

メディカルナウ 24



岸の浦だより

Medical Now



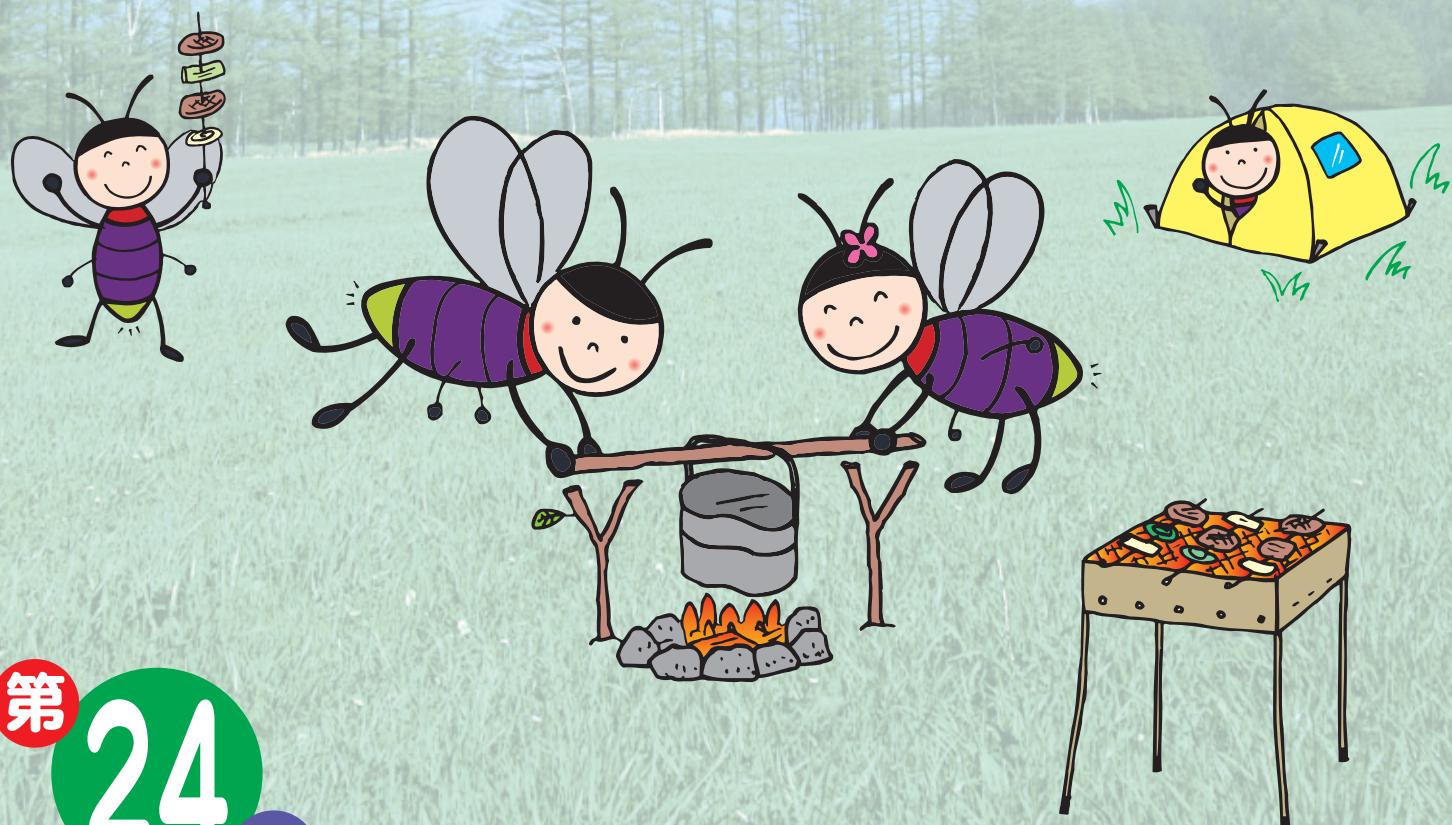
マスコットキャラクター
ホタlicing

基本理念

地域社会・地域住民に良質で安全な医療を提供し、「大切な人を安心して任せられる病院」として信頼されるよう努力する。

基本方針

- (1)信頼で結ばれた「病める人」中心の医療を提供する。
- (2)最適・最良の医療を全ての人に平等に提供する。
- (3)地域の医療機関と連携し、生涯にわたる継続的な医療を提供する。
- (4)医療の充実・発展のために日々研鑽し、将来の医療を担う優れた医療人の育成に努める。



