



2020

夏

Vol.14

こころみ

心診 : Examine the Heart, Mind, Core



こころみ

2020

Vol.14

令和2年8月15日発行 独立行政法人国立病院機構帯広病院 広報誌 編集・発行／広報委員会 発行責任者／朝井 裕一

看護新人研修

<教育担当師長 千田 和美>

4月に10名の新人看護師が入職しました。

集合研修では、患者さまに安全な看護を提供できるようにモデル人形等を使ってトレーニングしています。それぞれの病棟では、患者さまが何を望んでいるか、思いを大切に、より良い看護を提供できるように日々頑張っています。

真心をこめて誠実に個性を尊重した看護を実践できることを目指しています。看護師としての責任を感じながら、周囲のサポートを受けて一歩一歩成長していきます。



静脈注射
研修



BLS研修
心肺蘇生



「採血
できるかな?」



「1・2・3・
4・5・・・」

1F 売店



9月限定

気温
25°Cを超えたら

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。

朝の天気予報の最高気温をもとにしています。

温かいご支援感謝いたします。 <管理課 太田 紀彦>



宮坂建設様よりマスク1000枚

ご寄付に対するお礼

当院では新型コロナウイルス感染症への対応にあたり各方面から多くの温かいご支援を頂戴しており厚くお礼申し上げます。
なお、今回掲載できなかった方々からも多くのご厚意を頂戴しております。



つなぐ・らぼ帯広様よりフェイスシールド100枚

エッセイ Me!!

皆さんこんにちは。
中材・手術室 雪田 華也です。

気温が少しずつ上がってきて、これから本格的な夏が始まりますね。

夏といえば去年は家族でキャンプへ出掛けました。兄と木登りをして思いのほか高い所まで登ってしまい、降りれなくなった思い出があります。

今は友人みんなで集まってキャンプ!ってわけにはいかないのですが、今年も家族水入らず、バンガローを借りるなどして新型コロナウイルスの対策をしながらキャンプを楽しめたらいいなと思っています。

みなさんはどんな夏を過ごしますか?



次回 4病棟 外館 あかりさんに!



患者様へ
お願い

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴う
病院入口での

体温測定 ご協力 の お願い

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、当院では来院されるすべての患者様ならびに来院者様に対し、体温測定を正面入口で実施しています。

- 入館の際はマスク装着をお願いします。
- 正面玄関は8時より解錠し、17時15分で施錠します。

国立帯広病院まつり 中止のお知らせ

今年も秋に開催を予定しておりました「国立帯広病院まつり」は、新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染防止の観点から、誠に勝手ながら開催を中止させていただくこととなりました。何とぞご理解のほどよろしくお願い申し上げます。



アクセス

至宮更 2国
平原大橋 2号線

至札幌 西18条 西17条 白樺通

至十勝大橋 十勝大橋 国道38号線

至帯広 帯広警察署 市役所 西5条通 西3条通 西2条通 国道10号線 至帯広港 至帯広

●自動車
道東自動車道「芽室帯広I.C.」より約10分(約5km)

●JR・バス
帯広駅前下車
帯広駅前より拓殖バス国立帯広病院行き約15分(5.5km)

当院心臓血管外科より



心臓血管外科医師 沼口 亮介

こんにちは。今年の4月から心臓血管外科に配属になった沼口亮介と申します。当院では腹部の大血管手術や大動脈のステントグラフト手術を主に担当しています。コロナウイルスが連日ニュースで取り上げられる中いかがお過ごしでしょうか？最近では“コロナ太り”なんて言葉も流行していますが、みなさんは家に引きこもりがちになってはいませんか？

これまで多くの手術に立ち合い、多くの患者さんの術後経過を見てきましたが、術後の回復力は患者さんそれぞれで大きく異なります。その中で強く実感するのは年齢や性別以上に日頃の運動習慣が非常に重要であるということです。日頃から散歩やパークゴルフをやっていると言う方は年齢よりも見た目が若く、気持ちも前向きで大きな手術をやって

もあっという間に元気になります。もし合併症が起きてもそこからしっかりと回復していきます。循環器の病気になると心配で家に引きこもりがちになる患者さんをしばしば見かけますが、多くの場合適度な運動は病気にも、体自体にも、そして心にもいい影響を与えてくれます。今はいろいろと制限が多い時期ではありますが、日頃から体を動かして元気な体を維持しましょう。

