

TAKE FREE
ご自由にお持ち
帰りください

地域と病院をむすぶネットワーク情報誌



みやのわ

No. 54

2017.1
WINTER
冬号



特集

知っておくべき感染症
肺炎について

01

チーム医療への取り組み
呼吸ケアチーム

03

医療機器めぐり

05

ワンポイントリハビリ
薬やくに立つ！薬くすりのあれこれ

07

栄養シリーズ 季節の素材で 医食同源れしび

08

リレーインタビュー 笑顔のマイ★スター

09

News

みやのわ情報局

11

南館建設レポート

12

Information

ボランティア募集のご案内…他

13

リレーエッセイ

院長 小林 健二

14

2017年夏 南館オープン!

1階に外来化学療法室、入院サポートセンター、口腔ケア室、カフェテリア、2階に講堂(大規模災害時には仮設病棟として使用)を設け、3・4階には管理部門を本館より移設します。その後、本館を改修し、手術室と集中治療室の整備拡充を引き続き行います。

この施設整備を通じて、将来にわたってより地域医療に貢献できる病院づくりを目指してまいります。工事期間中はご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力を宜しくお願い申し上げます。



当院は日本医療機能
評価機構認定病院です

肺炎について



呼吸器内科 主任診療科長

仲地 一郎

肺炎とは

今回は日常よくみる病気の一つ、「肺炎」についてまとめました。ありふれた病気ですが、時に命に関わることもあります。健康な生活を送るために、身近で危険な肺炎について正しく認識しておきましょう。

最も多い微生物

肺炎の原因となる微生物は、200種類以上あると言われています。その中でもっとも頻度が高いのは、肺炎球菌です(図2)。よく耳にする菌種ですが、重症肺炎の原因菌にもなるので、「ありふれた菌種」すぐに治る」と安易に考えないようにしましょう。

インフルエンザと肺炎

冬の乾燥した季節はインフルエンザウイルス感染の流行期になります。この時期には、ウイルス感染で傷んだ喉や気管にさらに菌が感染し(二次感染)、その結果、肺炎も増えます。肺気腫や糖尿病など慢性疾患がある方に起こりやすく、時に重症化します。手洗いやうがいを励行し、ワクチン接種を受けてしっかりと予防に努めましょう。

