

No **16**
平成24年8月1日

自治医科大学附属病院だより

Jichi Medical University Hospital



西棟別館

自治医科大学附属病院の理念・基本方針

理念

1. 患者中心の医療
2. 安全で質の高い医療
3. 地域に開かれた病院
4. 地域医療に貢献する医療人の育成

基本方針

1. 患者の皆様の立場に立った人間味豊かな医療を提供し情報公開を積極的に推進します。
2. 患者の皆様へ安全でかつ根拠に基づく質の高いチーム医療を提供します。
3. 地域の医療機関との連携を深め、高度で先進的な医療を提供します。
4. 地域医療に気概と情熱を持ち、全人的な医療を実践する医療人を育成します。

患者の皆様の権利と義務について

【患者の皆様の権利】

- 1 個人として尊重された上で適切な医療を受ける権利があります。
- 2 安全に配慮した高度で良質な医療を平等に受ける権利があります。
- 3 病状や治療内容について十分説明を受ける権利があります。
- 4 十分な説明を受けた上で、治療方法等を自らの意志で選択決定する権利があります。また、治療方法等について、他の医療機関(医師)にセカンドオピニオンを求める権利があります。
- 5 申し出により診療録の開示を受ける権利があります。
- 6 診療に関する個人情報保護が尊重される権利があります。

【患者の皆様の義務(ご協力いただきたいこと)】

- 1 ご自身と他の患者の皆様の療養環境に支障を来さないよう、法令と当病院の規則を守り、当病院スタッフの指示に従って行動してください。
- 2 適切な医療を行うために、ご自身の健康状況について出来るだけ正確にお話してください。
- 3 本院は特定機能病院として、より多くの急性期で重症な患者様の治療に携わりたいと考えております。このため、本院での治療や検査を終了し、病状が安定した患者様は、本院と緊密な連携を保っているお近くの医療機関へご紹介することとしております。ご理解とご協力をお願い申し上げます。
- 4 特定機能病院であり教育機関でもある当病院の役割をご理解の上、医学生・看護学生等の見学・実習・研修にご協力ください。
- 5 当病院の敷地は、建物内、外周ともに全て禁煙です。喫煙は絶対にしないでください。
- 6 本院は大学附属病院として、臓器移植法により脳死臓器提供施設に指定されており、同時に脳死臓器移植実施施設(肝臓・腎臓・小腸)に認定されているため、緊急の脳死臓器提供や臓器移植手術のために、患者様の予定されていた手術が急遽遅延したり、中止になったりする可能性があります。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

▶ 病院長挨拶	2
▶ 専門・認定看護師を紹介します	2
▶ トピックス「西棟別館が竣工しました」	3
▶ 病気を知らろう! 第16回「ロコモティブシンドローム」	4
▶ Information from the Hospital 「平成24年2月にがん情報コーナーを開室いたしました」	8
▶ お知らせ掲示板	9

病院長挨拶

自治医科大学附属病院病院長
安田 是和



4月から病院長に就任しました。どうぞ宜しくお願いいたします。

私は昭和51年に自治医科大学附属病院消化器・一般外科に入職しました。その後は県立病院などに勤務し、自治医科大学に戻り救急部（現救命救急センター）、中央手術部などに勤務したのち、消化器外科に異動し現在に至っていますので、ほぼ36年間自治医科大学に勤務していることになります。

さて、自治医科大学は、地域医療に貢献する医師の育成を目的に昭和47年に開学し、今年40周年を迎えました。附属病院は開学後2年の昭和49年に開設されましたが、増床を重ね、現在の病床は1,132床、40の診療科があり、約2,500人の職員が働いています。

当院の理念は(1)患者中心の医療(2)安全で質の高い医療(3)地域に開かれた病院(4)地域医療に貢献する医療人の育成、です。これらの理念のもと、職員一同、日夜診療に励んでおります。

現在、当院の本館は開院後38年を経ましたので、快適で最新の医療を提供するために外来部門のリニューアル工事を行っています。来院される皆さまには何かとご不便をおかけしておりますが、どうかご理解とご容赦をお願い申し上げます。

