

特集

DMAT

災害急性期に活動できる機動性を持った
トレーニングを受けた医療チーム

各科だより	2・3 P
たばこの影響について	4・5 P
妊娠糖尿病について	6 P
認知症看護認定看護師	7 P
糖尿病教室に参加しよう	8 P
患者様のためのオアシスコンサート	8 P
院長伝言板	8 P
地域医療連携室だより	8 P

市立砺波総合病院憲章

わたくしたちは 市立砺波総合病院の職員であることを誇りとし 愛と奉仕の精神のもとに 病気で悩める人々を癒すことに互いの心を結集し この憲章を定めます

市立砺波総合病院は

- 1 患者さんの権利を尊重します
- 1 信頼できる医療を提供します
- 1 医療の安全を追求します
- 1 優しい医療を行います
- 1 職員が働く喜びと誇りの持てる職場をめざします

理念

地域に開かれ
地域住民に親しまれ
信頼される病院



市立砺波総合病院
Tonami General Hospital

〒939-1395 富山県砺波市新富町1番61号
TEL 0763-32-3320(代表) FAX 0763-33-1487(総務課)
E-mail tgh-somu@city.tonami.lg.jp
ホームページ <http://www.city.tonami.toyama.jp/tgh>

DMAT

Japan Disaster Medical Assistance Team

DMATとは、 災害急性期に活動できる機動性を持った トレーニングを受けた医療チーム

DMATの 機能・任務

- 被災地域内での医療情報収集と伝達
- 被災地域内でのトリアージ、応急治療、搬送
- 被災地域内の医療機関、特に災害拠点病院の支援・強化
- 広域搬送拠点医療施設 (Staging Care Unit) における医療支援
- 広域航空搬送におけるヘリコプターや固定翼機への搭乗医療チーム
- 災害現場でのメディカルコントロール

当院は富山県から「富山県DMAT指定病院」として平成24年6月12日に指定されました。DMAT (Disaster Medical Assistance Team) とは、県内外で大規模な自然災害、鉄道事故などで傷病者が発生した場合に迅速かつ的確な医療を提供するため、専門的な訓練を受けた機動性を持つ医療チームです。1チームは4~5人で構成し医師、看護師、業務調整員等で構成されています。DMAT指定病院とは、災害時にDMATを派遣する意思を持ち、大規模災害時の救護活動に必要な人員、装備を持った災害医療拠点病院の中から指定されるものです。ちなみにDMATが待機・出動する災害は下記のとおりです。

- ①富山県内で震度5弱以上の地震が発生した場合
- ②東京都23区内で震度5強以上の地震が発生した場合
- ③富山県及び東京都23区以外の地域で震度6弱以上の地震が発生した場合
- ④津波警報（大津波）が発表された場合
- ⑤東海地震注意情報が発表された場合
- ⑥大規模な列車転覆事故、航空機墜落事故等が発生した場合
- ⑦その他、富山県DMATの派遣を要すると判断される災害が発生した場合

今回の指定を受け、当院は災害時の市民の皆様の生命を守るため、さらなる災害時医療体制の強化に取り組んでまいります。

訓練の様子（平成24年8月）



写真は、交通の要所である当市において起こり得る高速道路でのバス事故を想定した訓練の様子です。当院からはDMAT 5名、医療チーム 5名の計10名が参加し、他医療機関との連携を図り、応急救護所でのトリアージ・応急処置を行いました。指揮系統の確立・情報の共有化が重要であることを再認識しました。

今後も各種訓練に参加し、日頃から災害への備えを万全にし、適切に行動できるようにしていきたいと思えます。

一人でも多くの命を助けよう

たばこの影響について

皮膚科

山本 圭子

はじめに

喫煙が、心臓病や動脈硬化、脳卒中、肺がんなどに関係することはよく知られていますが、実は皮膚のトラブルにも関係していることが明らかになってきています。ここ最近、女性の喫煙者が増えてきています。一方、多くの女性が美白やアンチエイジング（老化を遅らせること）に注目しています。喫煙は皮膚の老化に関係していると言われており、美容を気にする人にとって、禁煙は望ましいことと思われれます。