下肢閉塞性動脈硬化症 (ASO) について 麻酔科だより

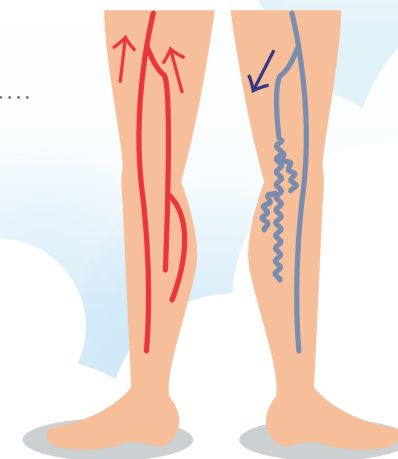
<麻酔科部長 朝井 裕一>

足の血管の動脈硬化により、血管が狭くなったり(狭窄)、詰まったり(閉塞)する病気です。

足への血流が悪くなることで、足に栄養や酸素を十分に送ることができなくなるため、さまざまな障害が現れます。症状としては、しばらく歩くと下肢のだるさや痛みなどのために歩けなくなり、少しのあいだ休むと再び歩けるようになる(間歇性跛行)やひどくなると足の潰瘍ができる場合もあります。

足関節上腕血圧比により主に診断されます。(希望すれば当院の外来でも施行することができます。)通常足の血圧の方が高いことが多いのですが0.9未満でASOが疑われ、0.8を下回ると症状が強くなると言われています。リスクファクターとして年齢・性別(60歳以上、男性)、糖尿病、高血圧、脂質代謝異常などがあります。

この疾患の患者は外来通院中であっても1年間の死亡率が4%程度と言われ、心当たりのある方は一度心臓血管外科外来を受診されることをお勧めします。



下肢血管の造影CT検査について レントゲン室だより

<診療放射線科 西村 芳久>

○下肢血管の造影CT検査について

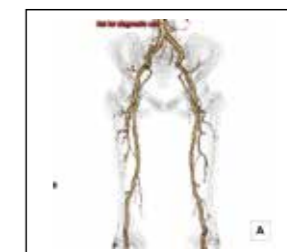
- ・腹部から足先までの血管の走行、狭窄や閉塞の程度や場所がわかります。
- ・検査は点滴から造影剤を注射して検査し、検査開始から終了まで15分程度かかります。

○CT室での検査の流れについて

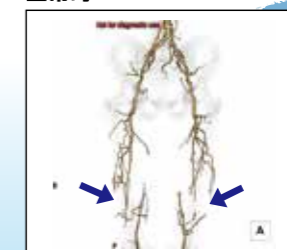
- 1、検査台に仰向けになり、足をなるべくまっすぐに伸ばします。
- 2、息止めの合図があり、撮影を行います。
- 3、次に本番の撮影です。造影剤を注入した後に息止めの合図があり、撮影を行います。
- 4、画像の確認を行い、検査終了となります。

○検査を受ける上で知って欲しいこと

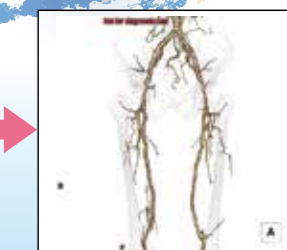
- ・撮影時間は30秒程度です。合図に合わせて息をしっかりと止め、体や足を動かさないようにして下さい。息は撮影の途中でこちらから声をかけた際に楽にさせていただくので、息止めの時間は10秒程度です。
- ・造影剤を注入する際に熱い感じがありますが、徐々におさまりますので心配いりません。もし気分が悪くなった場合は教えて下さい。



正常時



治療前 (血管が見えにくくなっています)



バイパス治療後



Q&Aでわかる帯広病院あるある

こころみ Q&A

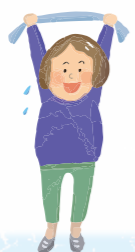
今回は リハビリテーション科 織田 浩明さんが 答えてくれました。

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。

Q:体力作りや健康のための運動は、どの程度の強さで行うのが良いのでしょうか？

A:基本的には運動の強さと運動の時間、そして運動の種類が重要となります。

運動の強さは、軽く息がはずむ程度で、運動中に会話をしても息苦しくない程度の運動が推奨されます。強い運動を行う方が効果は高そうに思えますが、短時間に強い運動を行うと心臓や肺、筋肉など全身に無理がかかる可能性が高いため、健康のための運動では推奨されません。



運動の時間は、左記に述べた強さで最初は10分程度から開始し、慣れてきたら30分の運動が行える事が良いとされています。



運動の種類は、ウォーキングや自転車などが挙げられます。特にウォーキングは必要な道具も少なく行いやすい運動です。



※病気により運動が心配な方は主治医に相談して下さい。また運動中・運動後の水分補給と、運動前の準備体操、運動後の整理体操も忘れずに行いましょう。