近年病院をとりまく環境は大きく変化しています。一つは日本社会の急速な高齢化による疾病（病気）の変化であり、一人の患者さんのもつ疾病数も多彩になってきています。また、医療が高度かつ専門分化し、これらに対応するために、この10年間に、とちぎ子ども医療センターの開設、救急救命センターの開設をはじめ、診療各科の新設と充実を図るとともに、臨床腫瘍科の開設など、がん診療の充実にも力を注いでいます。本年は最新のMRI（核磁気共鳴画像装置）と外来透視センターを擁する西棟別館がオープンいたしました。

めまぐるしく発展してきた当院ですが、総合医学と専門医学の両立を目指し、いままで培ってきた経験と知識を生かし、地域から愛される暖かい安らぎの診療環境を提供できるよう、物心両面から病院機能の充実に努力していく所存です。引き続きご支援を宜しくお願い申し上げます。

専門・認定看護師を紹介し

〈連載〉

第3回

専門看護師は、複雑で解決困難な看護問題を持つ個人、家族及び集団に対して水準の高い看護ケアを提供するための、特定の専門看護分野の知識及び技術を深め、保健医療福祉の発展に貢献し併せて看護学の向上を図ることを目的に、日本看護協会から資格認定を受けています。また、認定看護師は、特定の看護分野において、熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践ができる看護師として、日本看護協会から認定を受けています。

がん看護専門看護師
緩和ケア認定看護師

小松崎 香



がんは、2人に1人がかかり、3人に1人が死に至る“国民病”といえる病気です。

がんと診断された、その時から、患者さんは身体の痛みだけでなく、こころの痛みやストレスを感じます。仕事と治療の両立が難しかったり、治療に伴う医療費も、患者さんやご家族にとっての気がかりの一つに含まれるのではないのでしょうか。「病気のことでないから」とか「こんなことを相談していいのか」と療養に伴う様々な思いを、一人で抱え込んでいる方も少なくないと思います。

2007年4月施行された「がん対策基本法」では、「治療の初期段階からの緩和ケア」を行うことが求められており、診断を受けた時から、がん患者さんの療養生活の質の向上に努めるべきだと明記されています。がん医療における緩和ケアとは、がんに伴う体と心の痛みを和らげ、日常生活を過ごしやすい、その人らしさを大切にする考え方で、決して「亡くなる直前に受ける医療」ではありません。

私は、緩和ケアチームのメンバーとして、相談のあった入院中・通院中のがん患者さんとご家族への看護支援を行っています。痛みやだるさ、吐き気などの身体のつらさ、気分の落ち込みや今後への不安、医療費など経済的な問題、緩和ケア病棟に関する情報提供や在宅療養についてなど、相談を受けることは多岐に渡ります。そのような中での私の役割は、病と共に生きる中で、患者さんがご自分の持つ力を発揮し、自分らしく生きることができるようサポートすることです。

当院は、がん診療連携拠点病院の指定を受けており、がん患者さんやご家族からの相談に個別に対応できる機能を持っています。本館1階の足利銀行前の患者相談室には、毎週火曜日・木曜日の10時～16時まで無料で利用できる「がん情報コーナー」があります。治療を継続する中で、患者さんやご家族の不安やストレスが少しでも軽減し、心穏やかに過ごすことができるのが、私たち、がん医療に携わる医療者の願いです。こうした病院内の施設も、お気軽にご利用いただければと思います。

平成24年1月に「西棟別館」が竣工しました。

低層部に壁面緑化を行い、南側のガラスの一部には太陽光発電ガラスを採用するなど、環境面に配慮した建物です。

1階には、MRI(磁気共鳴画像装置)を1台設置し、5月から検査を開始しました。この機器の導入で、より高度な放射線検査の対応が可能になりました。今秋には、もう1台MRIの導入を予定しており、当

院のMRIは、本館に設置されている3台と合わせて、5台体制になります。

2階には、外来透析センターを整備しました。直接風が当たらない輻射空調や直接光が目に入らないための間接照明など、機能的で快適性の高い設備や、インテリアを採用しました。外来透析は、今秋から診療開始の予定です。