たばこが影響する皮膚の老化とは、たとえば、しみやくすみ、しわが増え、オレンジの皮のような皮膚になることを言います（特徴的な皮膚となり「スモーカーズフェイス」と言われています）。喫煙は紫外線から起こる老化（光老化と言います。）と共通した点が多く、皮膚の老化の原因としては、加齢以外に、紫外線に次いで大きなものと考えられています。また喫煙本数や年数が多いほど、深いしわやしわの数が多くなると言われています。

たばこの成分が皮膚に侵入すると、表皮（皮膚の浅い部分）ではメラニン色素を増やし、しみやくすみ

みとなりえます。また皮膚の深い部分にしみこむと活性酸素が発生し、皮膚の張りや弾力を保つコラーゲンが分解され、皮膚ははりやつやを失います。これらの変化のために喫煙者は実年齢より上にみえることがよくあります。よく顔の皮膚をみれば、喫煙者かどうか判断できることもあります。

また自分自身が喫煙者ではなくても、たばこの煙が充満した部屋にいただけで老化がすすむ可能性があるとされています。これはたばこの煙の中の水溶性の成分が皮膚の老化に関与しているからです。受動喫煙対策の徹底も求められます。

喫煙は他の皮膚病も悪化させます。このひらの皮がむけ、小さな水ぶくれや膿ができる掌蹠膿疱症（しょうせいのほうじょう）や乾癬（かんせん）、脂漏性皮膚炎（しろうせいひふえん）は喫煙で悪化すると言われています。特に、

女性の掌蹠膿疱症患者の90%以上が喫煙していると言われており、禁煙すれば治る方や症状が和らぐ人もいます。また喫煙している方はニキビや膿皮症（お尻におでき）がたくさんある人も治りにくくと言われています。そのほか、傷が治りにくくなったり、毛が抜けたり、口の中があることが、煙草と関連していると言われています。

たばこは百害あって一利なしと言われますが、皮膚のトラブルに

ついてもあてはまるようです。受動喫煙の危険もさまざま言われており、吸わないだけでなく、たばこに近付かないのが無難のようです。



妊娠糖尿病について

○はじめに

日本の糖尿病人口は年々増加し、妊婦さんで耐糖能に異常がある方も増加傾向にあります。妊娠中の耐糖能異常には

- ①妊娠糖尿病
- ②妊娠時に診断された明らかな糖尿病
- ③糖尿病合併妊娠

の3つがあります。妊娠中の耐糖能異常について診断や管理方法について説明します。

○妊娠糖尿病の診断基準

日本のほとんどの施設では、妊婦さん全員に妊娠糖尿病のスクリーニング検査を実施しています。妊娠初期のスクリーニング検査が陽性だった場合に*75gOGTT検査を行って診断します。診断基準は表1のようになっています。

従来の基準に比べて1ポイントのみで診断されることになり妊娠糖尿病の診断基準はより厳しくなりました。新しい診断基準により妊娠糖尿病の患者さんの数は増加すると予想されています。

***75gOGTT: 糖尿病の診断のために行う検査です。75gのブドウ糖を飲用し、飲用前、飲用後1時間、2時間の血糖値で判定します。**

○耐糖能異常妊婦の管理

耐糖能異常のある妊婦さんの管理をする目的は、母体と赤ちゃんの妊娠中合併症を予防すること、妊娠糖尿病から将来糖尿病を発症するのを予防することです。このためには妊娠中に妊娠糖尿病のスクリーニング検査を徹底し、厳重な血糖管理をすることや出産後も再評価を行って管理を続けることが重要です。食事療法は食前血糖値 $\leq 100\text{mg/dl}$ 、食後2時間血糖値 $\leq 120\text{mg/dl}$ を目標として行います。食事療法でコントロールが悪い場合はインスリン療法を行います。新しい診断基準で増加する妊娠糖尿病の方の多くは食事療法だけで十分と考えられるので栄養士さんや助産師さんからの保健指導や栄養指導が中心となります。

出産年齢の高齢化により、(妊娠前に見逃され) 妊娠時に診断された明らかな糖尿病患者さんや糖尿病合併妊婦さんも増加してきています。妊娠前からの血糖調節が重要なため、妊娠出産を考えている女性はできれば妊娠前に血糖検査を行うことが望ましいと考えられます。

○妊娠糖尿病とは?

