

北成病院季刊広報誌 ほくせい

医療法人社団 延山会
北成病院
広報編集委員会

〒001-0933
札幌市北区新川西 3 条 2 丁目 10-1

春夏号 TEL 011-764-3021
FAX 011-764-4331

URL <http://hokusei-hp.or.jp/>



熱中症にご用心!

“暑~い”夏が今年もやってきます。油断しているあなたに、突然襲いかかってくる病気が熱中症です。そこで、今回は熱中症対策をご紹介します! (医師:垂水 隆志)



● 熱中症は予防が大切!

高温環境下で、体温の調節機能が失われ、体内の水分や塩分のバランスが崩れることで起こります。屋外では帽子をかぶり、日陰を利用し、水分をこまめに摂取。たくさん汗をかいたら、涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、塩分の補給も忘れずに!! 湿度が高いとき、風がないときは要注意! 濡れタオルをあてて扇ぎましょう。

● こんな症状は熱中症!

重症度Ⅰ度



- *めまい、立ちくらみ
- *筋肉のこむら返り
- *汗が、拭いても拭いても出てくる



水分・塩分の補給をしましょう。

重症度Ⅱ度



- *頭痛
- *吐き気・吐く
- *からだがだるい



- *足を高くして休みましょう。
- *水分・塩分を摂りましょう。摂れなければ、**すぐに病院へ!**



重症度Ⅲ度



- *意識がない
- *体がひきつける(けいれん)
- *呼びかけに対し返事がおかしい
- *高い体温



- *水や氷で冷やしましょう。(首、脇の下、足の付け根など)**すぐに救急隊を要請!**



理 念

日々研鑽を積み、全人的対応をもって、良質な医療を提供し、組織一体となって地域社会に貢献することを目指します。

基 本 方 針

1. 私たちは、医療人としての自覚を常にもち、切磋琢磨してチーム医療を実践します。
2. 私たちは、急性期から慢性期まで、患者様の立場に立ち、真心こめた医療サービスを提供します。
3. 私たちは、患者様の権利と安全を重視し、地域の皆様から信頼される病院づくりを目指します。
4. 私たちは、経営の健全性を高め、安定した病院経営を続けられるよう努力します。

委員会活動

当院の褥瘡対策委員会が発足してから6年が経過し、活動内容としては褥瘡予防や褥瘡発生時の対応を中心に行っています。今回は褥瘡について少しでもご理解頂ければと思い、処置やケア方法について紹介させていただきます。

【褥瘡（床ずれ）とは…】

身体に加わった外力は骨と皮膚表層の間の軟部組織の血流を低下あるいは停止させます。この状態が2時間以上続くと、皮膚及び皮下組織に壊死が起きて、褥瘡（じょくそう）：床ずれができます。健康な人は痛みや不快感があると、自発的に身体を動かして圧迫部を解除するので褥瘡にはなりません。褥瘡には浅いものと深いものがあり、浅い褥瘡は発赤（赤み）、腫脹（腫れ）、硬結（硬い）、水疱（水ぶくれ）、びらん（皮膚のただれ）で深い褥瘡は潰瘍（皮膚がほれる）です。浅い褥瘡は皮膚の発赤で始まり、その周囲が腫脹し、硬結を触れ、水疱が形成されびらんになります。深い褥瘡は白色→赤色→黄色→黒色潰瘍と進行します。