第

24

号

2010年7月

九州厚生年金病院

日本医療機能評価機構認定病院



麻酔の進歩と安全性について



麻酔科 部長
茅島 顕治

麻酔は怖いと思われる方もまだ多いようです。おそらく漠然とした怖さでしょう。麻酔の危険性について少し具体的に述べてみます。

麻酔科学会の調査によると麻酔の専門医のいる病院での麻酔が原因での死亡は数十万件に一件の程度しか起こりません。麻酔科医のいない病院でも手術が行われますが、このような数値は集計されていません。重篤な合併症が起きる率は全身麻酔と下半身麻酔（いわゆる脊髄の麻酔）では差は無いとされています。

全身麻酔では眠っている間に手術が終わるから良いと言われます。薬で眠る（意識がなくなる）と自然の眠りとは違い呼吸が止まります。そこでマスクでの人工呼吸が必要となります。ほとんどの方の人工呼吸はうまくいきますが、太っていて、高齢で、いびきをかき、歯がなく、あごひげがある方は難しいと言われています。逆に、やせた、若い女性は易しいことがほとんどです。あなたはどのタイプでしょう。

マスクでの人工呼吸は一時的な処置で

特に長い手術では気管挿管による人工呼吸が必要です。首が動きにくい、首が短い、口が開かない、太った方などは気管挿管が難しいとされます。

麻酔の技術、薬剤、道具の進歩などにより、難しい気管挿管は劇的に減りました。麻酔の専門病院には道具と経験のあるスタッフが揃っています。

では意識を保てる下半身麻酔はどうでしょう。ほとんどの場合問題はおきませんが意外なことに若い元気なひとほど呼吸停止、心停止の可能性がやや高いと言われています。問題が起きた場合は素早い人工呼吸などの対処が求められます。対処には経験あるいは能力の差が出てしまいます。

以上は麻酔を考えるうえでのほんの一端です。麻酔は進歩しいいろいろなことが明らかになってきましたが未解明の事項も残されています。色々なトラブルへの対処はまだ経験が頼りです。

当院では若いスタッフとベテランが協力して安全な麻酔を行っています。

みんなの広場

健康教室のお知らせ



今年度も市民の皆さんを対象に、認定看護師による健康教室を予定しています。6月には、「食中毒攻略法！！」をテーマに、感染管理認定看護師が予防対策についての講義や手洗いの演習を行いました。
健康教室は、どなたでも参加できます。どうぞお気軽にご参加ください。

●今後のスケジュール

会場：3階 講堂

開催日時 平成22年7月9日(金)11時～12時
テーマ 『がん化学療法の副作用と上手につきあう方法』
担当 がん化学療法看護認定看護師

開催日時 平成22年8月20日(金)11時～12時
テーマ 『【仮】在宅における褥瘡(床ずれ)予防』
担当 皮膚・排泄ケア認定看護師

開催日時 平成22年9月10日(金)11時～12時
テーマ 『緩和ケア～がんと上手に向き合うために～』
担当 緩和ケア認定看護師

開催日時 平成22年10月8日(金)11時～12時
テーマ 『インフルエンザの予防』
担当 感染管理認定看護師

開催日時 平成22年11月12日(金)11時～12時
テーマ 『足の健康、気にしていますか？(フットケア)』
担当 糖尿病看護認定看護師



こんにちは！看護部です♪

～最近の産科事情～

当院は平成20年3月より地域周産期母子医療センターに認定されました。昨年度の分娩件数は483件、その内、帝王切開分娩は204件で分娩の42.2%と高い比率でした。また、出生後何らかの理由で146名の赤ちゃんが新生児病棟や小児科病棟に入院しました。

産科病棟では今年度、「やりたい看護の実践」ということで、若い助産師を中心に母親学級の内容をリニューアルしているところです。他にも妊婦健診の待ち時間を利用して、妊娠中の気になることやお産の準

備状況をうかがいに外来に出向くことや、新生児病棟や小児科病棟に赤ちゃんが入院されているお母さまの不安が少しでも軽減できるよう、ベッドサイドへ育児相談や指導に行く計画を立てています。

「正常な経過だと年金病院ではお産できないのでしょうか？」という質問をよく受けますが、そのようなことはありません。かかりつけ医の紹介状をもって、外来新患受診のご予約を取っていただければ大丈夫です。スタッフ全員、多くの方々とお会いできることを楽しみに頑張りたいと思います。



4階南病棟 看護師長

福嶋 ひろみ

(写真右)





メディカル・レシピ

夏野菜をたっぷり使ったシーフードカレーで
熱い夏をのりきりましょう!!



