

# 済生ごうっ

## —第3号—

発行日 H17.7.20

ポリテクカレッジの学生たちによる新病院の作品:外来ロビーに展示中



療養病棟の七夕会  
“願いをこめて飾りました”



すっかりお馴染みとなった  
堀江院長の朝の“何でも相談コーナー”



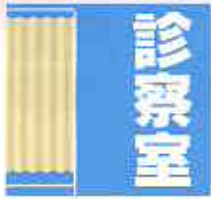
### 島根県済生会江津総合病院

〒695-8505 島根県江津市江津町1551番地

TEL (0855) 52-2550 FAX (0855) 52-5588

[http://fish.miracle.ne.jp/sai\\_sei/](http://fish.miracle.ne.jp/sai_sei/)

[mail:sai\\_sei@mx.miracle.ne.jp](mailto:sai_sei@mx.miracle.ne.jp)



# 熱中症



消化器科

馬場 萬

憲 彰

皆さん、次第に暑くなってまいりましたが、いかがお過ごしでしょうか？暑くなるとご高齢の方や部活動に励むお子さんに気をつけていただきたい病気がございます。

脱水や体にこもった熱がきっかけとなり発症するのが熱中症です。

今回はこの熱中症の予防や対策について少しお話したいと思います。

## 熱中症の起こりやすい状況

- ・前日までに比べ、急に気温が上がった場合
- ・梅雨明けをしたばかりの頃
- ・気温はそれほどでなくとも、湿度が高い場合
- ・アスファルトやコンクリート、草の生えていない砂地など
- ・急に激しい運動をしたとき
- ・体に疲れがたまっているとき

◎熱中症にならないような配慮が必要です。ではどのように防ぐか？

まずは、吸湿性・通気性の良い素材でできた、涼しい服装をすることです。

服装の色も、熱を吸収しにくい白っぽいものを選びましょう。日傘や、つばの広い帽子なども良いです。その上で、きちんと水分補給をすることを心がける必要があります。

体重の3%以上の水分が失われると、体温調節に影響が出るといわれていますので、激しい運動をする際には、体重の変化に注目する必要があります。さて、水分補給のペースですが、のどが渴いた時には、既に脱水が起きていることが多いので、のどの渴いたと感じる前に水分補給をすることが大事です。（スポーツドリンクは生理的に体内に吸収されるように工夫されていますのでお勧めです）炎天下で運動するときには、時間を決めて定期的に飲み物を飲むと良いでしょう。水分補給のほかにも、十分に睡眠を取ること。また、ビタミンやミネラルの不足も良くありませんので、暑くても食事はしっかりと食べましょう。暑さの厳しい真夏は、ビタミンB群を多く含む豚肉がお奨めです。

なによりも、体調の悪いときには炎天下での運動を避けることです。我慢は禁物です。まじめな人ほど、熱中症になりやすいそうです。

◎熱中症になってしまったら？

すぐに活動を中止して、木陰などの涼しい場所に移動してください。十分な水分の補給が必要です。意識がおかしくなるような重症の場合は直ちに病院へ運んでください。熱中症で命を落とすこともありますから侮ってはいけません。また、積極的に体温を冷やすことも大事です。

扇風機や団扇などで風を送ってあげるのも効果的です。

それではみなさん、健康には充分お気をつけて暑い夏をのりきってください。

# 診療科案内



## 小 児科

### 【小児科の紹介】

新生児から中学3年生までを小児科専門医2名で受け持っています。午前中は一般外来ですが、午後は乳幼児健診や予防接種、喘息アレルギー、腎臓や肝臓の慢性外来などを行なっています。学校が終わってからの受診も可能です。また、小児心臓と小児神経発達の外来を大学専門医にて行なっています。



高木 潤 二 たかき じゅんじ

副院長

日本小児科学会専門医

**【自己紹介】** 当院に勤務して20年を超し、最も古株になりました。あの頃は小児科に受診した子ども立派な母親や父親になっておられます。気持ちだけは若く持ち続けて、もうしばらく頑張りますのでよろしくお願いいたします。趣味としては広島カープとサンフレッチェ広島を応援しています。

