

せせらぎ

2015
もみのき号
vol.17

四万十川のせせらぎのようにやさしく、そしておおらかに...

患者様に寄り添い共に歩む、真心のこもった医療を目指します



もくじ Contents

| | |
|-------------------------|-------|
| 特集1 『呼吸器内科』とは | 2・3 P |
| ～慢性閉塞性肺疾患 (COPD) について～ | |
| シリーズ それゆけDMAT® | 4・5 P |
| 特集2 医学部の学生さんが実習に訪れました! | 6 P |
| 「幡多地域医療道場」と「へき地医療夏期実習」 | |
| せせらぎ掲示板 | 7 P |
| 『糖尿病にならないためのセミナー』を開催します | |
| 『災害時のお薬対策』 | |
| インフルエンザに注意しましょう | 8 P |

**災害医療訓練を
実施しました!**

特集① 『呼吸器内科』とは？

呼吸器疾患には、肺がんをはじめとする悪性腫瘍、肺炎を中心とした呼吸器感染症、ぜんそく・COPDに代表される閉塞性肺疾患、間質性肺炎などのびまん性肺疾患など多彩な疾患が含まれ、それらの診断、治療にあたるのが呼吸器内科です。

今回は特にCOPDについて説明します。

まんせいへいそくせいはいしっかん

慢性閉塞性肺疾患(COPD)

慢性閉塞性肺疾患(COPD:chronic obstructive pulmonary disease)とは、従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。タバコの煙を主とする有害物質を長期に吸入することで生じた肺の炎症性の疾患であり、喫煙習慣を背景に中高年に発症する生活習慣病といえます。

40歳以上の人口の8.6%、約530万人の患者が存在すると推定されていますが、大多数が未診断、未治療の状態であると考えられます。全体では死亡原因の9位、男性では7位を占めています。

歩行時や階段昇降など、身体を動かした時に息切れを感じる症状(労作時呼吸困難)や慢性のせきやたんが特徴的な症状です。一部の患者さんでは、ぜんそくの様な症状を合併する場合があります。

最大の原因は喫煙であり、喫煙者の15~20%がCOPDを発症します。タバコの煙を吸入することで肺の中の気管支に炎症がおきて、せきやたんが出たり、気管支が細くなることによって空気の流れが低下します。また、気管支が枝分かれした奥にあるぶどうの房状の小さな袋である肺胞(はいほう)が破壊されて、肺気腫という状態になると、酸素の取り込みや二酸化炭素を排出する機能が低下します。

COPDではこれらの変化が併存していると考えられており、治療によっても元に戻ることはありません。(出典:一般社団法人 日本呼吸器学会ホームページ「呼吸器の病気」より一部引用)