西棟別館



低層部の壁面緑化／ガラスの一部に太陽光発電ガラス



MRI(磁気共鳴画像装置)



2階透析センター



第16回

ロコモティブシンドローム
(運動器症候群)



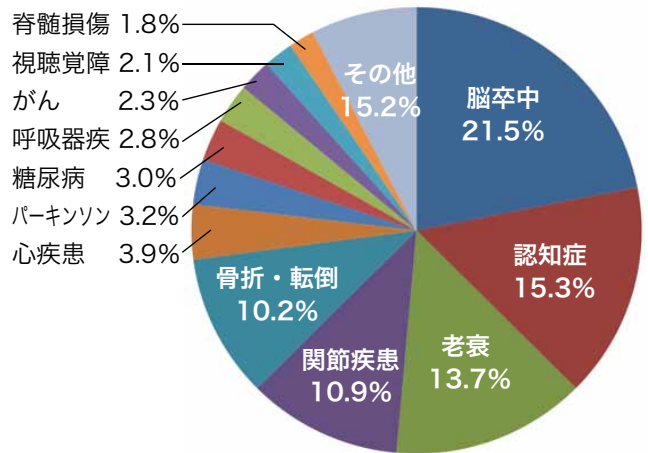
整形外科
星野 雄一

わが国は世界1の超高齢社会

世界に先駆けて数年前にわが国は、65歳以上人口が総人口の21%を越すという超高齢社会に突入しています。長寿であることは喜ばしいことですが、晩年の数年間は心身の不調などによりなんらかの支援を必要とするのが現実です。寿命のある間は最後まで元気で過ごしたいというのが万人の願いであり、この人生の終盤におき易い足腰等の不具合はやがては寝たきりにつながる重大な障害といえます。2000年に介護保険制度が開始されましたが、支援や介護が必要となる原因として、脳卒中や認知症などと並んで、骨折や関節痛などの運動器の病気が一貫して3大疾患となっています(図1)。

図1 要介護原因

関節疾患、骨折転倒、脊髄損傷を足すと23%であり、運動器機能障害が第1位になる。



要介護原因 460万人 H22年国民生活基礎調査 厚労省HPより

メタボとロコモ

脳卒中や心筋梗塞などにならないように、若い頃から肥満に気をつけましょうというのがメタボリックシンドロームの意義です。同様に足腰の衰えから骨折や関節痛を経て寝たきりにならないように、高齢になる前から手足や背骨(運動器)の健康を心が

けましょう、というのがロコモティブシンドローム(略称ロコモ)という概念を提唱した意義です。自治医大整形外科も中心的施設の一つとなり、2007年9月に日本の整形外科がロコモを世界で初めて提唱しました。「ロコモティブ」には機関車の意味もあり、

SLはスチーム・ロコモティブの略です。力強いイメージがあって、頑張っで予防するというイメージにマッチしていると思います。

ロコモの定義は「運動器の障害により要介護となるリスクの高い状態」であり、運動器の機能障害

およびその予備軍をも含む広い概念を指すものです。つまり、ロコモの中にはいろいろな原因があり、例えば膝が痛む、腰が痛む、足がしびれる、など様々な症状、あるいは病気がすべて含まれることになります。

ロコモ予備軍は 4700 万人

基本的に運動器は100年持つようには設計されていません。40歳頃からおきる肩の痛みを40肩や50肩とよぶのは有名ですが、このほかにも首や腰の痛み、膝や肘の痛みなども、50歳頃から多くなってきます。最近のわが国での大規模な住民調査では、腰椎や膝関節の加齢による変化は50～60歳以降の世代のX線像では半数以上に見られ、骨粗鬆症の検査結果と総合すると、わが国全体では4700万人が運動器の加齢変化を有している、という推定結果が出されています。この4700万

人がすべて症状を有しているのではなく、検査上の異常のみであるのが大部分の、いわばロコモ予備軍といえることができます。国民病と言っていい程多数の方が持っている運動器の加齢性変化ですので、その機能低下を予防する取り組みを構築し、人生の最晩年を健やかに生き生きと自立して過ごせるようにするのが健康政策としても最優先課題であり、2013年にスタートする第2次健康日本21政策でも、このロコモ対策を重要な柱とすることが決まっています。

