



2018

夏

Vol. 6

こころをみ

心診

Examine the Heart, Mind, Core



Title/「森の目覚め」 Place / 富良野市 Photo / 織田 浩明

お知らせ
ニュース

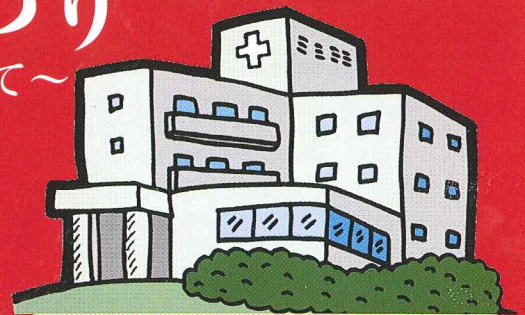
国立帯広病院まつり

～地域みなさんに感謝をこめて～

日程 平成30年9月29日(土)
10:00～14:00

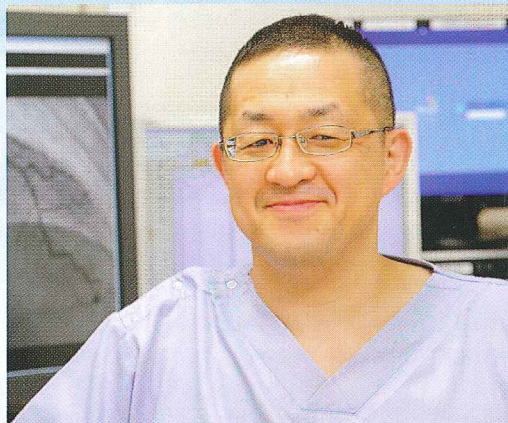
会場 国立帯広病院 院内及び駐車場
帯広市西18条北2丁目16

プログラム 10:00 オープニング
・無料健康診断 ・市民公開講座
・屋内外イベント予定
14:00 フィナーレ



お問い合わせ
病院まつり実行委員会 33-3155
E-mail : kikakukatyou@hosp.go.jp
運営事務局担当/企画課高崎

当院心臓血管外科よりごあいさつ



心臓血管外科医長 椎久 哉良

近年、心臓血管外科手術においても医療技術や薬剤の進歩により以前では手術困難とされていた方でも手術が可能となりました。さらに本格的高齢化社会の到来で高齢での手術も増加しています。

高齢化社会の到来に伴い、最近フレイルとサルコペニアという概念が注目されています。フレイルとは、加齢による衰弱のことですが、体がストレスに弱くなっている状態で、老化による心身の活力低下(歩くのが遅くなった、なにをするにも面倒と感じるなど)、慢性疾患を合併することで生活機能が障害された状態とされています。一方、サルコペニアは老化による筋量と筋力の全身性の減少のことであり、フレイルの最も大きな原因の一つとされています。

高齢者では手術後のベッド上安静、食欲低下によりサルコペニアが進行し、寝たきりや嚥下障害を起こす可能性があります。フレイル、サルコペニアとも、かつては加齢によるやむを得ない変化だと思われていましたが、今では適切な治療により改善することがわかってきました。

当院では患者さんが元気な状態で退院できるように、医師、看護師とともに管理栄養士、理学療法士が栄養管理や運動開始について患者さんにあった治療を行っています。また術後の日常においても日々元気で過ごすためには、高血圧や糖尿病などの慢性疾患の管理と共に、高齢になっても日常生活や運動を行うためのエネルギーと筋肉を作るためのたんぱく質を十分に摂り(腎障害のある場合は医師や管理栄養士への相談が必要)、適度な運動を心掛けていただきたいと思います。これからも安全、確実、最良の手術治療を提供するのはもちろん、元気で活動的な日々を送るお手伝いをさせていただきます。



Q&Aでわかる帯広病院あるある

「こころみ Q&A」

ここでは、当院への疑問質問をこころみQ&Aとしてお答えしたいと思います。

今回は

1病棟 看護師 式見 祐香さんが答えてくれました。

Q1: 食事は手術前はいつまで、また手術後はいつから食べることができるのですか?