体の抵抗力(免疫力)が弱まる

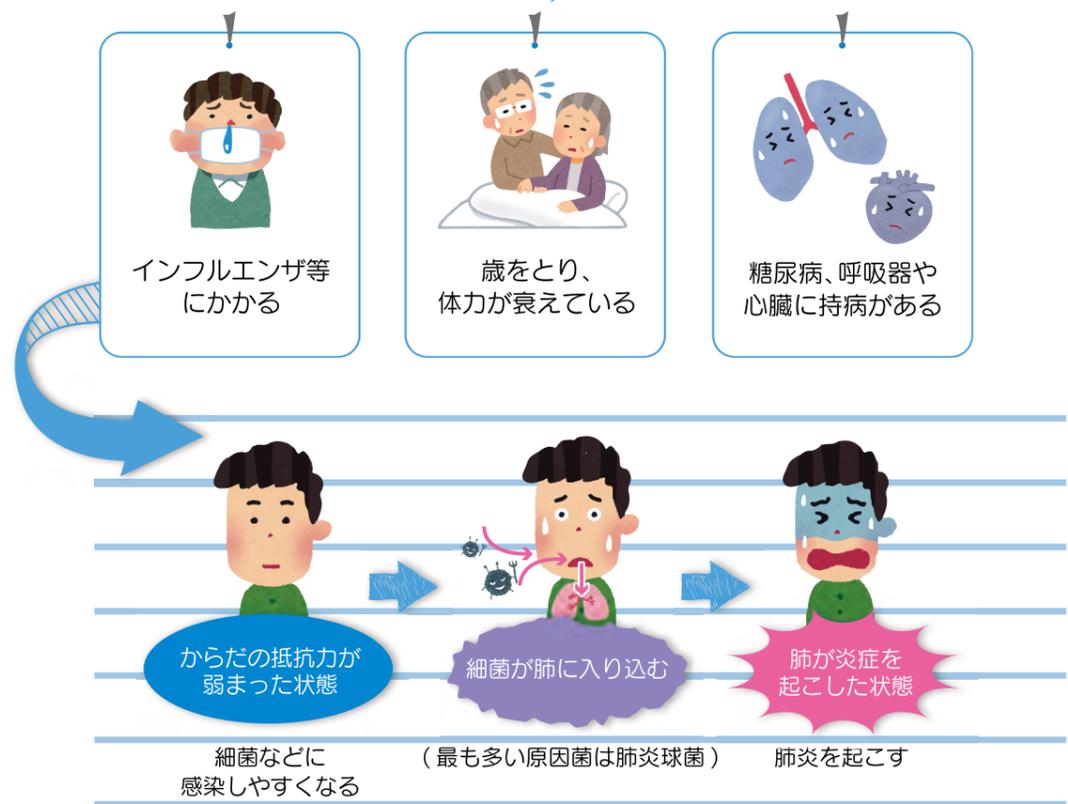


図1 主な死因別に見た死亡率の年次推移

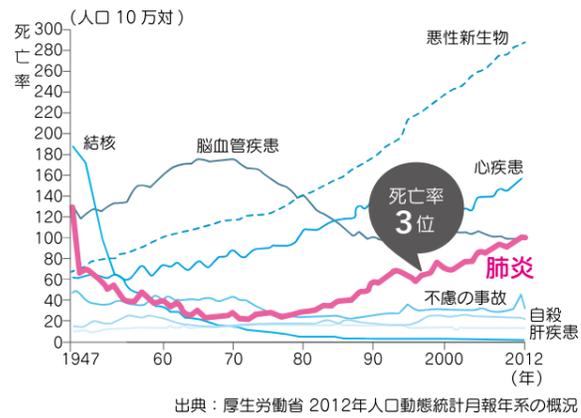


図2 肺炎球菌の画像

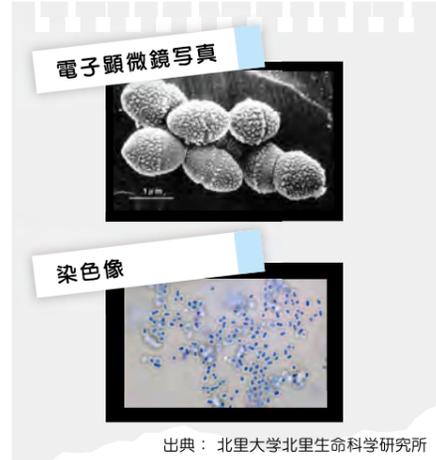


図3 正常に嚥下している状態(左)と誤嚥したときの状態(右)

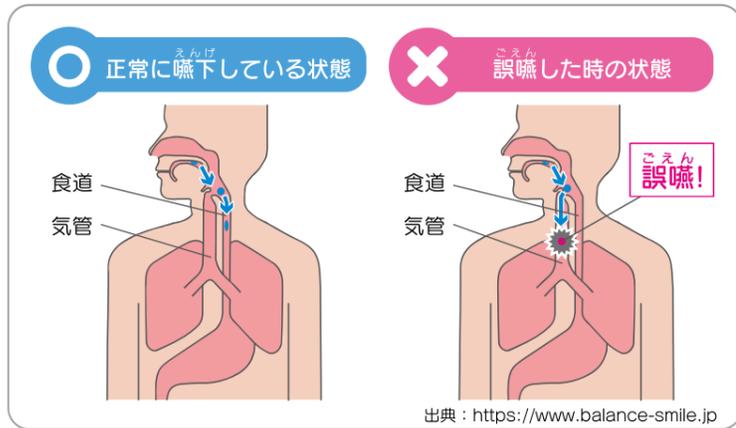
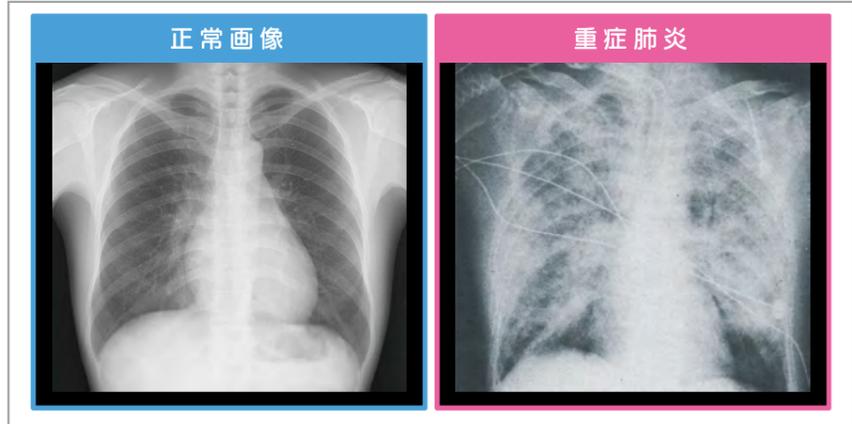


