



## 在宅での看取り

名誉院長 藤井 康宏

在宅で、医療を行っていても、やがて終末期を迎えられ、看取ることとなる。

昨年1年間では8名の方を、また本年はすでに6名の方を在宅でお見送りしたが、この過半数が、がん患者さんであった。

当然のことながら、闘病中、ご本人はもちろん、ご家族も気持ちが揺れ動くこともあるが、やがて自分たちの置かれている環境を許容され、病に立ち向かっていかれる。

特にがん患者さんで疼痛のある場合、薬剤を中心とした緩和ケアが行われるが、患者さんを取り巻く環境によっても痛みの感じやすさが異なるとも云われている。

例えば、不安、恐怖、悲しみ、怒り、孤独感などは痛みを感じやすくする因子とも云われ、逆に良好な睡眠、周囲の人々との共感、理解し合うこと、人々とのふれあい等は、痛みを感じ難くする因子とされている。しかし、これらの感情は一人ひとり異なっており、これらを出来るだけ理解するために、常に対話が必要となる。

この対話の中で、患者さんが語られる情報には大きく分けて2つある。

1つは疾患の診断と、これからの治療方針を決定するとことに必要な「病歴」であり、今一つは「病い体験」である。「病い体験」では怒り、不安、恐怖、さらには世間と隔離された闘病生活の淋しさを、言葉の中に感じることも出来る。

今、Narrative Based Medicine (NBM)という言葉が使われている。これは患者さんの話される「病い体験」を基に、患者さんと医療者との間で共有しうる物語（課題）を作り、これをその人のケアに役立てていくことである。これは患者さんの思いを重視した医療とも云える。特に在宅の場合は、ご家族の「介護体験」もこれに加えることが必要となる。在宅での、終末期から看取りへの過程で、医療が重要であることは言うまでもないが、それに並列して、患者さんの思いも含め、よりよい環境をご家族と協働して作り上げていくことが、在宅医療の役割であろう。



## 平成26年度看護師採用試験のご案内

試験日	<b>平成25年7月25日(木曜日)</b>
応募資格	<b>平成26年3月 看護師養成学校卒業見込みの者または、免許既得者</b>
選考方法	筆記試験 小論文 面接 ※推薦枠の方は、面接のみとなります
応募書類	履歴書、学業成績証明書及び卒業見込み書（免許既得者は免許証の写しのみで可）、 学校長の推薦状(推薦枠の方)
身分	正職員（ただし、原則として3ヵ月は試用期間とする。）
採用予定日	平成26年4月1日（免許既得者は相談に応じます。）
応募締切	試験日1週間前必着

# プール熱（咽頭結膜）に気をつけて！！

副院長 小児科部長 あお き よし はる  
青木 宜治

夏かぜの一つに、“プール熱”と呼ばれる病気があります。高熱、のどの痛み、目ヤニといった強い症状があり、伝染力が強いのも特徴です。

## ■プール熱とは

夏にプールを通して子どもたちの中で流行することが多いので「プール熱」と呼ばれています。実際には、プールに入らなくてもうつります。アデノウイルスという仲間がこれを引き起こしますが、何種類かの型があります。39～40度の高熱が4～5日続き、のどの痛みが強く（咽頭炎の症状）、目が赤くなったり、目ヤニが出ることもあります。（結膜炎の症状）。さらに、頭痛、吐き気、腹痛、下痢などを伴うこともあります。

## ■治療

治療は、対症療法が主体で、熱やのどの痛みをおさえる薬（解熱鎮痛剤）を使います。

## ■家庭で気をつけること

高熱：何日も高熱が続きますが、熱さましを使いすぎないようにして下さい。

- 食事：高熱が続くと食欲がなくなります。食事については特に制限はありませんので、本人が食べたいものを食べさせてかまいません。
- 水分：お茶やイオン飲料など、水分は十分にとらせて下さい。
- 入浴：熱があっても、とくに具合が悪そうでなければ、かまいません。

