

ひかり

Kikuna
Memorial
Hospital
News Letter

vol.75
2013.7

ご自由にお持ちください

- 特別号
検査科レポート vol.9
- 特集
知って防ごう！熱中症
- 看護部だより vol.54
- KMH-NEWS-
- TOPIC

採血室・注射室が変わりました

臨床検査科
三輪 友康



6/1(土)より採血及び採尿される患者さまの採血室前での受付方法が変わりました。

整理券を取ってお待ちいただき、番号での呼び出しとなっております。

患者さまの個人情報保護の観点から今回の変更を行っており、

ご来院の患者さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、

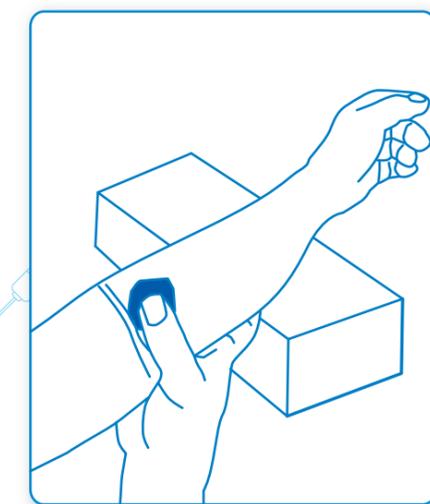
ご理解とご協力の程よろしくお願い致します。



採血の患者さまはモニターに番号が表示され呼び出し音声がかかります。採尿のみの患者さまは直接スタッフが尿カップをお渡しします。お掛けになってお待ちください。



採血台はこのようなブース式になっており、横から見えないよう配慮してあります



採血したあとは
しっかり3分間抑えましょう！
(抗凝固剤を服用されている場合は申しください。)



検査をして自分のからだと向き合いましょう！
お手伝いさせていただきます。



知って防ごう!

熱中症



総合診療科
佐藤 由紀



熱中症とは～発症のメカニズム～

高温環境下で体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れたり体内の調節機能が破綻するなどして発症する障害の総称です。



自律神経の働きによる「熱の産生」と「熱伝導と汗による熱の放出」とのバランスが崩れてしまうと、体温が著しく上昇します。このような状態が熱中症です。

熱中症の症状と重症度分類

分類	症状	重症度
I度	めまい・失神 ・たちくらみ ・血の気が引く感じ 筋肉痛・筋肉の硬直 ・手足がつる (=こむら返り) 大量の発汗	現場での応急処置で対応できる 軽症
II度	頭痛・気分の不快 吐き気・嘔吐 倦怠感・虚脱感 ・体がぐったりする ・力が入らない	病院への搬送を必要とする 中等症
III度	意識障害・痙攣 ・呼びかけに対する反応がおかしい ・体にガクガクとひきつけがある 手足の運動障害 ・まっすぐに走れない ・まっすぐに歩けない 高体温	入院して集中治療の必要性のある 重症
高		

現場での応急処置

- 涼しい場所への避難
 - ◎ 風通しの良い日陰
 - ◎ クーラーが効いている室内
- 脱衣と冷却
 - ◎ 服を脱がせる
 - ◎ 皮膚に水をかけてうちわや扇風機であおぐ
 - ◎ 氷嚢を首、わきの下、足のつけねに当てる
- 水分・塩分の補給
 - ◎ 冷たい水を飲ませる
 - ◎ 大量の汗をかいた場合は、汗で失われた塩分も適切に補える経口補水液やスポーツドリンクなどが最適

意識状態が悪い時は誤嚥の可能性があるので飲ませずに早く医療機関へ



病院での治療

熱中症の症状がII度の場合は、ためらわずに救急車を呼びましょう。救急車が到着するまでは体を冷やす応急措置を続けながら、一刻も早く医療機関に運ぶことが大切です。

体表からの冷却

常温の水を体表にスプレーして、扇風機などで風を当てます。通常、体温が上昇すると汗の蒸発により気化熱が増え体温が低下しますが、熱中症時では体内の調節機能が破綻するため、水が蒸発する際の気化熱で体温を下げます。

体の内部からの冷却

冷たい点滴をします。場合によっては、胃や膀胱に管を入れて冷たい水を注入したり、体外循環を行うこともあります。

脱水・電解質の補正

発汗で失われた水分やナトリウムを点滴で補給し、代謝障害で体液が酸性に傾いてしまっているため、点滴や薬剤で補正を行います。

日常生活での注意事項

熱中症にならないために...