**【専門分野】** 小児の喘息、アトピー性皮膚炎、アレルギー疾患を多く診察しています。呼吸器系感染症や消化管系感染症、低身長などの内分泌疾患も多く診療をしています。



小西 恵 理 こにし えり

医長

日本小児科学会専門医

**【自己紹介】** 人の基本である「健康なら体を守る」ことについて、子どもたちに伝えていくことができると考えています。趣味は高木先生と唯一の共通点(??)のサッカー観戦とバイオリン、ピオラです。

**【専門分野】** 小児に最も多い呼吸器、消化器感染症を多く診ています。ご希望に応じ育児相談、肥満外来、思春期の方の外来なども行なっております。

# 整 形外科

## 【整形外科の紹介】

当院の整形外科では、骨折等外傷一般と関節や骨の変形等の慢性疾患の診療を行っております。特に力を入れている分野では、容易に日常生活の活動性を低下させてしまう下肢の変形性関節症の治療（関節外科）で、年間50例以上の人工関節手術を行っております。



百田 靖 ももた やすし

部長

日本整形外科学会専門医

【自己紹介】 ゴルフに夢中です。今年こそはシングルプレーヤーを目指します。

【専門分野】 膝の人工関節手術に力を入れています。



能勢 道也 のせ みちなり

医長

日本整形外科学会、西日本整形・災害外科学会  
中部日本整形・災害外科学会、日本骨折治療学会

【自己紹介】 整形外科の医師になり7年目を迎えました。病気についてもっと勉強していかなければならないのは当然ですが、患者様という人を看ることを忘れないようにしていきたいと考えております。最近では、健康のためにゴルフの勉強もしております。

【専門分野】 外傷一般を中心に、特に当地域で頻発している骨粗鬆症などが原因となって発症してしまう骨脆弱性骨折の治療とその予防には力を入れています。



土海 敏幸 とかい としゆき

医員

【自己紹介】 4月より勤務しております。整形外科として3年目ですが、患者様の訴えに応えられるよう日々診療していきたいと思っております。

【専門分野】 医療一般

次回は（10月20日発行）消化器科・放射線科・眼科の紹介を予定にしております。

# 掲 示 板

## 母親教室のお知らせ

平成17年7月～10月の母親教室開催についてお知らせします。

	前 期 教 室*	後 期 教 室
内 容	妊娠中の生活と注意点について 妊娠中の栄養について	お産の生理と過ごし方について 赤ちゃんの栄養について
日 時 (木(13:30～))	8/4, 9/1, 10/6	7/21, 8/18, 9/15, 10/20

医師、助産師、栄養士とともに学びましょう。お気軽にお越しください。

<問合せ先>産婦人科外来または3階病棟

## 島根大学産科婦人科教授による外来診療が始まります

8月より第1土曜日の午前中に、島根大学医学部附属病院産科婦人科の宮崎康二教授が外来診療を担当することになりました。

教授は、産婦人科全般において診療を行っておられ、特に婦人科腫瘍を専門としています。

また、県西部の産婦人科医療・産婦人科医師不足対策にご尽力いただいております。当院から大学病院への救急搬送・紹介にもご協力いただいております。

この機会に当院産婦人科の診療の質をさらに高め、患者のみなさまに安心して足を運んでいただけるように努めてまいります。

## 全館禁煙になりました

平成14年に健康増進法が施行され、病院において喫煙および受動喫煙を防止するための措置を講じなければならないとされています。当院においては、喫煙コーナーを撤去し、平成17年2月1日より全館禁煙を実施しています。

来院者の皆様にはご理解とご協力をお願いします。

## 携帯電話の院内使用について

病院内での携帯電話の使用は、場所を限定して許可しております。

使用される方は、病院という特殊性をご理解いただきマナーモードに設定するなど周囲の方に迷惑のないように使用されることをお願いします。

使用できる場所

外来ホール・病棟ロビー  
病室内（メールのみ）

## 生活習慣病ドックのご案内（自分で作る自分の身体）

当院では、癌・心臓病・高血圧・脳卒中・糖尿病・高脂血症などの病気の予防、及び早期発見のために「生活習慣病ドック」を実施しています。総合的な健康診断を受け、生活習慣を見直されることをお勧めします。

