

発行
平成16年2月15日
編集
北村山公立病院
住所 東根市温泉町2-15-1
TEL 42-2111

クローバー



とっさの場合に備えて

(心肺蘇生研修会)

もし、目の前で大切な家族が倒れたら・・・その時の処置を頭では知っていた

として、はたして実際に行動出来るでしょうか。救急車が到着するまでに、心臓マッサージなどの応急処置(心肺蘇生法)が行われるかどうかは、生死の鍵をにぎっています。

当院では、医師や看護師以外の職員も医療に関わる職業人として心肺蘇生法を修得し、広く家庭や地域社会で役立ててほしいと講習会を開催しました。講師には当院医師のほか、北村山地区の三消防署から救急救命士を招き、現場救命処置を講義していた、たきました。事務や看護助手、院内で働く委託業者社員などが、新しい蘇生法「ガイドライン二〇〇〇」に取り組みました。これからも定期的な訓練を行う予定です。

一一九番通報から救急車到着までの全国平均時間は六分、山形県平均は七分です。一分の重みは計り知れません。職場や地域でこのような講習会が行われることも増えていきます。機会があれば、是非、訓練に参加し、身近な大切な人達の、とっさの場合に備えることをお勧めします。

(関連記事を次ページに掲載)

北村山公立病院の

理念

○理念

地域の信頼にこたえるため、患者様中心のよりよい医療の提供に努めます。

○基本方針

- 一 患者様中心の医療
人間性を尊重し、信頼関係を基本とした満足度の高い医療をめざします。
- 二 医療の質の向上
地域の基幹病院として、地域の医療機関と連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組みます。
- 三 経営参加への意欲
職員は業務に意欲的に取り組み、病院機能の一層の充実と健全な経営の確保に努めます。

心肺停止は何時どこで起こるかわかりません。病院内で発生した時は、その場に居合わせた医師、看護師、技師、事務職員が即席チームを作って対応しなければなりません。秒単位での処置が必要になり、すぐに行動しなければならぬ状況です。いちいち教科書をひもといて調べたり人に聞いたりしては間に合わないからです。そのため日頃の訓練が是非必要です。それでも一生懸命に処置を行っても治療成績は悪く、社会復帰できる人は一％と言われていいます。しかしここであきらめてはいけません。

初期の応急処置は四段階に分けられます。①空気の通り道をつくる(気道確保)、②人工呼吸、③心臓マッサージ、④不整脈の診断と電気的除細動(AED)です。まず初めに意識があるか、呼吸はしているか(呼吸の確認・見て・聞いて・感じて)を見ます。気道を確保しつつ、息の確認をしますが、もしここで呼吸がなければ、人工呼吸を二回行います。この人工呼吸に対しての反応から、心臓は動いているか(循環のサイン・息・咳・動き)を素早く確認します。つまり人工呼吸に反応して息を吹き返したり、咳をしたり、

身体が動いたりすれば、心臓は動いていると判断します。もしその反応が無ければすぐに心臓マッサージを開始します。このような状況では、一般の方が、脈が触れるかどうかを確認するのはとても難しいのです。循環のサインが無ければ、脈があるかの確認はしないで直ちに心臓マッサージを開始することが大切です。

最後の電気的除細動は聞き慣れないと思いますが、これは大切な処置です。心臓突然死の原因の多くは心室細動といって心臓が「けいれん」した状態となり、うまく血液が流れ出なくなってしまうのです。そこでこの「けいれん」を、電気的ショックを与えて止めて、心臓を正常な動きに戻す事を電気的除細動といいます。この器械は電極を胸に二カ所張り付けると、自動的に不整脈を診断し、除細動が必要と判断された場合、声で知らせます。ボタンを押すと自動的に除細動が働くようになっていきます。欧米ではすでに医療機関や救急車のみならず、空港や公共施設に設置されています。我が国でも近い将来、一般市民にも使っていたけるようになる予定ですが、当院ではそれに先駆けて、この器械を実際に使って講習を行いました。

ナース室より



手術室 横 恵

「リンリンリ・・・」電話がなり、受話器をとった一人に全員の視線が注がれます。どんな患者様なのか緊張する一瞬です。緊急手術では、あらかじめ定めた役割分担にもとづいて、即座に行動しなければなりません。携わる手術スタッフへの連絡、関連部署への協力要請、使われる部屋や器具の確認等々。

