

常滑市民病院だより

発行者：病院長 中山 隆
編集：病院広報委員会
第59号
2012年4月1日発行



～病院祭にセントレアからキャラクターが来たよ！～

「新年度のご挨拶」

もう、平成24年度が始まりました。本当に一年のたつのは、こんなにも速いものかと思えます。ちょうど一年前は、東北の大震災、福島原発事故で、日本中が騒然としていました。日本はこれからどうなってしまうのだろうか？本当に日本は沈没してしまうのではないかとそんな中での院長就任でした。市民病院の状況もまだまだ不透明で、経営改善と新病院に向けての取り組みに、不安がいっぱいで、ただひたすらあせりまくっていた毎日でした。

もちろん、まだまだ東北大震災、福島原発事故はとても収束のめどがつかない状況です。日本人が、その英知を結集して取り組まなくてはならない状況に変わりはありません。私たちも微力ながら、少しでも何がしかの力になればと思います。

そんな中で、市民病院では明るい兆しがはっきりと見えてきました。

職員一丸となった努力のおかげをもちまして、経営状況が改善してきています。医師不足、スタッフ不足の中で、まだまだ十分とは言えませんが、赤字額の減少を達成しています。本当に職員の皆様には感謝以外のなにものもありません。さらに本年度から、総合内科鳥山高伸先生、麻酔科加藤忠先生、整形外科石井信和先生が新たに就任され、少しずつですが医師

— 第59号の内容 —

- * 「新年度のご挨拶」
病院長 中山 隆
- * 「日食が起きます」
副院長兼務眼科医師 滝 昌弘
- * 「緩和ケアの必要性について」
がん性疼痛看護認定看護師 尾之内 赤実
- * 「動物由来感染症を知っていますか？」
臨床検査センター 微生物検査室
感染制御認定臨床微生物検査技師 千田 澄江
- * 「あなたも病院で禁煙治療を始めてみませんか！ ～禁煙外来～」
外来看護師 小野 久美子

院長 中山 隆

も増えてきました。院長として、スタッフの確保、職員の職場環境の改善に、これからも全力で取り組んで行きたいと思えます。

病院職員の悲願である新病院に向けては、基本構想が終わり、今年度から基本設計さらに実施設計に入ります。新病院の姿が少しずつ見えてきます。内容のある良い新病院建設のために、皆さんにもどんどん発言して頂き、良い意見は取り入れていきたいと思えます。職員全員の知恵が結集したすばらしい新病院を、みんなで造り上げていきましょう。

また、昨年は新病院に向けて、100人会議と言う形で、市民の皆様のご意見を伺うことができました。とても貴重な会議だったと思えます。いろいろ厳しいご指摘を頂きましたが、同時に、常滑市民病院として自分たちの行っている内容を、積極的に情報発信していく重要性も痛感しました。この流れの中に3月の病院祭もあったと思えます。スタッフの皆さんのご協力のおかげで多くの市民の方に参加して頂きました。これからもいろいろな場を利用して、市民病院をアピールして行きたいと思えます。

コミュニケーション日本一の病院を目ざして、新病院を目ざして、また今年一年よろしくお願ひします。

「日食が起きます」

副院長兼務眼科部長 滝 昌弘

5月21日朝金環日食が起こります。日本での金環日食は1987年沖縄で見られて以来25年ぶり、今回は北海道で18年後の2030年になります。今回は関東から九州南部の広い範囲で観察できます。この地方では午前7時30分頃見ることができます。太陽がドーナツ状に見え、曇りの時のようにあたりが薄暗くなるそうです。

誤った方法で観察すると日食網膜症になり失明する危険があります。太陽の光には可視光線のほかに眼に見えない赤外線や紫外線が含まれています。これらの強い光が眼に入り網膜の中心に当たるとやけどが起こり、視細胞が障害されます。太陽を見た直後にまぶしさや、充血があり、翌日に視力低下や暗点を自覚します。視力障害は数週間から数か月で回復

することが多いですが、永久に残ることもあります。肉眼で直接太陽を見ることは短時間であっても厳禁です。黒い下敷き、フィルムの切れ端、すすをつけたガラス板、サングラス、ゴーグルもいけません。見た目ではまぶしく感じなくても、光の遮断が不十分で、有害な波長の光を通してしまうので、気づかないうちに網膜を損傷してしまいます。望遠鏡や双眼鏡は太陽の光や熱を集めて強くするので、肉眼で見る以上に危険です。

