

やまだんの 山田野

33

独立行政法人

国立病院機構 北陸病院

〒939-1893 富山県南砺市信末5963

TEL 0763-62-1340 FAX 0763-62-3460

全ての病棟が 新しくなりました。

当院は、昭和19年10月に傷痍軍人療養所北陸荘として創設以来、結核、精神を中心に医療を行ってきたことにより、地域住民の皆様には特別な病院というイメージがあり、高齢化社会における認知症対策など、より地域に根差した医療を推進しようとする当院にとって、マイナスのイメージとなっておりました。

病棟も昭和40年代、50年代に建設されたもので、老朽化が進み、病室、食堂、廊下等病棟全体が非常に狭く、患者様に快適な療養環境を提供できない状況に院長始め職員全員が心苦しく思っておりました。

独立行政法人化を期に病棟建て替え計画が全国の国立病院で進み、当院もその流れにのり、患者様に快適に療養していただけるように、病室、食堂、廊下等を広く、明るくするように計画し、平成24年度に着工し、平成25年5月に南病棟（4階建て3ヶ病棟、リハビリ室）、平成27年5月に西病棟（2階建て2ヶ病棟）が完成し、平成27年7月に外構整備が完了して病棟建て替え計画は終了しました。

患者様、ご家族様からは、病室、食堂、浴室等を大幅に改善し、ゆとりのあるアメニティとしたことで、「非常に明るく病院のイメージが変わった」「快適に過ごしています」とのお声もいただきました。（お世辞かも？）

お褒めのお言葉以外では、「病院玄関から病棟が遠い」というご意見もいただきました。このことについては、病院も苦慮しているところで、根本解決には玄関の変更（外来棟の建替）を実施する必要があります。外来棟の建替構想はありますが、実施はもう少し先になります。患者様、ご家族様、関係業者様にはご不便をお掛けすることになりますが、ご理解とご協力をよろしくお願いします。

新病棟になったことを期に職員一同、更に自己研鑽し、患者様に喜んでいただける医療を推進していきます。



南病棟

南・西病棟完成時には
地域の皆様に病棟を
見ていただきました。



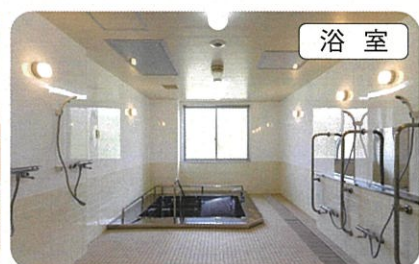
西病棟



病室



食堂



浴室

睡眠医療認定医療機関として認定



当院では平成13年より睡眠外来を開設し、富山県内で唯一の専門的な診断・治療を行うことができる施設として睡眠障害全般の診療にあたってきました。いまや国民の3割が「よく眠れない」、1割が「日中眠たい」と感じており、「眠り」の問題は健康に関する重大な関心事となり、睡眠障害の診療に対する需要も日々高まっています。そのような状況の中、当院でも平成26年度から診療体制を拡充、整備してきました。また、平成27年6月には新病棟内に睡眠検査専用の部屋を設け、より安全で正確に検査を行えるようになりました。これらの実績が認められ、平成27年7月1日をもって日本睡眠学会より睡眠医療認定医療機関として認定されました。今後も「眠り」の問題を通して皆様の生活の質の向上を目指すため、睡眠障害の診療に努めていきますのでよろしくお願いいたします。

さて、睡眠障害といえば不眠症をイメージすることが多いと思いますが、他にも色々なタイプがありますので簡単に紹介します。お悩みの方は一度、睡眠外来にご相談下さい。



日本睡眠学会

睡眠医療認定医療機関の証
学会認定医療機関【A型】・111号

富山県

独立行政法人国立病院機構 北陸病院

日本睡眠学会の学会認定に関する審査に合格したので認定証を交付する
認定証の有効期間は交付日より5年とする

2015年7月1日

一般社団法人日本睡眠学会

理事長 伊藤 洋

① 不眠症

寝つきが悪い、夜中に何度も目が覚める、朝早く目が覚めるなどの症状があり、日常生活の質が低下する状態です。ストレスの他にうつ病など精神疾患、様々な身体疾患、嗜好品や薬が原因となることもあります。

② 睡眠関連呼吸障害

睡眠中の呼吸に異常が生じるもので、睡眠時無呼吸症候群が代表的です。激しいいびきや睡眠中の呼吸停止によって睡眠が浅く分断され、日中に強い眠気を生じます。また、高血圧や虚血性心疾患、脳血管疾患などを併発する危険もあります。

③ 中枢性過眠症

脳の睡眠覚醒調節の障害のため強い眠気を生じて生活に支障がある状態で、ナルコレプシーや特発性過眠症などです。また、慢性的寝不足による睡眠不足症候群や、身体疾患や薬による過眠症も含まれます。

④ 概日リズム睡眠覚醒障害

脳と外界のリズムがずれた状態です。夜眠れなくなったり朝起きられなくなったりして登校、出勤が困難になることがあります。時差ボケなども含まれます。

⑤ 睡眠時随伴症

睡眠中に異常な行動が生じます。夢の内容を眠ったまま行動に移すレム睡眠行動障害などがあり、レビー小体型認知症との関連が注目されています。

⑥ 睡眠関連運動障害

睡眠に関連して異常感覚や異常運動が生じるもので、横になると足がムズムズして寝つけないむずむず脚症候群などがあります。



当院では睡眠障害を診断するために終夜睡眠ポリグラフ検査と反復睡眠潜時試験という2種類の検査を行っていますので、簡単に紹介いたします。

1

終夜睡眠ポリグラフ検査 (Polysomnography; PSG)

