

広島市立安佐市民病院広報紙

- 第5号 -

〒731-0293 広島市安佐北区可部南二丁目1-1

TEL : 082-815-5211 (代)

<http://www.asa-hosp.city.hiroshima.jp>



平成17年
初頭にあって
病院長 上田 一博



新年おめでとございます。本年が皆さまにとって良き年となりますよう祈ります。

さて、当院は今年5月で開院25周年を迎えます。開院は昭和57年5月6日でした。当初より、安佐地区の基幹病院として診療科目6科、190床の中規模病院として出発しました。開院当時、赤い煉瓦張りの建物は、たんぼに囲まれて、とても瀟洒でした。その後、増築、診療科目の増設を重ね、平成4年までには16診療科、527床の大病院に成長しました。幸い地元安佐地区の市民の皆さまに支えられ、安佐市民病院の職員の頑張りによって、地域に根ざした、かつ診療機能の高い病院へと成長する事が出来ました。現在、入院待ちの患者さまが100名を超えるような診療科が出てきておりますし、病床は常時満床に近い稼働状況です。また、脊椎手術を専門とする整形外科などへは安佐地区のみならず、広島県、あるいは全国から患者さまが集

まるよつな状況です。

当院は安佐地区6町の病院組合に設立の端を発する経緯から、地域に根づいた医療を心がけてきました。現在、病診連携《病院と診療所の連携》の重要性が喚起されていますが、その点においては、診療所医師の登録医制を開始して、開業医師と病院医師との連携を更に深めていきたいと思っています。

ただし、安佐地区市民にとって頼りになる病院であるためには救急診療機能の充実が必要です。この点で、本院は救急車の受け入れなどの二次医療を専門に担当することになっていて、一応その責務を果たして来ましたが、しかし、一次救急(歩いて病院に来られる患者さまの救急や小児救急など)に関しても充実の要望は高いのですが、現在の医師不足のなかで人員配置が難しく、十分なことが出来ないのをもどかしく思っております。

当院は今年2月に、病院の機能評価を受けました。その為、病院の機能改善や受審準備で忙しくしています。また、この1年後の18年1月からは電子カルテを全面的に導入します。電子カルテ導入によって病院機能が更に向上することを期待して、現在その準備を始めているところです。

安佐市民病院の理念と基本方針

理念

- ・愛と誠の精神をもって医療を提供します。
- ・地域の基幹病院として高度の医療・ケアを行います。

基本方針

1. 患者さまの立場を尊重し、理解と納得にもとづいた医療を行います。
2. 安全な医療と快適な療養環境の提供に努めます。
3. 地域と連携し、地域医療、救急医療、トータルケアの水準の向上に努めます。
4. 最新の医療にとりくみ、医療・医学の進歩に貢献します。
5. より良い医療サービス提供のため、健全な病院運営に努めます。

総合案内コーナーの紹介

安佐市民病院では外来正面玄関入り口の自動再来機受付コーナーの一隅に「総合案内コーナー」を設け、下記の時間帯に看護師もしくは事務職員が常駐して院内のご案内をしております。気がかりな点や不安に感じられること、悩みやお聞きになりたいことなどのような相談もお受けいたしております。

ぜひお気軽にご利用ください。

開設時間： 月～金曜日

午前8時30分～

午後3時15分





気をつけましょう インフルエンザの季節です

=日本医師会ホームページより=

インフルエンザは流行性疾患で、短期間に乳幼児から高齢者まで膨大な数の人を巻き込み、流行すると高齢者の死亡率が高くなる事も認められています。

冬場には最も気をつけたい病気のひとつです。

インフルエンザについてQ&A形式でまとめてみましょう。

Q:「インフルエンザ」ってなに?

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人の咳(せき)、くしゃみ、つばなどの飛沫と共に放出されたウイルスを、鼻腔や気管など気道に吸入することによって感染します。

インフルエンザは普通のかぜとは異なり、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く、あわせて普通のかぜ同様にのどの痛み、鼻汁などの症状が見られます。さらに、気管支炎、肺炎、小児では中耳炎、熱性けいれんなどを併発し、重症化することもあります。

高齢者や、呼吸器や心臓などに慢性の病気を持つ人は重症化することが多く、最悪の場合は死に至ることもあります。

小児がインフルエンザにかかると、まれに急性脳症を起して死亡するといっ

た問題も指摘されています。

Q:「インフルエンザ」にかからないようにするには?

