

# いわせほっとニュース

<http://iwase-hp.jp>

発行日 2015年5月1日

〔公立岩瀬病院の基本理念〕

患者さん中心の医療を実践し、地域の皆さんに信頼される病院をめざします。



心肺蘇生法を演習する研修医

## 目次

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| ◆ Dr's Cafe 小児ぜんそくの環境整備<br>自宅での予防方法について …………… 2 | ◆ 植樹式が行われました …………… 5                  |
| ◆ 新任事務長紹介 …………… 3                               | ◆ 院内職場紹介「看護学院」 …………… 5                |
| ◆ 新任医師・新人紹介 …………… 3                             | ◆ 病院用語ナビ<br>『がん治療における「緩和ケア」』 …… 6     |
| ◆ 医療関連感染対策 ① …………… 4                            | ◆ 第10回 楽・楽けんこうウォーキング<br>参加者募集 …………… 6 |
| ◆ シリーズ チーム医療 ⑤ …………… 4                          | ◆ 健康レシピ …………… 6                       |
| ◆ 連携医療機関紹介 …………… 5                              |                                       |



## 小児ぜんそくの環境整備

### 自宅での予防方法について

ぜんそくは咳き込んだり、息を吐くときに「ヒューヒュー」「ゼーゼー」という音がしたりして呼吸が発作的に苦しくなる病気です。ぜんそくの発作を引き起こす原因はさまざまで、呼吸器感染症(かぜや肺炎など)や気象の変化といった避けることが難しい原因や、タバコの煙、ダニ、ペットといった生活環境に影響される原因などがあります。ぜんそく発作を起こさないためには、定期的な服薬や吸入を行う「薬物療法」だけでは充分ではなく、お子さんやご家族が協力して行う「環境整備」が不可欠です。そこで今回は、「環境整備」の中で、主にご自宅で問題となる原因に注目して、ぜんそく発作の予防のお話しをします。

ご自宅で注意したいのは、まず「喫煙」です。お子さん自身の喫煙だけではなく、ご家族の喫煙による受動喫煙も避ける必要があります。目に見える煙を吸わせないことは当然ですが、換気扇の近くやベランダで喫煙をしても、タバコの有害物質を体に付けて室内にまき散らしてしまいます。受動喫煙を防止するためには100%の禁煙が大切です。また、煙つながりや、花火や線香、焚き火のような煙も同じようにぜんそく発作の原因になることがあるため注意が必要です。

次に問題になるのが「ダニ」です。カーペットや畳、寝室や布団の中が「ダニ」の温床になりやすい



場所です。また、室内のチリやホコリの中には、ダニの死骸や糞がたくさん混じっています。定期的に室内の換気を行い、掃除、洗濯、布団の手入れなどをしっかり行うことで、室内からダニを減らしてきましょう。ダニが繁殖しやすい布製の製品(カーペットやソファなど)をできるだけ避けることも大切です。

最後に「ペット」についてお話しします。犬や猫、ハムスターなどのペットの毛や唾液、フケなどに含まれる物質がぜんそく発作の原因となることがあります。すべてのお子さんに影響するものではありませんが、繰り返しぜんそく発作を起こしているお子さんには、これらのペットを新たに飼うことはお薦めしません。どうしても飼いたい場合や、すでに飼っている場合は、かかりつけ医に伝えて相談しましょう。



さらに詳しく知りたいご家族には「家族と専門医が一緒に作った小児ぜんそくハンドブック」(協和企画)をお薦めします。もちろん、治療に関してはかかりつけ医にもご相談ください。できるだけ、ぜんそく発作を起こさない状態を目指していきましょう。



## 新任事務長あいさつ



事務長 松田 広信 (まつだ ひろのぶ)

ご縁あって、この4月から公立岩瀬病院の事務長の仕事をさせていただくことになりました。東北は長らく勤めた金融機関(北海道東北開発公庫、現日本政策投資銀行)時代に働かせていただいた地域で、第二の故郷(生地は北海道)と思う地域ですので、当地で働かせていただくことは、私にとってこの上ない喜びでもあります。

