿児島徳洲会病院)】から考え、『Talk(話す)』と掛け合わせたタイトルにしました。
 『か・と〜く』は「人にTalk(話す)」ように、伝えていくことを大切に、心を通わせる手段として、地域の方々とのコミュニケーションを築く架け橋となるよう想いを込めました。また広報誌を通して、お気軽に当院へお越しいただききっかけとなり、不安や疑問をお話いただくことで、安心や異常の発見に繋がり共に健康な暮らしを目指すお手伝いができれば幸いです。
 これからも地域と共に歩み、皆さまとの絆を深めてまいります。
 『か・と〜く』を宜しく願っています！

いきいき健康講座

地域のみなさまの健康増進を目的に、当院の医療従事者がお役立ち情報を発信、健康づくりのお手伝いをいたします。

◆どんなことをやってるの？

健康づくりをテーマに毎月さまざまな講座を開催しています。

- BLS(一時救命処置)講習会
 - 生活習慣病の予防
 - いつまでも元気に！始めよう転倒予防
 - 骨の健康について
 - 誤嚥防止と予防
 - 血管年齢測定会
- などなど

所要時間は30～60分程度。

◆講座のご要望について

当院では依頼講座も行っています。
 「こんな講演を聞いてみたい」「私たちのところでもやってほしい」など、上記以外のテーマでも対応いたします。
 ご要望がありましたら、地域連携室までご相談ください。

ご相談・お問い合わせ
 TEL: 099-268-1110
 E-mail: chi-ren@kagotoku.jp
 担当: 国料(こくりょう)



📷 KATOKU Instagram

谷山ふるさと祭り

10月22日(日)に開催された『令和5年度 第44回谷山ふるさと祭り』に当院の職員44名、OB10名、計54名で参加しました。
 恵まれた天候の中、約2時間踊り、職員同士の連帯感が更に深まった一日になりました。
 みなさん、本当にいい笑顔。
 今後も地域のイベントに積極的に参加していきます♪

ほかにもたくさん投稿しています！
 こちらからチェック！
 kagoshima.tokushukai





疾患の基礎知識

睡眠時無呼吸症候群

1 ぐっすり眠れていますか？

朝、すっきり目覚めていますか？

『しっかり寝ているはずなのに日中すぐに眠たくなってしまう』『運転中にととうとする』『いびきをかく』『夜中に何度もトイレに行く』…こういった方はきちんと眠れていないことが原因かもしれません。

睡眠時無呼吸という言葉を目にしたことがあるかもしれません。睡眠時無呼吸とは、寝ているときに呼吸が止まる、または浅くなることで、十分な睡眠を取れず、生活に支障をきたすものです。

寝ている最中にいびきが急に止まる(息が止まる)のも睡眠時無呼吸の有名な症状のひとつですね。



その症状、睡眠時無呼吸症候群かも!?

眠っているとき
呼吸が止まっている
いびきがうるさい
といわれる

しっかり寝ているのに
日中**強い眠気・疲れ**
を感じる

夜中に
何度もトイレへ行く

2 どうして息が止まるの？

あおむけで寝ると、重力で舌などが下がり、息の通り道がせまくなります。この息の通り道が完全にふさがれてしまうと、空気の通る隙間がなくなり息が止まってしまうのです。

要因としては、肥満、扁桃腺が大きい、あごが小さいなどが挙げられます。



3 睡眠時無呼吸はなぜよくないの？

睡眠中に酸素濃度が低くなり、何度も睡眠が中断されることで、寝不足の状態になります。そのため、日中に眠気が起こり、交通事故や仕事での事故につながります。交通事故のリスクは7倍ともいわれます。

また、睡眠中に息が止まることが繰り返されると、不整脈や高血圧などの原因となり、脳卒中や心筋梗塞につながることもあります。高血圧は健康な人の2倍、脳卒中は4倍ともいわれています。