ここで働くスタッフには高い知識と技術が求められます。極度の緊張下で、正確な行動がとれる精神的な強さも必要です。これらは、個人の努力は勿論ですが、職場で伝統的に受け継がれるものもあります。先輩の冷静で臨機応変な対応を目の当たりにし、培われていくと思います。ですから、部下や後輩の育成は日常的に気をつかうところです。

手術は緊急の場合に限らず、予定内のものでハラハラ、ドキドキするものです。経験をいくら積んでも緊張しますが、それでいいと思いません。緊張感を持ち続け、常に最善の行動を心がけることこそ、患者様に安心して手術に臨んでいただける手術室につながると信じています。

肺炎球菌ワクチン接種についてのお知らせ

肺炎球菌ワクチンとは、肺炎球菌によって引き起こされるいろいろな病気(感染症)を予防するためのワクチンです。肺炎を例にとると、肺炎の原因となる微生物には各種細菌やウイルスなどたくさん種類があり、肺炎球菌はその中でも重要な位置を占めている細菌です。

肺炎球菌ワクチンは接種後免疫ができるまで平均一ヶ月程度かかります。免疫の持続期間は人により多少異なりますが通常、一回の接種で約五年ほど免疫が持続すると言われています。(ただし、このワクチンはくり返して接種することは出来ません) 高齢者、心臓や呼吸器に慢性疾患のある方、腎不全、肝機能障害、糖尿病のある方などは、肺炎などの感染症にかかり易く、症状も重くなる傾向がありますので肺炎球菌ワクチンの接種をおすすめいたします。当院でもこのワクチンを接種できるようにになりましたのでお気軽にお問い合わせ下さい。

- 実施曜日・時間 毎週月・水・木 午後一時から(事前に予約が必要ですよ)
- 料 金 八、二八〇円(税込)

● お問い合わせ先 北村山公立病院医事課 四二二二二二 内線一〇七

知ってる？ その② 床ずれについての役に立つお話し 床ずれの予防

今回は、家庭でできる褥瘡の予防法として体圧分散方法についてお話ししましょう。体圧とは、ベット等の接触面から体表に加わる圧のことです。褥瘡発生部位に加わる体圧をできるだけ低くすることが大切です。方法として「体位変換」と「体圧分散器具の使用」があります。体位変換とは、自分で身体を自由に動かすことができない方に代って身体の向きを変えてあげることです。おお向けから右向き、左向き、またおお向けと交互に約二時間ごとに行なうことが理想的です。おお向けの時は、両方のかかとを浮かせるためにふくらばぎに小さな枕を入れ、横向きの時は、図のように背中にも枕をあて約三十度に傾けます。これはおしりの筋肉で身体を支え、接触面積を広くするためです。この時、膝と膝がぶつからないように、足の間に枕を入れます。体位変換時



図 30度側臥位

はシーツなどを引っぱって皮膚がずれたりしないように身体を浮かせて移動することが大切ですが、ひとりで行なう時は、上半身を移動させてから、おしりの部分を移動させ、最後に足を移動するなど数回に分けて行なうとよいでしょう。次に、体圧分散器具ですが、これは身体とベットとの接触面積を広くしたり、骨が出っばっていている部分を一時的に浮かせたりして、身体にかかる圧を分散させる機能がある寝具のことをいいます。一般的によく使われているものにエアーマットがあります。素材別には他にウレタンフォームマットレス、ウオーターマットレス、ゴムマットレスなどの種類があります。患者様が自分でどの位動くことができるか、骨の出っばり部分が多いか、ベットを起こしても大丈夫な状態か、介護する方が容易に体位変換を行なえるか、などで選択します。介護保険が開始となり一割負担でベットが借りられるようになりました。レンタルなども利用してみたいかがでしよう。しかし「体圧分散用具を使っていれば褥瘡ができない」というわけではありません。病気の程度や栄養状態などが褥瘡のでき易さに影響します。今回は最終回です。栄養とスキンケアについてお話しします。形成外科外来 菅野 淳子

診察室 6

膝の痛みについて

中高年の皆さん 膝に痛みを

感じたことはありませんか？

整形外科 上坂 眞司



五十歳に近づく頃から膝に鈍い痛みを感じたことはないでしょうか。長い距離を歩いた後や階段の昇り降りをする際、特に膝の内側に痛みを感じたり、また膝が腫れ水がたまったりして思うように膝が曲げられないなどの症状を引き起こす病気があります。これは変形性膝関節症といつて、膝の軟骨がすり減って痛みを生じる中高年に特有の病気です。どちらかといえば女性に多く発症し、〇脚の方や以前に膝周辺に骨折を起こされた方などにも発症することが多いです。また、この病気は圧倒的に肥満傾向の方や立ち仕事で膝に長年負担をかけてこられた方に多く、近年では中高年に起こる生活習慣病の一つとも言われています。

