

おあす

TONAMI GENERAL HOSPITAL
2005・冬



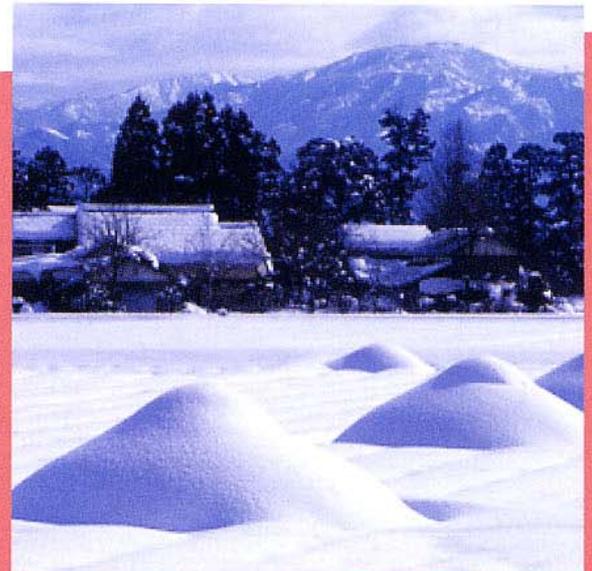
FEATURE

[緩和ケアって
御存じですか?]

CONTENTS - 目次

Page2. 特集/「緩和ケア」って御存じですか?

- 4. 各科だより 精神科、麻酔・ペインクリニック
- 6. 栄養科の紹介
- 7. インフルエンザ Q&A
- 8. オアシス文庫のご案内・伝言板



里に降りつもる雪

「緩和ケア」って御存じですか？

緩和ケアとは…

悪性腫瘍（おもにがん）や後天性免疫不全症候群（AIDS）の患者様のさまざまな苦しみ（身体的、精神的、社会的、霊的な苦しみ）を和らげることです。患者様がその人らしく、大切な時間を過ぎて頂くことを目的としています。

● 緩和スタッフコーナー



● キッチン和室の家族控え室



● 病室畳の間



● 病室

緩和ケアはチーム医療で…

当院には西棟7階に緩和ケア病床（個室6床）があります。患者様が病気と共存しながらより長く、快適に暮らして頂けるようにさまざまな領域の専門スタッフが協力してケアを行っています。快適に介護をして頂けるように患者様のご家族へも配慮しております。また、ソーシャルワーカー、訪問看護師と連携し、在宅での緩和ケアが継続できるよう努めています。



医師2名・看護師6名・薬剤師・栄養士
リハビリスタッフ・鍼灸師…



● 秋の味覚祭り家族写真



● 秋の味覚祭り準備



● 誕生日のお祝い

大切にしている事は…
家族との思い出作り

（院内ボランティアりんどうの会の協力で）
～季節の行事・記念日・誕生日・父、母の日～



● 3月のお茶会





精神科 うつ病についての話題

厚生労働省は、企業向けの「労働者の心の健康づくりのための指針（メンタルヘルズ指針）」を、2000年の策定以来、初めて見直すことを決めた。

現在の指針は、予防的なメンタルヘルズケアが中心だが、うつ病などの精神疾患になる従業員が増えているため、発症した後の企業の対処法を盛り込んで全面的に改訂する。来年度中に新指針を策定し、企業に順守を指導していく。以下略（読売新聞）11月21日

という記事を見つけました。うつ病については、さまざまな情報がインターネット、雑誌等で特集されていますが、なお、うつになるのは自分が悪い、こんな症状の人は自分以外にはない」と思い悩んでやつのことで外来にいらつしやる方が後を断ちません。

うつ病は、ありふれた疾患で、しばしば見逃されることがあり、注意すれば診断は難しくなく、しばしば重症であり、回復することが多く（なかにはうつ病になったことに気がつかず知らないうちに治ったという方もいます、自然治癒もあります）、費用（医療費だけでなくトータルではかかりますが、治癒率が高い、という疾患であることはあまり理解されていません。

ではどれだけありふれているか。西欧諸国での大うつ病（診断基準というものがあって、そのなかの項目の一定数以上をみたす場合を、こつよびます）の罹患率は男性で23.3%女性で45.9%とされています。率でいえば女性に多い疾患であるといえるでしょう。また生涯危険率は男性7.12%、女性20.25%とされています。つまり一生でうつを経験する率は男性では約8人に1人、女性では約4人に1人ということになり、こつ考えるとありふれた疾患であるというのもうなすけるでしょう。これは診断基準をみたら、大うつ病についての率でありますので、症状がすくない、小うつ病、や期間の短い、特定不能のうつ病性障害、まで含めればさらに率はあがることでしょう。