ロコモの診断：①ロコチェック

ロコモを自分でチェックするツールとして7つのロコチェックが公表されています(図2)。質問のうち1つでも該当する場合はロコモの疑いがあると警鐘をならすツールで、日本整形外科学会のホームページにアクセスすると誰でも簡単にチェック出来ます。ただし、このロコチェックはあくまでも国民に気付いてもらう為のツールであり、ロコモの重症度判定は企図されていません。つまり、7項目のうちいくつ該当するかで重症度を測るようには設計されていないことに留意ください。

図2 ロコチェック (2010)



日本整形外科学会ホームページより

ロコモの診断：②ロコモ 25

ロコチェックではロコモの重症度判定が出来ないため、疼痛や不安さらには社会活動参加まで含めて、定量的に運動器機能障害を評価出来るツールを開発しました。自治医大整形外科を中心とした全国調査

(厚生労働科学研究)の成果として、25問の質問からなるロコモ25(表1)を策定しました。各質問は障害なし0点～最重症4点の5段階評価とし、総点は障害なし0点～最重症100点となるように設計さ

れています。全国の整形外科施設を受診した65歳以上731名を対象とした調査研究から「歩行移動に障害があるが自立している者」を予防的に運動器リハビリテーションを導入させるべき対象（いわばロコモ群）と設定した場合、これを抽出する基準値は16点という結果が得られました。つまり、ロコモ25において16点以上の症状を有する者は要治療群と評価することができるのです。

表1 ロコモ25

この1か月のからだの痛みなどについてお聞きします。

- 1** 頸・肩・腕・手のどこかに痛み(しびれも含む)がありますか。
0) 痛くない 1) 少し痛い 2) 中程度痛い 3) かなり痛い 4) ひどく痛い
- 2** 背中・腰・お尻のどこかに痛みがありますか。
0) 痛くない 1) 少し痛い 2) 中程度痛い 3) かなり痛い 4) ひどく痛い
- 3** 下肢(脚のつけね、太もも、膝、ふくらはぎ、すね、足首、足)のどこかに痛み(しびれも含む)がありますか。
0) 痛くない 1) 少し痛い 2) 中程度痛い 3) かなり痛い 4) ひどく痛い
- 4** ふだんの生活でからだを動かすのはどの程度つらいと感じますか。
0) つらくない 1) 少しつらい 2) 中程度つらい 3) かなりつらい 4) ひどくつらい

この1か月のふだんの生活についてお聞きします。

- 5** ベッドや寢床から起きたり、横になったりするのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 6** 腰掛けから立ち上がるのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 7** 家の中を歩くのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 8** シャツを着たり脱いだりするのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 9** スズンやパンツを着たり脱いだりするのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 10** トイレで用足しをするのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 11** お風呂で身体を洗うのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 12** 階段の昇り降りのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 13** 急ぎ足で歩くのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 14** 外に出かけるとき、身だしなみを整えるのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 15** 休まずにどのくらい歩き続けることができますか(もっとも近いものを選んで下さい)。
0) 2~3km以上 1) 1km程度 2) 300m程度 3) 100m程度 4) 10m程度
- 16** 隣・近所に外出するのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 17** 2kg程度の重い物(1リットルの牛乳パック2個程度)をして持ち帰ることはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 18** 電車やバスを利用して外出するのはどの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 19** 家の軽い仕事(食事の準備や後始末、簡単なたづねなど)は、どの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 20** 家のやや重い仕事(掃除機の使用、ふとんの上げ下ろしなど)は、どの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 21** スポーツや踊り(ジョギング、水泳、ゲートボール、ダンスなど)は、どの程度困難ですか。
0) 困難でない 1) 少し困難 2) 中程度困難 3) かなり困難 4) ひどく困難
- 22** 親しい人や友人とのおつき合いを控えていますか。
0) 控えていない 1) 少し控えている 2) 中程度控えている 3) かなり控えている 4) 全く控えている
- 23** 地域での活動やイベント、行事への参加を控えていますか。
0) 控えていない 1) 少し控えている 2) 中程度控えている 3) かなり控えている 4) 全く控えている
- 24** 家の中で転ぶのではないかと不安ですか。
0) 不安はない 1) 少し不安 2) 中程度不安 3) かなり不安 4) ひどく不安
- 25** 先行き歩けなくなるのではないかと不安ですか。
0) 不安はない 1) 少し不安 2) 中程度不安 3) かなり不安 4) ひどく不安

ロコモだったらどうすればいい?