図4 胸部レントゲンでみる正常画像(左)と重症肺炎画像(右)



重症肺炎

救命救急センターである当院には、季節を問わず多くの重症肺炎の患者さんが運ばれてきます。重症肺炎には、肺炎そのものが重篤な場合から、高齢者や悪性腫瘍などの基礎疾患を持った方の肺炎が急激に悪化した場合まで含まれますが、一般的には、予後の悪い、生命の危機に瀕している肺炎を指しています(図4)。

誤嚥性肺炎



高齢者や脳血管障害(脳梗塞、脳出血など)のある患者さんに起こりやすい肺炎が、誤嚥性肺炎です。食物が間違つて気管・肺に流れ込んだり、口腔内が不潔だったりすることで起こります(図3)。繰り返しやすい、寝たきりになってしまつてもあります。からだを起した時間を作り、ゆっくり少量ずつ食べ、食後の歯磨きやうがいを徹底するなどして口腔内を清潔に保つよう心掛けましょう。

※予後とは、予想される医学的な状態(健康状態)に関する、経験に基づいた見解です。予後が悪いとは、見通しが悪いことを表します。

筆者紹介

呼吸器内科主任診療科長
仲地 一郎 医師



【学会専門医学】
医学博士
日本内科学会 総合内科専門医
日本呼吸器内視鏡学会 気管支鏡専門医
日本呼吸器学会 呼吸器専門医

チーム医療への取り組み 呼吸ケアチーム

呼吸ケアチーム 集中ケア認定看護師
吉原 千景・寺山 響子

チーム医療

病院には医師・看護師・薬剤師・検査技師・事務員など、さまざまな医療スタッフが働いています。それぞれの専門分野での経験や知識、技術を集約して、総合的に効率よくきめ細かい良質な医療を患者さんに提供し、退院までをサポートするため、当院ではチームを結成しています(図1)。

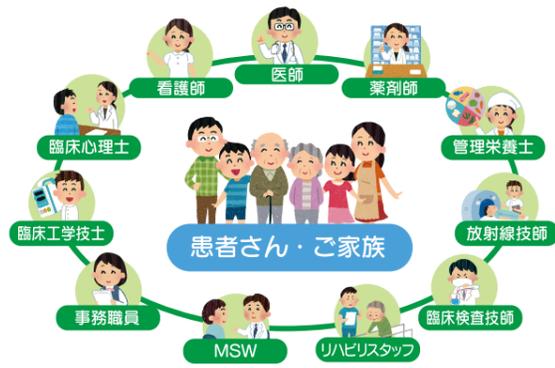


図1

チーム名	チームの役割
NST(栄養サポート)チーム	適切な栄養管理を行い全身状態の改善、合併症の予防を目指します
緩和ケアチーム	がんによる身体の痛みや不快な症状をやわらげ、心のケアをします
褥瘡対策チーム	床ずれができないよう予防します すでに床ずれを有して入院された患者さんの治療をします
呼吸ケアチーム	人工呼吸器を装着した患者さんの呼吸状態の改善をはかります
糖尿病ケアチーム	糖尿病患者さんの治療をサポートします
摂食・嚥下ケアチーム	食べることや飲み込むことでお困りの患者さんをサポートします
感染対策チーム	病院内での感染症の発生防止に努めます
せん妄・認知症ケアチーム	入院中のせん妄の予防に努めます せん妄や認知症でお困りの患者さんをサポートします

