みなさまの健康と心のために

小千谷総合病院 第36号
地域連携だより

新潟厚生連

発行：ＪＡ新潟厚生連　小千谷総合病院　患者サポートセンター
〒947-8701 小千谷市大字平沢新田111番地
TEL. 0258-81-1616(直通)　FAX. 0258-81-1602(直通)

産婦人科ご紹介

―第2回―

小千谷総合病院４階西病棟師長　　高野　千代子

小千谷総合病院の４階西病棟の師長の高野と申します。

小千谷市の出生数は全国・県と同様に減少しており、少子化が加速しています。私が助産師になりたての平成一桁では、小千谷市には分娩施設が３施設ありました。その頃の出生数はおおむね400人台後半から400人台前半で推移していました。現在の出生数は120～140人前後で推移しています。小千谷市唯一の産科として小千谷市からの支援をいただき、「地域で安心して妊娠・出産・子育てができる環境」を提供できるよう整備しています。小千谷市ともママのニーズに合った支援を提供できるよう、話し合いを重ねています。

「地域で安心して妊娠・出産・子育てのできる環境」のための小千谷総合病院としての取り組みをご紹介します。

１．地域で支える仕組み

妊娠・出産・育児は人生で数少ない経験です。２人目だから「大丈夫」「心配ないよね」ということはありません。精神的・経済的不安などの方、核家族で育児支援不足の方も多いです。小千谷市とは年６回周産期・育児支援連絡会を開催し情報共有を行い、地域の開業助産師とも連携をとり、切れ目のない支援を提供しています。必要時、各市町村の母子保健担当と連絡し市内外と連携を進めています。また、小千谷市・長岡市・魚沼市・柏崎市・十日町市の委託事業である産後ケアを受け入れています。

２．産後ケアのこと

産後ケアとは出産後の母親の心身の回復と、安心して育児をスタートできるように専門家（助産師や看護師など）がサポートする仕組みです。育児の相談をしたい、授乳の様子をみてほしい、ゆっくり休みたいので子供を預かってほしいなど様々な理由で利用されています。産後ケアを利用されるほとんどは、休息目的です。「休息目的で使用するのはちょっと気がひける・・」と思わずに、気軽に利用いただきたいと思います。

小千谷総合病院では、小千谷市・長岡市・柏崎市・魚沼市・十日町市からの委託事業である産後ケアを受け入れています。産後ケアは日帰り型・宿泊型があります。日帰り型は産後４か月未満、最大７日まで利用でき昼食も提供しています。宿泊型は産後１か月未満、最大６泊７日まで利用できます。当院で分娩されていない方も、産後ケアだけの利用も可能です。利用料金は各自治体の補助金により、自己負担金が違ってきます。自己負担金については、各自治体・利用施設にご確認ください。小千谷市在住の方は、小千谷市から利用料金の全額が補助されるので、無料でご利用いただけます。

産後ケアの利用までの流れ

利用希望者は各自治体の母子保健担当に連絡をします。申込みは、利用希望の施設の窓口に電話連絡し、利用理由や利用期間などを伝えていきます。小千谷総合病院では、平日16時までに利用申込の受付をしています。予約翌日からの利用も可能ですが、お部屋の空き状況によって、希望どおりにいかないこともあります。利用開始日と利用終了日は平日となっています。利用可能期間内であれば、宿泊型の利用延長も相談できます。

小千谷総合病院の産婦人科病棟の取り組み

４階西病棟は、産婦人科を含む地域包括ケア病棟で、０才～100才過ぎまでの患者様が入院している病棟です。

小千谷総合病院で出産されるすべての方に、「安心して妊娠期を送り、不安なく出産を迎え、安心して育児ができる」ことを大切にしながら患者さんに関わらせて頂いています。

現在、妊娠期に出産前教育としての「トトママ教室」は開催していません。産婦人科外来と協働しながら、支援の必要な妊婦さんには妊婦健診時に病棟助産師が面談し、妊婦さんの不安の軽減に努めています。出産後の育児では、授乳方法の相談や赤ちゃんの夜間のお預かりなど、ママの気持ちを最優先に産後の生活を支援しています。１か月検診では、病棟の助産師がママと赤ちゃんの様子を伺い、授乳や育児の相談を受けています。また、乳房トラブルの方へ「乳房マッサージ」を行っています。

