

特集

熊本地震医療救護班活動報告

各科だよりの	.....	2	3
「エコノミークラス症候群」 深部静脈血栓症、肺動脈血栓塞栓症について	.....	4	P
「看護職員等からの体験談」受賞報告	.....	5	P
新臨床研修医紹介	.....	6	P
新人職員の抱負	.....	7	P
患者さんのためのオアシスコンサート	.....	8	P
院長伝言板	.....		
患者総合支援センター「おあしす」だよりの	.....		

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 医療の安全を追求し 信頼される医療を提供します
- 1 医療・福祉・介護・保健分野との連携に努め 地域医療の推進に努めます
- 1 職員が働く喜びと誇りの持てる職場をめざします
- 1 健全な病院経営に努めます

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>

## 熊本地震医療救護班活動報告

集中治療・災害医療部 河合 皓太

熊本地震が発災してから約2週間後の4月27日～5月2日の期間において、当院集中治療・災害医療部部長の廣田医師を中心とした6名は、富山県では3チーム目の医療救護班として熊本県南阿蘇村にて活動を行ってきました。

### 南阿蘇村の背景

活動報告にあたり避けられないのが南阿蘇村の背景。かつては白水・久木野・長陽という3つの村でしたが、合併して南阿蘇村となりました。南阿蘇村はもともと開業医が2つしかない医療過疎地域で、他の地域との交通を確保するために作られたのが阿蘇大橋や俵山トンネル。震災によりこれらの橋やトンネルが崩落し、ほぼ唯一の連絡通路が断たれた南阿蘇村は、一昔前の過疎地域に逆戻りしてしまつたのです。



南阿蘇村役場白水庁舎

### 出発式



夏野砺波市長と伊東病院長に廣田集中治療災害医療部部長が決意表明



### 現地での医療活動

発災後、南阿蘇村には3つの仮設診療所が設置され、日赤、日本医師会、国境なき医師団などが診療を行っていました。我々は、発災約1週間後に南阿蘇村へ派遣されましたが、診療行為は行わず、感染症患者の把握と感染対策、エコーノミークラス症候群予防などの「公衆衛生的活動」と、地元の



前任チームからの申し送り

### ●公衆衛生的活動

メディアでも報道されていたように、避難所ではインフルエンザやノロウイルスといった感染症の流行がありました。混雑とした被災地で正確な患者数の把握は困難で、仮設診療所の運営団体への協力が不可欠でした。また、感染者をいかに隔離し、いつ避難所へ戻すのか、といった感染拡大予防も重要で、保健師や避難者にも分かりやすい感染症管理マニュアルの作成も行いました。また、保健師チームの避難所巡回に同行することで、避難者の体調管理や感染リスクの評価などを行っていくとともに、避難生活が長期化することで発生が予想されるエコーノミークラス症候群の予防にも力を注ぎました。

医療・福祉活動再開に向けての「コーディネート業務」が中心でした。なお、我々の他に山梨、兵庫、沖縄のチームが南阿蘇村に派遣されており、彼らと協力しながら活動を行いました。



●コーディネーター業務

前述のように医療過疎状態に戻ってしまった南阿蘇村。橋やトンネルはすぐには復旧しないものの、いつまでも外部団体に頼るわけにはいかない。災害慢性期に向かうにつれ、我々は「いかにして地元の行政に引き継ぐか」も考えつつ活動する必要が出てきました。地元の医師会や保健師、行政が働けるような土台を作り、徐々に業務を引き継いでいく。これが今回の最も大事な任務であったのではないかと考えています。



全体ミーティングを取り仕切る廣田医師 全国から集まった多くの団体が一同に会する



各地から集まった医療救護班でミーティング



全体ミーティングで塩崎恭久厚生労働大臣からの激励 廣田医師との貴重なツーショット



崩れた熊本城



避難所の子どもたちが思いきり遊ぶためのキッズルーム



南阿蘇村の風景に自衛隊



南阿蘇村役場白水庁舎前にて  
左から石田理学療法士、伊藤臨床工学技士、廣田医師、  
河合医師(筆者)、畑看護師、能登看護師

災害発生後は「元の状態」に戻ることが困難であり、当然「災害前の状況以上」には戻れません。つまり、発災前の医療・福祉・行政の状況が復興活動の際の目安となります。平常時に他職種、他団体との連携がなければ復興の際の協力は上げないですし、地域の住民同士のつながりも重要です。今回の活動を通じて、多方面との繋がりが災害対策として重要だと感じさせられました。一刻も早い被災地の復興を心から願います。