Point1 暑さを避けましょう

- 日陰を選ぶ
- すだれやカーテンで直射日光を防ぎ、風通しを良くする
- 帽子をかぶる
- 日傘を使う
- 扇風機やエアコンを使う

緑のカーテンはエコ活動にもつながります。



Point2 服装を工夫しましょう

吸汗速乾や軽涼スーツなど皮膚表面まで airflow が届き、汗を吸って服の表面から蒸発させることができる服装が理想です。襟元はなるべくゆるめましょう。

当院でもクールビズ実施中です。



Point3 こまめに水分を補給しましょう

体温を下げるためにはしっかりと汗をかくことが大切です。汗の原料となる水分や塩分を適切に補給しましょう。のどが渇く前や暑い所に出る前から水分を補給するのがポイントです。



アルコールは利尿作用によって脱水になってしまうので水分補給にはなりません!

Point4 急に暑くなる日に注意しましょう

暑い環境で3～4日経過すると、汗をかくための自律神経の反応が早くなり、体温上昇を防ぐのが上手になっていきます。暑さに徐々に慣れることが必要です!

天気予報をこまめにチェックしましょう!



Point5 暑さに備えた体作りをしましょう

体が暑さに慣れる反応(暑熱順化)は運動開始数日後からはじまって2週間程度で完成します。日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を身につけていれば、夏の暑さにも強くなり、熱中症にかかりにくくなります。

Point7 集団の間ではお互いに配慮しましょう

- ・監督者を配置しましょう
- ・休憩場所を確保しましょう
- ・その日の暑さや身体活動強度に合わせて計画的に休憩を取りましょう
- ・個人の体調を観察しましょう
- ・体調不良は正確に申告しましょう

声をかけ合うゆとりと気遣いを持ちましょう!



Point6 個人の条件を考慮しましょう

- 熱中症の発生には、その日の体調が影響します。以下の方は熱中症になりやすいので注意が必要です。
- ・食事抜き、寝不足、二日酔い
 - ・風邪で発熱している、下痢などで脱水状態
 - ・小児や高齢
 - ・心肺機能や腎機能が低下している
 - ・自律神経や循環機能に影響を与える薬を飲んでいる

熱中症が進行して症状が重くなれば生命へ危険が及ぶこともあります。しかし、適切な予防法を知っていれば防げる病気です。熱中症の予防方法を知って楽しく夏を過ごしましょう!

FIRE と覚えてください

意識がはっきりしている時のみ!

F luid 水分補給

I ce 冷却

R est 休息、安静

E mergency 緊急事態の認識

意識がおかしい場合は緊急事態! すぐに病院へ

当院で活躍する『認定看護師』たち

だより

今号の看護部だよりでは、認定看護師たちのお仕事の顔をお見せします！

認定看護師とは

日本看護協会の認定審査に合格し、特定看護分野において熟練した看護技術と知識を有することが認められた看護師です。水準の高い看護実践、看護職への指導・相談を行います。



集中ケア



赤間 仁見

集中ケア認定看護師

副看護部長として、当院が質の高い急性期医療の提供をするために、教育を中心に活動しています。今後は各分野の認定看護師の専門性を統合し、さらに広く充実した活動をして行きたいと考えています。

北島 由紀子

集中ケア認定看護師

ICUでの看護実践を中心に、看護師の指導や他病棟からの相談対応を行ってきました。今年度は活動拠点が一般病棟管理へと拡がり、集中治療後や一般病棟での高度治療・看護ケアの質向上も実現できるよう実践・指導に取り組んでいます。