日食観察用グラスを購入し、正しく使うことが最も簡単で安全な方法です。木もれ日の影や厚紙に開けた小さな穴を紙に投影したり、鏡で光を壁に反射させて間接的に太陽を観察することもできます。事故のないようにして天体ショーを楽しみましょう。

「緩和ケアの必要性について」

がん性疼痛看護認定看護師 尾之内 赤実

市民の皆様は緩和ケアや痛みの治療と聞くとがん末期の治療と想像される方が多いのではないのでしょうか？

しかし、今は早期からの緩和ケアが望まれています。それはなぜかと言いますと、がん患者さんの20～50%が診断時にはすでに痛みを体験していると言われ、痛みは身体的な苦痛を伴うだけでなく精神的・社会的にも大きな影響を及ぼします。さらに、様々な苦痛が続く事により、患者さんらしさや闘病意欲を奪っていく事となります。その為、緩和ケアはがんと診断された時から、患者さんが必要とする時に、がんそのものの治療と並行して行う事が望まれているのです。

緩和ケアの一環である痛み治療は、ご本人が医療者にしっかりと痛みを伝え適切な鎮痛剤を使用する事が重要となります。痛みは我慢せず、医療者へ感じている痛みについてお伝えください。現在は副作用対策もしっかり行われ、患者さんに適した薬剤で痛みを取り除く事ができます。現在、

痛みを我慢して生活を送られている方は、ぜひ一度、痛み治療について相談してみたいでしょうか？

私は、がんの痛み苦しむ患者さん・ご家族を支え続けられる看護師になりたいと考え、がん性疼痛看護認定看護師を志し、昨年6月より院内で活動させていただいております。

がん性疼痛看護認定看護師の役割として、痛みの総合的な評価と個別的ケア・薬剤の適切な使用および疼痛緩和が求められています。普段は東4階病棟に配属されていますが、週2日の活動日には他部署での患者さん・ご家族とお話をさせていただきながら、担当スタッフと共にケアを提供させていただいております。

患者さんとそのご家族に寄り添い、笑顔でその人らしい生活を送っていただく事ができるようにお手伝いいたします。病棟・廊下等で顔を見かけた時にはお気軽にいつでもお声をおかけ下さい。

【新任医師紹介】 4月1日より3名の新しい先生が着任しました。

[氏名] 鳥山 高伸
(とりやま たかのぶ)

[役職] 副院長
[担当科] 総合内科
[外来診療日] 月・木・金

[前任地] 熊野病院

[氏名] 加藤 忠
(かとう ただし)

[担当科] 麻酔科
[外来診療日] ペイン外来 火曜日
14時～ (予約制)

[前任地] 名古屋共立病院

[氏名] 石井 信和
(いしい のぶかず)

[担当科] 整形外科
[外来診療日] 月～金
[前任地] 協立総合病院

「動物由来感染症を知っていますか？」

臨床検査センター 微生物検査室 感染制御認定臨床微生物検査技師 千田 澄江

人と動物には共通した病気がありますが、動物から人に感染する病気を総称して「動物由来感染症」と言います。動物由来感染症には以下の表に示すように様々な感染症があります。家族同様のペットからも病気がうつることがあります。あなたのためにも、動物のためにも病気にならないように日常生活では次のようなことに注意しましょう。①過剰な触れ合いは控えましょう。②動物に触ったら必ず手を洗いましょう。③動物の身の回りは清潔に保ち、糞尿は速やかに処理しましょう。④室内で鳥を飼育する時は換気に心がけましょう。⑤砂場や公園で遊んだら必ず手を洗いましょう。⑥野生動物の家庭での飼育や野外での接触は避けましょう(海外では特に)。

医療機関に受診する際は、ペットの飼育や動物の健康状況やそれらとの接触状況についても医師に伝えましょう。

表:我が国や外国で実際に発生している主な動物由来感染症

群	動物種 (昆虫含む)	主な感染症	予防のポイント
ペット	犬	パストレラ症、エキノコックス症、狂犬病、カプトサイトファーガ・カニモルサス感染症、プルセラ症等	節度ある触れ合い
	猫	猫ひっかき病、トキソプラズマ症、回虫症、Q熱、パストレラ症、カプトサイトファーガ・カニモルサス感染症等	
	ハムスター	レプトスピラ症、皮膚糸状菌症、野兎病	
	小鳥	オウム病	
野生動物	爬虫類	サルモネラ症	病気について不明なことも多いので、一般家庭での飼育は控えるべき
	鑑賞魚	サルモネラ症、非定型抗酸菌症	
	プレーリードッグ	ペスト、野兎病	
	リス	ペスト、野兎病	
	キツネ	エキノコックス症、狂犬病	
	サル	エボラ出血熱、マールブルグ病、Bウイルス病、細菌性赤痢、結核	
	野鳥 (鳩、カラス等)	オウム病、ウエストナイル熱、クリプトコックス症	
ネズミ	ラッサ熱、レプトスピラ症、ハンタウイルス肺症候群等		
家畜	ウシ、家きん等	Q熱、クリプトスポリジウム症、腸管出血性大腸菌感染症、鳥インフルエンザ(H5N1)	適切な衛生管理
その他	蚊	ウエストナイル熱、デング熱、チクングニア熱	
	ダニ類	ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、クリミア・コンゴ出血熱	

