



院長
コラム

新旧の交代

～古いカバンが捨てられない～

毎日病院へ出勤するときに持っていた黒いカバンがズッシリと重く、腰痛が悪化して歩行に支障をきたしていた。黒いカバンにはあちらこちらにポケットが付いていて、各々がパンパンに膨らんでいた。中身をチェックすると、文献、鍵束が2つ、車の鍵、薬を入れた布袋、折り畳み傘、小銭入れ、眼鏡、歯磨きセット、覚え書き手帳、のど飴、ガム、扇子、拡大鏡、手鏡、メジャー、靴ベラなどが出てきた。何故こんなものが入っているのか、信じられないような物が数多く出てきた。カバンを空にして持ってみたがまだ重い。カバン本体が重いのだ。このカバンは30年前に東京の大学病院を退職する時、池袋のデパートで買った防弾チョッキに使われる厚い布で作ったTUMI社製のものだ。30年使ってまったく型崩れしていない。もったいないけれどもっと軽いシンプルなカバンに買い替えようと、気に入ったカバンを探していた。

昨年9月に一度は行ってみたいなどと思っていた城崎温泉とカバンの豊岡への旅に出た。空路大阪へ、新大阪から福知山線の特急「このとり」に乗って福知山経由で城崎温泉に着いた。温泉街を散策しながら宿に向かってぶらぶらと歩いたが、古い町並みで期待に反してあまり印象に残らなかった。翌日はカバンで有名な豊岡市街でカバンの店をはしごした。色とりどりで斬新なデザインのカバンが所狭しと並んでいたが、なかなか良いものが見つからなかった。4軒目くらいで幾つか気に入ったカバンがあり、どれにしようか迷ったが、軽さとシンプルなデザインを優先してブルーグレーのカバンを選び購入、高知へ送ってもらった。



三世代のカバン

豊岡で買った新しいカバンに中身を入れ替え、ピカピカの1年生の気分でカバンを持って仕事に通っている。無用な物は入れないように心がけているが、徐々に重たくなってきている。一度出していた革表紙の覚え書き手帳も戻してしまった。なぜならページをめくると「情報技術を使ったより安全で効率的な医療が行われるようになった」、「知識への投資には常に最高の利息がついてくる」、「本気になったとき、人生のスイッチがオンになる」など30年以上かけて蓄積した無数の覚え書きが書かれている。これからも更なる知識の蓄積が必要だから持ち歩くことにした。

一方、黒い古いカバンを捨てようか迷っていると、年末の大掃除で山の道具と一緒に、納戸の奥から大学病院勤務時に使っていた茶色の革鞆が出てきた。次の世代に迷惑をかけないために断捨離を行っていくべきだが、なぜかぐずぐずと置いてしまう。まだ古カバンを捨てられない。さて今回のカバンは何年もつかな？

次のカバンは
革製品で有名な姫路で探そう。

「乳腺エコーって何？」

乳がんの罹患数は年々増加傾向にあり、女性のがんでは最も多くなっています。年齢別では40歳以降が急激に罹患率が上昇しています。

従来の乳がん検診ではマンモグラフィ検査が多く用いられてきましたが、検査時に乳房を圧迫するために痛みを感じる事がありました。これに対し、痛みの少ない検査法として乳腺エコーがあります。

しかし従来の乳腺エコーでは得られる画像が術者の技量に左右されやすいという欠点がありました。そこで当院では、従来の乳腺エコーの欠点である術者の技量に左右される事の無い最新機器（Invenia ABUS）を平成30年より運用しています。この検査機器では、従来より大型の探触子が**乳房全体を自動的に**撮影することにより、術者の技量の差に影響されず、痛みもなく均一な画像を撮影することが可能となりました。

検査時間は約10分程度、乳がんは早期発見すれば治せる病気です。一度検査を受けてみてはいかがでしょうか？



検査部

部門
紹介

薬剤部



私たちは、北島病院の薬剤部です。

お薬は、治療をしていく上で欠かせないものの一つです。またお薬を処方する際は、飲み合わせや副作用も大事なこととなります。

私たちは、医師と相談しながら、患者様にお薬を安全かつ適正に使用していただけるように心掛けて調剤しています。

お薬のことで何か疑問があれば、薬剤部までお気軽にお声をかけて下さい。



■自動車運転についてのお話

高齢者ドライバーの問題点は、大きく分けて認知機能と反応・動作の速さがあげられます。認知機能には、知覚・判断・想像・推論・決定・記憶・言語理解・注意といったさまざまな要素が含まれます。