自分で出来る治療法としては、まず膝の負担を減らすこと、すなわち減量です。さらに正座など膝に負担のかかる座り方はしないよう注意しなければなりません。筋力トレーニングを行い、十分な筋力をつけることも必要です。外来治療としては、鎮痛剤の内服や湿布、足底板といった靴底にくさび状の器具を入れ、〇脚を矯正する方法などがあります。さらにはヒアルロン酸という軟骨を保護する注射があり、安全で効果が高いため、当院でも積極的にを行っています。初期の患者さんの多くはこのような保存的治療で症状が改善します。

しかしながら、膝の変形がひどく進んだ患者さんでは、保存的治療で効果のない場合もみられます。このように変形がひどく進み、頑固な痛みを伴う方には手術による治療も必要となります。手術は変形した軟骨と骨を切除して、金属製の関節を入れるもので人工膝関節置換術とよばれています。この手術は現在日本では年間約二万例以上が行われ、一般的な手術となっています。また、人工膝関節の進歩は近年めざましく、術後十五年経っても九十四%の症例で有効に機能していると報告されています。高年齢にみられる膝の痛みは、じつとしていけば軽くなる場合が多いのですが、そのために活動性が低下し、身体機能が衰え、生活の質を低下させ、やがては生きる意欲の喪失にもつながりかねません。長年膝の痛みになやまされている方、一度整形外科外来へお気軽にご相談下さい。

診察室7

糖尿病網膜症について

眼科 鈴木 輝彦



糖尿病網膜症は糖尿病の三大合併症(腎症・神経障害・網膜症)のうちの一つで、本人の

気がつかないうちにじわじわ進行してしまふやつかいな病気です。そして現在わが国の成人の失明原因の最も大きなものとなっています。今回はこの糖尿病網膜症についてお話し

目の奥にはカメラのフィルムにあたる網膜という組織があり、これが視る機能に大きな役割をはたしています。糖尿病になるとこの網膜の細かい血管(網細血管)に障害をおこし、眼底出血などが生じます。その糖尿病網膜症は進行の具合によって、単純糖尿病網膜症・前増殖糖尿病網膜症・増殖糖尿病網膜症の三段階に分けられます。単純糖尿病網膜症は、網膜に小さな出血や毛細血管瘤(網細血管の一部がコブ状になったもの)がみられる状態で、視力低下といった自覚症状はほとんどありません。

次に前増殖糖尿病網膜症ですが、

さらに大きな眼底出血や軟性白斑(網膜の一部が血のめぐりが悪くなると出現)がみられるようになります。

しかしこの段階になっても自覚症状がない人も多数います。最後に増殖糖尿病網膜症になると、新生血管という悪い血管が網膜に増殖してきて、硝子体出血(目の中の大出血)や網膜剝離等がみられるようになります。著しく視力が低下してしまいます。

糖尿病網膜症の治療ですが、基本は内科的な血糖コントロールにあります。それに加え単純糖尿病網膜症では、止血剤や血管拡張剤などの内服を行う場合があります。前増殖糖尿病網膜症では、外来で施行できるレーザー光凝固術を行い網膜症の進行を予防します。増殖糖尿病網膜症になると外科的な手術(硝子体手術)が必要となりますが、視力の完全な回復は難しいのが現状です。

このように糖尿病網膜症は放っておくと本人が気づかないうちにじわじわと進行し視力が低下してくる病気です。又、現在内科で血糖値のコントロールがよくても無治療の期間の経過によっては、糖尿病網膜症が進行している場合があります。ですから内科で糖尿病と診断された方は、自覚症状がなくても定期的に眼科を受診することをお勧めします。

院内感染に対する取り組み

ICT感染対策チーム委員長 武 郎

医療技術の進歩により、様々な病原菌に対して数多くの抗生物質が開発されています。それらによる高い治療成績をみている一方で、その乱用によって多くの抗生物質との戦いのなかを生き延びた、つまり多くの抗生物質が効かない細菌が存在するようになってきました。その代表的なものMRSAです。このような