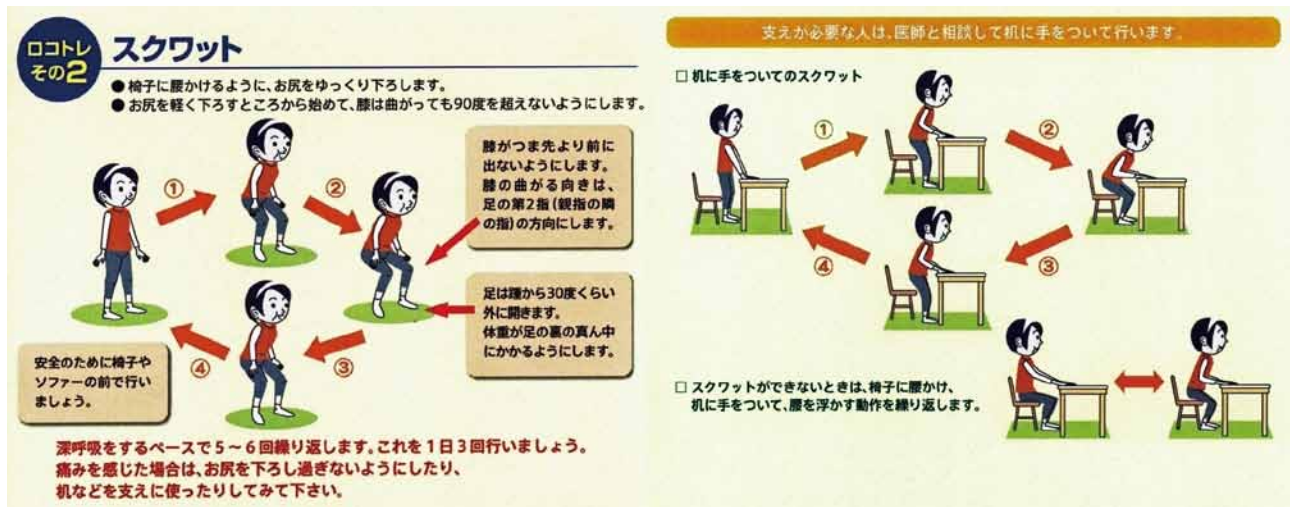
ロコモチェック公表と同時に、日本整形外科学会はロコモ該当者が安全に自分で出来るトレーニング方法を、ロコトレとして紹介しました。1分間片脚で立ち続

ける運動と、軽く腰を落とすハーフスクワットの2種類(図3)がありますが、運動強度は高くはないので、70歳代後半以降の世代向きともいえます。

図3 ロコトレ その1 開眼片脚立ち



図3 ロコトレ その2 (ハーフスクワット)



日本整形外科学会ホームページより

ロコチェック、ロコモ25 によるロコモの抽出率

7つのロコチェックによるロコモ抽出率は、地域検診においては65歳以上(平均77歳)では52%(石田)と報告されています。一方、ロコモ25による調査では、地域検診での平均77歳の集団では21~23%(石田、吉村)であり、ロコチェックよりは抽出率が大幅に低いという結果でした。ロコチェックとロコモ25の性格の違いが明瞭に表れていると考えています。運動器リハビリテーションの介入対象とすべき

はロコモ25における16点以上群と考え、この21~23%という頻度を我が国における65歳以上高齢者3000万人に当てはめると、ロコモ要治療群は700万人程度と算出することができます。この方達全員に運動器機能チェック(ロコモ25)を実施し、積極的な運動療法を開始して頂くのは、行政の責務と思います。