さらに「一般外来患者様のうち5.20%に、入院患者様の20.33%がうつ病性障害を示すといわれています。

そこで、「大うつ病」について考えてみます。どのような状態を大うつ病とよべるかについては表①に示した症状のうち、少なくとも5つが2週間存在するときはです。

表にあてはまらなくても、2年程度ほぼ毎日のように抑うつ気分が存在すれば、気分変調症（ごく軽いうつ病が長い間続いていると考えられるといでしょう）である可能性があったり、表の症状にあてはまるけれども期間が2.3日しか続かないなおかつこれまで何回も体験している学業や仕事に支障をきたしたことがあるとすれば、特定不能のうつ病性障害の可能性もあります。

このような症状をしめすうつ病性障害は苦痛をもたらすことが多いですが、適切な治療、適切な休息をとることで治るものです。

「うつ病」主な症状表

- 1 抑うつ気分
- 2 疲労感、エネルギーの喪失
- 3 喜びまたは興味の喪失
(普段なら嬉しい、楽しいと感じるものがむしろ苦痛であったり物事への感心がうすれてしまうことを言います。)
- 4 無価値感、罪悪感
- 5 著しい体重の減少または増加（一ヶ月で±5%）
- 6 集中力の減退
- 7 不眠または睡眠過多
- 8 反復される病的思考または自殺念慮
- 9 焦燥または遅延
(激しいいらいら感、いてもたってもいられない感じ、思考の速度が著しくおちて、物事の処理がほとんど出来なくなる)



無理をすることは、この病気で一番してはいけないことです。この記事で思い当たるところがあれば、精神科に気軽に相談してみたいかがでしようか。

麻酔・
ペインクリニック

杉本 祐司



このニュース、救急医療に興味のある人以外には理解しにくいと思えます。わかりやすく解説いたします。

心臓病の発作で突然心停止になった人が救命されて再び元気になる割合が、日本では欧米に比べて低いという統計結果があります。そこで、どうすれば救命率が向上するか、厚生労働省や総務省消防庁が中心となって検討しました。その結果、平成14年に「傷病者が病院に到着する前に、救命士が現場で行える処置をより高度に

する」という方針が決まりました。それまで現場で救命士が行っていたのは、酸素マスクを使った人工呼吸と心臓マッサージだけでしたが、それに加えて①除細動(心臓への電気ショック)、②気管挿管、③強心剤などの注射を救命士が行うようにするという方針です。これらのうち、①除細動はすでに救命士によって行われており、その有効性が報告されています。③薬剤の注射は平成18年から行われることになりました。

市立砺波総合病院 麻酔科ニュース

本年(平成16年)7月から医師の指示を仰いで「気管挿管」が可能になったことを受け、砺波総合病院で4月から実習に取り組んできた救急救命士の川森秀二さんが、11月9日最後の実習を終え、砺波広域圏初の気管挿管認定救急救命士となった。

川森さんは「協力していただいた患者さん、指導して下さった先生、実習の間勤務を支えてくれた職場の同僚に感謝しています。今後は、より一層救命率向上に取り組みたいです。」と述べた。

麻酔・ペインクリニック

気管挿管認定 救急救命士第1号誕生

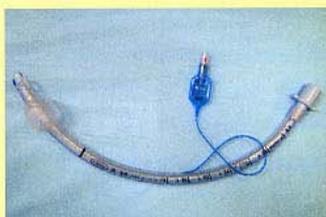


① 砺波広域圏消防署第一課警防係主任 川森秀二さん

そして今回取り上げたのが②の気管挿管です。重い病気やけがのために呼吸が自分で充分に行えない場合や全身麻酔の時などには、人工呼吸が行われます。人工呼吸を確実に行うためには、指ぐらいの太さのチューブを気管の中に挿入することが必要です。この医療行為が気管挿管で、今までは医師のみが行うことを許されてきました。

「医師でも失敗することのある気管挿管を救命士ができるのか。失敗して病態を悪化させたら誰が責任を取るのか。今までのように気管挿管以外の方法で十分ではないか。」という反対派の意見と、「訓練すれば救命士でも気管挿管はできるようになる。現場で気管挿管して人工呼吸を開始しなければ、絶対に助からない場合がある。」という賛成派の意見があり、議論の結果以下のような決定となりました。