入院中はママへのサービスとして「産後にお祝い膳」「捕食としておやつ」「産科食（一般食とは別メニュー）」を提供しています。出産の一ページとして、「ベビーフォト」を撮影しています。素人ながら、赤ちゃんのかわいい一コマをシャッターに収め、ママにお渡ししています。

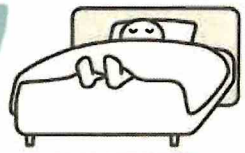
現代は「ストレス社会」といわれ、35万人もの不登校を生み、様々な社会のひずみの中を若い皆さんは生きています。当科を受診してくれる若い世代の方々の中には、メンタルクリニックに通いながら妊娠出産をする方も少なくありません。そのような方も社会で孤立することなく、支援を受けながら生活していけるよう伴走型支援を意識して関わっています。妊娠期から地域と連絡会議を行い、パパ・ママはもちろん赤ちゃんにも精一杯の愛情を注いで地域に送り出しています。

ママの入院中の様子から地域で継続して支援が必要な方は、小千谷市保健師・開業助産師と情報共有し、退院翌日から不安なく地域で子育てできるよう連携しています。

当院は総合病院でありますが、決して大きい病院ではありません。その分ママとの距離はとても近く、様々な関わりができるのが当院のよいところだと自負しています。

睡眠時無呼吸症候群の診断検査はいかがでしょう

検査科よりご案内



検査科 技師長　渡 辺 直 樹

【PSG（終夜睡眠ポリグラフ）検査とは】

PSG（終夜睡眠ポリグラフ）検査とは、一晩を通じて脳波、眼球運動、心電図、筋電図、呼吸状態、いびき、血中酸素濃度などを測定して、睡眠中の様々な身体の生理的変化を測定する検査です。

【PSG検査でわかる事】

PSG検査を行うことで、「睡眠時無呼吸症候群」かどうかが判ります。「睡眠時無呼吸症候群」とは一晩寝ている間に10秒以上にわたって呼吸が停止し、一晩中大きないびきを繰り返す病気です。「日中の強い眠気や居眠り」「習慣性の大きないびき」「夜中に何度も目が覚める」などといった睡眠の質及び、睡眠障害を客観的に評価できます。

【PSG検査の流れ】

PSG検査は脳波、筋電図、心電図、いびきの音、胸や腹の動き、血液中の酸素飽和度を記録するセンサーを身体に取り付ける必要がある為、検査当日の午後から一泊の入院が必要になります。

〈入院スケジュール〉

1日目　15:00までに来院 → 16:00から検査技師がセンサーを装着 → 就寝

2日目　起床後にセンサーを外して帰宅

検査ご希望・必要な方がおられましたら是非ご利用いただきますようお願いいたします。

病診連携より受診申込み方法のご案内です

①「紹介患者事前申込書」にて、内科・柳雅彦医師診療日に受診申し込みをしてください。

②「ご紹介目的」の欄に　**睡眠時無呼吸症候群疑い**　とご記入ください。

編集後記

地域連携支援部長　家 里　裕

今回は小千谷地域で唯一分娩を取り扱っている産科紹介の前回に続く第2弾です。

「地域で安心して妊娠、出産、子育てのできる環境」のための施設として頑張っている産科病棟の取り組みをご紹介します。これらの工夫により、妊婦さんが少しでも安心して出産、子育てができることを願っています。

また、最近話題になることが多い睡眠時無呼吸症候群の検査について検査科より紹介もあります。検査後に導入されますCPAPは様々な疾患の改善にも役立つとも聞いております。是非当院の病診連携にお申し込みをいただきたいと思います。

今後ともよろしくお願いいたします。