

いちにのさんしん



日本医療機能評価機構
認定病院

原三信病院 広報誌

2018.8.1
No.64



特集 ●熱中症について
●周術期の口腔ケア

作品名：「上を向いて！」 撮影地：「柳川ひまわり園」 撮影者：「写真部 梅崎 浩嗣」

病院理念

病人のための病院

病院基本方針

- 一、質の高い医療の追求
- 一、居心地の良い環境の提供
- 一、心のこもったサービスの実践

CONTENTS

- トピックス…………… 1
- THEがんばる人「放射線技師」…………… 2
- 特集「熱中症について」…………… 3
- 栄養科だより・薬の豆知識…………… 4
- 特集「周術期の口腔ケア」…………… 5
- 暮らし歳時記・香椎原病院だより…………… 6

《原三信病院の働き方改革について》

政府が進めている「働き方改革」は、日本の企業文化、日本人の仕事・家庭などライフスタイルに対する考え方そのものを見直す改革です。

その中で労働環境の改善は企業だけではなく、国全体に関わる課題とされています。

日本の医療は急速に質が向上するとともに、複雑化し、さらには超高齢化により複数の疾患を持つ患者さんや、がんで長期的な治療を必要とする患者さんが増加し、今後ますます医療従事者の負担は増していくと考えられます。しかし、それらに応じて医師や看護師を増やすことは非常に難しく、質の高い医療を継続して行うには、働く環境を整備し、生産性・効率性を高めていかなければなりません。

とは言っても、患者さんに対し必要とされる医療を提供する事が医療従事者の使命であることから、色々な角度から働き方を考える必要があります。

そのため、当院では医療従事者の環境改善の一環として、医師事務作業補助者、看護補助者の活用、地域の医療機関との病診、病院連携の確立、医師と医師以外の医療関係者、事務職員等における役割分担を実施し、患者さんに対する医療が低下しないよう、バランス良く取り組んでまいりますので、ご理解とご協力よろしくお願い致します。



当院における医療従事者負担軽減の取り組み・役割分担表

	医師	薬剤師	看護師	臨床検査技師	臨床工学士	看護助手	医師事務作業補助者	事務職員	備考
初診時の予診			○						
入院説明	○		○						
病棟薬剤業務		○							
化学療法室での薬の説明、多発性骨髄腫患者への服薬指導		○							
静脈採血			○	○					
静脈注射			○						
静脈ラインの確保			○						
尿道カテーテル留置			○						
診断書・主治医意見書の仮作成							○		
血圧等の基本バイタル測定、データ取得			○					○	事務職員は、自動取得血圧測定・体温
院内の物品運搬、補充、患者移送			○			○		○	患者移送は、患者の状態により看護師も対応
ベッドメイキング						○			
医療機器の管理・メンテナンス					○				
手術時の機械操作補助業務、中材業務					○				
外来予約変更 (医療上の判断が必要なもの)			○						
外来予約変更 (医療上の判断が不要なもの)								○	

総務課

当院で行う放射線治療とは？

放射線治療とは放射線を照射することで病変部の細胞を死滅させる治療方法です。

当院で行う放射線治療は、強度変調放射線治療という治療法で、従来の方法に比べると病変部に対する線量集中性に優れ、副作用も少なくなっています。一回の治療時間は15～20分程度で、治療そのものによる痛みはなく、外来通院での治療も可能です。また、体への負担が少ないため、手術が難しい高齢者の方の治療も可能です。

仕事の内容は？

- ①医師の指示通り、病変部に正確に放射線を照射する。
- ②医師と協力して、最適な治療計画を行う。
- ③医師、看護師、クラークと連携して患者さんの精神的なサポートを行う。
- ④装置が正常に動作するように、定期的に精度管理を行う。
- ⑤法令に遵守した安全管理を行う。

大変なこと、やりがいは？

大変なことは、ミスは絶対に許されないことです。従って照射前には複数のスタッフによる確認を必ず行い、事故防止に努めています。また日々の装置の管理も欠かせません。あとは、照射室内の坂の上り下りですね。やりがいは、患者さんが無事に治療を終えられ、元気になってくださることです。