細菌は体力の低下した人に病気を起こし易いために病院内で広がり易く、当然治療薬もあまり無く非常に厄介な病原菌です。また近年、結核菌が再び猛威を振いつつあり、SARS等の治療困難な感染症も新しく発見されています。これらの病気に感染しても最初は咳が出る程度のことも多く、病院内でも検査をして診断されるまでに多くの人と接触して集団感染を引き起こす可能性が高いのです。この様に病院内で発生する集団感染を「院内感染」といい、その予防策は昨今の病院運営で重要な位置を占めています。当院においても従

来から院内感染対策委員会を設置し、院内感染の予防とその発生時の対策を図ってきましたが、よりきめ細かく迅速に対処するべく昨年院内感染症対策チーム(Infection Control Team: ICT)が設けられました。職員に対

する感染予防策の提示、勉強会開催現場に潜む院内感染の発生の原因の指摘とその改善案の検討、傷の消毒等の処置法や抗生剤の使い方についての統一したルール作り、対策にかかる費用捻出のためのコストカットの提案などが主な仕事です。

そして時には患者さんに対してもお願いしなくてはなりません。咳をしないでいらつしやる患者さんにはマスクの装着をお願いします。また、トイレ等での手洗いの徹底をお願いします。最近の調査で花瓶の水に病気の原因となる細菌が繁殖することが明らかになっており、生花のお見舞いをお断りすることもあります。小さなお子さんが院内の床に直接座ったり靴のまま待合室のソファに登ったりしないようにお願いします。

院内感染対策チーム(ICT)は発足してまだ日が浅く発展途上であり、かかる問題は山積しております。その解決のためには病院に関わる全ての方々のご協力が不可欠です。患者さんへのお願いも今後増えることと思いますが、当職員の言動や病院内の設備の不適切な点に気づいたら、お願いする内容に疑問があれば、気軽に病院スタッフにご相談下さい。よろしくお願いいたします。

当院は毎年、救急隊の研修を受け入れています。本年度、新たに救急救命士となった隊員の研修感想を紹介します。

「救急救命士研修を終えて」

尾花沢消防署

救急救命士 羽柴 正人

この度の研修で病院内の様々な業務について学ばせていただきました。患者さんへの接し方や手当、色々な検査、入院患者さんの看護等を見学したり、実際に携わったりしました。いずれも、病院へ患者さんを送る側として大切な体験となりました。これから救命士として実際の業務に就きます。様々な状況に直面するでしょうが、研修で学んだことを活かし、患者さんや家族から適切な情報収集をし、搬送先へ正確な情報伝達を行って、スムーズな病院との連携を心がけたいと思います。

そして、地域住民の期待に応えらる救命士を目指し頑張りたいと思います。



羽柴さん(左)と須藤さん

いきいき職場紹介

5

中央放射線室



中央放射線室、通称レントゲン室は外来棟中央に位置し大変便利な所にあります。検査に来られた方も多いのではないのでしょうか。そこで胸や手足等の写真を撮るのが私達の主な仕事です。他にはバリウムを使用した胃の検査、最近よく耳にするCTやMRI、RI検査など様々な検査を行っています。

レントゲン室は患者さんの待ち時間ができるだけ短く済むよう、いつも迅速な検査を心がけています。最近ではみなさんたくさん勉強されているので、私達も負けないよう気持ちを新たにがんばります。スタッフは医師、看護師、受付、放射線技師の十四名。御不明な点がおありの際は、お気軽に声をおかけ下さい。

中央放射線室 板垣 留美

マンモグラフィーによる乳がん検診について

これまでの乳がん検診というと、しこりの有無を見たり触ったりして確認する視触診が主流でしたが、最近ではこれに画像診断を加えることが多くなってきました。その画像診断の一つが「マンモグラフィー」(乳房専用のX線撮影装置)です。これによりしこりとして触れないごく早期のがん発見が可能となり、結果的に乳がんの発見率を高めるのに役立っています。当院でも平成七年からこの装置を導入し、現在は乳がん診断の必須検査となっています。

いつまでも健康でイキイキ暮らしていくために、マンモグラフィーによる乳がん検診をぜひお受け下さい。



新任医師紹介

①着任日②趣味等③抱負・自由発言

◆皮膚科

東直行

相談下さい。



①一月一日
②旅行・音楽鑑賞
③皮膚のトラブルについて、遠慮なく御

◆整形外科

花岡 央 泰



①一月一日
②旅行・ドライブ
③宜しくお願い致します。

◆神経内科

野本 達也



①二月一日
②旅行
③微力ながら、患者様の力になれるよう

がんばります。

ご意見箱を増設しました

よりよい病院を目指し、皆様のお声を聞かさせていただくために、ご意見箱を増設しました。1階待合ホール、各病棟デイルームに計9つ設置しました。いただいたご意見、ご要望には、可能な限りお応えし、改善したいと考えています。皆様のたくさんのご意見お待ちしております。