## ■もう一度診察を

- 水分がまったくとれないとき。
- 高熱が4、5日以上つづくとき。
- 元気がなく、ぐったりしているとき。



## ■保育園や学校

熱が下がり、のどの痛みもとれて、食事も含めて普通の生活に戻ってからです。（学校伝染病に指定されていて、「主な症状がなくなってから2日間」過ぎたら、出席できることになっています。）

## ■プール熱の予防

名前のとおり、プールの水を介して伝染することがありますので、園・学校での水泳では、十分気をつける必要があります。一般的に、水泳前後の手洗い、うがい、シャワーの使用を、きちんとしてください。目ヤニが出ていたり、かぜぎみのときは、無理をせず休んで下さい。

唾液によっても感染しますので、病気になっている子はしっかりと休み、その周りの人は、うがい、手洗いなどをきちんとして下さい。家では、顔をふくタオルなどは各自用にして下さい。

# 【第33回健康講座を開催しました】

地域医療福祉連携室 田村和彦

6月18日(火)に訪問介護事業所様より「食中毒をテーマとして講座を開催してほしい」というご要望を受けて、健康講座を開催しました。今回は『食中毒について』と『高齢者の脱水』についてそれぞれ感染管理認定看護師の藤永聡師長と島本葉子医師にご講義いただき、50名にご参加がありました。



【感染管理認定看護師 藤永 聡】

## 《食中毒とは》

有毒な細菌・ウイルス・化学物質を含む飲食物を食べた結果生じる健康障害。

### 症状

多くは急性の胃腸障害（おう吐、腹痛、下痢などの症状）を起こします。

## 食中毒予防の3原則

### ○増やさない

#### 低温保存！

10℃以下では増殖がゆっくり、マイナス15℃では増殖が停止！



### ○つけない

#### 洗う！

調理を始める前、生の肉や魚、卵などを取り扱う前後。オムツ交換の後。



### ○やっつける

#### 加熱処理！

ほとんどの細菌やウイルスは加熱により死滅。特に肉料理は中心まで良く加熱。



また、ふきん、まな板、包丁などの調理器具も洗剤で良く洗ってから熱湯をかけて殺菌



【医師 島本 葉子先生】

## 2つ以上当てはまれば脱水症の可能性あり

### 身体所見

- ・口の中が乾燥している
- ・爪を押した後、色が白色からピンクに変わるまで3秒以上かかる
- ・舌の赤みが強い
- ・舌の表面に亀裂がある
- ・手足が冷たい

### 検査所見

- ・血圧が低い
- ・脈拍が早い
- ・体重が減っている
- ・微熱が続いている

## 《脱水とは》

体液（水分と電解質）が失われた状態。

### 軽 症

喉が渇く、尿量減少

### 中等症

倦怠感・頭痛・嘔吐、喀痰排泄困難・せん妄、腎・心・呼吸不全

### 重 症

ADL（歩行・食事等）・QOL（生活の質）の低下、生命の危険

## 《水分補給時に心がけること》

脱水時は水だけでなく、電解質（水に溶けた塩分など）も不足。

水だけの摂取では電解質の完全に補えないので、電解質を含んだ飲料水の補給が大切。

## 参加者の声

- ◇ 気をつけるべきことを知ることが出来た
- ◇ もっと衛生に気をつけることが重要だと感じた。
- ◇ 脱水チェックを参考にして早期発見に努めたい。
- ◇ 今後の仕事に役立てたい など

次回の健康講座は8月を予定してします。



# 長門総合病院 居宅介護支援事業所のご紹介

介護支援専門員 松尾 小夜子



長門市における要介護者の動向としては65歳以上の一人暮らし高齢者や高齢者2人暮らしの世帯については今後も増加すると予想されます。一般の高齢者の方では今後の希望する生活場所は『自宅』の割合が多く、また、介護認定を受けられている高齢者の方も自宅での生活を希望されている割合が高いようです。