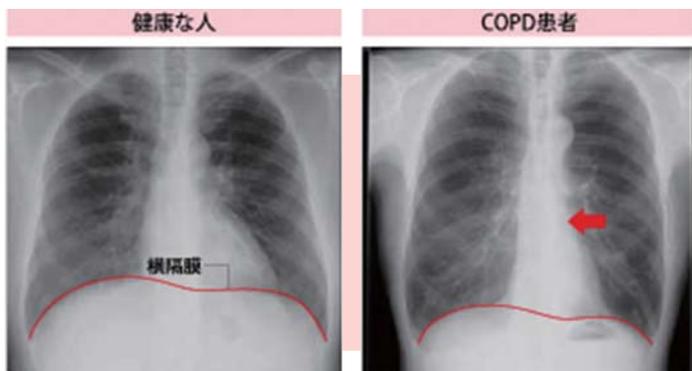


長期の喫煙歴があり、慢性的にせき・たん・労作時呼吸困難があればCOPDが強く疑われますので医療機関での早期受診をおすすめします。

当院では、このような症状で受診し、新たにCOPDと診断される人は年間60人程います。

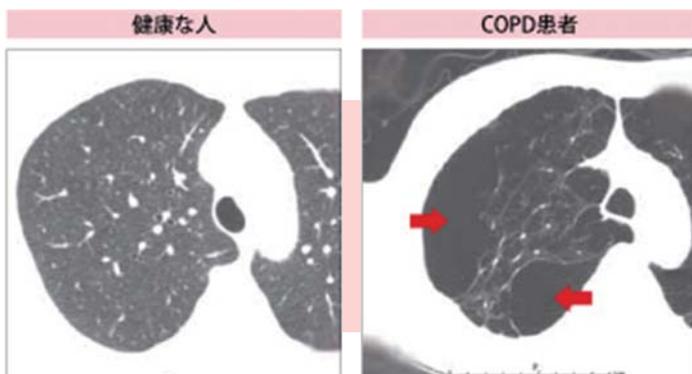
【病院での主な検査】

- 呼吸機能検査
- 胸部レントゲン
- CT検査など



(胸部X線写真)

健康な人と比べて、肺が黒っぽくなり、上下方向に肺が引き伸ばされた状態がみられます。その結果、「心臓が細長く写る」(←)などの特徴がみられるようになります。これによりCOPDが確認できます。



(胸部CT)

高解像力を有するヘリカルCT(コンピュータ断層撮影)の画像で見ると、COPDの肺は、肺気腫が進んで肺組織が壊れたため、黒い部分(←)が広がって見えます。

(出典:独立行政法人 環境再生保全機構ホームページより)

治療の基本は禁煙ですが、重症度に合わせて内服薬や吸入薬、呼吸リハビリテーション、在宅酸素療法などが行われます。



体を動かしたときの息切れがCOPDの特徴的症状ですが、これは病気がかなり進行してからの症状ですので、COPDと診断されていない患者さんは治療を受けている方の何倍もいると言われています。また、最も悪影響を与えるのは喫煙ですので、禁煙は非常に重要です。当院では禁煙外来も開設していますので、COPDに関する相談だけでなく、禁煙に関する事でもお気軽にご相談ください。



内科医師 高橋 敏也

『高知県総合防災訓練』 に参加しました！

6月7日に実施された『高知県総合防災訓練』に市民病院の日本DMATメンバーが参加しました。

この訓練は、南海トラフ地震等の大規模災害を想定し、総合的な防災体制の確立を図ることを目的としたもので、県と市町村及び各防災関係機関による実践的な応急対策訓練や連携訓練が行われました。

市民病院のメンバーは、土佐清水市から自衛隊輸送機による輸送艦『くにさき』への模擬患者搬送訓練を行いました。また、艦内では医療救護施設の開設・運営訓練にも参加しました。

輸送機や輸送艦を使用し、実践に準じた訓練を行うことで、有事に備えての準備や実際の現場での対応など様々な経験を積むことが出来ました。



↑ 出動準備完了
(市民病院DMAT車両前)



↑ 輸送機への患者搬送及び搭乗準備



↑ 自衛隊輸送機CH47にて飛行中



↑ 輸送艦『くにさき』への患者搬送訓練



↑ 艦内救護施設での訓練



↑ 艦内でのトリアージ訓練

それゆけ!DMAT⑥

『市民病院災害医療訓練』 を実施しました！



理学療法士 北川 了三

市民病院は、災害時の救護所※¹及び救護病院※²に指定され、災害医療の最前線として重大な役割を担っています。そのため、日本DMAT及び高知DMATへの登録や、県の防災訓練への参加・院内トリアージ研修の実施など、災害時に備えての取り組みを行っています。

その中で、10月3日に大地震の発生を想定した『市民病院災害医療訓練』を実施しました。

今回は、災害本部の立ち上げ、トリアージ、患者搬送などを含めた実践的な訓練を行い、市役所職員・看護学生・中学生などのボランティアにも数多く参加していただきました。

はじめての大規模な訓練に戸惑う事も多くありましたが、大変有意義な訓練になりました。

また、今回の反省を生かし、有事の際には素早く対応出来るよう今後も訓練に取り組んでいきたいと思ひます。

※¹:主に軽傷者の処置を行い、必要に応じて中等症患者や重症患者の応急処置等を行うところ。

※²:中等症患者や重症患者の処置及び収容を行うところ。



↑災害本部立ち上げ訓練



↑院外トリアージ訓練



↑患者搬送訓練



↑院内トリアージ訓練

特集② 医学部の学生さんが実習に訪れました!