「平成16年7月から、気管挿管によらなければ気道確保が困難な心肺停止傷病者に対して、十分な教育訓練を受けたと認められた救急救命士が、医師の指示の下に気管挿管を行うことを許可する。」



① 気管チューブ

救命士が気管挿管認定を受けるまで

消防署で推薦された救急救命士が、まず62時間の気管挿管に関する講義と人形を使った訓練を受けます。次に筆記試験と実技試験に臨み、合格したら病院での実習に入ります。実習では、麻酔科医の指導の下、全身麻酔で手術を受ける方に実際に気管挿管を行います。30名以上に対して気管挿管を行うと、晴れて気管挿管認定救急救命士とされるのです。(救急救命士が気管挿管の実習を行うのは、前もって気管挿管の実習について詳しく説明し、同意していただいた患者さんに限られます。また気管挿管は、意識がなくなってから行うので苦痛は全くありません。)

つまり、心拍と呼吸が止まってしまった人のうち、口の中に吐いたものなどがあつて、救命士がうまく人工呼吸させることができない時は、救急病院の医師に携帯電話で判断を仰ぎ、必要と認められた現場で気管挿管するということです。さらに、救命士なら誰でも気管挿管を行ってもよいというわけではなく、特別な教育を受けて承認された救命士だけに限定されたのです。

現在当院では二人目の救命士が実習中であり、手術を受ける方に引き続きご協力をお願い申し上げます。



市立砺波総合病院 麻酔科
消防署 救急救命士
気管挿管認定試験会場
〒930-0855 砺波市南砺波1-1-1
市立砺波総合病院 麻酔科
〒930-0855 砺波市南砺波1-1-1

調理過程

調理をする



下処理をする



材料を入荷する



盛り付けをする



病棟での配膳です



♪ “メリーさんの羊”のメロディを流しながら配膳車が動きます

配膳時間は以下の通りです

- ☀️ 朝食… 7:30
- ☀️ 昼食… 12:00
- 🌙 夕食… 18:00

配膳には**温冷配膳車**を使用しています。
温かいものは温かく、冷たいものは冷たく、
 食事をお届けします。

病院食は冷たい・食事の時間が早いというイメージがありますね。それは一昔前のお話。今では……。当院の病院食が作られる行程を紹介します。

毎食400食・約35種類の食事を作っています

一般食の方を対象にメニューを選択していただいています



特別食(制限食)にはこんな工夫をしています

● 朝食はパン食が選べます



● 昼食はA・B・Cの3種類から選べます

A 菜



B 菜



C 菜



主食がいろいろ
 麺・パン・丼

エネルギー制限の食事

- 一日の総エネルギー量を計算
- 主食は計量しています
 〈糖尿病〉



蛋白制限の食事

- 低蛋白ご飯を使用
- 十分なエネルギーが必要
 〈糖尿性腎症・腎臓病〉



脂肪制限の食事

- 油が少ない料理
 〈肝疾患・すい炎〉



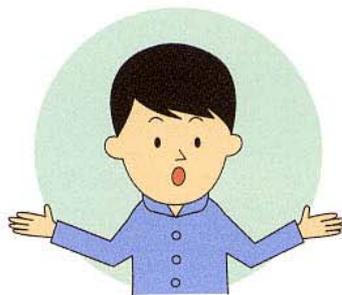
嚥下障害食

- 飲み込みやすいようにゼラチンで固めています



Q インフルエンザとは どんな病気ですか？

A 咳、くしゃみ、鼻水、のどの痛みなど普通のかぜと同じような症状ですが、より熱が高く(39℃以上)、頭痛、筋肉痛、関節痛などの全身の症状が強いのが特徴です。赤ちゃんや小さな子どもでは元気がない、機嫌が悪い、ぐったりする等の症状が中心になることもあります。



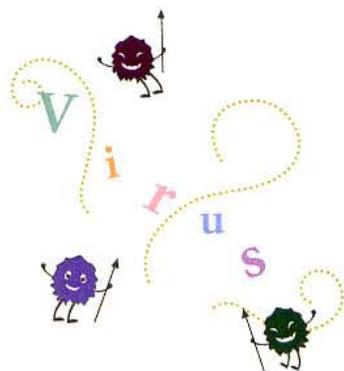
回答者:小児科 藤田医師

Q インフルエンザには どんな種類がありますか？

A インフルエンザウイルスはA,B,C型があります。人に感染して症状を起こすのは主にA,B型です。A,B型に関してはワクチンによる予防がある程度可能で、小児では基本的に予防薬がないため唯一の予防手段となります。