主任栄養士 三輪 真紀子



①シーフードカレーライス

材料(1人分)

ごはん	200g
いか(輪切り)	20g
殻むきえび	20g
たまねぎ	40g
なすび	30g
トマト	30g
オクラ	20g
にんにく(卸し)	1g
しょうが(卸し)	3g
サラダ油	3g
カレー粉	0.2g
カレールー	8g
濃口醤油	2g
水	200g

ワンポイントアドバイス 市販のカレールーはカロリーが高く、塩分も多く含まれています。(一皿分カレールー19gで98キロカロリー、塩分2.5g) 材料のうまみ等を上手く引き出しおかげの使い過ぎに注意しましょう。

作り方

- ①いかは輪切りのものを使用する。
- ②エビは尾のみ残して殻をむき背わたを取っておく。
- ③①を水洗いし軽く下茹でし、ざるに上げておく。
- ④たまねぎは皮をむき、縦半分に切り、スライスにしておく。
- ⑤分量の半分(1.5g)のサラダ油を鍋に引き温まったら、卸にんにくと卸しょうがを炒め④のたまねぎを加え弱火で透明になるまで炒める。

1人分の栄養価
 ●エネルギー478kcal ●たんぱく質15.1g ●脂質6.8g
 ●炭水化物86.3g ●コレステロール88g ●食塩1.4g
 ●食物繊維3.6g

- ⑥⑤に②のエビと③のいか、200gの水を加え煮込む。
- ⑦なすびはよく洗い8mmくらいの輪切りにし水にさらしておく。
- ⑧トマトは皮をむき2cm角くらいに切っておく。
- ⑨熱したフライパンに残りのサラダ油(1.5g)を入れよく水切りした⑦のなすびと⑧のトマトを炒める。火が通ったら⑥の鍋に移しささらに煮込む。
- ⑩⑪に分量のカレールー、濃口醤油を加える。
- ⑫最後にカレー粉を加え味を調整する。



③ゴーヤのさっぱりマリネ



1人分の栄養価

●エネルギー	20kcal
●たんぱく質	0.5g
●脂質	1.1g
●炭水化物	2.3g
●コレステロール	0g
●食塩	0.2g
●食物繊維	1.2g

材料(1人分)

ゴーヤ	40g
赤パプリカ	10g
ワインビネガー	5g
オリーブオイル	1g
食塩	2g
黒コショウ	少々

作り方

- ①ゴーヤは両端を落とし、縦に切り、種を除き薄くスライスし、水に付けておく。
- ②赤パプリカは種を除き、5mmくらいの線切りにしておく。
- ③①のゴーヤ、②の赤パプリカをさっと茹でる。
- ④分量のワインビネガー、オリーブオイル、食塩、黒コショウを合わせ泡立て器で良く混ぜ合わせておく。
- ⑤③の材料と④を合わせ、なじむまで冷蔵庫に入れておく。

②ラッキー



1人分の栄養価

●エネルギー	78kcal
●たんぱく質	3.1g
●脂質	3.1g
●炭水化物	9.3g
●コレステロール	11g
●食塩	0g
●食物繊維	0g

材料(1人分)