実施日⇒毎週火・金曜日

料 金⇒生活習慣病ドック15,000円、子宮がん検診1,050円、乳がん検診2,100円

<申し込み・問合せ先>人間ドック予約窓口（内線356）

## 『50周年記念史』の発行について 情報をお寄せください

済生会江津病院は地域住民の要請に応え昭和30年4月に木造平屋49床で開院しました。

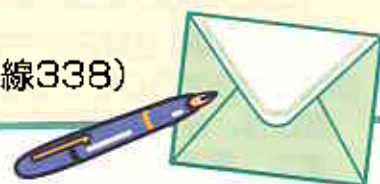
翌年には第1期増改築工事が行なわれ、その後3期の増改築工事を経て現病院となりました。

半世紀を経た建物は老朽化がすすみ、昨年8月にシビックセンターゾーンにおいて新病院の建設が着工され、来年6月に開院の予定です。

また、開院にあわせ「済生会江津総合病院50周年記念史」の発行を予定しております。世紀をまたいで先人たちが営々と築いてきた病院の歴史を、後世に語り継ぐとともに今後の病院の発展に資していこうというものです。

そこで、皆様より当院に関する情報を収集したいと思います。50年もの歴史を語る資料が何分不足しております。写真、新聞の切り抜き…なんでも結構です。下記までお寄せくださいますようお願いいたします。

〈問合せ先〉 記念史担当窓口 総務課（内線338）



## 新・江津病院 ③

### 建設工事の進捗について .....

新病院の建設工事は、晴天が続く中順調に進んでおり、建築部門の出来高は65%を達成し、工事全体で見ても50%を超えています。

現在は工事の主体は内部工事に移り放射線科部門の内壁工事等が進められています。

現病院からも6階高層階の屋上部分とエネルギー棟のひときは高く眼を引く煙突が一望できます。



### こんにちは看護部で～あ .....

皆様こんにちは。看護部長の笹尾孝美です。今回から「済生ごうつ」の紙面1ページに、看護部の紹介をさせていただくことになりました。初回は、看護部の委員会を紹介いたします。

看護部では、病院の理念・方針に基づき理念・方針・年間目標を掲げ活動しています。それらの目標を実現するために、各病棟目標を決定し看護を行なっております。しかし、病棟単独で解決できる課題と患者満足・医療事故・感染・教育など看護部全体で考えなければならない大きな課題を抱えています。それらの課題・問題に対し委員会を設け病棟を超えた取り組み・活動を行なっております。それぞれの委員会の役割分担を紹介いたします。

## 看護業務分担図



**リスクマネジメント委員**…療事故に繋がる因子の収集・分析・改善。今年は転倒に重点を置いています。感染対策にも取り組んでいます。

**基準委員**……………看護の質を保証する基準・手順の見直し作成。来年の新病院にむけ改善中です。

**業務委員**……………看護業務の統一・見直し。病棟により違いが生じないように改善中です。

**記録委員**……………看護記録への助言をしつつ、記録用紙の改善・記載基準の整備に力を入れています。

**固定チーム委員**……………看護方式の固定チームナーシングを病棟で運用するために助言する。チーム活動から効果のあった看護業務の整理を行ない看護基準委員会に提言しています。

**現任教育委員会**……………新卒看護師から経年別研修を行なう。看護師が求める研修の計画立案・実施・評価を行ない看護の質を上げる努力をしています。今年度は考える力・話す力・書く力をつけるような研修を組んでいます。

**看護研究委員**……………看護の質を高めるために、看護研究を支援しています。毎年各病棟の研究発表を行なっております。

**看護助手委員**……………看護助手に対し、看護の心を理解してもらう研修を組んでいます。今年はチーム活動に力を入れています。患者の移動などの勉強会も定期的に行っています。

それぞれの委員会は委員長を中心に活動しています。

委員会報告は師長会・副師長会を通じ各病棟にされます。決定事項は速やかに行動できるようにしています。委員会同士の繋がりは年3～4回の活動状況を報告し共有を図っています。また、昨年度より年度末に各委員会活動報告会も行ない1年のまとめにしています。内容は次回から少しずつ紹介したいと思います。

# 病院もピカピカにして新病院へ移ろう

## 『 凡事徹底 』

“この掲示板、もともとはこんなに白かったんだー”  
 外来の凡事徹底に参加したときにそう思いました。  
 翌日に清掃したところを眺めると、心なしか嬉しく  
 感じたものです。この病院とも来年にはお別れで、  
 新病院に引っ越すこととなります。今後は、凡事徹  
 底の日だからきれいにするのではなく、汚れた所を  
 見つけたら自主的に掃除するように心がけて、新病  
 院の美しさをいつまでも保っていきましょう!!



