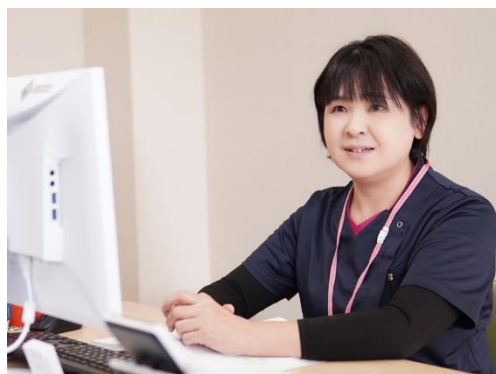


はじめまして、ほがらかです！

「訪問看護ステーションほがらか」は、令和5年7月に医療法人ひらざわハートが福井市西谷2丁目に開設しました。当ステーションは、ひらざわ内科ハートクリニックに併設しており、現在の利用者は主に心不全などの循環器疾患や糖尿病で治療中の方々です。

私たちは、「笑顔とやさしさ、思いやりのある看護」を理念に掲げ、利用者や家族の方々の思いに寄り添いながら、「ほがらかな看護をご自宅まで」をモットーに訪問させていただいています。また日々自己研鑽をし、スタッフ個々の看護サービスの質の向上にも努めていきたいと考えています。さらに、地域の訪問看護ステーションとの連携も大切にしていきたいと考えています。今後ともご指導頂けますようよろしくお願い致します。



訪問看護ステーションほがらか
管理者 福田 弥生



当院から東に約150m。
この建物が訪問看護の事務所です！



R6年4月5日
第24号 令和6年春

医療法人ひらざわハート
ひらざわ内科ハートクリニック
訪問看護ステーションほがらか

コロナ禍にて中断しておりました医心伝心が復活します！

ひらざわ内科ハートクリニック、訪問看護ステーションほがらかの情報を春夏秋冬、季節ごとに発信いたします。

先生に聞きたい事、ご意見も募集中です。クリニック内に設置してあるご意見箱に投函してください！

編集担当：法人本部

Q & A

よくある質問

Q 訪問看護とは、どんなサービスですか？

A 訪問看護とは、看護師がお宅に訪問して、その方の病気や障がいに応じた看護を行うことです。

健康状態の悪化防止や、回復に向けてお手伝いします。



Q 訪問看護では、どんな人が訪問してくれるのですか？

A 看護師など医療の専門職が伺います。当ステーションでは経験豊富な看護師が在籍しています

Q 訪問看護師は、どんな看護をしてくれますか？

- A
- 健康状態の観察
 - 病状悪化の防止・回復
 - 療養生活の相談とアドバイス
 - リハビリテーション
 - 点滴、注射などの医療処置
 - 痛みの軽減や服薬管理
 - 緊急時の対応
 - 主治医、ケアマネジャー、薬剤師、歯科医師との連携 などです

その他の訪問看護に関する質問は
ホームページに掲載しています



カンファレンスの様子

お気軽にお問い合わせください！

〒918-8023
福井市西谷2丁目404
0776-50-7750
0776-50-7760
<https://hogaraka-heart.jp>



おらせ

【風邪の症状でご来院する患者様へのお願い】

下記の方は、直接クリニック建物内に入らず

一旦、お車やご自宅から当院へお電話ください ☎0776-35-8822

- 熱のある方 (≥37.5℃)
- 咳や鼻水、喉の痛み、倦怠感等の風邪症状のある方
- 新型コロナウイルスや、インフルエンザの濃厚接触が疑われる方

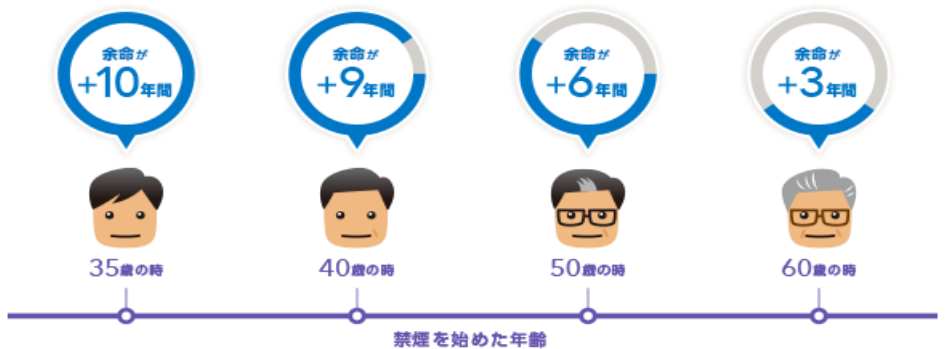
※診察までの間、お車での待機をお願いすることがあります。ご了承ください

禁煙をはじめませんか？

禁煙により取り戻せる余命があります

喫煙者は、非喫煙者に比べ、余命が10年短くなるといわれています。今までに「禁煙」が頭をよぎっていたにも関わらず、「今さら禁煙しても間に合わない。」とあきらめてはいませんか？確かに若い時に禁煙を始めたほうが、余命を延ばすチャンスは高くなります。しかし、50歳であっても6年、60歳でも3年は余命が延びる可能性があるのです。今更とあきらめずに禁煙してみませんか？

禁煙で取り戻せる余命（海外データ）



※禁煙外来をご希望の方は、スタッフまでお声かけ下さい（初回の禁煙外来は、平日の午前中となります）

院長ブログ「一語一笑」

（いちごいちえ）

「心臓って、どんな臓器？」

私たちの体内で休むことなく脈を打ち続けている心臓は、生命を維持するためになくてはならない臓器です。心臓が止まれば生物は当然死に至ります。しかし動悸や痛みがない限り、心臓を気に掛ける人はほとんどいません。

心臓は小さな筋肉細胞がたくさん集まってできていて、心筋細胞の数は約100億個といわれています。心臓の筋肉は収縮と弛緩を繰り返すことでポンプのように働いて、全身に血液を送り出しています。この収縮と弛緩は1分間に約70回、1日に約10万回繰り返されています。心臓からは1分間に約4〜8リットル（やかん1個分）の血液が送り出されています。この血液の流れのことを循環といい、全身に送り出されて戻ってくる血液の流れを体循環、肺に送られて戻ってくる血液の流れを肺循環といいます。体循環では新鮮な酸素を含んだ血液が全身に送られて、二酸化炭素や老廃物を回収して心臓に戻り、その血液は肺循環によって肺に送られ、新鮮な酸素と栄養を取り込んできれいな血液と

なっています。心臓の内部は上部にある心房と、下部にある心室に分かれ、それぞれ左右に一つずつあり、右心房、右心室、左心房、左心室の4部屋で構成されています。血液は心房から心室へ、そして左の心室からは全身へ、右の心室からは肺へ送られます。

また、胎児の心臓は受精して1週間もたたないうちに動き始めます。胎児は母体では羊水のなかにいるためまだ肺呼吸はしていません。その代わりに母体にいる胎児の心臓には穴があいていて、体循環で戻ってきた血液は肺循環の代わりに胎盤に送られ、きれいな血液となって体に返ってくるしくみになっています。

そしてこの穴は生まれた瞬間にふさがります。赤ちゃんがおぎゃあと泣いた瞬間、肺に空気が入って膨らむことで穴はふさがり、血液の流れも体循環・肺循環へと切り替わるのです。

この巧妙なシステムはまさに生命の神秘といっていると思います。

（平澤元朗 著『突然死から身を守る最強心臓メソッド』より抜粋）



院長 平澤元朗先生