「THE が ん ば る 人」

放射線治療専門
放射線技師

日々の仕事の中で 気をつけていることは？

高精度な治療を行うことは当然ですが、職場の雰囲気明るくすることを心がけています。楽しくなければいい仕事はできないというのが私のモットーです。職場が明るければ笑顔になります。笑顔は自然と患者さんにも伝わって、リラックスして治療を受けていただけたらと思います。

PR、メッセージ

なかなか人目につかない地下にありますのでご存じない方が多いと思いますが、日本でも有数の高精度放射線治療が行える施設です。放射線治療に関するご質問のある方はお気軽にご相談ください。経験豊富なスタッフが丁寧に説明いたします。



放射線科
科長代理 福山 幸秀

注目！



みなさん今日は。連日猛暑が続きますがいかがお過ごしでしょうか。この時期は毎年、熱中症の疑いで病院に救急搬送される方が全国的に急増します。熱中症予防と対策は万全ですか？まずは熱中症の危険性を理解し、日常生活の中で予防と対策に務めることが重要です。

熱中症は暑さで体温が上昇することでおこり、軽症ではめまいやけいれん、頭痛、吐き気などの症状を呈しますが、さらに重症になると意識障害を来し、死亡に至るケースもあります。直射日光の当たる場所や温度、湿度の高い室内に長時間滞在すると熱中症のリスクが上がりますが、特に小学生以下の子供、高齢者は熱中症になりやすいと言われています。

ヒトは、体内に熱がたまると血液を使って皮膚の表面に熱を運び、発汗により熱を体の外に放出することで体温を調節していますが、汗腺が十分に発達していない子供やその機能が低下している高齢者では熱が体内にこもりやすくなるのです。特に気温が35度を超えるとその傾向が顕著となり、熱中症のリスクが高くなるとされています。

熱中症対策としてはまず①直射日光を避ける、②帽子をかぶるなど日よけ対策をする、③こまめに水分を補給するなどですが、熱中症の予防には体温調整をしやすい体づくりも重要とされています。そのためには十分な睡眠時間の確保や栄養バランスのとれた食事摂取が重要で、規則正しい生活習慣を普段から心がけ、良好な健康状態を保つことが何より大切です。

日本気象協会では、ホームページ上で地域ごとの詳細な熱中症情報の呈示を行っております。また熱中症になる危険度をウェブ上で診断できるサービス「熱中症セルフチェック」(ウェブサイト <https://www.netsuzero.jp/selfcheck>)も昨年度から実施していますので、こちらも有効に利用されると良いかと思います。

それでは普段からの熱中症予防と対策を宜しくお願い致します。



■ 熱中症セルフチェック



図1.熱中症セルフチェックで、チェックまたは入力する



図2.熱中症セルフチェックの判定結果

例) 2018年6月26日12時現在、年代=小学生、活動レベル=ちょっと汗ばむ作業レベル、居場所=現在地(福岡市博多区)を入力

【出典:日本気象協会推進 熱中症ゼロへ】

総合診療科
部長 谷合 啓明





栄養科だより



『ズッキーニ』

きゅうりのようにも見えますが、ペポかぼちゃの仲間です。完熟して食べるかぼちゃとは違い、開花後5~7日の未熟果を食べます。油との相性がよく、カロテンの吸収率がアップします。



栄養科
東 さやか

季節の
レシピ

夏野菜☆ガパオライス



「ガパオ」とはホーリーバジルのことです。日本では手に入りにくいので、今回はスイートバジルを使っています。食欲が落ちる夏に、バジルやナンブラーの香りが癖になるガパオライスはいかがでしょうか？

栄養成分 (1人分)

エネルギー: 600kcal たんぱく質: 27g 塩分: 2.6g
ビタミンA (レチノール当量): 137μgRE ビタミンC: 76mg
※1日推奨量: ビタミンA: 男性900μgRE 女性650μgRE ビタミンC: 100mg

栄養成分 ビタミンA、ビタミンC、亜鉛

保存方法 ビニール袋に入れ、冷蔵庫で3~4日

見分け方 ・ヘタの切り口がみずみずしいもの
・皮にハリとツヤがあって、なめらかなもの
・太さが均一で大きすぎないもの

作り方

食材の準備: 玉ねぎ・にんにくはみじん切り、その他の野菜は1cm角切りにする。 ※バジルは切らずにそのまま

1. フライパンを熱したら、ごま油で豆板醤を軽く炒め、にんにくを入れる。香りが出てきたら玉ねぎを入れ炒める。
2. 豚ひき肉を入れ、色が変わるまで炒め、ズッキーニ、なす、パプリカを入れて炒め、こしょうをふる。
3. A調味料とバジルを入れて軽く炒める。
4. 別のフライパンで目玉焼きを作る。
5. 器に、ご飯を盛り付け、3と目玉焼きを添えてバジルとトマトを飾る。