4 気になるときはどうすればいい？

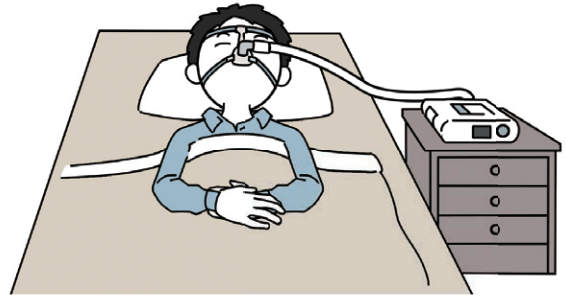
病院でご相談ください。ご自宅で睡眠の検査を行う機械がありますので、持ち帰って検査していただけます。検査は、指先・鼻にセンサーをつけて、寝ている時の呼吸の状態を測定します。その結果、息がよく止まっていると分かれば、さらに詳しい検査をします。

「すっきり眠れていない」や「昼間に居眠りをしてしまう」など心当たりのある方はお気軽にご相談ください。

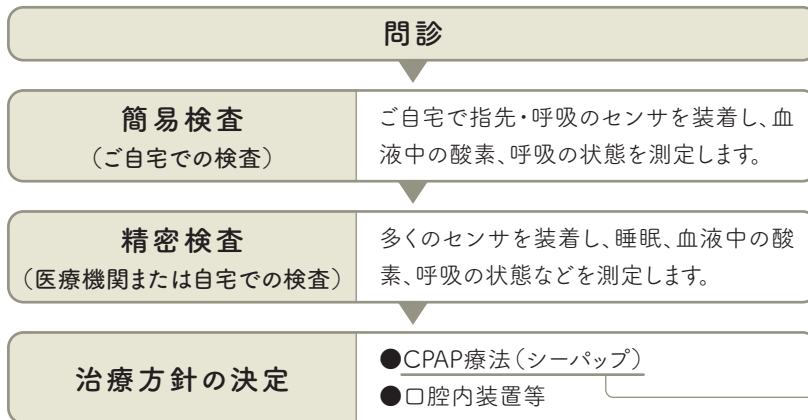
5 治療はありますか？

症状の軽い方は、ダイエットなどで改善することもあります。

症状が目立つ方は、寝る時に鼻にマスクをつけて息の通り道がふさがらないようにする治療（CPAP療法（シーパップ））があります。



検査～治療までの流れ



CPAP療法とは？

眠時無呼吸症候群で最も多い原因は、寝ている間に舌が落ち込み、息の通り道をふさいでしまうことです。CPAP療法とは、装置から空気を送って息の通り道をふさがらないようにすることです。この治療を続けることにより、睡眠中の無呼吸やいびきがへり、気道の閉塞による症状の改善が期待されます。

ぐっすり眠って、元気な人生を!!

内科の外来診療表

午前診療 受付／7:30-11:30 診療／9:00-12:00	月	火	水	木	金	土
	○	○	○	○	○	—

リハビリテーション部



リハビリテーション部の シームレス（垣根を超えた継ぎ目のない）サポート

- ✓ 住み慣れた地域での生活を全力でサポートします
- ✓ 万一入院が必要となった際も全力でサポートします

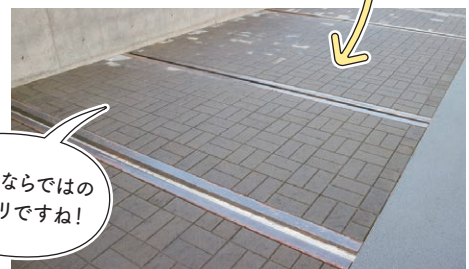
リハビリテーション室

- リハビリテーション室は、当院の中で最も明るく広い空間に作られています(約400㎡)。
- 病棟からリハビリ室へ移動してくると身体だけでなく、心も癒されます。



屋外リハビリテーション

- 屋外リハビリテラスは、リハビリテーション室に直結し、外気に触れて季節を感じることでできる空間となっています。
- スロープや階段、路面電車の線路など歩行練習のための環境を整えています。



鹿児島ならではの
リハビリですね!