A1: 心臓の手術は全身麻酔で行うため胃の中に内容物がたまっていると嘔吐を起こしやすく、これが肺に入ると窒息を起こしたり肺炎になるなど危険です。そこで全身麻酔をかける前にはあらかじめ胃の中を空にしておく必要があります。当院では手術前日の21時以降絶飲食となります(夜間眠れない場合は少量の水で安定剤を飲むことができます)。手術後は通常であれば手術当日は絶飲食、翌日の昼から食事が開始となります。



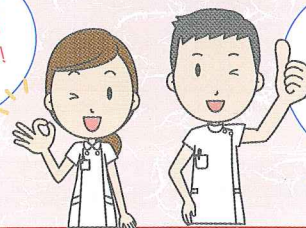
Q2: 手術後は体にどんな点滴や管が付いているのでしょうか?

A2: 心臓の手術の場合、術後ICUに入った時は麻酔から目覚めていないためまだ自分では呼吸が出来ず、人工呼吸器の助けが必要です。人工呼吸器を取り付けるために気管挿管チューブといわれる管が口から挿入されています。また点滴の管が首に入っていたり、血圧を測定するための管が手首に入っています。また心拍数や不整脈の有無を確認するための心電図や時間ごとの尿量を測定するため尿道カテーテル、心臓周囲の出血や浸出液を排出するドレーンと呼ばれる管など、多くの機器や管が付いています。点滴や管が抜ける危険があり自分で起き上がったりすることが出来ないの看護師が体の向きを変えたりお手伝いさせていただきます。また痛みがあるときは痛み止めを使いますので我慢せず看護師に伝えてください。

Q3: 手術後いつ頃から動けますか?

A3: 術後合併症がなければ手術当日に気管挿管のチューブを抜き、可能であれば手術翌日から座位、立位練習を開始します。その後も状態が落ち着いていれば病棟内での歩行練習を開始し離床に努めます。歩行が安定した頃、リハビリ室で本格的な体力増強のリハビリを行い退院後日常生活がスムーズに行えるよう練習します。

みなさまからの質問をお待ちしております!



ご質問がある場合はホームページのお問い合わせページへお気軽にどうぞ!

検査のお話

検査室だより

<前臨床検査技師長 山崎 恭詩>

HbA1c値が高値のままだとどうなるのでしょうか!

前号の「ココロみQ&A」で HbA1c値 が過去1~2ヶ月の血糖値の平均を反映していることを紹介しました。では、HbA1c値が高値のまま放っておくとどうなるのでしょうか…。

○HbA1c 値が 6.0 ~ 6.9%の場合

何もしなければ、多くの人はHbA1c値が7.0%以上に進行します。血糖値が高いほど血糖を下げるために、すい臓は無理をしてより多くのインスリンを分泌するようになります。このような状態を放置しておくと、すい臓のインスリン分泌力は急激に低下して行き、糖尿病と診断された時点で正常の半分以下にまで低下することになります。現時点で合併症(神経障害・網膜症・腎症)を自覚することは少ないですが、油断すると状態はどんどん悪化します。毎月検査を行い、HbA1c値を確認しながら治療を開始することが必要です。医療機関を受診していない方は受診をおすすめします。

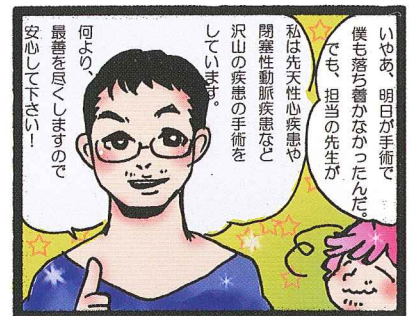


○HbA1c 値が 7.0 ~ 7.9%の場合

未治療の場合、多くの人がHbA1c値が8.0%以上に進行します。自覚症状が無くても合併症は進行しています。HbA1c値が高いほど合併症が悪化する可能性は高くなり、ちょっと食事を気を付ける程度では改善できるレベルにはありません。この状態が続くことは良いことではありませんので、主治医の先生に相談し、治療に変化が無ければ専門医を受診しましょう。医療機関を受診していない人はすぐに受診が必要です。

○HbA1c 値が 8.0%以上の場合

HbA1c値が8.0%以上の状態が続くと合併症が急速に進行します。5年程度で両足のしびれが始まり、感覚が麻痺し、ひどい痛みに変わります。7~10年程度で視力が低下し、最悪の場合失明します。10~13年程度で腎不全となり人工透析が必要になります。その他、心筋梗塞や脳梗塞になったり、足が腐って切断が必要になることもあります。すぐに治療を始めないと危険な状態です。早急な受診をお勧めします。眼科もすぐに受診しましょう。治療によりHbA1cが下がれば上記の経過は遅らせたり止めることができます。但し、治療開始が遅いと合併症の進行を止められなくなります。