最後に



仮設診療所に設置された手術室



仮設診療所に設置されたレントゲン撮影室

## 『エコノミークラス症候群』

### 深部静脈血栓症、肺動脈血栓塞栓症』について



**はじめに**

先日熊本十分で大きな地震が発生し、熊本を中心に大きな被害をもたらしました。避難生活を送る中で人々が体調を崩していることが報道されていますが、特に心臓・血管に関する疾患は震災によるストレス、生活環境の変化、睡眠障害などのために起こりやすくなります。

**例：狭心症などの虚血性心疾患、心不全の増悪、高血圧症、たこぼ型心筋症、不整脈 など**

今回の地震では特に車中泊をされている方を中心にエコノミークラス症候群が発症していることが注目されています。

#### エコノミークラス症候群とは

ご存知かもしれませんが正式には『深部静脈血栓症、肺動脈血栓塞栓症』と言います。

脱水など様々な理由で足の静脈に血栓ができて(深部静脈血栓症)、そこに歩行やトイレなどで負荷がかかった際に肺へ血栓が飛んでしまうことで発症します(肺動脈血栓塞栓症)。

飛行機のエコノミークラスに長時間乗ったときによく発症することから『エコノミークラス症候群』と呼ばれています。ただし、エコノミークラスに限らず、ビジネスクラスはもちろん、今回のように自動車や電車などでも起こりうるので注意が必要です。



#### 症状

一番多いものは歩行など労作時の息切れです。他には胸の痛み、咳、頻呼吸、頻脈などです。

重篤になった場合には失神や血圧低下、突然死に至ることもあります。

#### 原因

主に血液の停滞・うっ滞、血液の凝固作用の亢進、血管内の障害などによります。

① 血液の停滞・うっ滞：長期の臥床・座位、肥満、妊娠、静脈瘤、浮腫、ギプス固定 など

② 血液の凝固作用の亢進：悪性腫瘍、熱傷、薬物(避妊薬・ホルモン製剤など)、脱水、血液疾患 など

③ 血管内の障害：外傷、手術による侵襲、血管炎、カテーテル挿入状態 など

#### 注意すること

身近な原因としては、やはり長期の臥床・座位、肥満、脱水などです。

これから夏に向けて熱くなりますので、水分摂取を心がけてください。

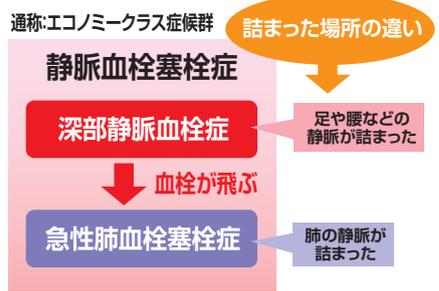
また旅行の際の移動時には、定期的に休憩をとり、体操を行うなど心がけましょう。

#### 最近の治療

これまでは発症直後には血をサラサラにするためには点滴での治療が主でしたが、最近になり心臓や肺への影響が軽度である場合には飲み薬での治療が行えるようになっていきます。

ただし、心臓や肺へ負担が大きい重症の場合には入院し全身管理の上、血栓を溶かす点滴が必要です。

循環器  
杉田 光洋



### エコノミークラス症候群の主な予防法

- 車内など窮屈な場所で長時間同じ姿勢を続けない
- 十分な水分を取る
- コーヒーやアルコールは控える
- 足の運動をする

**例 足の指をこまめに動かす**

- 1時間に1度、かかとの上下運動(20~30回程度)をする
- 歩く(3~5分程度)
- ふくらはぎをマッサージする

**こんな人は要注意!**

- 肥満、高血圧、高脂血症、糖尿病など生活習慣病を患っている人
- 下肢静脈瘤がある人
- たばこを吸う人
- 妊娠中や出産後の人
- 背の低い人

※厚生労働省の資料などを基に作成

第26回「看護の日」  
看護フェスティバル

「看護職員等からの体験談」において  
最優秀賞受賞！



5月8日、公益社団法人 富山県看護協会・富山県主催「第26回『看護の日』看護フェスティバル」で「看護職員等からの体験談」の最優秀賞に輝いた当院ICU勤務の吉岡和恵看護師の作品が紹介されました。