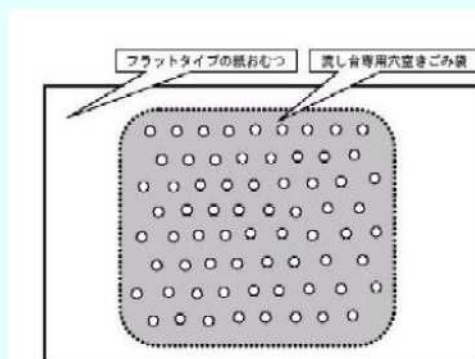
【ケアの仕方】

浅い褥瘡と深い褥瘡では、局所の症状や発生時期は異なりますが、介護や治療方針は同じです。どちらも湿潤環境（湿った状態）を保つことで、治癒に關与する浸出液を保持し治りやすい環境を整えることです。治療には、食品用ラップを使った方法がよく知られていますが、浸出液が多いと悪臭がして大変です。ラップ療法の改良型である「穴あきポリ袋ラップ療法」を紹介します。湿潤環境を保つだけでなく、簡単で安価なため在宅でも手軽に出来る方法です。

☆穴あきポリ袋ラップ療法☆

1. 褥瘡よりひとまわり大きく切った穴あきポリ袋を薄いフラットタイプの紙オムツに貼って準備しておきます。褥瘡に黒色や黄黒色の壊死組織がある時はワセリンなどの軟膏をポリ袋に薄く塗っておきます。
(小さい褥瘡の場合は生理用ナプキンでも可)
2. 褥瘡と周囲の皮膚は微温湯でやさしく洗い流し、ティッシュペーパーで水分を軽く拭きます。消毒の必要はなく、水は水道水で十分です。
3. 準備した穴あきポリ袋を貼ったオムツを褥瘡の中心にくるようにして当てて、その上からオムツで固定します。
4. 浸出液の量によって1日1回から2回の交換をして下さい。

(北成病院・褥瘡対策委員会)



新型インフルエンザ

●感染の可能性のある人は…

病院を受診する前に、相談窓口へ電話を！！

相談窓口（24時間、土日祝日も対応） 札幌市保健所：011-622-5199

- 過去7日以内に、感染者が出ている国や地域に滞在していて…
- 38℃以上の発熱があり…
- 咳や鼻水・のどの痛みのある人

●感染を予防する方法は？

- 1.うがい…感染者はウイルスが鼻やのどの粘膜に入り込んで増えることから始まります。
 - 2.手洗い…手に付いたウイルスが口や鼻から入るのを防ぎます。
 - 3.感染者の出ている地域や空港などではマスクを着用しましょう。
- 新型インフルエンザにはまだ不明な点も多いのですが、基本的にはこれらの予防法が大事で有効です。もちろん、季節性のヒトインフルエンザの予防にもなります。**



脱水を予防しましょう

初夏を向かえ、北海道もいよいよ暖かい季節になりました。
この季節、普段室内にいることの多い高齢者の世帯では、気温の上昇に気がつき難く、「ちょっとした体調不良」と思っている間に脱水になっていることが多く注意が必要です。



高齢者が脱水になりやすい理由は、

- 水分を貯蔵する場所である筋肉量が減少し、身体の水の量が他の年代と比べ少ない事。
- 食事の量が少なくなっている傾向があり、食事による水分の収入が少ない事。
- のどが渇いていることを気がつきにくい状態の方が多く、水分が十分摂れていない事などです。

早めに脱水に気がついた場合は、脱水の原因を取り除くことその他、水分や汗・下痢などで失った成分の補給も不可欠です。



● 脱水のサインを ✓ チェックしてみましょう。

- 食欲がおちていて、まる 1 日食事がとれない
- 下痢・嘔吐をした。又は繰り返している
- おしっこに行く回数や量が減っている
- 高熱又は微熱が続いている
- 皮膚・口の中・唇・わきの下が乾いてきている

「経口補水液」は点滴の成分とよく似ていて、水分と塩分などの電解質（体にとって必要で脱水になると体の外へ出て行きやすい成分）をすばやく補給できるように調節した飲み物で、軽い脱水時の回復に効果があります。

世界保健機関のガイドライン 2002 ではその成分が定められていて、O 製薬の OS-1 などはスポーツドリンクに比べこの成分に近く、軽い脱水時の水分補給に役立つといわれています。近日、当院の自動販売機にも並ぶ予定になっていますが、やはり回復しない場合は早めの受診をお勧めします。（栄養士：鳥羽 充代）