予防の基本はワクチン接種、人混みを避ける、うがい、そして手洗いの励行です。



流行前のワクチン接種はインフルエンザにかかった場合の重症化防止に有効とされています。特に65歳以上の方や基礎疾患がある方(呼吸器疾患、心疾患、糖尿病、腎不全、免疫不全症など)では、インフルエンザが重症化しやすいので、かかりつけの医師とよく相談のうえ、接種を受けられることをお勧めします。

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下してインフルエンザにかかりやすくなります。外出時にはマスクを利用したり、室内では加湿器などを使って適度な湿度(50~60%)を保ちましょう。

インフルエンザが流行してきたら人混

みや繁華街への外出を控え、帰宅時のうがい、手洗いも、一般的な感染症の予防としておすすめです。

Q:「ワクチン」はいつ打つといいの?

インフルエンザワクチンは接種後効果が現れるまでに通常約2週間程度かかり、約5ヶ月間その効果が持続します。

日本でのインフルエンザの流行は12月下旬から3月上旬が中心になりますので、12月上旬までには接種をすまされることをお勧めします(今季はもう間に合わないのでも来シーズンからですね)。

Q:「インフルエンザワクチン」接種を受けることが適当でない人や受けるときに注意が必要な人はありますか?

予防接種法の予防接種実施規則でインフルエンザワクチンの接種が不適当と考えられる方は以下のように示されています。

- 一、明らかな発熱(通常は、37.5度を超える場合)を呈している者。
- 二、重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな者。
- 三、当該疾病に係る予防接種の接種液の

成分によってアナフィラキシーショックを呈したことが明らかな者。
 四、その他、予防接種を行うことが不適当な状態にある者。

年齢に下限はありませんが、通常生後6ヶ月未満の乳児にはワクチンを接種しません。

インフルエンザワクチンは病原性をなくした不活化ワクチンで、胎児に影響を与えるとは考えられていないため、妊婦は接種不適合者には含まれていません。しかし妊娠初期はいろいろな理由で自然流産する可能性の高い時期なので、我が国では一般的に予防接種は避けた方がよいと考えられています。

一方、米国では妊娠期間がインフルエンザシーズンと重なる女性は、シーズンの前にワクチン接種を行うのが望ましいとされています。

Q:インフルエンザワクチンの副作用は?

一般的に副作用は軽く、10〜20%の人に接種した場所の発赤、腫れ、痛みなどをおこすことがありますが、2〜3日で消失します。

5〜10%の人に発熱、頭痛、さむけ、体のだるさなどがみられますが、やはり2〜3日で消失します。ワクチンに対するアレルギー反応として湿疹、じんましん、発赤とかゆみなどが数日見られることもまれにあります。



Q:インフルエンザにかかってしまいました。どうすればいいの??

早めに治療し、体を休めることが大切です。一般的には以下のような点に注意しましょう。

- 単なるかぜだと軽く考えずに、早めに医療機関で受診しましょう。
- 安静にして、休養をとりましょう。特に睡眠を十分にとることが大切です。
- 水分を十分に補給しましょう。
- お茶、ジュース、スープなど何でもかまいません。

インフルエンザはウイルス感染症なので抗ウイルス薬を使用しますが医療機関での診察が必要です。

インフルエンザには抗生剤(抗菌薬)は効きませんが、インフルエンザでは他の細菌にも感染しやすくなり、肺炎や気管支炎などの合併症に対する治療として抗生剤(抗菌薬)が使用されます。

それぞれの薬の効果は、ひとりひとりの症状や体調によって異なり、正しい飲み方、飲んではいけない場合、副作用への注意などがありますので、医療機関できちんと説明を受ける事が大切です。解熱剤は特に小児においてインフルエンザに罹っているときには使用を避けなければならぬものもあります。



お薬については自己判断せず、かかりつけの医師または薬剤師によく相談しましょう。



Q:インフルエンザにかかったら学校や仕事を休まなくては行けないの??