正面駐車場の花壇にコスモスの苗を植えました。秋が楽しみで～す!!

## よくわかるリハビリテーション

### 言語聴覚療法について

言語聴覚士 平川 智恵子

コミュニケーションの機能の障害（言語・聴覚の障害）、食べる機能の障害（摂食・嚥下障害）がある人に対して、機能向上や維持のための訓練や援助をしているのが私たち言語聴覚士です。

言葉には「聴く・話す・読む・書く」など重要な働きがありますが、脳血管障害を始めとする様々な疾患によって引き起こされる失語症、構音障害、音声障害はこれら言葉の機能が障害された状態です。いわゆる「言語障害」で、比較的耳にする機会も多いのではないのでしょうか。この「話すこと」と同じく口腔器官が密接な関わりを持つのが私たちの生活の中での楽しみの一つ「食べること」です。

近年の高齢化社会に伴い、病院、施設はもちろんのこと在宅介護においてもこの食べる機能に障害を持つ人のリハビリテーションが注目を浴びています。「誤嚥」は食物などが気道に入ってしまうことで、多くは「むせ」を伴い、誤嚥性肺炎を起こすこともあります。嚥下訓練ではこの誤嚥を防ぐために、口腔器官のリハビリテーションや実際に食物を使用して食べる練習を行います。

実際、誤嚥は食事のはじめの一口で起こることが多いと言われ、頭と身体に食事の準備をさせることは誤嚥予防のためには非常に重要です。

食事中や食後にむせが多いなど誤嚥のサインのある方、右図の嚥下体操を食事前に行うことをぜひお勧めします。

**嚥下運動**

①深呼吸3回

②頭の運動(左右に目ず・左右に倒す 各1回)

③肩の体操(上げ下げ3回)

④首筋の伸展

⑤舌の体操(ふくらませる→すぼめる交互に3回)

⑥舌の体操(出し入れ3回)

⑦舌の体操(口の左端→右端 3回)

⑧舌を丸め強く歯を咬み込む(3回)

⑨発声練習(「ひりり」ラララ、カカカカと発声)

⑩深呼吸(3回・①と同様)

## 骨塩定量装置

診療放射線技師 津 枝 寿 雄

平成12年4月に導入され、現在5000件を超す検査数となりました。導入後5年が経過しておりますが、まだ当院の骨塩定量装置の存在をご存知でないかたがおられると聞き、このたび骨塩（骨密度）検査の紹介をさせていただくこととなりました。

骨密度測定で最も広く用いられている方法にDXA（DEXA）法というものがあります。これはエックス線ビームを照射し、骨によるエックス線吸収差を測定し、骨密度を定量しようとするものです。

DXA法における測定部位は、腰椎、大腿骨頸部、全身骨、橈骨（前腕部）、踵骨（かかと）等がありますが、骨粗鬆症による骨折部位として問題となるのは脊椎、大腿骨頸部、橈骨遠位部ということです。これらの骨の評価ができる方法、装置がよいといわれています。

現在当院で使用しております装置は、前腕部で検査をおこなう橈骨骨塩量測定です。この装置のメリットは、骨変形の少ない部位での検査のため高齢者の骨診断が可能であること、検査時間が短く簡易であること、被ばく線量が低いこと等があります。

現在、整形外科および婦人科では積極的に骨密度検査がおこなわれておりますが、それ以外の診療科を受診されておられる患者さまもそれぞれの診療科で骨密度検査の依頼が可能で



検査時間は2分程と短く、検査結果も検査直後にわかります。またその結果をプリントアウトしますので、ご自分で持ち帰ることができます。

骨密度検査に興味をもたれた方は、遠慮なく当院スタッフにお申し出ください。



## 編集後記

蝉の声が日増しに力強く聞こえてきます。皆様、夏バテは大丈夫でしょうか？子供達は楽しい夏休みに入り、朝、子ども会で走ったり、体操をしたりしている姿を見かけほほえましく思っていますが、親にとっては、宿題に頭を悩ます夏休みですね。8月、江津では星高山の絵文字が、くっきりと美しく見られ、又懐かしい顔の帰省客に出会え、そして盛大な花火大会と町全体が活気づいてきます。待ちどうしいですね。