本作品は各地から選出された155作品の中から選ばれた快挙で、富山市いきいきKAN多目的ホールにおいて、授賞式と本人による朗読会が催されました。

看護に携わる者として、奥底に宿る温かい気持ちが溢れた作品です。



最優秀賞 家族が取り残されない看護 ～独りで死なせない看護～

よしおか かずえ  
市立砺波総合病院 ICU勤務 吉岡 和恵

私は就職して1年目に祖母を亡くしている。クモ膜下出血で手術適応ではなく、看取りを目的に私の病棟に入院となった。元気な姿が甦り、現実を受け入れられず身体が震えたのを覚えている。

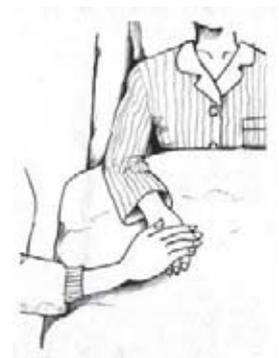
入院から1週間、偶然にも私の勤務中に最期を迎えることになった。心拍が落ちる中、父が主治医に「最期は家族で見送ってやりたい。皆で手を繋いでください」と言った。

祖母、父、母、姉、私、弟、叔母、従妹と手を繋ぎ看取ることができた。また家族でエンゼルケアをさせて頂き、思い出話をしながら育ててくれたお礼を伝える事もできた。私達家族は、最期祖母に触れ繋がることで、死を受け入れることができたように思える。

20年以上前の事だが、この経験は私の看護観につながっており、家族の気持ちを考え、家族が取り残されない看護を目標としている。

現在私はICUで勤務しており、突然死と向き合う家族に関わる機会が多くある。以前、母親が急死し、ベッドに近寄れず離れて立つ60代程の息子さんがいた。涙一つ流さず無表情でいるのがとても気になり「まだお母さんの手は温かいですよ。手を握ってあげてください」と声をかけ母親の手を握らせた。その瞬間、息子さんは堰をきったように大声を上げて泣き「ありがとう。ありがとう」と母親の手のしわを優しく伸ばすように摩り続けていた。私はその場面が強く印象に残り、それ以来最期を迎える時には必ず家族に手を握って頂くよう声掛けしている。現実を受け入れられない家族、自責の念にかられている家族、疎遠だった家族も、手を握り患者さんの存在を感じて頂くことで、患者さんと家族として最後に繋がることができ、自然と言葉が溢れ出て、涙を流し感情を出す事が可能となる。そのことが死を受け入れる一歩となるのではないかと考える。

家族が取り残されない看護を常に意識し、独りで死なせない看護、家族と死に向かう患者さんをつなげる看護をこれからも大切にしていきたいと思う。



「看護職員等からの体験談」で最優秀賞を受賞した吉岡和恵さん(前列中央)、優秀賞の森本尚子さん(同右)、深松恵美子さん(同左)、特別賞の(後列左から)山本潤さん、松原希望さん、山本真直さん、後列右端は大井きよみ富山県看護協会

2016年(平成28年)5月12日(木)富山新聞掲載

5月8日(日)～5月14日(土)は看護週間



看護の心をみんなの心に  
5月12日は  
看護の日

「看護の日」制定の趣旨

看護の心、人にも手にも、他立や背理のある人もいなく、年齢・性別を問わずお互い信頼しあえる心で、この看護の心、ケアの心、届けたいのだから、理解を求め、育んでいけるように、現在看護を学ぶ学生、先生、子どもたち、1999年12月12日(日)「看護の日」として制定されました。(2009年・1999年)



大井きよみ会長より受賞

# 新臨床研修医紹介

NHKで放送されている『総合診療ドクターG』をご覧になったことがありませんか？俳優が演じる患者さんの様子を検討して病気を診断していく3名の若手医師が、臨床研修医です。彼らが医師免許取得後2年間に行う研修を初期臨床研修と呼びます。初期臨床研修の目的は、基本的な診療能力、医師として適切な態度・技術・知識を得ることです。



砺波総合病院では、平成28年春に4名の新人を採用しました。ヘリポートで笑顔を見せている右の3名の男性と左から2人目の女性です。富山大学で一年間の研修を行い当院に2年目の研修目的に赴任した2名の先輩も、仲良く写真に納まっています。1年次・2年次総勢11名の研修医が切磋琢磨して研修を行う予定です。

研修医は各科の指導医とともに、外来・病棟・救急・透析・手術室等で診療にあたる一方、多くの講義・症例検討会議に参加します。皮膚の縫合技術を習得するための訓練の風景をご覧下さい。(写真1)形成外科の医師から丁寧な指導を受けています。縫っている物は皮膚に見立てた人工物ですのでご安心下さい。