※注意! 豆板醤をごま油で炒める時、目や鼻にしみます。

材料 (2人分)

ご飯.....150g×2	ズッキーニ.....40g	ナンブラー.....大さじ1	} A *飾り用*
玉ねぎ.....100g	なす.....40g	濃口しょうゆ.....小さじ1	
にんにく.....1片	赤パプリカ.....40g	オイスターソース.....小さじ1	
豆板醤.....小さじ1	黄パプリカ.....40g	砂糖.....小さじ1	
ごま油.....小さじ1	こしょう.....少々	バジル.....8枚	
豚ひき肉.....150g			
		卵.....2個	
		油.....小さじ1	
		トマト.....40g	
		バジル.....4枚	

薬の豆知識



薬剤科 小嶋 知恵

薬の保管方法と使用期限

病院や薬局でもらった薬はどのように保管していますか? 保管方法が悪いと効果がなくなるだけでなく、体に有害な影響を与えることもあります。薬の品質に影響を与える主な原因には、温度・湿度・日光があげられます。台所、洗面所など湿度が多い場所や、車の中、窓際などでの保管は避けて下さい。

- ・散剤、錠剤、カプセル剤... 水分を吸収して変質しやすいためできるだけフタの閉まる缶などに乾燥剤を入れて涼しい所に保管。
- ・水薬... 冷蔵庫に保管。水薬のカップや瓶の口は細菌汚染を受けやすいため注意。

・外用薬... 使用中の点眼薬は細菌汚染されやすいためきちんとフタを閉めて1か月をめぐりに使用。坐薬は体温で溶けるように作ってあるため冷蔵庫に保管。

医療用医薬品は製造後、未開封で約3年が使用期限といわれています。ただしその使用期限は薬の保管状態によって変わってくるため、処方された薬は医師の指示を守って忘れずに服用することが1番大切です。



周術期の口腔ケア

～お口の中の環境を整えて手術や治療を受けていただくために～

しゅうじゅつきこうくう ～周術期口腔ケアとは?～

「周術期」とは「手術日を含めた手術前後の時期」のことです。全身麻酔の手術や抗がん剤治療を受けると身体の抵抗力が低下し、合併症を起こしやすくなります。口の中にはもともと多くの細菌が存在していて、それが肺や血液の中に入ることによって肺炎や敗血症などの重篤な合併症につながります。

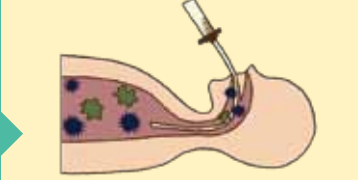
全身の治療前から十分に口腔ケアを行い、手術前に口腔内の環境を整えておくことで、手術後の入院期間が減ったというデータも多くあることから「周術期口腔ケア」は平成24年度から健康保険診療に導入されました。

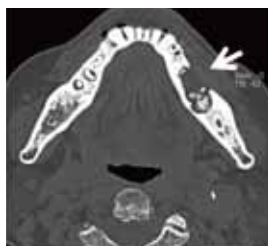
同じように、放射線治療や抗がん剤治療を受けている患者さんも、治療中に免疫が低下して、健康な時にはかかりにくい歯肉炎や口内炎が生じて口の中の環境が悪くなりやすい為、周術期口腔ケアの適応があります。

やくざいせいがかっこつえし ～薬剤性顎骨壊死と口腔ケア～

また、がんの骨転移治療に用いられる薬の中にも、口腔ケアが重要となるものがあります。ビスフォスホネート製剤(ゾメタ・ゾレドロン酸など)や抗RANKL抗体製剤(ランマークやプラリア)の治療を受けている患者さんは、投与中に歯肉炎が増悪したり抜歯したりすると、その場所から「顎骨壊死」(腫れ・強い痛み・膿が出るなどの骨髄炎のような症状)が起ることがあります。顎骨壊死を発症すると、治癒するまでに数年の期間がかかります。