妊娠糖尿病という言葉聞いたことがある方もいらっしゃると思いますが、糖尿病とどう違うのかわかりにくいと思います。2010年に妊娠糖尿病に関してその分類と診断基準に変更がありました。今までの妊娠糖尿病の定義は「妊娠中に発症もしくは初めて発見された耐糖能低下」でした。このため妊娠前から糖尿病があって妊娠中に発見された方から妊娠中に初めて軽い異常が出てきた方まで様々な程度の耐糖能障害が含まれていました。妊娠前から糖尿病があった方の場合、母体合併症や赤ちゃんの奇形が多くこのような方たちも妊娠糖尿病に含まれることが問題でした。

新しい定義では「妊娠糖尿病は妊娠中にはじめて発見または発症した糖尿病に至っていない糖代謝異常である。妊娠時に診断された明らかな糖尿病は含めない」とされました。

1) 妊娠糖尿病(GDM)
 75gOGTTの結果について次の基準値を超過した値が1つ以上ある場合に診断する。

- ① 空腹時血糖値 $\geq 126\text{mg/dl}$
- ② 1時間値 $\geq 200\text{mg/dl}$
- ③ 2時間値 $\geq 153\text{mg/dl}$

妊娠中に診断された明らかな糖尿病患者(known diabetes in pregnancy)
 以下いずれかから診断した場合に診断する。

- ① 空腹時血糖値 $\geq 126\text{mg/dl}$
- ② HbA1c(国際標準化) $\geq 6.5\%$ (HbA1c測定方式)
- ③ 産前や産後糖尿病に罹患する確立
- ④ 妊前血糖値 $\geq 200\text{mg/dl}$ あるいは75gOGTT 2時間値 $\geq 200\text{mg/dl}$ の場合

以下いずれかから診断された場合はHbA1cで診断する。

- ① HbA1c(国際標準化) $\geq 6.5\%$ (HbA1c測定方式)
- ② 産前や産後糖尿病に罹患する確立
- ③ 妊前血糖値 $\geq 200\text{mg/dl}$ あるいは75gOGTT 2時間値 $\geq 200\text{mg/dl}$ の場合

以下いずれかから診断された場合はHbA1cで診断する。

- ① HbA1c(国際標準化) $\geq 6.5\%$ (HbA1c測定方式)
- ② 産前や産後糖尿病に罹患する確立
- ③ 妊前血糖値 $\geq 200\text{mg/dl}$ あるいは75gOGTT 2時間値 $\geq 200\text{mg/dl}$ の場合



ノボ ノルディスク ファーマ株式会社提供 糖尿病サイト (<http://club-dm.jp>) より引用

認知症看護 認定看護師

脳神経外科病棟 畑 真夕美

私は日本看護協会認定看護師教育課程の研修を終了し、認知症看護認定看護師の資格を取得しました。

認知症とは

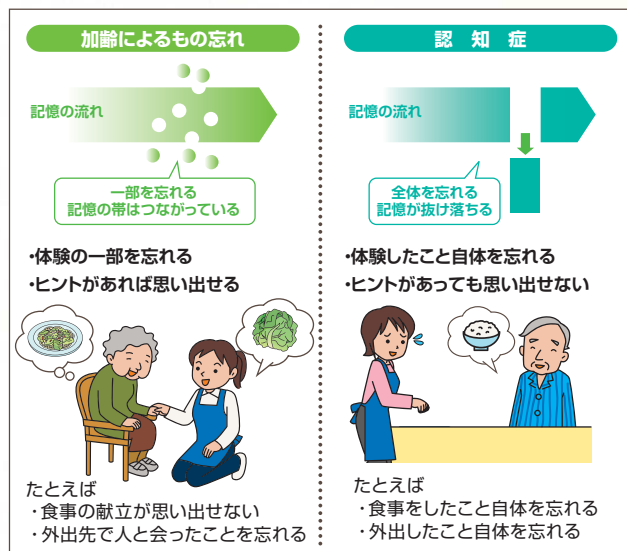
認知症とは、「脳や身体の病気が原因で記憶・判断力などの障害がおこり、普通の社会生活が困難になる状態」をいいます。歳をとると誰でも忘れっぽくなりますが、例えば食べたメニューを思い出せないのは、加齢による物忘れと考えられます。しかし、食べたこと自体を覚えていなければ、認知症の疑いがあるといえます。