行政・関連施設等挨拶訪問について

療育指導室だより

<療育指導室長 三浦 宗隆>

当院の重症心身障がい児(者)病棟は定数120床で運営し、道東地方を中心に、道内より現在104名の方々が入院しております。空床もあることから、病院運営に関わる入所者数の確保(入所者増)を目的に契約入院及び短期入所利用に関わる照会依頼を十勝管内を中心に児童相談所及び市町村行政・福祉施設などへ挨拶訪問を毎年実施しております。

今年度も4~5月にかけて14カ所の行政及び関連施設を中心に遠方は陸別・釧路・白糠方面まで足を運びました。事務(経営企画室長)、看護(看護師長)、療育指導室(児童指導員)が出向き、当院の紹介や情報交換を行いました。最近では当院でも児童の照会による受入が増えている他、在宅者及びその養護者の高齢化に伴う照会ケースや、施設入所者で機能低下に伴い医療的ケアが必要になってきたことから当院へ照会いただくケースも増えてきております。

将来的な入院待機者を含めて照会依頼を行っているところであり、今後の受け入れに繋がるよう相談や当院の見学等も積極的に受け入れていく方向です。



院内探訪

病院給食がどのように作られているかご存知ですか？

今回は、入院患者さんへお食事を提供している
調理室のご紹介です。



当院のお食事は、温冷配膳車を用いて温かいものは温かく、冷たいものは冷たく召し上がっていただけるよう適温適時で提供しています。お食事の種類は、特別な制限のない一般常食から、様々な疾患に対応した治療食まで数十種類あります。1日に200食以上と大量調理のため、1日に使う食材の量や種類が多く、調理に使う機器も大きなものを使っています。使用する食材は毎朝納品され、数十キロの野菜や肉類の切り込み等の下処理をしています。写真にある回転釜では、汁物や炒め物、煮物を大きなしゃもじや柄杓で混ぜながら調理しています。盛付は1つ1つ手作業で丁寧に行っています。また、食材の下処理と調理作業を衛生的に区分けした別の区画で行う等、徹底した衛生管理のもと、安心安全でおいしい給食の提供に努めています。



下処理室
野菜の切り込み
作業の様子



回転釜での
調理の様子



盛付の
様子



～とある日の献立～
米飯 麻婆豆腐
甘辛煮 胡麻和え
カットパイ



配膳車にのせて各病棟まで
お食事を運びます

1F 売店



7月限定

アイス全品
**15%
OFF**

暑さを乗り切ろう！
売店にて
お待ちしております。

ふれあい看護体験を実施して 副看護部長 谷口 由恵

フローレンス・ナイチンゲールの誕生日(5月12日)を含む1週間を看護週間とし、さまざまな行事が行われます。帯広病院でも近隣の高校生5名を迎え、5月9日に「ふれあい看護体験」を実施しました。

白衣に着替え、血圧測定、車椅子での移動介助、足浴などの看護体験を実施しました。一つ一つの看護技術を真剣な表情で行う一方、重心病棟ではお誕生会に参加し、一緒にレクリエーションを楽しみ笑顔も見られていました。

看護体験後には、「看護師は大変な仕事だけどやりがいがあると感じた」「看護体験を通して看護師になりたいという思いが強くなった」「以前も看護体験に参加したことがあるが、帯広病院での体験はとても楽しかった」という感想が聞かれました。



一生懸命取り組む高校生の皆さんに誠実な心を感じ、私達も看護のプロフェッショナルとして、「真心こめて誠実に患者様を支援していこう」と、想いを強くする看護の日となりました。



アクセス



エッセイ Me!!

皆さんこんにちは。
理学療法士 松尾 陽介です。

エッセイという言葉を変えて調べてみたところ、エッセイというのは簡単にいうと自由に思うことを書くことだそうです。

この「自由」というのがとても困る。「今晚なに食べたい？」とお父さんや子供に聞いて「なんでもいいよー」と返されたお母さんと同じくらい困る。そんなこといっておきながら「あー、今日コロッケかー…」とかついつい言うのはお父さん。お母さんだって大変なんだ。文句言うのはやめなさい。もしくは自分で作りなさい。

このエッセイが載る広報誌が出るときにはもう暑くなっている時期かと思えます。夏バテ気味で食欲がない方もしっかり食べるようにしましょう。(もちろん塩分等々には注意です。)



次回 児童指導員 坂東さんに!

