

(財) 日本医療機能評価機構認定基準達成

(財) 日本医療機能評価機構は1995年に設立された第三者機関で病院など医療機関の機能を学術的観点から中立的な立場で評価し、その結果、明らかにされた問題点の改善を支援する組織です。2001年3月19日の時点で同機構により認定された病院は全国で455ヶ所(全国の病院の4%)、当院は県内で5番目、民間医療機関としては最初の認定病院です。

医療の質「お墨付き」

小金井中央病院に認定証

小金井中央病院(園分寺町小金井二丁目)は、二十一日まで、日本医療機能評価機構の審査基準をクリア

認定証を取得した。同病院の医療の質に対し、第三者から「お墨付き」を得た格好で、県内の民間医療機関としては初めての取得。

同機構は、医療の質的向上を図るため、日本医師会などが主催して特定。病院側の申請を受け、「病院の理念と組織基盤」「診療の質の確保」「看護の適切な提供」「患者の満足と安心」などを有料で審査する。

同病院では二年前から、認定証取得に向けた取り組みを始めた。講習会などを迎し職員意識改革に努めたほか、待合室と診察室の仕切りをガラス張りにし、完全分煙室を設置し、患者にとって適切で安心できる環境を整えていった。



平成13年2月22日 しもつけ新聞

安心と信頼のできる病院を目指して

医療法人 小金井中央病院
理事長 田中昌宏

師走ともなれば、病院の業務が多忙を極めても、1年間が無事に終了したという安堵感と迎えるべき新年への期待感で心は穏やかに充足されるものだが、昨年場合はちょっと、違っていた、大病院における医療事故の頻発とそれを煽るような報道機関の姿勢に少し嫌気がさしていたからだ。年が明けて松の内が過ぎても、心身の澱みは癒されずに年末の気怠さを引きずっていた。その内、自然に解消するだろうと高をくくっていたが、せっかちな性分の私には矢張、ストレスのようだった。そんな折り、小雪に混じって一通の朗報が舞い込んだ。丁度、外来の診察中であつたが、総務課長が気を利かしてメモを差し入れてくれた、日本医療機能評価機構の合格通知であつた。後日、郵送されたカバー付きの認定証をみて、改めて全職員と共に喜びを噛みしめる機会を得た、快哉。

連日、マスコミに報じられる医療事故を国民と共に、医療関係者も等しく胸の痛む思いで見ていると思う。「当事者の猛省は当然のこととしても、ミスをやらかした個人に、すべて責任を転嫁しても医療事故は決して減るものではない。『人は過ちを犯すもの』という観点に立って人為的ミスを如何に防止するか、即ち“危機管理システムの構築”がその解決には不可欠である。」と論文には引用されている。しかし現場で即効性のある具体的な管理システムとは何か？全職員にどのように周知すれば実効が得られるのか？ これらを解決するには乗り越えなければならない問題が山積している。

当院は、開院以来、幸いにも大きな事故や過誤に遭遇しなかったが、今後、事故が発生しないという保証はない。世の中に御手本を求めて辿りついたのが日本医療機能評価機構であつた。すなわち、開院以来13年間に我々が一貫し押し進めてきた現場医療のすべてを洗いざらい“第三者機関”に開示して、多方面から厳密かつ詳細な御検討をいただき、問題点を絞り出して、その改善策を模索するという作業を決断したのである。自負心を捨てて、将に、首を洗って心静かに待つ心境であつた。待つこと2ヶ月、“認定”という合格通知、即ち、眼に見える形で一定の評価を頂戴した。医療機関は極めて閉鎖性の強い業種で、医療経営実態、診療内容はヴェールに覆われ、医療機関毎にみな異なっているのが実情である。病院の危機管理の必要性が、旧弊打破？の原動力になったことを考えあわせると時代の流れを感じずにはいられない。

5年後の再評価に向けて、各種委員会（リスクマネジメント、院内感染防止対策、その他）は既に稼動し、多数の院内マニュアルの実践もスタートしています。小金井中央病院10周年記念誌にも謳われているように、職員一人一人が“決めた事は守れる人になれば”、自信と誇りをもって毎日の医療業務に邁進することができると確信しております。患者様に安心感と信頼感を提供し、今まで以上に地域社会に頼られる病院になれるように職員一同、力を合わせて精進しましょう。

◎ リハビリ広場 ◎

～痛みについて～

「腰が痛い」「膝が痛い」「肩が痛い」と感じたことのある人は多いのではないのでしょうか？今回シリーズで、特に痛みのでやすい腰・膝・肩について、痛みがでてしまったらどうしたらよいか、また痛みをでないようにするにはどうしたらよいかを紹介します。第1回目は「腰痛について」です。

●腰痛ってなんでなるの？

腰痛の原因には大きく分けて4つあります。1つは、いわゆる腰痛症・椎間板ヘルニア・腰椎分離症など、骨や筋肉の異常です。

日常生活での姿勢の悪さ、運動不足、長時間労作の疲労と緊張などによるもので、これが腰痛の原因で一番多い疾患です。2つ目は内臓などの疾患によるもの、3つ目は神経の疾患によるもの、4つ目は精神的要因によるものがあります。(図1)

