

**頭痛は怖い？** これまでで“頭が痛い”といった症状を一度も経験した事がない人は少ないと思います。風邪をひいたとき、肩こりがひどいとき、頭をぶつけたとき…。また、“私はもともと頭痛もちだ”という人も多いのではないのでしょうか？頭痛の原因は数多くありますが、生命にかかわるような、あるいは身体に機能障害を残すような危険な頭痛が頭痛全体に占める割合はそれほど高くありません。

頭痛には、なにか脳の病気があるわけではないが頭痛を繰り返す、また、持続することが問題となる慢性頭痛症（一次性頭痛）と、脳や頭部の病気の症状として出てくる頭痛、症候性頭痛（二次性頭痛）に大別されます。一次性頭痛には片頭痛、緊張型頭痛、群発頭痛などがあり、二次性頭痛には脳腫瘍、髄膜炎、脳炎、クモ膜下出血や脳梗塞、脳出血などがあります。まず大切なのは、一次性か二次性を鑑別することであり、そのためには、これまで検査を受けたことのない方は、必ず一度は脳CT検査やMRI検査を受け、危険な頭痛がないことを確認することが必要です。

検査の結果、二次性頭痛が否定された場合は一次性頭痛を考えますが、一次性頭痛の場合、何か検査で異常があるわけではないことがほとんどのため、診断は問診によって行われます。いつごろから、どれくらいの頻度で、どれくらいの時間どのあたりが、どのように痛いのか、家族歴はあるかなど。

二次性頭痛は、脳の画像検査等で診断がつくことが多いですが、ほとんどが頭痛以外に嘔吐、しびれ、麻痺、意識障害といった頭痛以外の身体症状を伴います。

頭痛の有病率については、一次性頭痛の代表である片頭痛は日本人の840万人、緊張型頭痛は2000万人以上いるといわれております。これと比べ、二次性頭痛の中でも最も怖い？くも膜下出血や脳腫瘍による頭痛は年間1～3万人が発症するといわれております。ですから、割合を考えれば頭痛があったときに、その頭痛の多くは怖くないともいえるのですが、くも膜下出血は発症すれば、3人に1人は死に至り、3人に1人は何らかの後遺症を残すといわれておりますし、脳腫瘍も大きさやできた場所、悪性度が高い場合などは、身体機能障害を残したり、生命にかかわることもあるので注意が必要です。例外はありますが、急に起こった頭痛で、これまでに経験がないひどい頭痛、突発して短時間でピークに達するような頭痛、熱がある、手足の麻痺やしびれを伴うような場合には医療機関を受診することをお勧めします。



入院診療部長  
櫻井邦彦

## 10月、11月、12月の予定



- ・リハビリテーション看護について 10月6日 新小山市市民病院 大出悦子
- ・「リハビリ病院としての役割について」  
那須塩原市ケアマネージャー連絡協議会 10月14日 病院長 森山俊男
- ・病院祭 10月18日(土)
- ・「高齢化社会に向けて脳卒中地域連携の効果的な運用について」  
医療マネジメント学会 10月25日 病院長 森山俊男

- ・「栃木県北部地域における、地域包括ケアシステムのインフラ作りとしての嚥下・食形態への取り組み」  
筑波在宅嚥下フォーラム 特別講演 11月7日 病院長 森山俊男
- ・伝達講習：参加した研修を他者に伝えることができる 看護部グループ勉強会 11月12日
- ・糖尿病の基礎知識・患者指導 看護部グループ勉強会 11月14日
- ・グランドカンファレンス 入院から退院までの関わりを事例検討し今後役に立てるリハ推進委員会 11月25日
- ・呼吸ケア：聴診・スクウィーミング・体位ドレナージ 看護部グループ勉強会 11月28日
- ・「地域包括ケアシステムへ向けた、循環型クリティカルパスの提案」  
栃木県脳卒中地域連携クリティカルパス 12月4日 病院長 森山俊男
- ・インフルエンザとノロウイルス感染対策 12月17日 八木澤壽
- ・嚥下のメカニズム・注意点：飲み込みについて理解でき日々の看護に活かせる 看護部グループ勉強会 12月19日
- ・クリスマス会 イベント実行委員会 12月24日
- ・家族教室 11月9日：脳卒中、11月23日：高次脳機能障害、10月12日、12月14日：嚥下障害、11月2日、12月28日：介助方法
- ・那須拓陽高校陸上部へのトレーナー活動(月2回) 担当：蒲澤・水上・長谷川・今泉
- ・高次脳機能障害者グループ活動「オルガノ」(月2回) 担当：古牧・鶴田・池澤