認知症の症状

認知症にはどのような症状があるのでしょうか。

- ①最近の出来事が覚えられない、思い出せない。生活に支障のある物忘れ。
- ②時間や日付、場所が分からない。誰だか分からない。
- ③上手く自分の思いを言葉で表現できない。会話している内容が分からない。
- ④道具の使い方が分からない。道具が何か分からない。
- ⑤今までしていた慣れたこと（仕事、料理、掃除など）がスムーズに出来なくなる。

など、多くの症状があります。



認知症患者さんの体験している世界

認知症患者さんは、認知症の症状によりどのような世界を体験しているのでしょうか。

認知症患者さんの体験している世界は、「何？どこ？いつ？誰？なんで？どの様にすれば良いの？」と不可解なことの連続です。現実の世界が分からなくなり知らない世界へ迷い込んだようで、不安と緊張の連続です。不安と緊張を体験していても、上手く言葉で表現できない、どの様に対処して良いか誰に助けを求めて良いか分からず、怒りや興奮となって現われることがあります。

認知症患者さんへの看護のポイント

では、認知症患者さんにどのような看護が必要でしょうか。

- ①認知症患者さんの体験している世界を知ろうと、患者さんと共に行動したり様子を観察する。
- ②認知症患者さんの色々な思いや不安をゆっくり聴く。アイコンタクトや傾きなどを用いコミュニケーションを工夫する。
- ③認知症患者さんが、いきいきと生活することができるように身体的・精神的・社会的に支援する。



病棟での医師・社会福祉士・リハビリスタッフ・看護師の話し合い

今後の活動について

- ①認知症患者さんご家族を中心に、医師・看護師・薬剤師・リハビリスタッフなど様々な職種と連携をとりながら、認知症患者さんの生命、生活の質、人としての誇りを尊重したチーム医療を行っていきます。
- ②患者さんご家族の出会いを大切に、患者さんのいただいている思いや不安をうかがいながら、その思いを代弁できる看護師でありたいと思います。

糖尿病教室に参加しましょう

糖尿病療養指導士 金井 洋子

Q 糖尿病教室は誰が担当しているの？

A 日本糖尿病療養指導士(Certified Diabetes Educator of Japan:CDEJ)が中心となって運営し、講義を担当しています。
(医師・看護師・栄養士・薬剤師・理学療法士・検査技師でチームを組んでいます。)

CDEJは糖尿病患者の療養を指導するスタッフに与えられる資格で、**糖尿病の臨床におけるエキスパート**です。

Q 糖尿病教室に参加できる人は？

A 砺波総合病院に通院中で、糖尿病になりかけの方、糖尿病と言われた方とご家族、また糖尿病に興味のある方はどなたも参加できます！

糖尿病教室に関する Q&A

Q 糖尿病教室はいつ、どこで？

A 2週間を1クールとしています。
月曜日～金曜日
14：45～運動療法(ラジオ体操)
15：00～講義(40分ほど)
東6階指導室

Q 他に何か特徴などはありますか？

A ・本では聞けない教室(通院中でない方も参加できます)
毎月1回(第4木曜日)11：15～15分間
・バイキング教室(入院中の方が対象です)
毎月1回(第4木曜日)11：45～1時間
他の病院にはない、当院独自のものです！



曜日	担当者	講義内容
月	糖尿病専門医	糖尿病って、何？
火	栄養士(糖尿病療養指導士)	食事療法で大切なことは何？
水	検査技師	検査値の読み方やってみよう！血糖測定
木	薬剤師(糖尿病療養指導士)	知ってますか？あなたの薬
金	理学療法士	楽しく運動するコツ
月	糖尿病専門医	あなたは大丈夫？合併症
火	栄養士(糖尿病療養指導士)	外食メニューの上手な選び方
水	看護師(糖尿病チーム)	低血糖って何？お酒・タバコはいいの？
木	看護師(糖尿病チーム)	放っておけない！お口と足のお手入れ
金	看護師(糖尿病チーム)	食べられない時お薬はどうするの？