高齢者の方々は健康や住宅など様々な心配事を抱えておられます。また、家族の方も介護のこと等の不安や悩みがあります。居宅介護支援事業所は、ご利用様が“住みなれた地域で安心して暮らしていただける”ために必要なお手伝いをさせていただく窓口です。高齢期になって介護を要する状態になった場合でも様々なサービスを利用することで、在宅生活を続けていくことが出来ます。居宅介護支援事業所には介護保険のサービスが適切に、効果的に受けていただけるよう専門の相談員（介護支援専門員：ケアマネジャー）が所属しています。私たちケアマネジャーの基礎職は看護師、介護福祉士、作業療法士などと多様な専門職から構成されており、その専門性が利用者様の支援に活かされる利点もあります。また主治医や訪問看護ステーション、訪問リハビリなど様々な関連機関と連携を図り、医療依存度の高いご利用者様もサポート出来ます。

在宅での介護について不安を感じている、介護保険の説明を聞きたい、申請したい等ございましたら、受診の際、お見舞い、健康講座などでご来院された時でも、些細なことでもお気軽に声をかけてください。

ご相談に来られる方の置かれている状況は様々です。相談内容としては、「入院しているが退院した後の生活に不安がある」「両親が2人で暮らしているが、物忘れもあり、食事もしっかりと摂れていないようなので、心配」「家に閉じこもってばかりいるので、外に出て他の人と話が出来たらいいが」などなど有ります。ケアマネジャーはご利用者様ご家族の思いを受け止め、介護サービスを受けられる為に計画（介護サービス計画書：ケアプラン）を一緒に考えていきます。安心して自宅での生活が出来ますように支援していきます。

## 介護保険サービス利用までの流れ

① 介護認定を受ける⇒住んでいる市役所の窓口で申請  
(申請は家族や本人のほか、居宅介護支援事業者や、地域包括支援センターでも可能)

② ケアマネジャーを選んで契約

### ケアマネジャーの仕事

利用者宅を訪問し、状態を確認  
ケアプランの原案を作成  
サービス担当者会議を開催  
ケアプラン完成



③ サービスの利用開始



## 今が旬おすすりめ料理 ～ズッキーニ～

栄養科科長 管理栄養士 榊田真由美

蒸し暑い日が続きますが食事、運動、休養に留意し、本格化する夏に向けて体力の保持を心がけたいものです。この時期に旬を迎える食べ物の一つに「ズッキーニ」があります。

ズッキーニの原産国はアメリカからメキシコにかけてで、日本には戦後になって伝わり、近年スーパーなどで売られるようになった比較的新しい野菜です。見た目はきゅうりに似ていますがかぼちゃの仲間です。完熟した実を食べる普通のかぼちゃとは違ってズッキーニは未熟な実を食べます。かぼちゃの一種ですが、ズッキーニはかぼちゃと比べてエネルギーは約1/7で低カロリー、またカロチン(体内でビタミンAになる)やビタミンCを多く含み、体の粘膜を保護し免疫を強化し、風邪の予防に効果があります。またカリウムも多く含むので体の余分な水分の排出を促し、高血圧の予防に効果が期待されます。ズッキーニは歯ごたえと味がナスに似ており、油を使った料理と相性が高い野菜です。フランスの代表的な料理ラタトゥイユやイタリアのカポナーナは油で炒めて煮込む料理です。

今回はいつでも冷蔵庫にあるような簡単な材料ですぐにできる料理を紹介します。小さなお子さんにも好まれると思いますのでぜひ作ってみてください。

### 【ズッキーニのチーズ焼き】

#### 材料(2人分)

- |          |       |
|----------|-------|
| ・ズッキーニ   | 1本    |
| ・トマト     | 小1個   |
| ・ロースハム   | 2枚    |
| ・とろけるチーズ | 30g   |
| ・塩少々     |       |
| ・オリーブオイル | 大さじ1杯 |