部署紹介

～看護部（2階病棟）～

2階一般病棟はベッド数58床で循環器疾患中心の内科病棟です。

医師5名、看護師24名、看護補助者8名で入院患者様、ご家族様に満足していただける、安心・安全な医療、看護を提供する為日々頑張っております。

循環器検査も多々行われ、準備から処置・検査まで患者様が少しでも不安が和らぐような関わりを心掛けています。

又、平成20年8月より糖尿病の教育入院を開始し、糖尿病の正しい知識を身につけ自己の健康管理に積極的に関われるよう、生活指導の充実にも努めています。

当院は近隣の介護施設やクリニックからの患者様の受け入れもあり高齢の方も多く入院されていますが、

元気に施設に戻れるようMSW（医療相談員）・訪問看護師やケアマネージャーなどと連携をとり、地域において在宅療養が安心して少しでも長く続けられるように継続ケアの支援をさせて頂いております。

（一般病棟師長：谷口静子）



北成病院訪問サービスのご案内

当院では平成 4 年から訪問診療、訪問看護を行っております。一度広報でも紹介させていただきましたが、今回は料金やサービス内容について簡単にお知らせいたします。(訪問看護師：成田 智枝)

◆サービス内容

訪問診療：医師が家に訪問し診察や在宅生活に対するアドバイスを行います。

1 回／月 程度の頻度で予定を立て定期的に訪問いたします。

対象：定期的な通院を必要としているが、体力または身体的な問題で、通院が困難な方。医師の判断で訪問診療が必要と判断された方。

訪問看護：看護師が定期的に訪問し医療的ケア、状態の観察、介護の支援等を行います。

1 回／週 程度をめやすとしておりますが訪問を受けられる方の状態により計画を立て調整します。

対象：訪問診療と同様に通院が困難な方で定期的な医療的ケアや観察、介護の支援が必要な方。医師の判断で訪問看護が必要とされた方。

◆料金

医療保険と介護保険でまかなわれており、一部自己負担が生じます。

内訳は複雑となっている為、ここでは、**医療費の自己負担 1 割の保険証をお持ちの方の実費**について大まかに表記します。

訪問診療 1 回につき 1330 円＋処方料＋検査等の料金＝1,600 円前後（薬代は別途）

訪問看護 30 分以内 1 回につき 359 円

〃 60 分以内 〃 572 円

※**上記はあくまでも目安となります**。身体障害者の手帳をお持ちの方、生活保護を受けておられる方は各々の設定があります。詳しい内訳、内容を知りたい方は医療相談室にお尋ねください。

編集後記

事務室から見える外の景色は、様々な花が咲き緑が生き茂っていて天気の良い日は外に出かけたい気持ちになります。

病院の駐車場には、桜や芝桜、チューリップなどが咲いていますので、診察や検査の合間など散策してみてください。

私は休みの日にはたまに家族で公園などに出かけますが、今回の「ほくせい」に載っている熱中症対策を参考にして楽しい北海道の夏を満喫したいと思います。

皆さんも外出時には熱中症対策を忘れずに！！

(編集委員：鈴木 忍)



北成病院概要

□診療科目：内科・循環器科・呼吸器科・消化器科・放射線科

□病 床：一般病床 58 床（入院基本料 3）

療養病床 64 床（療養病棟入院基本料）

介護病床 22 床（療養型介護療養施設サービス費 I の ii）

□日本医療機能評価機構認定

～患者様とご家族の権利～

1. 基本的人権と人格を尊重される権利
2. 思いやりのある、良質な医療を公平に受ける権利
3. 適切な情報提供や十分な説明を受ける権利
4. 納得のもとに、検査や治療を受けるか、受けないかを決定する権利
5. プライバシーを保護される権利
6. 健康であるために情報を求める権利
7. 他の医師に診断を受け、治療法についての意見（セカンドオピニオン）を聞く権利