一般的にインフルエンザの症状がでてから3〜7日間はウイルスを排出すると言われてています。

健康な成人ではインフルエンザは通常2〜3日で熱が下がりますが、熱が下がっても一週間はうつす可能性があります。したがって、症状がでてから3〜7日間は他者への感染防止のために人が多く集まる場所は避けた方が良いでしょう。

また、咳(せき)やくしゃみをする際には必ずハンカチやティッシュで口元を覆う、あるいはマスクをするなど、周囲への配慮(レスピラトリー・エチケットといいます)をしてほしいものです。

学校保健法では、「解熱した後2日を経過するまで」をインフルエンザによる出席停止期間としています。成人の職場復帰の目安については決まったものではありません。



“褥瘡(床ずれ)”ってなに

当院での取り組み
皮膚科部長 新見直正

【褥瘡(床ずれ)とは】

皮膚は、皮膚にはりめぐらされている毛細血管を流れている血液から酸素と栄養をもらって生きています。

皮膚に長時間圧迫が加わると、毛細血管が押しつぶされ血液が流れなくなり、その結果栄養不足におちいった皮膚は死んでしまいます。それが褥瘡(床ずれ)のできる原理です。

【褥瘡になりやすい人とは】

高齢者、意識障害のある人、マヒがあるなど自分で動きにくい人がなりやすいと言えます。また、知覚障害がある人は痛みがわからないため、同じ姿勢でじっとして褥瘡が発症することがあります。

おしりや腰の骨が飛び出ている人、やせている人、皮膚の薄い人、失禁などでいつも皮膚がぬれている人、栄養状態の悪い人などもなりやすいと言われています。

さらに研究の結果、むくみ、関節の拘縮固まって動かないことがある人もなりやすいことがわかってきました。

【褥瘡にならないように】

一番大切なことは、寝たきり状態にならないようにすることですが、そうはいっても病気によって動けなくなる場合もあります。そういったときにはまず全身状態の改善

をはかり、入浴・シャワー・清拭(体をきれいにふいてあげる)をおこないます。

さらに離床と運動をすすめ、リハビリテーション、基礎疾患(糖尿病など)の治療、感染症の予防、傷の予防などをおこなうことが重要です。

【家庭での注意点】

体を洗ったり、創の周りをふくときには皮膚のあぶら(皮脂)をとりすぎないようにし、こするような洗いはよくありません。また、創周囲の皮膚のマッサージも良くないとされています。

尿失禁があるときには、おむつを何枚も重ねて使用すると、通気性が悪くなってむれの原因となります。さらにおしりにかかる圧力が高くなるのでなるべく薄くすることが重要です。

便はアルカリ性のため、特に下痢便は便中の消化酵素が多く、皮膚にくっつけたままにしておくと皮膚がふやけ、酵素によって皮膚がただれるので注意が必要です。

皮膚にかかる圧力を減らすためには、体位変換(体の向きを変える)ことが最も重要で、下に敷いているシーツやタオルのしわを伸ばすことにも気をつけます。

上体を起こすときには30度以上にならないように注意し、もしも体を起こす場合には短時間とするよう気をつけましょう。

【当院での取り組み】

当院では全病棟 手術室の看護師、薬剤師、栄養士、理学療法士、臨床工学技師、看護師長、皮膚科医師からなる褥瘡対策チームを作っています。



まず患者様が入院されると褥瘡のなりやすさをチェックし、なりやすいと判定された患者様はより重点的にケアをおこなっています。

また、すでにできてしまっている患者様には、その状態に応じた適切な治療をおこないます。



さらに、勉強会を定期的に開き、褥瘡が治りにくい患者様に関しては、その原因究明改善策などについて皆で意見を出し合って相談したりしています。

平成16年には褥瘡学会において当院の取り組みを発表し、多くの参加者から注目されました。

【最後に】

褥瘡は一度できてしまうと、治すのに長い時間がかかります。予防が第一ですね。

安佐市民病院糖尿病患者会

「つばさ友の会」

ウォークラリー



ビーチボールバレー大会



近年、糖尿病患者の増加は著しくその予備軍も含めて成人の10人に1人は要注意となっております。

安佐市民病院には「つばさ友の会」という糖尿病患者様と医療スタッフが共に糖尿病を学ぶための患者会があります。

「つばさ友の会」について紹介しましょう。

《つばさ友の会》



「つばさ友の会」は、平成11年5月に安佐市民病院に通院中の糖尿病患者様と医療スタッフで結成された友の会です。

「つばさ友の会」の名称の由来を「紹介しますと、安佐市民病院の安佐は「ASA」と読みます。「TSUBSAS」中に「ASA」を盛り込んで未来へ羽ばたく願いをこめて命名しています。