その東北・福島が震災復興で頑張っているのに、これまでは東京に住んでいて拱手傍観しておりました。これからは、当病院の仕事を通して、微力ですが、地域のために少しでもお手伝いができればと思っておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

出身地：北海道河東郡音更町

趣味：クラシック音楽鑑賞、テニス(下手ですが…)

## 新任医師・新人紹介



氏名：橋本 慶太  
(はしもと けいた)

職名：整形外科科長  
出身地：福島県福島市  
趣味：旅行

地域の皆さんへのひとこと：地域医療に貢献できるよう頑張ります。どうぞよろしくお願ひ致します。



氏名：佐藤 雄紀  
(さとう ゆうき)

職名：消化器内科医員  
出身地：福島県福島市

地域の皆さんへのひとこと：地域の皆様のお役に立てるよう頑張っています。どうぞよろしくお願ひ致します。



氏名：金田 晃尚  
(かねた あきなお)

職名：外科医員  
出身地：福島県いわき市  
趣味：スポーツ観戦

地域の皆さんへのひとこと：まだまだ経験の少ない修練中の身ではありますが、地域の皆様のお役に立てるよう努力して参ります。よろしくお願ひ致します。



氏名：戸田 亘  
(とだ わたる)

職名：医員(臨床研修医)  
出身地：千葉県佐倉市  
趣味：ボーリング

地域の皆さんへのひとこと：この人情味あふれる福島の地で研修できること、大変嬉しく思っております。どうぞよろしくお願ひ致します。



氏名：長崎 未花  
(ながさき みか)

職名：看護師  
出身地：静岡県函南町  
趣味：ソフトテニス、映画鑑賞

ひとこと：まだまだ看護師としても人間的にも未熟者ですが、今出来る事を精一杯頑張ります。よろしくお願ひ致します。



氏名：安藤 千紘  
(あんどう ちひろ)

職名：看護師  
出身地：福島県須賀川市  
趣味：映画鑑賞、ウォーキング

ひとこと：わからないことが沢山で、不安もありますが、精一杯頑張ります。よろしくお願ひ致します。



氏名：関根 佳菜美  
(せきね かなみ)

職名：看護師  
出身地：福島県須賀川市  
趣味：読書、ツーリング

ひとこと：自分に出来ることを精一杯頑張っていきますので、よろしくお願ひ致します。

## 医療関連感染対策① ～標準予防策について～



感染管理認定看護師 細谷輝美

医療施設における感染対策の要となるのが「標準予防策(standard precautions)」の理解と実践であります。今回は医療関連感染対策シリーズの1回目ということで、標準予防策についてお話したいと思います。

「標準予防策」とは1996年米国CDC(米国疾病管理センター)が発表した「病院における隔離予防策のためのCDCガイドライン」で示された考え方で、日本ではもちろん、世界中の医療機関で受け入れられている対策です。これは、感染症の有無にかかわらず、すべての人に分け隔てなく実施する必要が

ある感染対策であり、「あらゆる人の血液、すべての体液、分泌物、汗以外の排泄物、創傷のある皮膚、および粘膜には感染性があるとして取り扱う」という考え方のもと実践していきます。

なぜ、すべての人の血液や体液といった湿性生体物質は感染性があるとして取り扱うのでしょうか？それには、ウィンドウピリオドの存在が大きく関わってきます。ウィンドウピリオドとは、ある感染症に感染していても感染初期には、検査で「陰性」となってしまう期間をいいます。感染症によっては検査で「陰性」であっても感染力を有するものがあります。そのため、検査結果によって対策を区別することは必ずしも安全ではなく、かえって医療従事者の感染リスクを高めることになってしまいます。

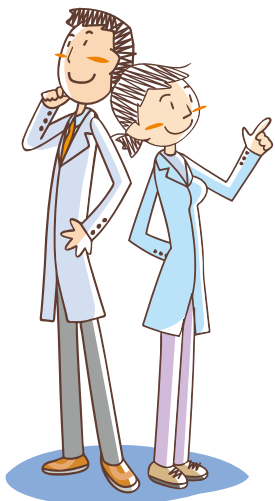
さまざまな治療や処置を行なう医療現場には、数えきれないほど感染する機会があります。先に述べたとおり、感染症患者やある特定の患者だけでなくすべての人に標準予防策を適用することで、医療従事者自らと患者を感染症から守ることができます。