牛乳	50g
プレーンヨーグルト	40g
砂糖	5g

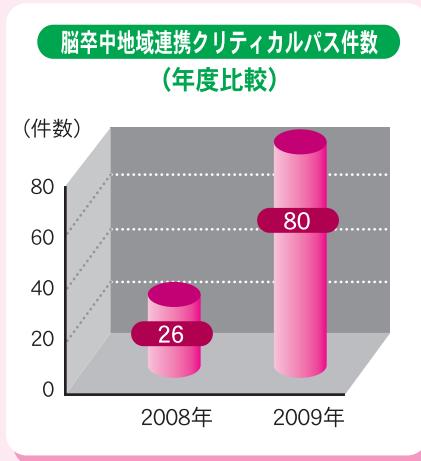
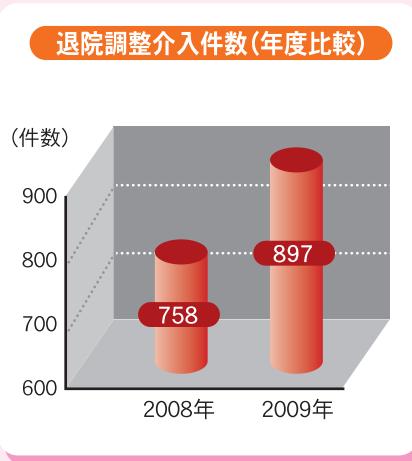
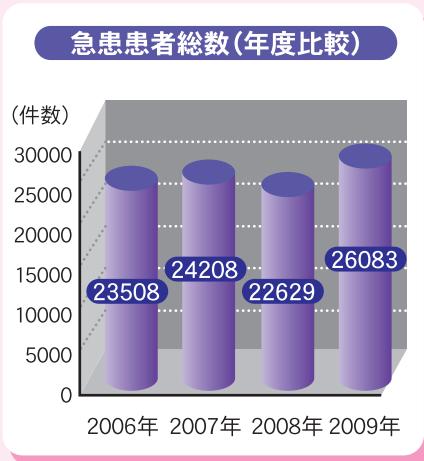
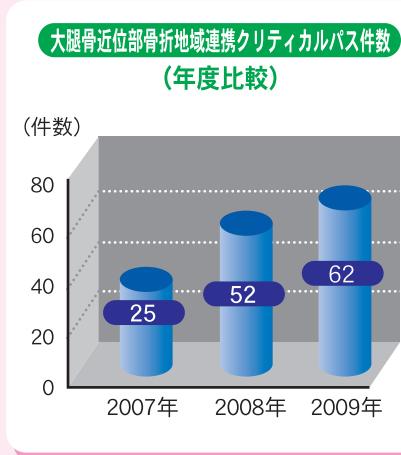
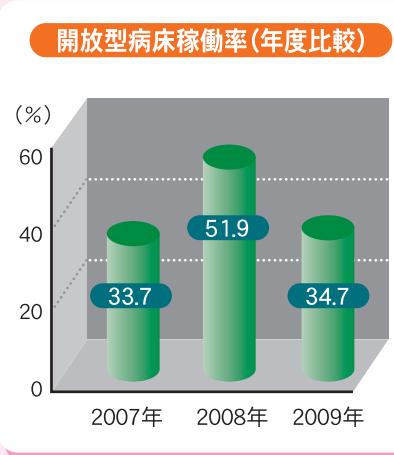
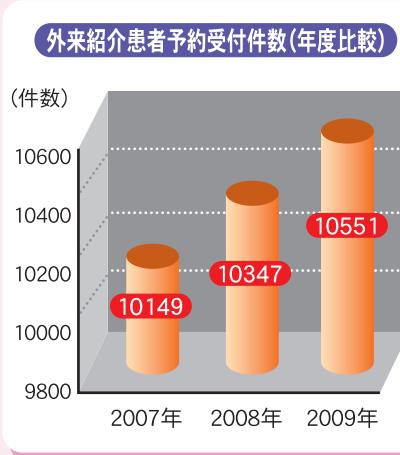
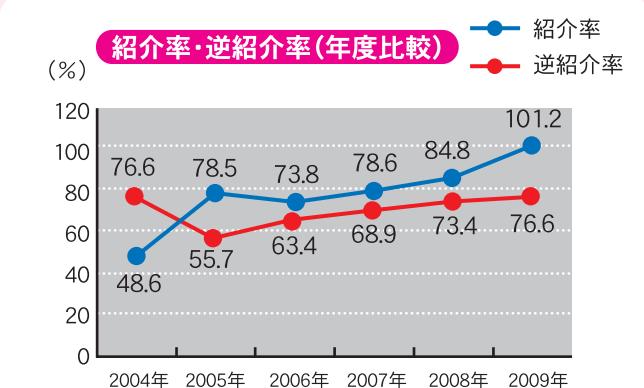
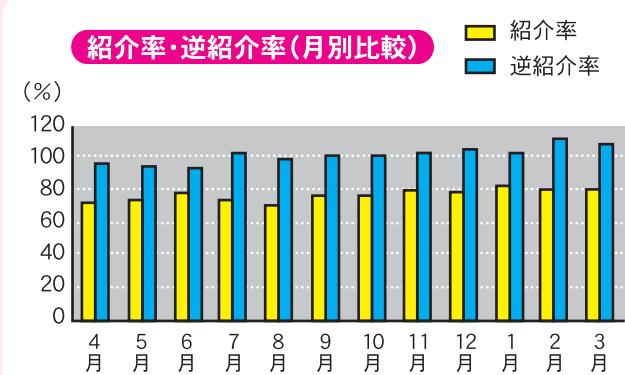
作り方

- ①分量の牛乳に、プレーンヨーグルト、砂糖を入れ泡立て器でよく混ぜる。



2009年度地域連携関連事項報告

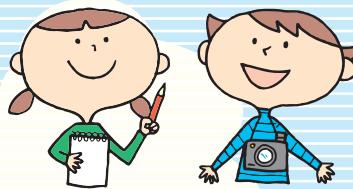
2009年度の地域連携関連のデータを掲載いたします。



入院された患者さんの診療を紹介医と当院主治医が共同で行う為の開放型病床の稼働率が前年より低下していますが、その他は順調に増加していました。

医療支援部の担当は外来患者さんの事前予約から、当日受診依頼（地域の医療機関より）、外来・入院における療養、福祉相談、退院調整と多岐にわたって活動しています。医療・福祉のことでお困りのことがあれば 1F 医事課カウンター奥の医療支援部窓口へおこしください。