院内の研修に加えて国内の学会に参加して学び、時には学会発表を行うって情報発信を行います。研修2年目に中国ハルビンの友好提携先病院(黒龍江省医院)で1週間の研修を希望することもできます。熱烈な歓迎で体重を増加させて帰国する人が多いようです。さらに後輩研修医や富山大学医学実習生、金沢大学医学実習生、

見学に訪れた医学生への指導・相談役としても重要な役割を担うことが期待されています。

平成28年3月に2年間の研修を終了した5名も次のステップとなる後期研修に向けて旅立ちました。

(写真2)

医療を担う人材を富山県に確保するため、県内で初期研修を行う新人を確保することが基本となります。富山県出身者はもちろん、県外出身者も研修医として採用するためには研修環境の整備は欠くことの出来ない大切な事業です。

砺波総合病院では、臨床研修の充実、医学生実習・見学への丁寧な対応と病院広報活動に継続的に取り組んでいます。長年の取り組みが功を奏して、実習医学生・臨床研修医の人数が増加しつつあります。

研修医が在籍する病院は、一般的に医療の質が高い・医療の安全性が高いと海外の文献で報告されています。病院内で研修医と接する機会がありましたら、是非とも応援して頂きますようお願い申し上げます。



(写真2) 終了証を手にした研修医5名



(写真1) 縫合実習

# 新人 職員の抱負



## 看護師

安心して治療を受けられる看護を提供できるように頑張ります

とにかくひたむきに努力し、患者・スタッフの皆様から信頼される存在になりたいと思います。

笑顔と患者さんと、ご指導くださる先輩方への感謝の気持ちを忘れず日々成長していけるよう頑張っています！

## 臨床検査技師

少しずつできることを増やせるように日々頑張ります。

責任を持って一生懸命頑張っていきます。

毎日学ぶことが多いですが、正しい技術・知識を身に付けて患者さんに安心かつ安楽な看護を提供できるように努めていきたいです。常に笑顔を忘れず信頼される看護師になれるように頑張ります

看護師として社会人として日々成長できるように頑張ります。

日々目標をもって進みたいと思います

## 診療情報管理士

笑顔と挨拶を大切に頑張ります。

夢だった看護師として、市立砺波総合病院で働くことが出来、嬉しいです。信頼されるような看護師になれるように精一杯頑張ります。

患者さんのために精一杯頑張ります。

子育てと仕事の両立を頑張りたいと思います。

## 臨床心理士

心理士として十分機能するよう頑張ります。

毎日笑顔で頑張ります！

## 薬剤師

日々自己研鑽し頑張ります。

## 理学療法士

大好きな故郷のために頑張ります。



# 患者さんのためのオアシスコンサート

毎年1～2回、正面玄関ホールで様々なジャンルの音楽を楽しんでいただいていたのですが、今年4月28日は、はじめて講堂を会場にいたしました。

コンサートの趣旨に賛同いただいた小矢部市出身のアルトサックス奏者のmiwakoさんが、わざわざ都心から音楽仲間と共に2度目のステージを設けて下さりました。

普段は会議、講演、式典などの堅苦しい場所が、さながらサウンド豊かなジャズクラブのようでした。

お子さんからご年配までが夕飯を遅らせるほどお気に召していただいたようです。

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。

患者さんだけではなく、地域の皆様もご来場をお待ちしています。



## 院長伝言板

### 血液検査で消化器がんを早期発見できる!?

がんは現在、日本人の死亡原因の第1位です。この怖いがんを早期に発見できる「マイクロアレイ血液検査」をご紹介します。僅か5mlの血液を採取するだけで、画像検査では見つけ出せないほどの小さながんでも90%以上の的確さで検出できます。ただし、消化器系がん(胃がん・大腸がん・すい臓がん・胆道がん)に限られ、陽性と判定された場合には更なる精査が必要です。また、保険対象外なので1回6万円もかかるのが難点です。しかし、がんは早期に発見すればするほど治療成績は良好です。ご希望の方は、当院の健診センターにご相談下さい。

## 患者総合支援センター

### おあしすだより

#### かかりつけ医を持つにはどうすれば?

かかりつけ医を持ちたいと思っても、具体的にはどうすればいいのでしょうか。その時には、病院正面受付の患者総合支援センター「おあしす」までご相談下さい。近隣医師会の全面的なご支援ご協力のもと、地域の先生方の診療情報を簡潔にまとめた「連携医療機関紹介リーフレット」を参考にしながら、患者さんがかかりつけ医を持つお手伝いをしています。かかりつけ医をお持ちでない方は、気軽に当センターにご相談下さい。



### 『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。

## 診療案内

### 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・休日および年末年始