呼吸ケアチーム

チームの1つに、「呼吸ケアチーム」があります。人工呼吸器を使用している患者さんに対し、1日でも早く人工呼吸器を外れるよう多職種で支援するチームです。呼吸ケアチームのメンバーは、医師・集中ケア認定看護師・臨床工学技士・理学療法士です。

チームでの回診

週1回、チームで回診を行います。主治医や病棟看護師と一緒に、患者さんの状態を確認しながら、人工呼吸器を早期に外すための方法について各職種から意見を出し合い、カンファレンスを行います。それぞれの職種の役割として、医師は人工呼吸器の設定確認、臨床工学技士は人工呼吸器の点検、理学療法士は安静臥床による関節拘縮予防のためのリハビリテーション、集中ケア認定看護師は患者さんに必要な観察項目や継続した看護ケアのアドバイスを病棟スタッフに行っています。

集中ケア認定看護師による患者さん訪問

回診日以外は、集中ケア認定看護師が患者さんの訪問を行っています。人工呼吸器を使用している患者さんは、口に管が入っているため、声を出すことや唾を飲み込むこと、食事をするなど、自分で自由に体を動かすことができません。そのため、肺炎や関節拘縮などの合併症を起こしやすい状態にあり、口腔ケアやリハビリテーションが重要となります。更に、のどの痛みや違和感など多くの苦痛を抱えながら人工呼吸器を使用した治療を受けているため、苦痛を和らげる事も重要となります。集中ケア認定看護師は、これらの合併症予防や苦痛を最小限にして過ごすための具体的な方法を提案し、病棟看護師とともに実施しています。ご家族で困っていることや心配なことがありましたら、いつでも遠慮なくご相談ください。

診療部や看護部へ 院内研修を実施しています

呼吸ケアチームとして、患者さんへ専門的な治療にあたるほか、院内研修や勉強会を開催し、研修医や看護師の呼吸ケアに対する知識とスキルの向上を図っています。内容としては、機種別人工呼吸器の基本的な操作や、呼吸器系の観察方法(聴診・視診・触診)、また摂食・嚥下障害患者さんにおける事例をもとにグループワークを行ったりと様々です。



※1 静かに動かさず横になっている状態のこと。

※2 関節が動かなくなること。

ちょっと質問



集中ケア認定看護師
寺山 響子

Q なぜ集中ケア認定看護師になろうと思いましたか?

A 私は一般病棟から集中治療室に異動後、刻々と病状が変化する患者さんのアセスメント(評価)や病態を予測し重篤化を回避するための援助が必要であると知り、集中治療室での看護の奥深さを実感しました。日々看護の中で根拠のある質の高い看護を提供したいと考え資格を取得しました。

Q 今後の意気込みをどうぞ

A 集中ケア認定看護師の資格取得後7年目になります。認定看護師として習得した知識や技術をもとに重篤な患者さんの回復する姿をみることで、やりがいを感じています。院内の横断的な関わりとして、呼吸ケアチームの活動は病棟スタッフと協力し、患者さんが元気になるためのお手伝いをしたいと考えています。

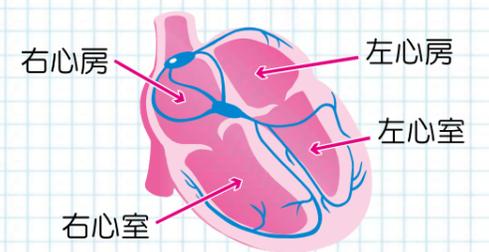
処 3階 臨床工学課
名 ペースメーカー

はじめに

現在、当院の臨床工学課には14名の技士が所属しており、主な業務として生命維持管理装置の操作・保守点検を行っています。
今回は数ある生命維持管理装置の中でも、不整脈に苦しむ患者さんのためのペースメーカーについてのお話です。ペースメーカーに関する知識を深めていただけるよう、心臓のこと、病気のこと、日常生活で注意することなどもあわせてご紹介いたします。



図1 心臓のイメージ図



心臓の役割とは

人間の活動に必要な酸素や栄養を運搬するのは血液であり、心臓はその血液を身体のすみずみまで送り出すポンプの役割をしています。正常な成人の心臓は、1分間に約70〜80回の収縮をして全身に血液を送っています(図1)。