今後の展望

抽出が予想される700万人の中には、生活が自立している軽症ロコモ者から、既に要支援あるいは要介護になっている重症ロコモ者があると思います。前者を早期に発見し運動器リハなどの介入を行うことは要介護認定者増の軽減に、後者に対する介入はロコモ悪化による寝たきりの防止に有用と考えています。つまり、700万人はすべてなんらかの介入をすべき対象であり、重症度によって介入方法を選択する必要があります。今後、ロコモ25の点数により重症度を判定し、各重症度に適する介入方法を選べるよ

うな指針を策定したいと考えています。

2013年に開始される第2次健康日本21の重要な柱の一つに、ロコモティブシンドロームが挙げられています。ロコモに対する国民の認知率を10年後には80%とするのが目標の一つで、これは整形外科医師の努力のみでは達成できない高い数値目標です。本記事をお読み頂いた方には、是非とも周りの人々にロコモについてお話し頂き、多くの方々の理解を広めて頂けると幸いです。

平成24年2月に がん情報コーナーを開室いたしました。



開室日時

曜日：火曜日・木曜日（祝祭日は休み）
 時間：10：00～16：00
 場所：患者相談室内（本館1階足利銀行前）
 費用：無料



- 患者必携；「がんになったら手に取るガイド」
 および「患者必携；がんの療養情報（栃木県）」の閲覧
- 国立がんセンターが発行する各種冊子の閲覧・提供
 49種類（各種がん・小児がん・がんと療養・社会とがん）
- がんに関する書籍・患者会に関する情報
- がん患者・家族向けの催し物の案内
- 各種医療費制度の冊子



どなたでもご自由にご利用できます。

開設日以外でも情報コーナー内をご覧頂けます（患者相談室のドアをノックしてください）。

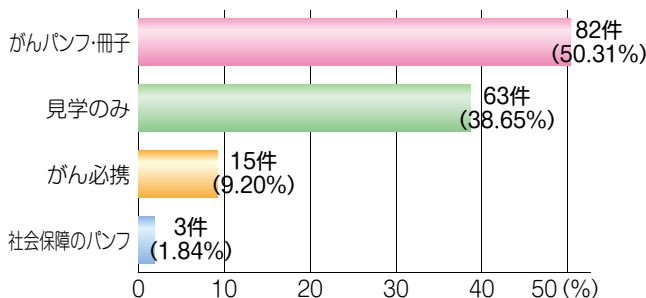
なお、専門員（医療ソーシャルワーカー）による個別相談もお受けしています。

どうぞ、お気軽にお立ち寄りください。

利用状況

平成24年2月から6月30日までのがん情報コーナーの稼働日数は40日で、この間の来室者の述べ人数は167人（一日平均4.18人）でした。

また、がん情報コーナーの利用の仕方としては次の図のような傾向が見受けられました。



がん情報コーナーMAP



お知らせ掲示板

自治医科大学附属病院の各部署のご案内

犯罪被害者支援のための募金機能付き清涼飲料水自動販売機を設置しました

事件や事故の犯罪被害者の支援を目的とした「募金機能付き清涼飲料水自動販売機」を、本館1階薬局待合コーナー前及び地下1階談話室に設置しました。

この自動販売機は、飲み物を一本買うと代金の中から10円が自動的に寄附金になり、ボタン（「10円」「50円」「100円」の3種類）を押せば、つり銭を上乗せして寄附することもできます。

集められた寄附金は、全額、公益社団法人「被害者支援センターとちぎ」に寄附され、同センターの運営に役立てられます。



病院敷地内全面禁煙のお知らせ

健康増進法では、学校や病院など多数の者が利用する施設において、受動喫煙（他の人のたばこの煙を吸うこと）の防止を定めております。

当院では、法の主旨に基づき、平成20年9月1日から病院敷地内を**全面禁煙**としております。皆さまのご理解とご協力をお願いします。



禁煙したい方へ

当院には禁煙外来がございます。
電話予約のうえ、受診ください。

- 診察日 毎週月曜日 午後3時～4時30分
(完全予約制)
- 連絡先 自治医科大学附属病院 呼吸器内科
0285-58-7467(直通)
午後2時～午後4時(土日祝祭日除く)