外来診療科医師日程表

◆内科

月	火	水	木	金
金村應文	牛島明子	金村應文	吉川雅智	佐伯和則
小川 紅	吉川雅智	佐伯和則	牛島明子	小川 紅
吉川雅智	佐伯和則	小川 紅	金村應文	牛島明子

*下段は新患外来の担当医師

*毎月最終診療日 午後2時より禁煙外来(予約制)

◆神経内科

月	火	水	木	金
野本達也	野本達也	野本達也	野本達也	野本達也
	熊谷智昭	小島康正	熊谷智昭	小島康正

◆消化器科

月	火	水	木	金
福岡 猛	沖野哲也	福岡 猛	沖野哲也	滝沢隆雄
				福岡 猛

◆小児科

月	火	水	木	金
鹿子島俊夫	鹿子島俊夫	鹿子島俊夫	鹿子島俊夫	鹿子島俊夫

◆外科

月	火	水	木	金
小川芳雄	木内博之	小川芳雄	木内博之	小川芳雄
平方敦史	平方敦史	高橋由至	寺田淑恵	高橋由至
杉浦 篤	杉浦 篤	寺田淑恵	杉浦 篤	平方敦史

◆整形外科

月	火	水	木	金
上坂眞司	村重良一	上坂眞司	村重良一	上坂眞司
花岡央泰	花岡央泰	村重良一	花岡央泰	花岡央泰

◆形成外科

月	火	水	木	金
伊吾田慎一	伊吾田慎一	伊吾田慎一	伊吾田慎一	伊吾田慎一

◆皮膚科

月	火	水	木	金
東 直行	東 直行	東 直行	東 直行	東 直行

*外来の受付時間は午前8時30分～午前11時30分まで、診察は9時開始です。土・日・祝日・年末年始は休診です。ただし、急患は随時受付・診察を行います。
*都合により、担当医師が変更や休診になる場合があります。

◆脳神経外科

月	火	水	木	金
鎌塚栄一郎	鎌塚栄一郎	國本健太	鎌塚栄一郎	國本健太
		午後 國本健太		

*水曜日は午後2時30分より頭痛・顔面痙攣外来(予約制)

◆泌尿器科

月	火	水	木	金
清水宏之	清水宏之	根本 勺	清水宏之	根本 勺

◆産婦人科

月	火	水	木	金
大塚 茂	大塚 茂	大塚 茂	大塚 茂	大塚 茂

◆眼科

月	火	水	木	金
鈴木輝彦	鈴木輝彦	鈴木輝彦	鈴木輝彦	鈴木輝彦

◆耳鼻いんこう科

月	火	水	木	金
粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行	粉川隆行
中村 毅	中村 毅	中村 毅	中村 毅	中村 毅
				午後 粉川・中村

*金曜日のみ午後外来診察(午後2時30分～3時30分受付)

◆リハビリテーション科

月	火	水	木	金
鈴木康之	知識鉄郎	鈴木康之	鈴木康之	鈴木康之

◆麻酔科

月	火	水	木	金
篁 武郎	篁 武郎	篁 武郎	篁 武郎	篁 武郎
四維東州	四維東州	四維東州	四維東州	四維東州

◆放射線科

月	火	水	木	金
安藤 順	安藤 順	安藤 順	安藤 順	安藤 順

編集後記

- 新年を迎え、はや1ヵ月が過ぎました。私事ではありますが、三月に新しい命が誕生する予定もあり、今年は縁起の良い年になりそうです。無事出産を終える事が出来るのか、元気な赤ちゃんが産まれてくるのか楽しみでもあり、不安でもあります…。皆様にとっても今年1年良い年でありますよう、心からお祈り申し上げます。
- インフルエンザの時季が今年もやってきましたが、予防は行っていますか？万一かかってしまっても検査を実施

すればすぐに判定できますし、お薬も早目に飲めばひどくならずすみずみ。おかしいな、と思ったら早目に受診して下さいね。

- そろそろ紙面に対するご意見やご要望がでてきた頃ではないでしょうか。私達編集委員は、皆様の声も取り入れた親しみやすい紙面にしていけたらと思っています。ご意見箱も設置されたことですので、ご協力お願いします。(あかね)