市民病院では、毎年8月に「幡多地域医療道場」と「へき地医療夏期実習」の医学部学生の実習を受け入れています。

幡多地域医療道場

「幡多地域医療道場」には30名の医学部の学生が参加しました。その内、高知大学医学部の1～3年生の4名が市民病院の医師の仕事に熱心に見学し、患者さんとのかかわり方や他職種との協働が大切であることを学びました。

また、当院の濱川医師による「13年目医師の経験」と題した講義は、ご自身の医学部卒業から現在までの経験などに基づいたお話で、学生にとっては自分の将来像を描くよい機会になったと思われます。



へき地医療夏期実習

「へき地医療夏期実習」では、高知大学医学部と自治医科大学の1～3年生の4名が実習に参加しました。

学生からは「大学で学んでいる内容が実際の医療現場で生かされている事が実感できました。患者さんのために今後の勉強もがんばります。」との感想が述べられました。





せせらぎ掲示板



『糖尿病にならないためのセミナー』を開催します！

今回はクリスマス料理教室を行います。

クリスマス料理といえば、高カロリー！というイメージがありますが、血糖値やカロリーに気を付けながら、制限のある方でもおいしくいただけるクリスマス料理をご紹介します。

糖尿病の方だけでなく、健康に不安のある方やそのご家族など、どなたでもお気軽にご参加ください。

日 時：平成27年12月12日（土） 10時～13時（受付9時30分～）

場 所：四万十市立中央公民館 1階調理室

メニュー：クリスマス料理

参加費：500円（材料費として）

定 員：15人程度（※先着順）

持参物：エプロン、三角巾、手拭きタオル

申込期間：12/1（火）～12/8（火） 9時～17時（土日を除く）

申込方法：電話によりお申込みください。

申 込 先：四万十市立市民病院 管理栄養士 いぬい 乾まで
電話 0880-34-2126（代表）

メニュー

- シーフード炊き込み
- チキンサラダ ●オニオンスープ
- デザート



『災害時のお薬対策』

災害時に備えて、食糧や水、着替えなど準備されている方も多いかと思えます。お薬にも目を向けて、災害が起きた時どうするか考えてみてはいかがでしょうか。



◎お薬を持ってすぐに避難できますか？

救援活動が開始されても、物資がすぐに届くとは限りません。1週間分くらいの薬はすぐに持ち出せるようにしましょう。外出時は2・3日分の薬を持ち歩くようにすると安心です。

薬には使用期限や変更があるので、『避難袋の中に入れっぱなし』にはしないでください。



◎今飲んでいるお薬の名前や量を言えますか？

血圧の薬、血糖を下げる薬、血液をさらさらにする薬といっても種類や量は様々です。大事な薬だからこそ『何をどれだけ飲んでいるか』が大事です。

災害時は特に『お薬手帳』が役立ちますので普段から持ち歩くようにしましょう。『お薬手帳』を携帯電話で撮影したり、コピーを財布に入れてたりしてもよいです。薬の内容は変わっていきますので、更新していく必要があります。



