

# オアシスだより

## 院長就任のご挨拶

オアシス第一病院  
院長 鳥島 竜太郎

令和6年4月1日に前任者の藤本先生に代わりオアシス第一病院の院長に就任致しました。私は当時の南海部郡上浦町の出身です。周囲を山と海に囲まれた風光明媚な田舎で、毎日魚釣り虫取り海水浴とのんびりとした少年時代を過ごしました。その後佐伯鶴城高校を卒業しましたが、将来の夢が見いだせず浪人生活を送っていました。その時当時通学していた予備校の講師の新聞記事を目にして医師を志し、その後大分医科大学に進学。平成5年に医師になりました。消化器内科を専攻し地元大分の基幹病院に勤務後に縁あって平成23年に当院に入職し現在に至っています。

当病院は一般病床45床、特殊疾患病床52床の入院病床を有しています。主に内科疾患の診療に力を入れていまして、神経内科循環器呼吸器消化器とそれぞれ専門の医師が在籍し幅広い診療を行っています。特に脳神経領域は神経内科指導医1名専門医4名と県内でも有数の在籍数を誇り、他医療機関からの紹介も含め多くの患者様が通院入院治療を受けられています。また4月からは脳神経外科を新たに開設し、更に充実した診療体制となりました。隣設のオアシス第2病院にも108床の特殊疾患病棟があり主に神経難病の患者様の入院治療を行っています。

その他当法人は介護保険事業としてデイサービスセンターを開設し通所介護を、また入所施設として住宅型老人ホームオアシス2、老人保健施設コスモス苑を併設し、要支援介護状態の方の入居生活を支援しています。また令和6年4月に訪問看護ステーションを新規開設し、療養を必要とする患者様への訪問を開始しました。



## 第54号

令和6年4月1日発行



今後団塊の世代が75歳以上となる2025年から医療介護の需要がさらに増加することが予想されます。その際に高齢者が可能な限り住み慣れた地域で包括的な医療介護提供を受けることができるような体制作りを国自治体が推進しています。当法人もこの方針に賛同し地域の皆様に満足いただける医療介護を提供できるよう今後も益々努力していく所存であります。医療介護でお困りの際は是非当院にご相談ください。



## リハビリコーナー

高齢者に多い悩みの一つ「足のむくみ」足のむくみを軽くみて放置していると重症化して歩行が困難になることがあるので注意が必要です。特に高齢者に多い足のむくみ「慢性下肢浮腫」についてご紹介します。慢性下肢浮腫とは、病気によるむくみではなく、高齢者特有の生活習慣（長時間同じ姿勢をとり続けるなど）の生じるむくみのこと。

### 慢性下肢浮腫の4つの原因

- ①座っている時間が長い
- ②立っている時間が長い
- ③不十分な歩行
- ④加齢や筋力低下や循環機能、排泄機能の低下

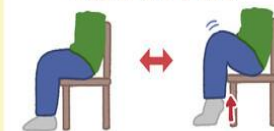
### むくみ解消方法

- ①軽い運動 ②マッサージ
- ③体を冷やさない
- ④日中むくみ予防の着圧ソックスを履く
- ⑤塩分をとりすぎない

### 【足のむくみ予防体操】

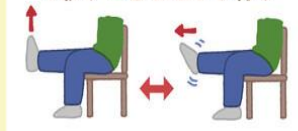
#### かかと上げ

5回2セット行う



#### 足首の運動

4秒ずつを2セット行う



#### 足を弾ませる運動

ジャンプするように10秒を2セット行う



#### 足の指の運動

5回2セット行う