徐脈性不整脈

刺激伝導系(図2)により電気的興奮が伝わり、心臓を収縮させます。刺激伝導系の司令を出す洞結節や途中の部分が病気になるると、心臓の収縮機能が低下してしまいます。心臓の収縮が1分間に40回未満となることを徐脈と言います。十分な酸素を体中に行き渡らせることができなため、めまいや失神や息切れを起して日常生活に支障をきたします。この病気を徐脈性不整脈といいますが、著しい徐脈や自覚症状が強い方はペースメーカーによる治療が必要となります。

図2 刺激伝導系のイメージ図



ペースメーカーについて

ペースメーカーとは、心臓に電気的興奮を送り、脈が正常より遅い時に心臓の脈拍数を正常範囲内に増やす機械です。ペースメーカーの作用には、ペースメーカー本体と、電気的興奮を心臓に伝達させるためのリード線が必要となります(写真1)。

図3 ペースメーカーの植込み箇所

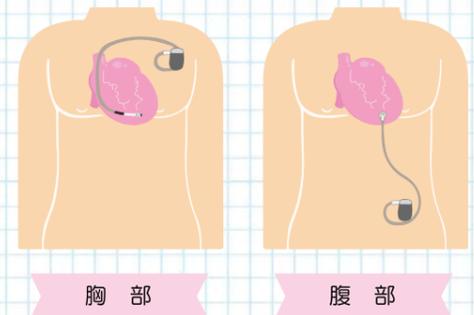


図4 リード線の留置箇所



植込み箇所は腹部または胸部となり、腹部の場合は全身麻酔で、胸部の場合は局所麻酔で手術を行います(図3)。
必要なリード線は一本または二本で、その種類や本数を変えることで、各不整脈に対応します(図4)。

実際のペースメーカー

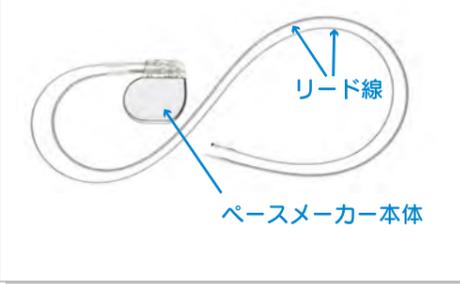


写真1: ペースメーカー本体とリード線

ペースメーカー外来

手術で植え込まれたペースメーカーは、ペースメーカー外来で動作やリード線の状況・電池残量等を定期的に確認します。そして、現在の患者さんの状況に合わせて、ペースメーカーの設定を変更することも可能です。



写真2: ペースメーカーの状況確認や設定変更に用いる装置。

日常生活での注意事項

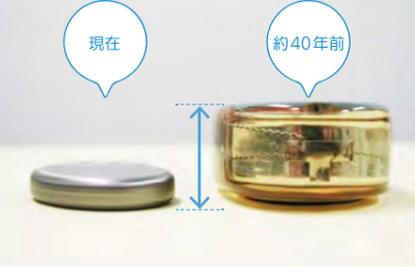
ペースメーカーは、体に電流の流れる機械や強い電磁波や強力な磁場により、影響を受けることがあります。身体に異常を感じたら、直ちにその場から離れるか、あるいは使用を中止してください。

また、他の医療施設で診療を受ける際は、ペースメーカーを使用していることを、診療前に医療関係者にお伝えください。

ペースメーカーの進歩

時代の流れとともに、ペースメーカーも進歩を遂げました。約40年前のペースメーカーと現在のペースメーカーを比べると重さも外見もかなり違います。また、現在使用されているペースメーカーは、患者さんが運動すれば心拍数を自動的に上げ、休めばゆっくりと心拍数を自動的に落とす機能もあります。

現在と以前のペースメーカーで厚さの比較



▲ 比べると厚さや大きさが、かなり違います。

当院の診察カードと大きさの比較



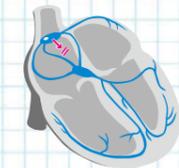
小さくて軽くて使いやすいよ!