文責 是永 緑



ボランティアだより

当院にお越しになられた方は、外来や病棟で活動されるボランティアさんを見かけたことがあると思います。ピンクのエプロンがシンボルカラーとなっており、色々な活動を通して、受診や療養する患者さんに安心と快適な環境づくりの力となっています。今回は、はつらつと活動をされているボランティアさんの声をご紹介します。

「ボランティアと出会って」

厚生年金病院で毎週2回ボランティア活動をさせて頂き3ヶ月が経ちました。

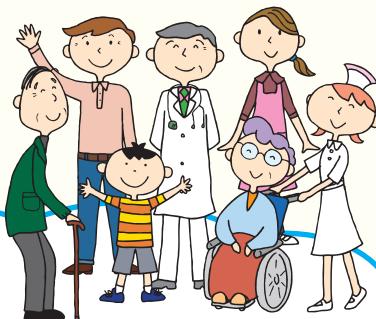
病院へはウォーキングを兼ねて歩いて来ます。始めは「どこからどういうふうに」と戸惑いもありましたが、他のボランティアの方々やスタッフの皆様にご指導を頂きながら、徐々に形になってきたような気がします。外来では総合案内や再来受付機付近に立ち、様々な患者様の質問にお答えをします。病棟では、昼食前の配茶をしながらお声かけをするなど患者さんとの触れ合いを大切にしています。ふたりで包布入れをする際は患者さんやスタッフの方々から『お疲れ様です』『あ



りがとうございます』と言っていただき、非常に嬉しく思っています。看護師や看護助手の方々、そして他の医療スタッフの皆さんには勤務時間中多忙でテキパキとされており、見習わなくてはと思います。また、ボランティア活動をすることで私達も『人と触れ合うことの大切さ』を学ばせて頂いております。そして、微力ながら患者さんが少しでも病院で快適に過ごせるようお手伝いしていきたいと思っています。今後とも宜しくお願い致します。

ボランティア 氏田 まき代、末松 智美

ボランティア活動を
やってみたい方、一緒に活動して
みませんか?
一度お電話ください。



問い合わせ先

九州厚生年金病院 庶務課 担当 伊地知(いちち)

093-641-5111 (内線3223)

文責 医療支援部 主任看護師 高田 由美子



薬剤師 藤村 弥生

鉄欠乏性貧血の薬



貧血とは…

血液中に含まれる赤血球、またはヘモグロビンが正常値より減少した状態のことをいいます。



貧血にも色々な種類がありますが、最も頻度が高いのは鉄欠乏性貧血で、倦怠感やめまいといった症状が現れます。

原因として、消化管潰瘍、痔などの慢性出血や、女性特有のものでは、月経過多、妊娠、出産、授乳などがあります。

鉄欠乏性貧血は、鉄分の摂取が食事療法では十分でない場合、薬剤で鉄分を補います。鉄剤の服用は、体内に貯蔵される鉄の量が十分になるまで続けます。自覚症状が無くなっても、自己判断で服用を中止しないようにしましょう。



鉄剤を服用して便が黒くなるのは、吸収されなかった過剰な鉄が酸化されて排泄されるためであり、問題はありません。

鉄剤は、制酸剤、一部の抗生素などとの飲み合わせが良くない場合がありますので、併用薬がある場合は、薬剤師にご相談ください。



編集後記

サッカーワールドカップ南アフリカ大会の日本の戦いは6月末に終わりました。ベスト4の目標はかないませんでしたが、寝不足の日本国民にありあまる感動を与えてくれました。敗戦となったパラグアイ戦のPK戦で、シュートをはずした選手に、選手全員が駆け寄り、肩を抱き、共に泣き、慰めている光景は涙を誘いました。控えにまわったベテランも、ピッチに立っている選手も与えられた役割を十分に果たし、チームの結束力、連帯感がひしひしと伝わりました。厚生年金病院等の存続、あり方については、引き続き検討されることになるが、いかなる方向性が示されようとスタッフ一同結束、連帯感を持って、地域の基幹病院としての使命を肝に銘じ、地域医療に貢献ていきたいと思います。

財団法人厚生年金事業振興団
九州厚生年金病院

〒806-8501

北九州市八幡西区岸の浦1丁目8番1号

TEL(093)641-5111(代表) <http://www.kyuko-hsp.jp/>