がん性疼痛看護

足立 綾

がん性疼痛看護認定看護師

がん患者さまの体験する『痛み』は、身体の辛さだけでなく心や社会生活にも大きな影響を及ぼします。そのような『痛み』が少しでも緩和されるよう、適切な薬物療法をはじめ個別的な看護ケア提供に、スタッフと共に努めています。

緩和ケア



宮腰 代志美

緩和ケア認定看護師

訪問看護師として活動しながら、病院・介護施設での緩和ケアの研修、緩和ケアマニュアル作成等に取り組んでいます。がん患者さまに限らず「住み慣れた家で過ごしたい」という希望を叶え、患者さまやご家族がより多くの HAPPY な時間をもてるお手伝いができるよう取り組んでいます。



透析看護

小宮 恵子

透析看護認定看護師

透析と生活調整で命をつなぐ透析患者さまが、より良く生きていくためのお手伝い出来るよう安全な透析技術の提供に努めています。

5/15

看護フェスティバルを開催しました

臨床工学技士による AEDを使って救命処置のレクチャー



今回初！
大好評でした

隠れたシミを見ることのできる機械で肌チェック！

厚労省が制定した『看護の日』にちなみ、今年も院内で看護フェスティバルを開催いたしました。体脂肪測定・血管年齢・肺機能検査・血糖測定などの健康チェックや管理栄養士による栄養相談、薬剤師によるおくすり相談などを行いました。約170名の方にご来場いただき、大盛況で終えることができました。来年も開催予定ですので、皆様お誘い合わせの上ご参加ください。

さまざまなお土産をご用意し、ご来場された方にお配りしました。



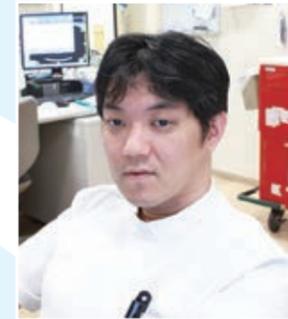
菊名記念病院のHOTなニュースをご紹介します。

NEWS1 医局人事のお知らせ

5月1日付入職

放射線科 橋爪 崇

昭和大学卒
日本医学放射線学会専門医(診断) 指導医
日本核医学学会専門医 指導医
日本IVR学会専門医
マンモグラフィー検診認定医



5月付で菊名記念病院の放射線科に就職しました橋爪崇と申します。以前は昭和大学旗の台病院で11年間勤務していました。IVR治療と核医学の診断を得意としていますのでお役にたてればと思っています。今後ともよろしくお願いたします。

NEWS2 5/29 透析重症下肢虚血(CLI)治療における地域連携を考える会を発足しました

病診連携に加えてコメディカルの地域連携とし「JOYFUL」:Join Yokohama-Kawasaki Footcare Team of Ulcerated Legsを設立しました。



宮本明
心臓血管センター長
(座長)



袴田尚弘
循環器内科部長
“透析CLIに対する
血行再健術の現況”



奥山由美
メディカルクラーク
“透析CLIの
社会的背景”



藤井さつえ
フットケア専任看護師
“専門病院でのCLIに
対するフットケア”



NEWS3 6/20 第8回公開市民講座 “腸のお話について”を開催しました

今回で早くも第8回目の公開市民講座が開かれました。梅雨の半ばもあり雨の降りしきる中、多くの方にお集まりいただきまして誠にありがとうございます。



消化器内科部長 西元 史哉 医師

NEWS4 医療経営情報WEBサイト “CBニュースマネジメント”に掲載されました

心臓血管外科が運営するフェイスブックページが注目を集めているとして、医療経営情報ウェブサイト「CBニュースマネジメント」の特集記事に取り上げられました。



(2013年4月12日掲載)

心臓血管外科フェイスブックページは、スタッフの想いを綴ったコラム、アクティビティあふれる活動などを週1回のペースで投稿しています。 <https://www.facebook.com/kmhcv>

次回の市民講座は、大好評だった「足の血管のふくらみ」に続く第2弾

テーマ ちょっと気にしてみませんか？ **不安解消!**
おなかの血管のふくらみ-腹部大動脈瘤-
症状がなくてレントゲンにも写らない!