動物由来感染症ハンドブックより

常滑市民病院祭(感謝祭)は盛況に終了いたしました

3月18日(日曜日)第1回常滑市民病院祭(感謝祭)を開催いたしました。天候が悪い中、多くの方に参加していただき、盛況に終了いたしました。はじめての企画のため至らない点も多く見受けられたと思いますが、来年度も今年度以上の企画で開催いたしますのでよろしくお願いいたします。



「あなたも病院で禁煙治療を始めてみませんか!～禁煙外来～」

外来看護師 小野 久美子

タバコが健康に悪いのはわかっている。家族からも禁煙を勧められる。タバコの値段も上がり、吸える場所も年々減ってきて肩身が狭い。だから・・・「禁煙しよう!」と思っても、なかなか禁煙できないという方が多いのではないのでしょうか。また、「今さら禁煙しても無駄だ」とお考えの方、禁煙には遅すぎることはありません。

2006年より禁煙治療に健康保険等が適用され、患者さんの自己負担も軽くなりました。当院でも昨年10月に禁煙外来を開設しました。患者さんの禁煙を担当の医師、看護師がサポートしながら行っています。禁煙しようと思われている方、一度チャレンジしてみませんか!

☆タバコがやめられないのはなぜ?

タバコの煙に含まれるニコチンが強い依存性を持つからです。タバコを吸うと、ニコチンがドパミンという物質を放出させ、快感とまた吸いたい欲求が生じます。その結果、もう1本、さらにもう1本と欲しくなる悪循環に陥り、ニコチン依存症となるわけです。

本数を減らしても、イライラや落ち着かないなどのニコチン切れの症状が強くなりタバコがやめられなくなってしまうのです。スッパリと吸うのをやめることが、禁煙の近道です。

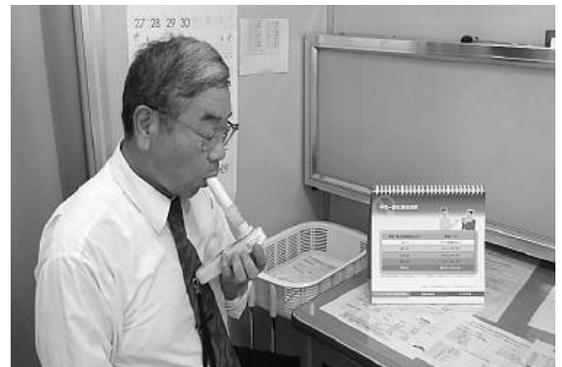
☆どのようにして、禁煙するの?

病気であるニコチン依存症を“意志の力”だけでなおすことは難しいのです。当院では禁煙のために「飲む」タイプの薬を使っています。また、お薬だけではなく、1人1人の患者に合わせた禁煙を継続するための相談やアドバイスをしています。

☆禁煙するとこんなメリットが!

- ・ガン、心筋梗塞、脳卒中など病気になるリスクが低下する
- ・食べ物がおいしく感じる
- ・息切れせずに階段を上げられるようになった
- ・家族が喜んでくれた
- ・貯金ができた…などなど

あなたが、そろそろ禁煙しようかなと考え始めているなら、今がチャンスです。禁煙すれば、健康面以外でも美容や金銭面で多くのメリットが得られるでしょう。気軽に禁煙のスタートを切ってみませんか?



禁煙外来

【時 間】 毎週金曜日 10:00～11:30

【場 所】 内科外来

【予約方法】 総合受付(医事課)で受付

【受 診】 計5回

(初回・2週目・4週目・8週目・12週目)

編集後記

平成23年度も終わりました。長年一緒に働いた方とお別れは寂しいものですが、今まで頑張ってきた方々が築き上げた土台に、新年度からは新たな仲間とともに、新病院に向けて頑張っていこうと思います。みなさんも温かく見守って応援してください。(編集担当)