徐脈性不整脈の種類

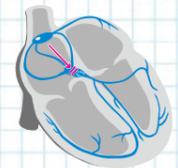
③ 徐脈性心房細動

心房の興奮が不規則に心室に伝わるため、心室の収縮間隔がバラバラである。



② 房室ブロック

房室結節の機能が低下し、心房から心室へ電気が伝わらなくなるため、心房と心室がバラバラに収縮します。



① 洞不全症候群

洞結節に異常があり、脈がゆっくりになったり、突然止まったりします。





ワンポイント
リハビリ

寒い時期のウォーキングのポイント



だんだん寒くなってきましたね。
そこで今回は寒い時期にウォーキングを行う際のポイントについてお話しします。

POINT

① 歩く時間帯は日中に行う

早朝や夜間はとても冷えるため、ウォーキングを行う際は日中の暖かい時間帯に行うことがおすすめです。

また寒い朝、夜は路面が凍っている可能性があり、転倒につながる恐れがあります。日中の暖かい時間帯を選び、日陰などの凍結していそうな道は避けましょう。

POINT

② 衣服や小物類で露出を減らす

帽子や手袋、ネックウォーマー、耳当て等を使用して肌を露出しないようにしましょう。また上着は風を通さない温かいものを選択するとよいでしょう。

POINT

③ 水分摂取を忘れずに

水分補給は汗をかいた時だけではありません。冬場は空気が乾燥しており汗が蒸発しやすく、知らず知らずのうちに水分不足となりやすいため運動前・中・後、こまめに摂取しましょう。

POINT

④ 準備運動と整理運動を念入りに

寒い時期になると筋肉は固くなりやすいです。冬場はウォーキングを行う前に、いつもよりも念入りにアキレス腱伸ばしや肩を回す運動などの準備運動を行いましょう。また運動後にも同じように整理運動を行いましょう。

アキレス腱伸ばし

肩のストレッチ



- かかと 踵を床につけましょう
- 足をまっすぐに
- 身体を起こして
- ゆっくり伸ばす

- 両肩に手をおいて
- 前から後ろ、後ろから前に円を描くように回す
- 背筋を伸ばして
- 両肘が胸の前で合わさるように

薬

やくに立つ! くすりのあれこれ



FILE.12

子どもによる医薬品誤飲事故について



子どもと薬のトラブルで最も多いのは、家族の薬を子どもが誤飲してしまうことです。誤飲した場合、どのような対応をすれば良いのか、あらかじめ 予め知っておく必要があります。

子どもが誤飲してしまったら

誤飲した薬の種類によっては、生命に関わる恐れがあります。まずは病院へ連絡し、その後の対応について指示を仰ぎましょう。夜間・祝日の場合は栃木県では、「とちぎ子ども救急電話相談」窓口があります。体調が悪い場合は、すぐに救急外来等を受診しましょう。（詳しくは 13 ページ参照）

なお、以下の3点を伝えるようにしましょう。

- ① 何を飲みこんだのか？（誤飲した薬は何か、シートごと飲みこんでいないか）
- ② いつ飲みこんだのか？
- ③ 今の体調、様子はどうか？

薬が特定できていれば、迅速かつ具体的な対応が可能となる場合があります。まずは慌てずにトラブルの内容を正確に伝えましょう。

薬の誤飲を防ぐためには

子どもの手の届かない場所や鍵のかかる場所に保管するのがよいでしょう。また、ボトルに入っている薬等は、しっかり蓋をしておくことも大切です。



医食同源れしび

▶ ブロッコリーとホタテのクリーム煮



今回の素材
ブロッコリー



免疫力を高める栄養素の一つにビタミンCがあります。ビタミンCと言うと、レモンやイチゴなど果物を思い浮かべるかもしれませんが、ブロッコリーにはイチゴの倍の量が含まれています。今は、おいしいブロッコリーが出回る時期です。今回はブロッコリーを使った、時短・簡単料理をご紹介します。

ビタミンCは、一度にたくさん摂っても体に蓄積されないので、摂りすぎる心配はほとんどありません。水に溶けやすく、熱や光に弱いという性質がありますので、新鮮な野菜を手早く調理して食べることで、効率よく摂取することができます。ブロッコリーは色が濃く、切り口がみずみずしい物を選びましょう。