# 済生会江津総合病院外来診療担当医一覧表 (平成17年8月1日より)

診療科		月	火	水	木	金	土
消化器科	①	藤井康善 (消化器科)	大山賢治 (消化器科)	藤井康善 (消化器科)	堀江 裕 (消化器科)	大山賢治 (消化器科)	大山賢治 (消化器科)
呼吸器科 <small>予約</small>	②	萬 憲彰 (消化器科)	鳥大医師 (呼吸器科)			鳥大医師 (呼吸器科)	
神経内科 <small>予約</small>	③		森 俊明 (内科(糖尿・内分泌))		森 俊明 (内科(糖尿・内分泌))	萬 憲彰 (消化器科)	
循環器科 内 科 <small>予約</small> (糖尿・内分泌)	④	大野美和 (循環器科)	中澤芳夫 (循環器科)	大野美和 (循環器科)	鳥大医師 (循環器科)	中澤芳夫 (循環器科)	第1・中澤/第3・大野 (循環器科)
小 児 科 <small>予約</small>		高木潤二	小西恵理	高木潤二	小西恵理	高木潤二	小西恵理
皮 膚 科 (鳥大医師)			14:00~		10:15~		10:15~
放 射 線 科		中村 恩	中村 恩	中村 恩	中村 恩	中村 恩	中村 恩
外 科 <small>予約</small>	①	第2・4・5 塩田撰成	塩田撰成	梶谷真司	小西伊智郎	岡 和幸	岡 和幸
	②	第1・3鳥大 (呼吸器外科)					
	②	岡 和幸	小西伊智郎	第2・4鳥大 (心臓血管外科)	梶谷真司	塩田撰成	
整 形 外 科 <small>予約</small>	①	百田 靖	百田 靖	百田 靖	土海敏幸	百田 靖	土海敏幸
	②	土海敏幸	土海敏幸	能勢道也	能勢道也	能勢道也	
脳神経外科 <small>予約</small>		浅枝正浩	浅枝正浩	浅枝正浩	※第2・4のみ鳥大医師	浅枝正浩	浅枝正浩
産 婦 人 科 <small>予約</small>		山根由夫	山根由夫	坪倉かおり	坪倉かおり	山根由夫	今村加代
泌 尿 器 科 <small>予約</small>		東堀裕司	東堀裕司	竹田昌希	竹田昌希	東堀裕司	竹田昌希
眼 科 <small>予約</small>		佐伯有祐	佐伯有祐	佐伯有祐	佐伯有祐	佐伯有祐	佐伯有祐
耳 鼻 咽 喉 科 <small>予約</small> (鳥大医師)		14:00~	第2・4のみ 14:00~	14:00~		15:00~	9:00~

①第2・4・5土曜日の診療は行っておりません。

②予約制となっている診療科については診察後に担当医と次回来院日を決めていただきます。

なお、電話での予約は行っておりません。また、都合により担当医が変更になる場合があります。

## 特殊外来

		曜 日	時間帯	担当医	備 考	
小 児 科	1	乳児健診	13:30~15:00	高木潤二	要 予約	
				小西恵理		
	2	慢性疾患外来	15:00~16:30	高木潤二		
	3	喘息・アレルギー外来	14:30~16:30	高木潤二		
	4	予防接種	月・水曜日	15:00~16:00	高木潤二 小西恵理	要 予約
	5	神経発達外来	第3木曜日		鳥大医師	要 予約
産 婦 人 科	1	更年期外来	水曜日	14:00~16:00	山根由夫	要 予約
	2	妊婦産後検診	月曜日	14:00~16:00	坪倉かおり	要 予約
	3	女性専門外来	第3土曜日	午前中	今村加代	
	4	不妊外来	水曜日	午前中	坪倉かおり	
	5	鳥大教授外来	第1土曜日	午前中	宮崎康二	
人 間 ド ッ ク ( 日 帰 り )		火・金曜日	8:30~	鳥大医師	要 予約	