今回は、その中でも認知機能のすべてに関わりのある「注意」についてお話します。

人の脳には全身の感覚器や目（視覚）・耳（聴覚・平衡覚）・鼻（嗅覚）・口（味覚）からの膨大な量の感覚情報が届きます。しかし脳の情報処理量には限界があり、入力された情報の一部分にだけ焦点を当てて情報を処理しています。このような適時適切な選択機能が「注意機能」であり、「特定の対象に意識を向ける働き」、「大切なことに意識を集中する働き」と言う理解しやすいでしょう。

たとえば、運転中にテレビを見たりスマホをいじると危険です。注意がそちらに向けられ、運転への注意がおろそかになるからです。このように運転中はほかのことに注意を向けないように「抑制」が必要です。さらに刻々と変わる道路状況や前後の車に、注意を適切に分配する注意のコントロールも必要です。これらも意識的な行動の制御に関与する注意機能の一つです。

運転中は、まず運転への注意集中を持続させ、運転以外のことには注意を向けない努力、注意の選択（ほかの興味の抑制）が必要です。そして、運転中に一点を見つめると危険です。前方の全体を漠然と見て、レーンの白線、信号機、対向車、歩行者や自転車、前後の車両、道路標識などにも注意を配る必要があります。これが「注意の分配」です。

注意を分配しながら、対向車が見えてきたら対向車に、歩行者がいたら歩行者に、と注意の対象を切り替えることなど、状況に応じた注意の転換も大切です。助手席に子どもを乗せていたら、そちらにも注意を分配、子どもが泣き出したら瞬間的に注意を転換し、直ちに運転に注意を戻さなければなりません。道路端の看板に興味を惹かれたり、風景に見とれてもいけません。不必要な情報を抑制し、必要なことに注意を分配しつつ、分配割合を適時変化させ（分割・転換）、注意を集中し続ける（持続）ことが、運転中に求められます。



「注意」という機能は年齢と共に衰えます。皆さんにも経験はありませんか？

電話で人と話しながらメモを取る。その目の前で子供が遊んでいて転びそうになったので助ける。電話で話をしながらテレビを観る。などの行動は年齢を重ねた今でも上手にできますか？ 難しさを感じることはあるとすれば、それは「注意」の低下が疑われます。

当院の自動車運転リハは、それらの注意機能の低下を予防・改善するリハビリを提供しています。注意機能の中でも、どの部分が問題になっているのかを客観的に評価し、適切なリハビリテーションによる治療介入を行ないます。

もし電話をしながらテレビを見ることに違和感を覚えたら気軽にご相談ください。

横倉山便り 横倉山アピール実行委員会



先日、冬の横倉山へ。小雨降る横倉は寒く、一見春はまだまだ先の様子でしたが・・・。足元には小さな春達顔を覗かせていました。

(北島病院 Facebook にて近況を掲載中です。)

※北島病院 Facebook や横倉山 PR ホームページへは、医療法人 社団 若鮎ホームページ (<http://www.kitajima-hp.com/>) のトップより移動できます。



「忘年会」を開催



12月6日(金) ザ・クラウンパレス新阪急高知にて医療法人社団若鮎並びに社会福祉法人仁淀川ふくし会の忘年会を開催しました。来賓の方も含め 107 名が参加。食事を楽しみながら余興やゲームで盛り上がりました。



トピックス

「ライブリーハウス輝」の3階改修工事終了

全面改修中の介護老人保健施設「ライブリーハウス輝」の3階部分の改修工事が無事完了、入所者様の引越しも終了しました。清潔で広々とした空間の中でより快適に過ごすことができるようになりました。



たこ焼きパーティー

11月29日、「介護老人保健施設ライブリーハウス輝」にて、たこ焼きパーティーを開催しました。当日は入所様だけでなくデイの利用者様も参加。たこの代わりにウィンナーやチーズ、角天の入ったたこ焼きに舌鼓、お唄も飛び出し楽しいパーティーになりました。



■ 発行

高知県高岡郡越知町越知甲 1662 番地
TEL (0889) 26-0432
FAX (0889) 26-3600
I P (050) 5537-1504
E-mail : wakaayu@lime.ocn.ne.jp
URL : <http://www.kitajima-hp.com>

■ 発行責任者

医療法人 社団 若鮎 北島病院
理事長 北島 清彰

■ 編集責任者

事務長 本山 彰