◎まずは身の安全の確保を。

東日本大震災では、自宅に薬を取りに戻った時に津波の被害にあわれた方がいました。薬を忘れてしまっても、あわてず安全が確認されるのを待ちましょう。

外来診療医師担当日表

平成27年7月1日より

| | | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | |
|----|----|-----------|------|----------------|-----------------|-----------|------|-----------|-----------------|-----------|----------------|-----------------|
| 内科 | 午前 | 初診 予約外 | 高橋敏也 | 初診 予約外 | 濱川公祐 | 初診 予約外 | 小川貴司 | 初診 予約外 | 濱川公祐 第1・3・5週 | 初診 予約外 | 小川貴司 | |
| | | 予約 | 濱川公祐 | 予約 | 樋口佑次 | 予約 | 樋口佑次 | 予約 | 樋口佑次 | 予約 | 濱川公祐 (交替制) | ※竹田修司 |
| | | 予約 | 小川貴司 | 予約 | ※鷲山憲治 | 予約 | 高橋敏也 | 予約 | 小川貴司 | 予約 | 高橋敏也 第2・4週 | 石井泰則 第1・3・5週 |
| | 午後 | 予約 | 樋口佑次 | 予約 | 小川貴司 | 予約 | 高橋敏也 | 予約 | 小川貴司 | 予約 | ※竹田修司 (不定期) | |
| | | 予約 | 濱川公祐 | 予約 | ※鷲山憲治 | | | 予約 | 濱川公祐 | 予約 | 樋口佑次 | |
| | | 予約 | 濱川公祐 | 予約 | 高橋敏也 第1・3・5週 | | | 予約 | 高橋敏也 | 予約 | 高橋敏也 | |
| | | | 予約 | ※国立高知 第2・4週 | | | | | | | | |

※印のある医師は非常勤医師です。
 ・国立高知病院医師4人(篠原勉、畠山暢生、岡野義夫、町田久典)が、交替で診察します。
 ・竹田修司医師の勤務は不定期となっております。

| | | | | | | |
|-------|----|---------|---------|-------|---------|-------|
| 外科 | 午前 | 宇都宮俊介 | 石井 泰則 | 宇都宮俊介 | 石井 泰則 | 宇都宮俊介 |
| 整形外科 | 午前 | 河内 通 | 坪屋 英志 | 河内 通 | 坪屋 英志 | 河内 通 |
| 脳神経外科 | 午前 | 伴 昌幸 | 川田 祥子 | 伴 昌幸 | 川田 祥子 | 伴 昌幸 |
| | 午後 | 急 患 の み | | | | |
| 泌尿科 | 午前 | 中尾 昌宏 | (検査・処置) | 中尾 昌宏 | (検査・処置) | 中尾 昌宏 |

●受付 付：午前 8 時～11 時まで(☎34-2126) ※急患の方については、午後9時まで受付しています。
 ●診療開始時間：午前 8 時 30 分～ 電話連絡のうえ来院して下さい。

インフルエンザに注意しましょう

インフルエンザの流行時期となりつつあります。
 病原微生物の侵入を防ぎ、そして飛散を抑えるためにも**マスク**を正しく着用しましょう。

プリーツ型マスクのつけ方とはずし方

〈つけ方のポイント〉

・鼻と口、あごまできちんと覆う。



1 上下の端を軽くつまみ プリーツを広げる (張り出した側が表)
 2 ノーズフィルターを上にして顔にあてながら ヒモを耳にかける
 3 ノーズフィルターを鼻の形に合わせ 軽く押さえる
 4 プリーツを下へ大きく広げて あごまで覆う

〈はずし方のポイント〉

- ・マスクの表面に触れないようにヒモを持ってはずす。
- ・マスクをはずした後、手洗いを行う。
- ・衛生的に使用するため、適時交換する。

臨床検査技師 加用清美

四万十市立市民病院理念

【基本理念】

私たちは良質な医療を提供し、患者さんに信頼される病院を目指します。

【基本方針】

(患者の権利の尊重)

患者さんの人権と生命の尊厳を尊重した医療を行います。

(職員の自覚・自己啓発)

全ての職員は医療技術の研鑽に努め、親切で優しい対応を心がけます。

(地域連携)

地域の医療機関等との連携を推進し、開かれた病院づくりに努めます。

(経営健全化)

経営の健全化を図り、安定した病院運営に努めます。

ホームページもぜひご覧ください!

四万十市立市民病院 検索

発行元

四万十市立市民病院広報委員会

〒787-0023

四万十市中村東町1丁目1番27号

TEL(0880)34-2126・FAX(0880)34-1861