このため、当院では骨転移の治療の薬を使用する前に歯科受診して頂き、①抜歯が必要な歯を事前に抜歯しておく、②定期的に口腔ケアを行う、③投与前に毎回歯科受診して頂き顎骨壊死を起こしかけていないかのチェック、などを行って顎骨壊死の予防に努めています。

<p>1 口の中が汚れていると</p> 	 <p>全身麻酔の際に気管チューブと一緒に細菌も入り、肺炎が起こる危険性があります。</p>
<p>2 歯がぐらぐらしている</p> 	 <p>全身麻酔の際に歯が抜け落ちる危険性があります。</p>
<p>3 重症の虫歯や歯周病の細菌があると</p> 	 <p>細菌が体の中で治療部位の感染症や、肺炎を発症させることがあります。</p>



顎骨壊死をおこした下顎骨と CT 像

歯科部長
小野田 慈美



暮らし歳時記

昔から大切にされてきた四季折々の行事や旬のものには、暮らしを豊かにするヒントがいっぱい。上手に取り入れて、もっと季節を楽しんでみませんか？

8月〈葉月〉打ち水

夏の暑さをやわらげてくれる打ち水。水をまくと蒸発するとき地面の熱を奪うことにより涼しくなるもので、江戸時代には涼を取るための暮らしの知恵でした。

エアコンの普及などにより姿を消しましたが、近年では地球温暖化防止の実証実験として注目を集め、現在「水の週間(8月1～7日)」には全国各地で打ち水への参加が呼びかけられています。

打ち水には風呂の残り湯や雨水などを上手に使いたいものです。環境にやさしい方法で涼しさを感じられれば、一石二鳥ですね。

9月〈長月〉彼岸花

お彼岸のころになると彼岸花が咲き始めます。墓地で見かけることが多いので縁起が悪いと思われがちですが、昔から墓の近くに植えられていたのには理由があります。彼岸花には毒があるため野生動物から土葬の墓を守ってくれていたのです。田んぼのあぜ道に咲いているのも同じ理由でしょう。

毒は球根に多く含まれますが、水にさらすと抜けるため、球根からとれるでんぷんは飢饉の際の非常食になったと言います。イメージとは違い、彼岸花はとても役立つ花だったのです。

10月〈神無月〉秋刀魚

秋の味覚の代表格といえば秋刀魚(さんま)でしょう。秋に獲れる刀のような魚ということが、名前からうかがえます。8月、千島列島あたりから南下を始める秋刀魚は秋から冬にかけて三陸沖から四国沖の太平洋で産卵します。秋においしくなるのは南下する体力をつけるため、脂肪を蓄えているからです。

また、脂の乗った秋刀魚には血液をサラサラにする働きがあるなど、体にうれしい成分もいっぱい。おいしさも栄養価も旬の時期に最も高くなるので、ぜひ、旬の味を楽しんでください。



香椎原病院だより

見た目にも美しい給食の提供を目指して～ソフト食の導入～

高齢者の嚥下(食物の呑み込み)が困難な方への食事は、きざみやペースト状で提供するのが一般的で、当院の給食も同様に提供してきました。しかし、これらの食事は原型をとどめておらず、元が何の食材かわからない状態となります。飲み込みやすいのですが、やはり見た目が悪くなっていました。食事は味が一番ですが、まずは視覚から「美味しそう!」と感じなければ食欲はわきません。何とか見た目も美味しそうと感じてもらえる給食を提供するために委託会社の調理師の方と試行錯誤しながら、ようやく昨年8月よりソフト食を導入することができました。

それぞれの病院や介護施設でソフト食の定義は異なりますが、当院では舌でつぶせるくらいの軟らかさで形を整えたものとしていきます。

作り方は、食材を一度ミキサーにかけてペースト状にし、凝固材を加えて形成します。高齢者の嚥下が困難な方は時に栄養不良の傾向が強く少食でもあるので、栄養強化を図るために調整食品を加えて目標の栄養量になるように工夫をしています。また、患者様の嚥下状態に合わせて副食の形態を変更する場合はきざみ、ソフト食、ペーストの3種類を用意し、いつまでもお口から食事を摂って頂くために安全で美味しいのはもちろん、見た目にも美しい給食を提供できるように努めています。

