

1. 整形外科医師着任のご挨拶

平素より皆様には大変お世話になり、まことにありがとうございます。この度、7月より整形外科に着任いたしました。

これまで、いわき市立総合磐城共立病院、水戸医療センター等、主に三次救急病院で勤務してきました。当院は比較的小規模ですが、赤塚駅直結と言う地の利を生かした地域密着型の病院としての大きな潜在力を秘めていると感じます。急性期病棟に加えて地域包括ケア病棟を有しており、ご高齢者の骨粗鬆症性によるぜい弱性骨折（大腿骨転子部骨折、橈骨遠位端骨折等）の手術対応、また、リハビリテーション目的の患者様等、随時入院対応いたしております。



いざという時の頼れる存在となるべく、地域医療に貢献していく所存です。何卒よろしく願いいたします。

整形外科部長 西尾隆太郎

2. 病棟紹介～1 病棟～

1 病棟は、外科・整形外科・呼吸器内科の急性期病棟です。

7月より西尾医師を迎え、整形外科はより手厚くなりました。

毎週木曜日の午後に、リハビリ（多職種）カンファレンスを実施し、看護計画の検討や退院調整を行っています。医師・看護師・作業療法士・理学療法士・言語聴覚士・地域医療連携室のスタッフと情報を共有しながら、患者様のケアサポートを行っています。手術や化学療法、在宅酸素の患者様など、疾患も様々で幅広い知識が必要とされます。時には、緊急入院などが重なり笑顔に余裕がない時もありますが、スタッフ一丸となって頑張っております。



3.インフルエンザについて

インフルエンザ流行の時期が近づいてきました。地域によっては既に学級閉鎖になっている学校もあります。インフルエンザにはA型とB型があり、同じ時期に2回感染してしまう場合もあります。感染した場合の重症化を防ぐためには、予防接種を受けることをおすすめします。

市町村から届く**予防接種券**がある方は、忘れずにご持参ください。**予約は不要**です。



当院では10月中旬頃からの接種を予定しております。

感染対策

◆外出時のマスク着用



◆手洗い 外出先から帰宅した時



調理・食事をする前

トイレの後

咳やくしゃみをした後

◆うがい 外出先から帰宅した時



インフルエンザかな?と思ったら

急な発熱や、咳、のどの痛み、だるいなどの症状があったら、早めに医療機関を受診しましょう。

◆ 発熱後 12 時間経過していない場合、検査結果が陽性にならない場合があります。**検査は、発熱から 12 時間以上経過してから**受けることをおすすめします。

◆ 高熱による発汗での脱水症状を予防するために、**こまめな水分補給**が必要です。

4. 外来リハビリテーションのご案内

当院では外来リハビリテーションを提供し、患者様の日常をサポートしております。個別で、理学療法士・作業療法士が対応いたします。**詳細につきましては、地域医療連携室までご相談ください。**

対象疾患

骨、関節疾患（腰痛、関節痛など）
廃用症候群、運動器不安定症
呼吸器リハビリテーション対象の患者

介入までの流れ

医師の診察後、医師の指示を元に状態を評価・治療プログラムを立案し、実施いたします。

実施時間

1 回につき、40 分から1 時間ほどです。

※介護保険でリハビリを行っている方は併用できません。

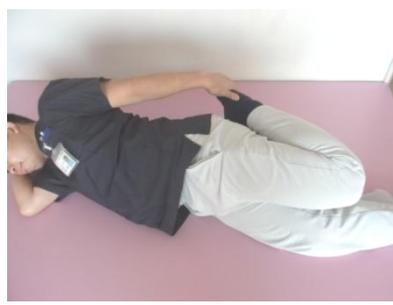
5. 専門職が教える健康体操

連載

今回は、お尻・太もものストレッチです。



片足ずつ足を出し、足首（余裕があればつま先）へ向けて上体を倒し、太ももの裏面を伸ばします。



横向きで寝た状態になり、背部で足を持って、太ももの前面を伸ばします。



図のように足を組んで、上に乗せた側のお尻の辺りを伸ばします。

それぞれ 10~20 秒を目安に行いましょう。無理のないよう行ってください。

強い痛み等がある場合には中止してください。

国家公務員共済組合連合会 水府病院 地域医療連携室

〒311-4141 茨城県水戸市赤塚 1-1

TEL 029-309-5000(代表) FAX 029-309-6641(直通) <http://www.kkr-suifu.com>



平日 8:30~17:00

第1・3土曜日 8:30~12:00