一晩かけて睡眠中の脳波、呼吸、いびき音、眼球運動、心電図、顎と脛の筋肉の動き、血液中の酸素濃度などを記録します。脳波によって起きているか寝ているかを正確に判定でき、眼球運動も併せて調べることで眠りの深さも知ることができます。また、呼吸運動やいびき音、血液中の酸素濃度を測定し、睡眠時無呼吸の有無を調べます。他にも、筋肉の動きを調べることで、睡眠を邪魔するような異常な体動があるかを確認することもできます。

当院では火曜日と木曜日の夜に行っています。

2

反復睡眠潜時試験 (Multiple sleep latency test; MSLT)

日中4回に分けて寝付くまでの時間を測ることで、昼間の眠気の程度を客観的に測定することができます。寝付くまでの時間の平均が8分未満で過度の眠気があるとされており、過眠症の診断に用いられます。ただし、高度の睡眠不足でも強い眠気を生じることがあり、正確な結果を得るためには検査前の1～2週間は十分な睡眠をとることが必須となります。

当院では木曜夜のPSGに引き続いて、金曜日の日中に行っています。

CVPPP研修開催

当院では毎年、インストラクターやトレーナーが中心となりCVPPP研修を行っています。今年度は6名の看護師がトレーナー認定を取得しました。初夏の暑い体育館で、参加者の皆さんは汗だくで取り組んでいました。4日間という長丁場を乗り越え、「患者さんへの関わり方について振り返る機会になった」「これからは自信を持って患者さんに関われそう」といった参加者からの声もありました。このプログラムでは、暴力への介入だけでなく、日頃からの患者さんへの関わりを通して、患者さんが怒りや興奮をコントロールできるよう支援していく事をポイントとしています。この研修に参加する事により、患者さんが怒りや興奮を示す時の心理状態を理解し、より患者さんを深く知ろうという意識に繋がっているようです。今後も患者さんにとって安全安心な看護を提供するために継続的に取り組んでいきたいと思います。

(林副看護師長)



第42回

院内合同運動会



6月10日(水)に第42回北陸病院の合同運動会が開催されました。総勢205名とたくさんの方に参加して頂き大盛況で終わることが出来ました。患者さんの力強い選手宣誓に始まり3つの競技と1つのアトラクションを半日かけて体育館で行いました。競技は患者さんの身体状況を考慮し全員が参加できて楽しめるようにと準備段階からいろいろと頭をひねりました。その甲斐あってたくさんの方々の笑顔と歓喜の声を聞くことが出来ました。その他、アトラクションは3月に開通した北陸新幹

線にちなんだしもので南2・南3病棟の患者さんが中心になって行い、私たちも楽しませていただきました。楽しい時間はあっという間に過ぎてしまいましたが昨年は南病棟の引っ越し等で運動会が開催できなかったため患者さんには少々賑やかで楽しい時間を持てただけなのではないかと思っています。ご参加いただいたボランティア、ご家族のみなさまご協力ありがとうございました。



外来担当医表

項 目	月	火	水	木	金
精神科（初診）	市川・坂本	坂本・市川	石崎・坂本	白石・池田	細川・白石
精神科（再診）	石崎・石橋	白石・池田	村田・石橋	市川・石崎(吉田翠)	池田・吉田翠
神経内科	吉田	小竹	吉田	吉田	小竹
内 科	戸部	渡辺（品川）	渡辺	戸部	戸部
睡眠外来（初診）			細川	細川・戸部	
睡眠外来（再診）		細川	戸部		
禁煙外来	戸部（石崎）				戸部（石崎）
専 門 外 来	もの忘れ外来（吉田・坂本・市川・池田） 統合失調症セカンドオピニオン外来（白石） パーキンソン病外来（吉田・小竹） 遺伝カウンセリング外来（小竹） 睡眠外来：睡眠障害（細川） 睡眠時無呼吸外来（戸部） 外来 不眠症認知行動療法（白石） 重症心身障害児<者>外来（石崎） 認知症セカンドオピニオン外来（吉田） 認知行動療法外来（白石） 眼瞼けいれん治療外来（小竹）				

●診察は完全予約制となっております。地域医療連携室にご相談ください。

●受付・診療時間・・・8:30～11:30

【地域医療連携室 直通電話】0763-62-1950

看護師・看護助手募集中！

看護師の資格をお持ちの方を随時募集しています。
子育てが一段落したからまた働いてみたい方、ゆっくり患者さまと関わる看護をしたい方、大歓迎です。
私たちと一緒に働きませんか。話好き・世話好きな方、看護助手として病院で働いてみませんか。仕事は看護業務の補助や患者さまの介護、病棟内の清掃などで、経験や資格は不要です。勤務時間についてはご相談ください。

お気軽に
看護部長室まで
ご連絡ください。



【交通アクセス】

◆交通機関

JR城端線、城端駅より、タクシーで約5分。

◆高速道路

東海北陸自動車道、福光ICより約5分。

◆南砺市コミュニティバス

JR城端駅・福光駅より出ています。



独立行政法人 国立病院機構 北陸病院

〒939-1893 富山県南砺市信末5963

TEL 0763-62-1340 FAX 0763-62-3460

ホームページ <http://www.hosp.go.jp/hokuriku/>

【編集・発行】北陸病院

【広報担当】石崎・宮嶋・今泉