パジャマのレンタルを開始しました

平成24年5月から、入院される患者の皆さまにご利用いただき、パジャマのレンタルを開始しました。

滅菌消毒された清潔な物を着用できるほか、入院準備の手間や、洗濯の煩わしさが解消されます。

ご利用にあたっては、下記内容をご確認ください。

★サイズ



色は男性グリーン系、女性オレンジ系

ボタン式 男女共用サイズ

上着	サイズ	着丈	バスト	肩巾	長袖
	S	67	104	45	46
	M	70	112	49	48
	L	73	120	53	52
	LL	76	128	56	56
EL	76	138	58	56	

ズボン	サイズ	ウエスト	ヒップ	股下
	S	58～80	95	55
	M	63～90	105	60
	L	70～100	115	65
	LL	80～110	125	70
EL	87～120	135	70	

※EL=3L

★ご利用料金

ボタン式上下1セット(一回貸出)につき…500円(税込)

*回収・返却時にレンタル終了となります。

*参考 1週間に2～3回程度の交換目安

★お申込み方法

Jプラザ1階 協栄会薬店にて申込書(入院案内に同封)に現金を添えてお申し込みください。

★返却方法

病棟の看護師または看護補助員に回収の依頼をしてください。

※未開封の未使用レンタルパジャマにつきましては、協栄会薬店にお持ちくだされば返金させていただきます。

※ビニールが開封されておりますレンタルパジャマにつきましては、衛生管理上返品はお受けできませんので予めご了承ください。

★ご使用場所

自治医科大学附属病院内

★受付窓口

Jプラザ1階 協栄会薬店

受付時間 午前8時30分から午後5時30分まで
(土・日曜・祝日、年末、年始は休み)

院内助産所a vie (ラ・ヴィ)のご紹介

総合周産期母子医療センター内に院内助産所la vie (ラ・ヴィ)を開設してから、早1年あまりが過ぎ、これまでに10名を超える方が当施設で新しい命を迎えられました。

今回は、少しだけ当施設のご紹介させていただきます。

当施設では妊娠、出産、育児はあくまでもお母さんと赤ちゃん、そしてご家族が主役であると考えています。妊娠や出産はとても神秘的なものであり、女性が本来兼ね備えている力を最大限に発揮すること、そして赤ちゃんの持つ生命力を信じ、「産む力と生まれてくる力を信じて…感動の瞬間をあなたとともに」をモットーとし、妊娠期から分娩、産後まで、助産師が一貫して関わります。



※分娩のエキスパートが対応します(^_^)v

1. 助産師外来について

助産師外来は名前のとおり、助産師が妊婦健診を行う外来です。安産のためには、妊娠中からの身体作りがとても重要となりますので、そこに重点を置いて保健指導等も積極的に行っています。「あなたらしいお産(バースプラン)」を私達と一緒に考え、新しい命を迎える準備をしていきましょう。完全予約制なのでゆっくりと時間をかけて行います。