鮭を加工したソフト食の工程



香椎原病院 栄養科 科長 澤崎 香織

＋ 病院及び関連施設のご案内

原三信病院



〒812-0033 福岡市博多区大博町1-8
 ☎092-291-3434 FAX092-291-3424
 URL <https://www.harasanshin.or.jp>
 ☒ info@harasanshin.or.jp



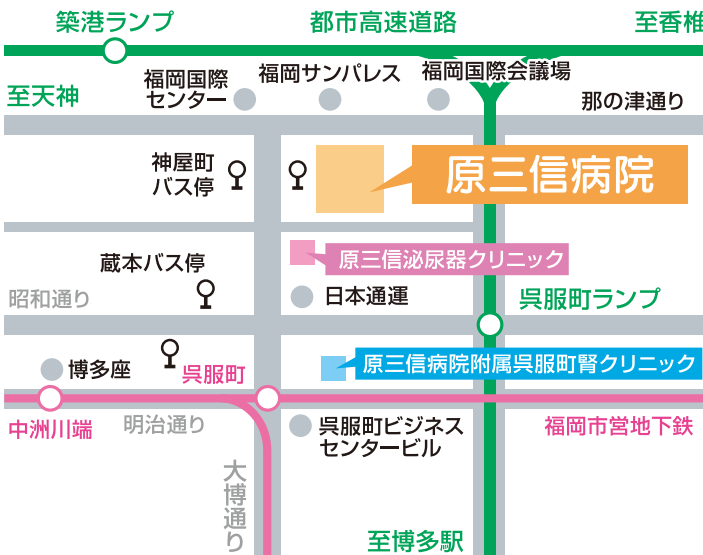
● 診療時間

月～金曜日 9:00～13:00 14:00～17:00
 土曜日 9:00～13:00

※日・祝祭日および8月15日・12月31日～1月3日はお休みです。但し、急患の患者さんは、救急外来にて診察いたします。また、12月30日は午前診療のみとなります。

● 診療科目

総合診療科 循環器科 消化管内科 肝胆膵内科
 血液内科 呼吸器科 腎臓内科 糖尿病内科
 脳神経内科 外科 胸部外科 整形外科
 脳神経外科 泌尿器科 婦人科 放射線科
 麻酔科 歯科・口腔外科 睡眠呼吸障害センター
 健康管理センター 病理診断科



シャトルバスのご案内

原三信病院 ←→ 博多港 を
運行中。

患者さんはもちろん、ご家族の方やお見舞の方もご利用下さい。(無料)

※詳しくは病院内の時刻表をご覧ください。



香椎原病院



〒813-0011 福岡市東区香椎3-3-1
 ☎092-662-1333 FAX 092-662-1330
 URL <http://www.kashiwara.or.jp/>

● 診療時間 月～金曜日 9:00～13:00 14:00～17:00
 ● 診療科目 内科・リハビリテーション科・循環器内科

シャトルバスのご案内

香椎原病院 ←→ 千早駅西口 ←→ 吉塚駅東口
 ←→ 原三信病院 間を運行中。(無料)

シャトルバス時刻表

	香椎原病院発	千早駅西口発	吉塚駅東口発	原三信病院着	原三信病院発	吉塚駅東口発	千早駅西口発	香椎原病院着
午前	9:30			10:00	10:10	10:20	10:40	10:50
	11:25	11:35	11:55	12:05	12:15	12:25	12:45	12:55
午後	13:40	13:50	14:10	14:20	14:30	14:40	15:00	15:10
	15:40	15:50	16:10	16:20	16:30			17:00

運休日: 日曜・祝日・年末年始

※時刻、路線は変更することがございます。詳しくは受付にてお尋ね下さい。

原三信病院附属 呉服町腎クリニック



〒812-0035 福岡市博多区中呉服町1-25
 ☎092-262-2828 FAX092-262-2853
 ☒ gofukumachi@harasanshin.or.jp

● 透析シフト
 月～土曜日 9:00～(昼透析)
 16:00～(夜透析)

※透析は週3回(月水金・火木土)の昼と夜の4シフトで行います。

● 診療内容 人工透析

原三信泌尿器クリニック



〒812-0034 福岡市博多区下呉服町2-13
 双和ビル2F
 ☎092-283-5121 FAX092-283-5131

● 診療時間
 月～金曜日 9:00～13:00
 14:00～17:00

● 診療科目 泌尿器科