# 塩原温泉病院

## 病院まつい2014

テーマ「塩原温泉病院ってこんなところ！」

10月18日(土)

午前10時～午後4時



- 介護に便利な道具の紹介
- 嚥下が困難な方の食事の試食
- ロコモ度テスト・ロコモ体操
- 他にも、身体の悩み相談などイベント盛りだくさんです！

フールの見学も出来ます！

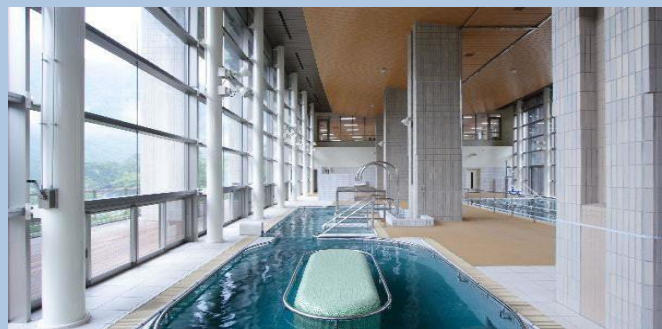
※11時～12時40分

■午後2時～

フルーツとハーブのミニコンサート♪  
(フルーツ:森山俊男、ハーブ:高久美穂)

■午後3時～

とちまる君体操実演



入場無料、事前の申し込みは不要です！

場所・問い合わせ: 栃木県医師会塩原温泉病院 (0287-32-4111)

# 塩原温泉病院 病院まつり 2014

## ～タイムスケジュール～

★午前の部 10:00～12:30 【場所】 コミュニティーホール・スポーツリハ室・温泉療法室（プール）

コミュニティーホール

スポーツリハ室・温泉療法室

- 10:00～ 【家族教室】 家族教室の紹介（12:00まで）  
【作業療法】 認知機能検査（11:30まで）  
自助具の展示
- 【理学療法】 スポーツリハ室  
見学・説明  
運動能力測定  
（12:00まで）
- 【栄養科】 病院食の提示・試食（11:30まで）  
【外部業者】 福祉用具の展示



- 10:30～ 院長講演：『塩原温泉病院での医学的な温泉利用を中心に話題提供』（11:00まで）  
※講演中、各部門のブースは一時中断します。（外部業者イベントは除く）

- 11:00～ 【理学療法・看護部】 ロコモ度テスト、ロコモ体操  
【看護部】 身体計測  
身長・体重など  
手洗いチェッカー  
生活相談（12:00まで）
- 【理学療法】 温泉療法室（プール）  
見学・説明  
（12:40まで）



- 11:15～ 【言語聴覚療法】 嚥下について  
講話・相談・嚥下食（12:30まで）



★午後の部 13:00～16:00 【場所】 1階自動販売機前・病院正面玄関ホール

病院正面玄関ホール

1階自動販売機前

- 13:00～ バザー  
（13:40頃まで）



- 14:00～ フルートとハープのミニコンサート  
（14:40頃まで）



- 15:00～ とちまるくん登場 体操・記念撮影  
（15:50頃まで）



※タイムスケジュールは進行状況により、時間が変更になる事があります。

## 患者様満足を高めていくために

先日、不満を満足へ変えて行くための接客研修を受けました。日常の業務の中でも患者様またはご家族のご不満をお聞きすることがあります。その中には病院側の接遇の悪さへの苦情や規則で決まっていることへの不満等種類は様々です。対応に当たる中で大切になる心構えとして、当事者意識を持ち対応することであるといえます。具体的には「人任せにしない」「自分が対応する」という意識で対応にあたることと感じます。