※助産師外来の様子

2. ラ・ヴィールームについて

院内助産所独自のプログラムであるラ・ヴィールームは、「プレママサロン」と「エンジョイバース」の2つのコースに分かれています。

妊娠中期の「プレママサロン」は同時期に出産される妊婦さん同士の情報交換を設け、ティータイムを通じて妊婦さん同士の友達作りの場にもなっています。

妊娠後期の「エンジョイバース」では、初産婦の方でも分娩のイメージがつきやすいよう、私達助産師が、助産師と妊婦役を演じる分娩の寸劇を行っています。

参加された方からは、

・分娩の経過や過ごし方のイメージを持つことができた。

・分娩に対する漠然とした不安や痛みへの恐怖心が軽減され、お産が楽しみになった。

等、ご好評を頂いています。



※「エンジョイバース」の様子

3. 当施設での分娩について

当施設では、バースプランに基づき、ご自分で楽と感じる自由な体勢で出産できるようにフリースタイル分娩のお手伝いをしています。

実際、多くの方が経験された横向きでの分娩では、

・思い描いていた感動の出産となり、分娩予定日を過ぎた事もこの感動を体験するための赤ちゃんからのプレゼントだったのではないかと思います。

・赤ちゃんとの一体感、産道を抜けてくる感覚、すべてははっきりと覚えており、出産のすばらしさを体感することができました。

等のご感想を頂いています。

お産は人によって様々であり、一人一人が異なりますが、バースプランを立てて臨んだ出産を通じて赤ちゃんに出会えた瞬間、あなたは今までに感じたことのないような感動に包まれるでしょう。

当施設ではアットホームな雰囲気を大切にしており、上のお子様を含めたご家族の立会い分娩も提供しています。既に多くのご家族が、上のお子様と一緒に新たな家族の一員を迎えています。上のお子様も初めは緊張した表情ですが、ご家族で過ごされるうちに緊張も解け、笑顔で新しい命を迎えています。その表情からは、すでにお兄ちゃん、お姉ちゃんとしての自覚も芽生え始めているようです。



※産後は赤ちゃんとゆったり(^^♪



※“お兄ちゃん”もうれしそう!(^^)!

分娩には専任の助産師が責任を持って立ち会い、サポートします。もちろん、いざという時には隣接する「総合周産期母子医療センター」が、あなたと大切な赤ちゃんを万全の態勢でバックアップします。



※院内助産所la vie(ラ・ヴィ)でご出産を希望される方は、産科外来に受診し妊婦健診を受けて頂く必要がありますので、詳しいことは下記までお問い合わせください。

総合周産期母子医療センター

院内助産所a vie (ラ・ヴィ)

☎0285-58-7210

URL <http://www.jichi.ac.jp/avie>

ボランティア募集

自治医科大学附属病院

- 活動日 月～金（祝日除く）
- 場 所 自治医科大学附属病院
- 内 容 外来中心 診察申込書記入の代筆、院内の案内、
車椅子の患者様の介助など



お問い合わせ先

自治医科大附属病院 経営管理課 総務係

TEL 0285-58 7103 (直通)

とちぎ子ども医療センター

- 活動日 月～金（祝日除く）9：00～17：00
- 場 所 子ども医療センター
- 内 容 外来（案内・見守りなど）
病棟（保育・学習・読み聞かせなど）
作業（手芸・園芸・装飾など）



花咲jii

- 活動日 毎月第3又は第4日曜日（午前中）
- 場 所 子ども医療センター 外庭
- 目 的 美しい花、香りのある木、実のなる樹木
を植え、季節感を与え、病気で闘う子ども
たちや家族を元気づける
- 内 容 花木の植栽、除草、花床の整備など



お問い合わせ先

とちぎ子ども医療センター ボランティア室

TEL 0285-58 7815 (直通・鈴木)

ご面会について

ご面会の時間は次の通りです

本館・新館 ●平日 15:00～19:00
●土・日・祝日 13:00～19:00

(ただし、産科病棟は、毎日 15:00～19:00)

・ご面会の方は、必ず本館1階総合案内「面会者受付」で受付し、**バッヂ**を付けていただき各病棟のスタッフステーションで**許可**を受けてから病室にお入りください。

子ども医療センター 15:00～19:00

・ご面会の方は総合案内にて受付をして、**面会カード**を首から提げて病院の入り口でインターホンを押し、お名前とお子様との関係をお話ください。

※ご面会は決められた時間内に短時間でお願います。

※大勢でのご面会をご遠慮ください。

※お子様は感染防止のため、お連れにならないでください。

面会の際には、
時間を守りま
しょう。

第16号

自治医科大学附属病院だより

〒329-0498

栃木県下野市薬師寺3311番地1

TEL 0285-44 2111(代)

FAX 0285-40 6016

URL [http:// www.jichi.ac.jp](http://www.jichi.ac.jp)

発行日/平成24年8月1日

編集・発行/自治医科大学附属病院
病院事務部 経営管理課

印刷/(株)松井ピ・テ・オ・印刷