講師 心臓血管外科 奈良原 裕 医師

日時 **9月26日(木)**
会場 13:45 開演 14:00~15:30

場所 菊名コミュニティハウス

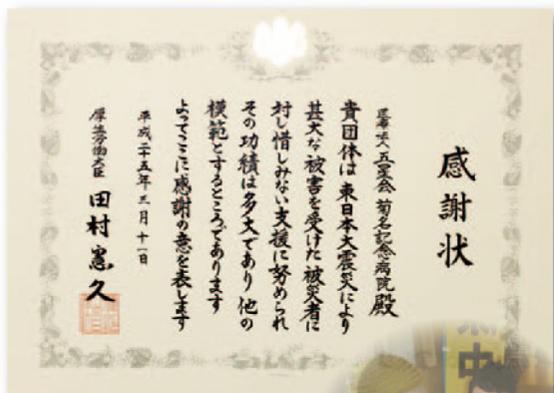


お申込み・お問い合わせは 045-401-4964 まで
どうぞよろしくお願い致します。



東日本大震災における被災者の支援活動等に対して 厚生労働大臣より感謝状が贈呈されました。

東日本大震災、並びに各種災害の被害に遭われた皆様に、心よりお見舞いとお悔やみを申し上げます。このたび、東日本大震災における医療支援・看護支援・薬剤師業務支援活動等に対して、厚生労働大臣より感謝状が贈呈されました。



支援活動	期間	職種 / 人数
医療救護班派遣 (福島県) 避難場所での医療支援	平成 23 年 3 月 17 日 ～ 3 月 19 日	医師 / 2 名
横浜市医療チーム派遣 (宮城県気仙沼市) 避難場所での薬剤師業務支援	平成 23 年 5 月 7 日 ～ 5 月 10 日	薬剤師 / 1 名
横浜市医療チーム派遣 (宮城県気仙沼市) 避難場所での看護支援・薬剤師業務支援	平成 23 年 5 月 28 日 ～ 5 月 31 日	看護師 / 1 名 薬剤師 / 1 名
薬剤師派遣 (宮城県女川町) 女川町立病院での薬剤師業務派遣	平成 23 年 7 月 13 日 ～ 7 月 16 日	薬剤師 / 1 名



今後も被災地の一日も早い復旧・復興をお祈り申し上げますとともに、当院として引き続きできる限りの支援を行ってまいります。

YMGグループ全体で 災害に強い病院を目指しています

東日本大震災での経験や教訓を経て、当グループで災害対策委員会を立ち上げました。6月21日に第1回目となる災害対策セミナーを開催し、多くの職員が参加いたしました。有事の際



に、地域社会に対して責務を果たすことができるよう全職員一丸となって「災害に強い病院」を創り上げてまいります。

編集後記

暑中お見舞い申し上げます。

じつと暑い日が続きますが、みなさまお元気でおられますか？夜になっても無風の熱帯夜が続いた日には睡眠不足で集中力がなく疲労に悩まされたりします。そんな寝苦しい熱帯夜にも起こりやすい熱中症。特集で取り上げた『知って防ごう！熱中症』をご覧ください。少しでもお役に立てたら嬉しく思います。熱中症や脱水症、夏バテには気をつけましょう。スカッと暑さを吹き飛ばしてがんばりましょう！

広報 根岸

当院の基本理念

私たちの病院の使命 — Mission —

質の高い急性期医療を通して地域社会に貢献します。



日本医療機能評価機構
認定病院 (Ver.6.0)



JQA-QMA14243
ISO9001:2008
認証取得病院



ピンクリボン運動
を応援します。



地域医療支援病院
菊名記念病院

〒222-0011 横浜市港北区菊名 4-4-27
TEL : 045-402-7111(代) FAX : 045-402-7331
URL : <http://www.kmh.or.jp/> E-mail : kikuna@kmh.or.jp