糖尿病教室に参加すると こんないいことが！

1. 糖尿病とはどんな病気かわかります
2. 糖尿病とうまく付き合っていく方法がわかります
3. 糖尿病の最新の知識を得ることができます
4. お互いに支え合う仲間ができます

皆さんの参加を
お待ちしております



お問い合わせは、東棟6階まで 平日午後をお願いします。

患者様のための オアシスコンサート



当院では、病気や治療によるストレスを抱えながら入院生活を過ごしている皆様に、一時でもリラックスした時間を過ごしていただけるよう「患者様のためのオアシスコンサート」を開催しています。

毎年1～2回正面玄関ホールを利用して、クラシックだけではなく、合唱、民謡、邦楽、ギターなどの様々な種類の音楽を楽しんでいただいています。

今年7月20日に開催された第39回オアシスコンサートでは多くの方々が「能楽のつどい」を堪能しておられました。

これからも、皆さまの心に響く音楽会となるよう努力していきます。患者様だけではなく、地域の皆様もご来場をお待ちしています。

院長伝言板

脳卒中の大敵！「高血圧・糖尿病・タバコ」

脳卒中は寝たきり原因のトップです。また、認知症の原因にもなります。脳卒中は何億円かけても完治しませんので、なってからでは遅いのです。予防しかありません。健診やドッグで高血圧や糖尿病を指摘されても症状がないからといって放置してはいけません。知らないうちに血管がポロポロになってきて、ついには詰まったり切れたりします。丁度、ピカピカの鉄管がサビついてくるのと同じです。サビで内腔が詰まれば脳梗塞、腐食して管壁に穴が開けば脳出血です。タバコや大量飲酒も血管をサビつかせます。健診やドックで異常を指摘されたら治療を受けましょう。また、タバコを止め飲酒も適量にとどめましょう。これが、寝たきりにならないための秘訣です。

地域医療連携室だより

砺波総合病院では、地域の医療・保健・福祉の方々と連携し、地域医療連携を総合的に行うことを目指しています。

地域医療連携室が窓口となり、

- ①地域医療機関からの紹介患者様の調整
- ②地域医療機関への紹介に関する相談
- ③ケアマネージャーなど地域の担当者との連携窓口
- ④医療や福祉・介護などに関する相談などの業務を行っています。

スタッフ紹介をします

医師	1名	社会福祉士	3名
看護師	3名	精神保健福祉士	1名
		事務職員	1名

ご相談事等ございましたら
お気軽に声をかけて下さい。

『患者さんの権利を守るために』

1. 当院では、病気を克服しようとしておられる患者さんの人権を尊重し、その経済的・社会的地位、年齢、性別、疾病の種類などにかかわらず平等で最良の医療を提供します。
2. 当院では、患者さんと一緒に病気を克服するために、患者さんが既に実施された診療の内容と、これから行われようとする検査、及び治療の目的、方法、内容、危険性、治療の見通し及び、これに代わる他の治療法について十分説明し、さらに患者さんの治療に対する希望もお聞きし、相互の理解を得た上で、医療を行います。
3. 当院では、患者さんの希望があれば原則として、患者さん本人にカルテを開示いたします。また、他の医療機関にかかり意見を求めるためや、他の医療機関に移られるときには全ての情報をお渡します。
4. 当院では、患者さんのプライバシーを守るために、患者さんの承諾なく当院の医療従事者以外の第三者に患者さんの情報を開示いたしません。
5. 患者さんの権利には義務と責任が伴います。

以上を守り診療することを約束いたします。

診療時間

外来診療受付時間

- 新患 午前 8 時 15 分から午前 11 時まで
 - 再診 午前 8 時 00 分から午前 11 時まで
- ※診療科・曜日によって異なりますので、詳しくはお問い合わせください。

休診日

土・日・祝祭日および年末年始