#### 作り方

- ① ズッキーニは7～8mm角の拍子木切りにする。ボールに入れて塩とオリーブオイルを入れてよく混ぜる。
- ② トマトは薄切り、ハムは1cm幅に切る。
- ③ 耐熱の皿にトマトを敷き、ズッキーニ、ハムと重ねて入れる。チーズをのせる。
- ④ 230～250℃に熱したオーブンでチーズに焦げ目がつくまで焼く。



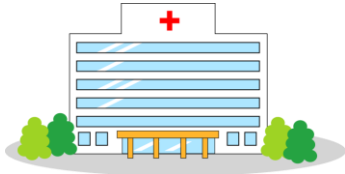


# 高校生1日看護体験を8月20日(火)に行います!

当院では毎年、夏季休暇期間に高校生の看護に関する体験学習を行っております。

「看護師を目指している」「まだ将来のことを決めていないけど医療の現場を覗いてみたい」と考えている高校生に、医療や看護について考えていくきっかけ作りをしています。「ありがとう」という言葉が心に響き、看護のすばらしさを見て、聞いて、感じるができるようお手伝いさせていただきます。

入院患者さんとふれあうこと、医療の現場で働いている人との交流などは、なかなか経験できることはありませんので、この機会に命について考え、関心を深め自分の将来像をイメージしてみてくださいませんか。



## 当日のスケジュール

9:00~	病院集合、看護師ユニホームの着用
9:30~	オリエンテーション、看護部長挨拶、「看護の仕事とは」
10:00~	各講師による看護学校の紹介 (宇部フロンティア大学・県立萩看護学校・萩准看護学院)
11:10~	写真撮影、血圧測定などの体験
12:00~	昼食、休憩
13:00~	各病棟でふれあい看護体験
14:00~	フレッシュナースとの交流会
15:00	解散

以上の企画を準備しております、有意義な体験ができますよう私も楽しみにお待ちしております。

申し込み・お問い合わせ先  
 電話：0837-22-2220  
 担当：4階病棟主任看護師 久行恵美



# 7月

## 全科休診日のご案内

6日(土) 20日(土)  
7日(日) 21日(日)  
13日(土) 27日(土)  
14日(日) 28日(日)  
15日(月) 海の日 休日当番

## 臨時休診・代診のご案内

# 7月

### 【皮膚科】

1日(月) 中村医師 受付 10:00まで

### 【産婦人科】

22日(月)～26日(金)

田邊医師 休診 学会の為

25日(木) 岡田医師 休診



# 8月

### 【皮膚科】

2日(金) 若松医師 休診

### 【耳鼻咽喉科】

9日(金) 平田医師 休診

23日(金) 平田医師 休診

26日(月) 御厨医師 受付 15:30まで

### 【婦人科】

16日(金) 服部医師 休診

### 【内科】

20日(火) 山口医師 休診

22日(木) 山口医師 休診

28日(水) 鈴川医師 休診

28日(水) 田邊医師 休診

29日(木) 篠田医師 休診

※8月28日(水)は内科3診となります。  
かなりお待たせすることが予想されます。ご  
迷惑をおかけしますが何卒ご容赦ください。

## 耳鼻咽喉科特殊外来のご案内

### ○補聴器外来

火曜日(14:00～16:00)

第2、4週…[アリス補聴器センター]

金曜日(14:00～16:00)

第1、3、5週…[九州リオン、めがねセンター]

初めて補聴器をつけられる方はまず、通常外来診察  
時にご相談ください。

## 小児科特殊外来のご案内

### ○乳児検診(要予約)

受付 13:00～14:30

実施 13:30～

1ヶ月…月曜日 4ヶ月…火曜日

7ヶ月…第1・第2・第4木曜日

### ○予防接種(要予約)

曜日…水、金曜日

受付 13:00～14:30

実施 14:00～

BCG、おたふくかぜ、水ぼうそう、日本脳炎、三  
種混合、麻疹・風疹、肺炎球菌、ヒブ

### ○心臓外来(要予約)

外来日時については小児科までお問い合わせくださ  
い。

対象…心疾患全般

### ○発達外来(要予約)

月曜日 15:00～16:30

対象…乳幼児の運動発達、低身長に関すること。

### ○慢性疾患外来(要予約)

火曜日 15:00～16:30

金曜日 15:00～16:00

対象…喘息、低身長などの内分泌疾患、脳波

異常などの神経性疾患、その他腎疾患など

## 産婦人科特殊外来のご案内

### ○母乳外来(要予約)

火、金曜日 13:30～16:00

内容：母乳育児相談を行います。

(哺乳量測定、体重測定、乳房トラブルほか)