今回の料理のポイント、電子レンジを使っているところです。時短になる上、茹ですずに調理することでビタミンCの損失を防ぎます。

寒い冬、風邪をはね返けて元気に乗り切りましょう。

作り方

材料 (4人分)



ブロッコリー	200g
ホタテ貝柱の水煮缶詰 (汁含む)	65g
牛乳	200ml
千切り生姜	少々
鶏がらスープの素	3g
水	150ml
サラダ油	大さじ1
片栗粉	大さじ1
塩	少々

《1人分あたりの栄養素》
エネルギー 83kcal

1 ブロッコリーを洗います。茎を付けたまま、食べやすい大きさに切り分けます。茎の部分は皮をむきます。

2 ブロッコリーを耐熱容器に入れてラップをし、600Wで3分間、電子レンジにかけます。



ここがポイント

3 フライパンにサラダ油を入れて、千切り生姜を炒めます。生姜の香りが出たら、ブロッコリー、水、鶏がらスープの素を入れて沸騰させます。



4 ③に牛乳、ホタテ貝柱の缶詰を入れます。沸騰したら、塩少々で味を整えて、水溶き片栗粉でとろみを付けます。

☑ ワンポイントアドバイス

- 茎の部分は加熱で甘みが増します。食物繊維も豊富。
- ホタテのうま味と生姜の風味が効いています。塩の入れ過ぎには注意しましょう。
- ブロッコリーの代わりに白菜で作ってもおいしいです！





栃木トヨペット株式会社より 新車ラクティス1台と車椅子が20台寄贈されました



左から新井社長、小林院長、本多副院長

栃木トヨペット株式会社様より、新車のラクティス1台と車椅子20台を寄贈頂くことになり、9月23日、当院グリーンホールにおいて贈呈式を執り行いました。

贈呈式では、新井祥司 代表取締役社長から「車椅子の寄贈は今年で3年目となりますが、加えて今回は当社創立60周年を記念し車両も寄贈いたしますので、訪問看護等医療の現場で役立てて頂きたい。」とご挨拶があり、小林院長に目録とゴールデンキーが手渡されました。これを受けて小林院長からは「高齢化に伴い、院内での車椅子の需要は増える傾向にあり、寄贈頂いた車椅子は有効に活用し、患者さんの負担軽減に役立てたい。また『病気があっても住み慣れた自宅であらしたい』と願う患者さんの思いに応えるため、車両は訪問看護の際に大事に使用させていただきます。」とのお礼の言葉とともに、感謝状と記念品を贈りました。寄贈頂いた車両及び車椅子は、有効に活用させていただきます。



災害対策本部の運営訓練を行いました



訓練中：情報を本部へ集約している様子

9月10日、当院管理会議室にて災害対策本部の運営訓練を行いました。今回は「大規模災害の際に効率的な情報・状況の共有、適切な意思決定など、組織としての迅速かつ正確な災害対応を行うこと」を目的とし、病院長、副院長、部長、院内DMAT、災害対策委員らが参加し、緊張感を持って取り組みました。

想定した災害は、宇都宮市を震源とするM6.9、震度7の内陸直下型地震です。訓練では、殺到する被災情報を本部が正確に収集、把握するとともに、その状況から、本部員が対応等を判断、指示するなど、被災状況の情報収集から処理、指示に至るまでの一連の動きを実践的に実施しました。

今回の訓練を受け、過酷な災害を想定し、対応すべき・判断すべきことの膨大さと、それに備えて事前に準備しておく

ことの重要性を改めて強く感じました。今後も多数傷病者受け入れの実動訓練に加え、こうした本部機能の運営訓練も定期的に行って、有事の際に迅速かつ的確な対応が出来るよう準備していく必要があると痛感した訓練となりました。



日本看護協会より「カンゴサウルス賞」を頂きました



ワークライフバランス推進委員会のメンバー

平成28年5月に、日本看護協会から「カンゴサウルス賞」を頂きました。この賞は、看護職のワークライフバランス推進の普及に、組織をあげて継続的に取り組んだことに対する賞です。