現在会員数は43名となっております。

《活動と行事》

糖尿病とともに明るく健やかに過

ごせるように、糖尿病予防・治療の正しい知識を提供する場として、糖尿病患者様と医療スタッフが共に親睦を図りながら活動しています。

これまでは糖尿病広報誌「つばさ」を季節毎に発行し、講演会では様々な分野の方による体験談や糖尿病の最新情報を聞いたりして知識を深めました。

安佐地区の他院の糖尿病の会の皆さんと一緒にビーチボールバレー大会や、新年会を兼ねた糖尿病養生訓のかるた大会もおこなっています。これらの大会には年配の方から子供さんまで多くの参加がみられ、チームに分かれての熱戦が繰り広げられます。共に爽快な汗を流し日頃のストレス



新年会かるた大会



お琴演奏会

を解消にもなっています。

お琴の演奏会、

ヴィオラやフル

ートの生演奏の

コンサートも会

員の癒しのひと時となります。また、

カロリーを気にせずフランス料理のフルコースを堪能する食事会なども

企画・運営しています。

秋には中央公園で歩いて学ぶウォ

ークラリーがあります。5〜6人の

グループでチェックポイントを探し

て、クイズを解いて歩くゲームです。

会員以外の方も参加できますので、

秋の一日をみんなで楽しく一緒に歩

いてみませんか。

各種行事には、会員は家族や友人

同伴で参加が可能です。楽しみなが

ら勉強し、悩みや体験などを語り合

い情報交換も行っています。

あなたも「つばさ友の会」に参加

して、一緒に活動しませんか！





ボランティア紹介コーナー その1

🎵 ロビーコンサート 🎵



平成11年12月 安田女子短期大学保

育科2年生、21名のみなさんによって第1回ボランティアコンサートが開かれました。安佐市民病院正面玄関ロビーで、若々しくはつらつとした安田短大のみなさんから三部合唱の第一声が発せられた時、全身に寒気が走るほど感動したのを、ついこの間のように思い出します。

そもそも病院とは、心身ともに病んだ人々が集まって心静かに治療を受け、よくなったら、これまた静かに微笑んで去っていく。基本的に病院では大声を出さない。大声で笑わない。廊下は走らない。ましてロビーで歌って飛んで跳ねて踊るなんて！そんな既成概念を(思っていたより硬かった私たちの石頭を)、彼女らはガッツンと壊してくれました。

「病気に負けたくない、元気になりたい。」という患者様の心の底の声をさし、毎日緊張の続く仕事で、自分でも気付かないほど疲れていた職員に力を与えてくれました。

安田女子短大保育科のみなさんのコーラスとミニミュージカル「ピノキオ」は

今もそしてこれからも忘れることはできません。それから今日までの5年間、多くの方々がボランティアコンサートを引き継いで下さいました。のべで48組、ざっと200名の方々です。

「自分流ですが」とハーモニカの方。「いつもは普通の主婦です。」と笑顔いっぱいのお母さん方。制服のまま集まって元気な歌声を聞かせてくれた高校生。普段はソロ活動をしながら、季節の変わり目には必ず優しい演奏を聴かせてくださる音大出身の3人のお嬢さん。そして、人気者の『あどRun太』さんや、ヴィオラで有名な沖田孝司さんと奥様

ある時は静かに語りかけるように。ある時は手拍子で元気よく。またある時は笑いつばなしのコンサートもありました。みなさんすべてボランティアで集まってくださるのです。

患者様の反応は私達の想像以上でした。感激して声を詰まらせる方、涙ぐむ方、スレッチャーに横になったままで会場に来てくださった患者様もありました。

「出来ることを出来る時に」が、ボランティアの精神です。あなたもボランティアコンサートに参加しませんか？ あなたの「出来ること」に心癒される患者様はきっといらっしやいます。

私達は続けます。たとえ患者様たった一人でも、「つらい入院生活の癒しになったな」と感じて下さる方がありません。



ボランティア委員会