### 湿性生体物質とは何か？

- \* 血液
- \* 汗以外の体液・分泌物・排泄物  
(唾液、鼻汁、喀痰、尿、便、腹水、涙、母乳など)
- \* 創傷のある皮膚(発疹や湿疹、熱傷も含む)
- \* 粘膜

## シリーズ チーム医療⑤ 『自分の科から見るチーム医療について』



臨床検査科 吉川誠一

当院の臨床検査科は検査科部長(病理医)の小野伸高医師と臨床検査技師12名、受付事務1名の計14名が在籍し、外来採血をはじめ検体検査、生理検査、細菌検査、病理細胞診の5部門を担当しております。

『チーム医療』は臨床検査領域においても広く浸透しており、当院でも臨床検査技師がチーム医療の一員として糖尿病療養支援および院内感染対策チーム(ICT)等に参加しています。糖尿病療養指導チームでは、糖尿病教育入院時の各種検査結果及び自己血糖測定の手技についての説明を行っていますが、患者さんの年齢層、病歴に合わせ出来るだけわかりやすい説明となるように心掛けております。院内感染対策チーム(ICT)では、薬剤耐性菌の分離状況や検出菌の頻度・薬剤感受性(耐性)率などの情報を発信し院内感染の防止に努めています。

今後も、各部門が協力し患者さんへ関わる機会が増えると思われませんが、臨床検査技師の専門性を発揮し積極的にチーム医療に参画していきます。

## 連携医療機関紹介

田代歯科医院

〒962-0844 須賀川市東町53-3 TEL 0248-73-2047

### 田代歯科医院 田代直也 先生

口腔環境の改善が、各種疾患の治療効果を高め合併症の軽減に有益であると考えます。更なる連携を図ってまいりたいと思います。

【診療科】 歯科、歯科口腔外科、小児歯科

【専門】 口腔外科

【特に力を入れている分野】 歯周病の処置及び管理

【往診・訪問診療】 依頼に応じて行っております。



田代先生(中央)と  
スタッフの皆さん

### 田代先生の略歴

昭和53年 3月 岩手医科大学歯学部卒業  
4月 東北大学歯学部 第一口腔外科勤務  
昭和60年 4月 太田総合病院 歯科勤務  
昭和61年 7月 田代歯科医院勤務  
平成9年 9月 田代歯科医院開設

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
午後 14:00~18:30	○	○	○	×	○	~17:00	×

## 植樹式が行われました



平成27年3月27日(金)午後2時から公立岩瀬病院外来棟玄関前の「しだれ桜の庭」で記念植樹が行われました。

この植樹は、平成26年10月に、心ない何者かに切られてしまった6本の樹木の原状回復のため、市内有志の皆様が発起人となり実施して下さった募金活動により実現したものです。ボーイスカウト須賀川第1団の団員の子供たちの手によりキンモクセイ、ハクモクレン、シラカシの3本が植樹されました。残り3本は平成28年度の産科・婦人科病棟完成の時期に植樹される予定です。

発起人：須賀川後藤新平の会、ボーイスカウト須賀川第1団、セントジョンアンビュランスジャパン協会東北本部

## 部署紹介

### 《公立岩瀬病院附属高等看護学院》

大正2年に附属の看護婦養成所として開設以来、長い歴史と伝統のある看護学院です。昭和28年には附属高等看護学院となり、今年で63年目を迎える福島県内で一番歴史の長い看護学院です。定員数30名、3年課程の専修学校です。今年3月で卒業生総数1,237名になりました。