室長コメント

当リハビリテーション部は、「地域の方々のお役に立ちたい」との思いのもと、現在総勢63名のスタッフで日々の臨床に励んでおります。

救急搬送、術後などの急性期から、回復期リハビリテーション、維持期リハビリテーション、外来・訪問・通所リハビリテーションと、当院はすべてのカテゴリーを有しており、「最初から最後まで」責任をもってご支援させていただきます。また、早期退院が実現できるようそれぞれの専門スタッフが、質・量ともに十分なリハビリテーションをご提供できるよう努めております。

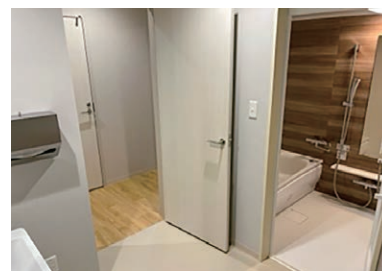
今後に向けては、更なるリハビリテーションの充実と、コロナ禍にてなかなか地域に出向くことが出来ておりませんでした。地域の学校などへの講演活動や部活動・クラブ・少年団等各種スポーツ大会でのボランティア活動など、もっとお役に立てるような活動に取り組んでいきたいと思っております。

明るく活気のあるリハビリテーション部です。どうぞよろしくお願い致します。



在宅復帰訓練室

- 自宅退院などに向けて、より実際の環境に近い練習を行うためのワンルームタイプの部屋となっています。
- トイレや浴室、台所なども完備し、今後は様々な福祉用具(手すり、電動ベッド、ポータブルトイレ、シャワーチェアなど)も導入していく予定です。



外来リハビリテーション(医療保険利用)

- 在宅生活を送りながらも生活で不自由さを感じていたり、職場復帰を目指している方などを対象にリハビリ治療を行っています。ご本人の要望を聞きながら電気治療や超音波治療、セラピストによる個別訓練を組み合わせ実施します。



通所リハビリテーション(デイケア)

- 介護保険を利用した通所系サービス。リハビリテーションスタッフも充実しており、通常の一泊型、午前だけの半日型、午後1～2時間の短時間型、ご利用者様のニーズに応じてリハビリテーションを提供しております。
- ご自宅までの送迎も必要に応じてリハビリスタッフが、実際の生活環境を拝見し様々な提案も致します。



訪問リハビリテーション(介護/医療保険利用)

- 住み慣れた地域の自宅や施設などにおいて、『一人でトイレに行けるようになりたい』、『外出ができるようになりたい』、『リハビリを続けたいが通うことが難しい』、などの問題・目標を一緒に解決するためにリハビリスタッフが生活の場に直接訪問するサービスです。



外来診療予定表

時間帯	科目	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00 ～ 12:00	内科	丸山	田口周	丸山	丸山	田口周	担当医
		緒方	緒方	緒方	緒方	緒方	
		桧作	梯	太良	太良	太良	
						桧作	
				糸山(第1休診)		糸山	
						梯	
	脳神経内科/内科				栄		
	循環器内科			川口		川口	
	外科	野口	保坂	野口	保坂	保坂	
			前田裕		長野	中村	
						米満・梅本 (新患受付)	
	消化器科		深町				
	脳神経外科	亀澤	亀澤 (最終週:休診)	亀澤	亀澤	亀澤	
	形成外科	崎戸		崎戸(第3休診)	崎戸(第3休診)		
整形外科	岩田 ※受付11:00まで	岩田 ※受付11:00まで	末崎 ※受付11:00まで	末崎 ※受付11:00まで	末崎(第1・3) (第4休診)		
					柿本(第2) ※受付9:30～		
リウマチ科					柿本(第2) ※受付9:30～		
総合診療科	飯田(隔週)	飯田(隔週)	藤田				
漢方外来		糸山					
腎移植外来					田邊(月1回) ※受付9:30～		
ドック・健診	斧淵/久留	久留	斧淵/久留	斧淵/久留	斧淵/星野		
午後診 14:00～17:00	桧作/福迫	担当医	太良/緒方	太良/担当医	太良/担当医	担当医	
午後診 (専門)	整形外科 (予約・再診のみ)			末崎 (14:00～16:00)	末崎 (14:00～16:00)	末崎(第1・3) (14:00～16:00)	
	精神科					田畑(隔週) ※予約のみ	
夕診 17:00 ～ 20:00	内科/外科	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	

受付時間 7:30～11:30(午前診) ※問診時間は8:00からとなります。

※診療体制が変更となる場合がありますので、ご来院の際はあらかじめご確認ください。

※急病の場合は土日、夜間に関係なく外来を受け付けております。



Medical Corporation Kagoshima Tokushukai Hospital

〒891-0122 鹿児島市南栄5丁目10番地51

TEL: 099-268-1110 FAX: 099-267-1122

<https://www.kagotoku.jp>



公式サイト



LINE