まず患者様のご不満をお聞きした時には、傾聴し、患者様の不快に感じてしまった思いに共感を示していくことが重要と学びました。実際には事実確認や一方的に誤解を解く説明をしがちではあると思います。例えば、確実に病院の機能上対応できない場合、患者様やご家族のお話途中に「安全面から規則で決まっていることですから、ご希望には対応できません。」等お答えしてしまいがちです。そういった場合でも訴えを良くお聞きし、気持ちに寄り添う事を忘れてはならないのです。日ごろの業務でも念頭に置いていきたいと痛感させられました。

「不満として表面化してくる物は氷山の一角」表面化しない患者様やご家族が感じる不満は多数あることを重く受け止めなくてはなりません。チーム、組織間でささいな事でも情報を共有化し、常に向上心を持って進んでいくことの大切さを感じます。基準を患者様の視点で考え「現場」で「現物」を「現実的」に見ることで不満の根本原因の解決にチームで対応していくことが患者様の満足へ繋げていけると信じ、職務についていきたいものです。

医療相談員 北條あすか

接遇の講演をしている あしぎん総合研究所の野内比佐子先生



## 家族教室に参加してみませんか？



「脳卒中になるとどんな感覚なのか」、「介護ってどんな感じか」など、体験を通して楽しく学んでいただく場を作っています。テーマは、「脳卒中」「高次脳機能障害」「嚥下障害」「介助方法」の4つで、毎月第2.4日曜日の13時～15時に、地下1階会議室で行っています。

「脳卒中」では、疑似片麻痺・車椅子乗車体験などを通して病気の理解を深めます。「高次脳機能障害」は、日々の日常社会生活において様々な不都合として現れますが、障害の内容が他の人に理解されにくい障害です。「嚥下障害」では、飲み込み障害が出たときに、安全に食べられる嚥下食の試食や作り方などを紹介します。「介助方法」では、オムツの紹介と換え方、床ずれをおこさないための方法などを体験しながら学んでいます。

4回全部に参加しなくても、気になる回のみでの参加で大丈夫です！！興味のある方は是非病院に足を運んでみてください。お申込みは特に必要なく、お問い合わせは、電話(0287-32-4111)、外来窓口、患者相談室ですが、病院スタッフの誰に聞いても、大丈夫です。



## 第6回 県北リハビリテーションフォーラムを開催しました



6月27日に「地域包括ケアシステム」について考えるをテーマに、急性期病院の立場から国際医療福祉大学病院の小森規代先生には「急性期におけるSTの役割」、回復期病院の立場から塩原温泉病院の高野陽子先生には、「回復期における嚥下リハビリテーション」そして生活期を担当しているアゼリアホームの本田一弘先生には「摂食・嚥下障害に対する訪問言語聴覚療法について」の報告をしてもらい、さまざまな職種の方々と意見交換しました。また特別講演として、社会医療法人博愛会菅間記念病院、総合在宅ケアセンター、センター長の金谷さとみ先生に、「高齢者のよりよい生活を支援するために」を演題で、地域包括ケアにおけるネットワークの仕組みや目的、他職種での連携による状況把握、予後予測による再発予防の講演をしていただきました。塩原病院スタッフ85名のみならず、院外から47名も参加していただきました。

## 入院のご案内

医療相談室では、入院の相談だけでなく、患者さん・ご家族の抱える不安・心配事のご相談に乗り、ともに考え、解決に向けて援助をさせて頂いています。直接相談室に来院されてもかまいませんが、ゆっくりお話を伺うために、お電話での予約をお願いすることがあります。

### ＜相談室の利用時間＞

平日: 9:00～17:00 土・日曜日・祝日はお休みです

◆医療相談室の利用は無料です

◆相談に来られた方の秘密は必ず守られます



〒329-2921  
栃木県那須塩原市  
塩原1333  
☎0287(32)4111