当看護学院の設置目的は、将来、公立岩瀬病院に就職する看護師の育成です。学院長、教職員10名が一丸となり、看護師育成に力を注いでいます。教育理念「生命の尊厳と高い倫理観を基盤とした、豊かな人間性を育み、保健・医療・福祉の変化に対応できる看護実践者を育成する」に基づき、一人ひとりの学生を大切に育てています。特に1学年の定員数が少人数制であること、複数担任制をとっていることで、親身できめ細やかな指導を心掛け、学生の夢の実現のために教職員一同でサポートしている学校です。





## ～がん治療における「緩和ケア」とは？～

緩和ケアとは、がんによる身体と心の様々な苦痛を和らげ、患者さんとご家族が「その人らしく」生活できるよう、支えていくことです。これまでは、様々な治療の最後に緩和ケア、といったイメージが有りました。しかし、現在では「がんと診断された時からの緩和ケア」が一般的となっており、緩和ケア＝終末期医療ではありません。緩和ケアは、がん治療と並行して行なわれることが望ましいとされています。

がん患者さんとご家族は、治療の様々な場面で心身ともにつらさを感じます。当院にも痛みを中心にサポートする緩和ケアチームがあり、医師・看護師・薬剤師・社会福祉士で構成されています。

## 第10回 楽・楽けんこウウォーキング参加者募集

医師や看護師などに健康相談をしながら、一緒に新緑の翠ヶ丘公園を抜け須賀川の街中をゆっくりと歩きませんか。



- 【日 時】 6月7日(日) 午前9時～12時(小雨決行)
- 【コース】 平坦な3キロコース 【定 員】 100人
- 【対象者】 どなたでも参加できます。(小学生以下は保護者同伴)
- 【参加費】 小学生以上 500円(当日受付でお支払いください)
- 【持ち物】 飲料水、タオル、雨具など。  
運動靴を履くなど動きやすい服装でお越しください。

【申込方法】 5月22日(金)までに、公立岩瀬病院総務課へお申し込みください。(電話申し込みも可)

【問合せ・申込先】 公立岩瀬病院総務課 電話 0248(75)3111

## 健康レシピ

### 活動的に過ごしたい方へ「ふき味噌の肉巻きおにぎり」



1 個分 エネルギー/296kcal 蛋白質/15.6g 脂質/16.6g  
炭水化物/30.3g 塩分/0.35g

#### 《材 料》(作りやすい分量)

「ふきのとう	100g(小さめ約10個)	「ごはん	1 合
ふき味噌	大さじ 3	・牛肉しゃぶしゃぶ用	6 枚
・酒	大さじ 3	・小麦粉	適量
・砂糖	大さじ 3	・サラダ油	大さじ 1/2
・みりん	大さじ 2	・酒	大さじ 1
・サラダ油	大さじ 1/2	・白ごま	適量

#### 【ふき味噌】

- ① ふきのとうは茹でて水気を切りみじん切りにする。
- ② フライパンにサラダ油をひいてふきのとうを炒める。
- ③ 調味料を全て入れ3～4分ほど加熱する。照りがでてきたら完成。

#### 【肉巻きおにぎり】

- ① ご飯を炊いて6等分し俵型に握る。
- ② 牛肉を広げてふき味噌、小さじ2(約10g)程度を手前2/3ほどに塗る。そこに俵おにぎりを置き、巻いていく。小麦粉を全体に薄くつけておく。
- ③ フライパンにサラダ油をひいて、巻き終わりを下にして焼いていく。
- ④ 全面に焼き色がつくまで焼いていく(中の味噌が出てくると焦げやすいですので注意してください)
- ⑤ 余分な油、焦げ付いた部分はキッチンペーパーで軽く拭き取る。酒を振り入れ、蓋をして軽く蒸し焼きにする。
- ⑥ 盛りつけて白ごまをかける。

「春の使者」と呼ばれるふきのとうには腸の働きを整え新陳代謝を高めるとされ、冬眠から覚めた熊が一番始めに口にするとされています。牛肉の替りに豚肉でも代用できます。行楽シーズンにいかがでしょうか。

編集・発行 公立岩瀬病院 広報委員会(広報誌発行部会)

〒962-8503 福島県須賀川市北町20番地

Tel 0248-75-3111 Fax 0248-73-2417 E-mail koho@iwase-hp.jp