### ○母親学級(当院にて出産予定の方のみ)

第3水曜日 13:30～16:00

内容：お産の経過と呼吸法、赤ちゃんの扱い方、  
病棟・分娩室の見学など。

## 受付時間終了後の外来受診について

当院の平日診療受付時間は11:00までとなっております。  
日々、手術や検査が予定されている為、受付  
時間終了後は診察が出来ないことがありますので、診  
察を希望される場合は11:00までに受付をお済ませ  
ください。また診察が出来ない場合は、後日の受診や  
他院での受診をお願いすることがありますので、何卒  
ご理解ください。

外来診療担当医表

平成25年7月分

診療科		月	火	水	木	金	
内科	①	胡麻田 学	森田 高生	胡麻田 学	篠田 崇平	森田 高生	
	②	高橋 規文	山本 普隆	山本 普隆	山本 普隆	高橋 規文	
	③	永富 裕二	山口 裕樹	永富 裕二	永富 裕二	香月 憲作	
	④	香月 憲作	三谷 伸之	鈴川 宗弘	香月 憲作	三谷 伸之	
	⑤	篠田 崇平		田邊 規和	山口 裕樹		
神経内科			秋富 信人				
小児科	①	青木 宜治	青木 宜治	なかむら 中村 たまき 圭季	青木 宜治	青木 宜治	
	②	高橋 一雅	高橋 一雅			高橋 一雅	
外科	①	久我 貴之	平田 健	藤井 康宏	久我 貴之	藤井 康宏	
	②	田中 裕也	尼崎 陽太郎	平田 健	尼崎 陽太郎	田中 裕也	
整形外科	①	宮崎 規行	谷 泰宏	今城 靖明	宮崎 規行	宮崎 規行	
	②	谷 泰宏		谷 泰宏		谷 泰宏	
脳神経外科		貞廣浩和(予約制) 10:30~				池山 幸英	
皮膚科		中村 好貴				若松 研弥	
泌尿器科		松山 豪泰	平儀野 剛	平儀野 剛	平儀野 剛	松本 洋明	
産科		服部 守志	田邊 学	服部 守志	田邊 学	田邊 学	
婦人科		田邊 学	西本 裕喜	田邊 学	岡田 真紀	服部 守志	
眼科		能美 典正				①新井 栄華 ②新井 恵子	
耳鼻咽喉科	午前	①	吉田 周平	吉田 周平	吉田 周平	吉田 周平	吉田 周平
		②	平田 加寿子		平田 加寿子		②平田 加寿子 (第1,3,5) ②池田 卓生 (第2,4)
	午後	みくりの 御厨 剛史	吉田 周平	廣瀬 敬信		中本 哲也	
胃内視鏡		三谷 伸之	中村 宗剛	山口 裕樹	三谷 伸之	永富 裕二	
胃透視		須田 博喜	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師	診療放射線技師	
心臓超音波検査		山本 普隆	高橋 規文	高橋 規文	超音波検査士	山本 普隆	
腹部超音波検査		山口 裕樹	超音波検査士	超音波検査士	超音波検査士	山口 裕樹	

外来診療の受付時間は午前11時までとなっております。尚、急患はこの限りではありません。

耳鼻咽喉科の午後診療受付時間は、14時から16時までとなっております。

(診療時間 14時30分~16時頃)

土、日、祝祭日は全科休診となりますが、急患はこの限りではありません。お電話にてお問い合わせ下さい。