当院では、平成25年に「職員がいきいきと働き続けることができる職場づくり」を目指し、ワークライフバランス推進委員会を立ち上げ、病院長が委員長となり、各職種・部門からの委員で構成し活動してきました。

有休取得日の日数増加、時間外勤務申請方法の変更、看護職の13時間夜勤への変更、就業規則の周知などに取り組み、職種の枠を超えて意見交換や情報共有ができたことが大きな収穫であったと思います。

2017年夏 南館オープン

地域と共に進化し続ける病院であるために、医療機能の拡充を計画しています。



南館の新機能 ※詳細はHPに掲載しています。
 ○ 外来化学療法室・入院サポートセンター・口腔ケア室等
 ○ 講堂（大規模災害発生時には仮設病棟として使用）

南館建設工事レポート



完成イメージ

起工式が執り行われました

南館完成に向け10月3日、起工式が執り行われました。

神事では、施主、設計事務所、施工会社、工事関係者など各代表者より、「地鎮の儀」が行われた後、工事の安全を祈り玉串が捧げられ、無事に終わることができました。



屋上から南館観察



2016.12月現在

南館の完成度 (ロータリー改修等を含む)



ロータリーの改修、植えられていた樹木類の移植が終わり、地盤改良杭打工事が進められています。



ご来院の皆さまには長い間ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



URL : www.saimiya.com

済生会宇都宮病院理念

1. 医療サービス提供者として次の基本を守ります
 - ・安全で信頼性のある医療を提供します
 - ・医療を受ける方の権利と尊厳を尊重し、満足度の向上に努力します
2. 地域基幹病院として次の役割を果たします
 - ・地域医療の向上に貢献します
 - ・地域の医療福祉機関と密接に連携し、地域から頼られる存在になります

当院における患者さんの権利と責任

Rights & Responsibility

患者さんの権利 *Rights*

1. 個人として尊重され、適切な医療を受けること
2. 病気や治療の内容、および回復の可能性について、わかりやすい言葉や方法で説明を受けること
3. 手術や検査など重大な診療行為を受けるかどうかの判断に、必要かつ十分な説明を受けること
4. 治療方針の決定に主体的に参加し、自分の意思で治療を受けるかどうかを決定すること
5. 痛みを和らげるために、原因に応じた適切な治療、ケアを受けること
6. 他施設の医師に意見（いわゆるセカンドオピニオン）を求めること
7. 医療に関する個人情報保護され、プライバシーが守られること
8. 治療を継続するために、適切な医療機関の紹介を受けること
9. カルテ開示を求めること
10. 会計の内容について説明を受けること
11. 治療に納得がいかない場合は、自分の意思で退院すること
12. 診療行為において事故が発生した場合は、その内容を事実に基づいて、可能な限り詳細に説明を受けること

患者さんの責任 *Responsibility*

1. ご自身の病状について、正確に話していただくこと
2. ご自身の病気や医療行為の経過について気になる点があれば、スタッフに申し出ていただくこと
3. 同意された治療を受けるにあたっては、医療スタッフの計画や指示に基づき、療養していただくこと
4. 治療を受けない選択をされた場合、または医師の指示に応じない場合、それにより生じる医療上の問題には、ご自身の責任で対応していただくこと
5. 受けた医療に関する支払いには、速やかに応じていただくこと
6. 当院での入院治療が終了した場合には、医師の指示に基づき、速やかに退院または転院していただくこと
7. 他の患者さんや医療スタッフへの迷惑行為（大声、威嚇、暴言、医療行為の強要など）は行わないこと
8. 院内は禁煙のため、喫煙は院外の喫煙所を利用していただくこと
9. 面会時間、電子機器の取り扱いなど、院内の規則を守っていただくこと

当誌「みやのわ」では、読者の皆様からのご意見や感想をお待ちしております。

お名前等の個人情報は、一切掲載いたしません。匿名でご投稿頂いても結構です。また、診療に関する個人的なご質問やご意見はこちらでは受け付けておりませんのでご了承ください。

はがき等の場合 〒321-0974 宇都宮市竹林町911-1 済生会宇都宮病院 経営支援課
 電子メールの場合 miyanowa@saimiya.com



社会福祉法人 Saiseikai Utsunomiya Hospital

恩賜
財団

済生会宇都宮病院