Q インフルエンザはどうやって 診断するのですか？

A 流行期(11~4月)に上記のような症状が認められた場合、鼻の粘膜にウイルスがいるか確認する簡易検査をします。ただし、発熱から12時間程度経たないと正確な検査結果にならないことが多いです。(特に小児の場合)



Q インフルエンザにかかったとき 解熱剤を使用してもいいですか？

A 解熱剤は病気を治す効果は全くありませんが、高熱による苦痛を緩和してくれます。ただし、インフルエンザに感染しているときは一部の解熱剤(サリチル酸系解熱剤、ジクロフェナクナトリウム、メフェナム酸)の使用はできません。解熱剤は使用可能か、必ずかかりつけの先生に確認しましょう。

Q インフルエンザの合併症を 教えてください。

A 成人では上記の症状が1週間程で治ることが多いのですが、肺炎、中耳炎等を合併することもあります。小児では急性脳症、脳炎の発症が全国で年間100-200例程認められます。「ぼーっとしている」、「わけの分からないことを言う」、「けいれんを起こした」「元気がなく、ぐったり寝てばかりいる」などの症状があれば直ぐに医療機関を受診しましょう。



Q インフルエンザには どんな治療法がありますか？

A ゆっくり安静にして、しっかり水分を取ることが大切です。治療薬は現在、数種類利用が可能になりました。しかし、医療機関での処方が必要であり、妊婦や1歳未満の小児では使用できない薬剤もあります。医療機関でよく相談してください。保育園、学校へは原則として熱が下がって2日間以上経てば登校可能になります。



インフルエンザ Q & A

「冷たく画一的になりがちな入院生活に少しでもうおいを！」との願いで設けられたオアシス文庫も、今年で17年目を迎えます。患者様、職員の寄贈本を中心に、月刊誌、コミックも含めて約8,000冊の蔵書がそろっています。

入院患者様だけでなく、そのご家族、外来の患者様、職員など多くの皆様にご利用いただいています。



● お手伝い下さるボランティアさん及び、皆様の善意の寄贈本を随時募集しています。



りんどうの会ボランティアのメンバーが、貸出し、返却のお世話をしています。

オアシス文庫 のご案内

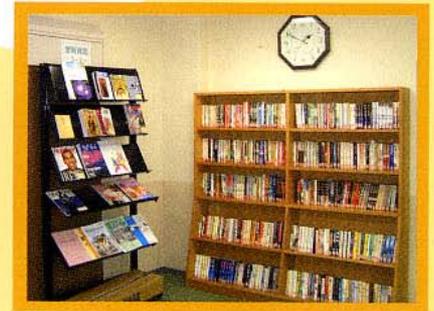


開室時間 (当院診療日)

午前 10:00～12:30

午後 13:30～16:00

● 南棟1階売店向かい



● 体のしくみ、病気についての情報も提供中!

連絡先は

図書資料室 中(なか)
TEL:0763-32-3320
内線:2380

診療時間

CONSULTATION HOURS

[外来診療時間]

平日 午前8時30分から午後5時まで

※診療科・曜日によって異なりますので、詳しくは下記までお問合せください。

[休診日]

土・日・祝祭日および年末年始

市立砺波総合病院

〒939-1395 富山県砺波市新富町1-61

TEL 0763-32-3320(代表)

FAX 0763-33-1487(総務課)

E-mail tgh01@tgh.tonami.toyama.jp

ホームページアドレス <http://www.tgh.tonami.toyama.jp/>

伝言板

MESSAGE BOARD



地区周りで皆様の声を

自治振興会のお世話で地区周りをしています。迷路病院だ、事故の報道で心配だ、長い待ち時間、職員の接遇が悪いなど貴重な意見をいただき早速改善に取り組んでいます。これから回る地区では子供やお年よりの世話で大変な若夫婦に是非参加いただき、例えば肥満外来とか何でも医療相談室、子供も生活習慣病にならない体験入院、病院祭り、こんな診療科は?など積極的な要望をいただきたい。飲料水も有料の時代、医療に馴染まないものは有料は仕方ないとして、ボランティアの講習会で対応できるかもしれません。

院長 小杉 光世