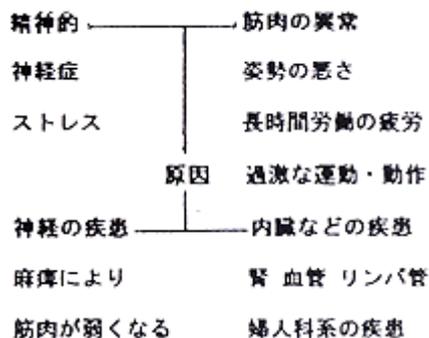


図1 腰痛の原因

●腰痛はどのくらいの方が訴えているの？

一生のうちで腰痛を経験する人は、全体の80%以上になるとの報告があります。

10～20歳代の若い人は、過激なスポーツによる椎間板ヘルニアや腰椎分離症になりやすく、30～40歳代は運動不足、長時間労作、肥満、ストレスが原因でぎっくり腰や腰椎分離症などが起こります。50歳代以上では、老化による変形性脊椎症や骨粗しょう症を起こしやすくなります。(図2・3)

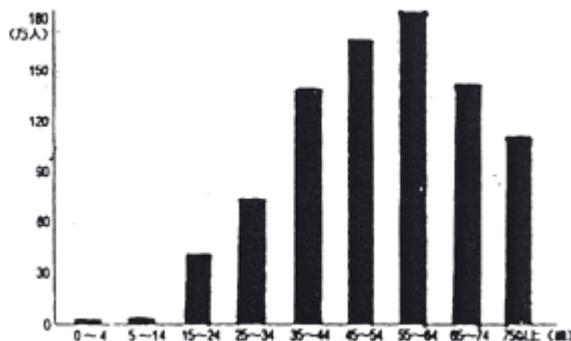


図2 腰痛を訴える人の数(年齢別)

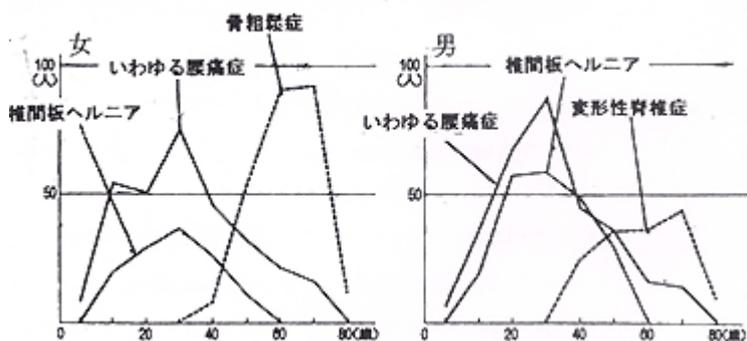


図3 腰痛を訴える人の数(性別・原因別)

●腰痛を感じたらどうしたらいいの？

- ・ 早めに病院で診察を受診した方がいい場合
 - 1) 腰の痛みが非常に強く、顔が真っ青になるほど痛みがある場合
 - 2) 腰の痛みと同時に、尿も出すことができなくなっている場合
 - 3) 腰の痛みだけでなく、脚の筋力低下や感覚鈍麻、しびれがある場合
- ・ なるべく病院で診察を受けた方がいい場合
 - 慢性的に腰にはった感じがあり、日常生活においても障害がある場合
- ・ ぎっくり腰になった場合

腰部の強い痛み→脚への響く痛みあり、尿がでないなど→病院受診→上記の症状なし→腰痛が落ち着くまで安静→日常生活に支障があれば病院受診
痛みが伴わない姿勢で安静を保つ(図4・5)



図4 横向きでえびのように丸くして寝る



図5 仰向けで膝下に枕を入れて寝る

●腰痛にならないようにするにはどうしたらいいの？

- ・正しい姿勢を保つ（図6）

あごをひき、腰が反ったり曲がったりしないよう適度に腹筋・背筋に力が入っている。



図6 正しい姿勢・誤った姿勢

日常の動作に注意（図7・8・9）

- 物を持ち上げたり、顔を洗う時など、脚の力を用いて十分に膝を折って、中腰姿勢はとらない。

掃除機を使用時、上体を起こし背筋を伸ばしたままの姿勢で掃除機をかけ、上体を曲げて行わない。



図7 重いものを持ち上げる時

図8 顔を洗う時

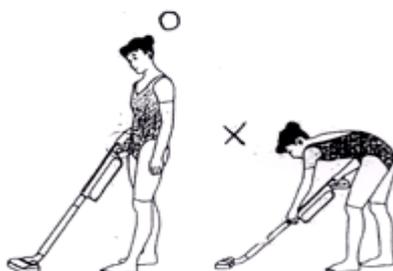


図9 掃除機をかける時

腰～殿部周囲の筋肉・太ももの筋肉の柔軟性を高める、腹筋の強化（図10）いわゆる「腰痛体操」です。この体操は、誤って行くと危険を伴うので、医師の指示のもとリハビリ専門家に一度指導してもらった方が望ましいです。

- 1) 膝をかかえこむ : 片方または両方の膝を胸に近づけるようにかかえこむ。腰～殿部の筋の柔軟性を図る。
- 2) 体をひねる : 上体はそのまま、腰をひねり片方の脚を交差し床につける。腰が反らないよう注意。腰部の筋肉の柔軟性を図る。
- 3) 太もも裏を伸ばす : 伸ばしている脚のつま先に触れるように体を前に倒し、太もも裏の筋肉の柔軟性を図る。
- 4) お尻を持ち上げる : 背中が床につけたまま、お尻のみを持ち上げ3秒間止める。腰から持ち上げないよう注意。骨盤の動きをつくる。
- 5) おへそのぞき : 両手をおなかの上に置き、おへそをのぞき込むように頭を持ち上げ3秒間止める。腹筋の強化を図る。



1)

2)



3)



4)

5)

腹筋の強化（図10）