県立安芸津病院広報誌

四季だより

夏号 2024 年 7 月（第 95 号）

監修　広報・患者サービス向上委員会
発行　県立安芸津病院
広島県東広島市安芸津町三津 4388
TEL：0846-45-0055

病院理念　私たちは地域の皆様の
健康と暮らしを支えるために力を尽くします

暑苦しく感じることも多いこの頃ですが，如何お過ごしでしょうか。

七月は，旧暦では晩夏(ばんか)とされ，文字からは，夏の終わりという印象を受けますが，晴れ間の炎暑は厳しく，梅雨明けとともに夏の本番が到来します。

今年は「ラニーニャ現象」の発生する確率が高まっているとのことです。

「ラニーニャ現象」とは、南米ペルー沖の赤道付近で海面水温が平年より低くなる現象で、これにより日本では猛暑になる傾向があるようです。

この「ラニーニャ現象」が起きるのがおそらく夏の後半から秋にかけてのようで、秋口の 9 月から 10 月にかけてもまだ真夏日という日が続くかもしれません。熱中症への対策、こまめな水分補給など、健康管理を十分に行って、元気に乗り切ってください。

さて、県立安芸津病院は各種健診に力をいれています、通院ドック・がん検診等をご検討の方は、ぜひ当院での受診をお願いします。

総務課　庶務係　栗栖　利夫

NST について

皆様もご存じのように栄養不足になると抵抗力も低下し、病気を発症したり、病気を治療しても治りにくくなります。また、筋力も低下し動きにくくなり、在宅での生活が困難となることがあります。このような栄養不足の患者様に対応していくのが NST です。NST とは栄養サポートチームのことで、患者様に適切な栄養管理を行う多職種からなる集団です。Nutrition(栄養)Support(サポート)Team（チーム）の頭文字をとり「NST」と呼ばれています。当院では、栄養不足と考えられる入院患者様を医師、看護師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師などが寄り集まって原因を洗い出し、一人一人に適した栄養療法を実施していきます。主に食事摂取が少ない患者様が対象で、飲み込み（嚥下）に問題がありそうな場合は、最近は嚥下内視鏡検査（VE と言います）を行い、嚥下機能を視覚的に診断しています。その後、検査結果に従い最適と思われる食事の形態を選び、食事療法を行っていきます。しかし、どうしても口から十分な栄養を摂取できない患者様もおられ、その場合は、患者様、そのご家族とも十分に話し合い、胃瘻（腹壁から胃にチューブを入れて食品を注入する方法）や中心静脈栄養（心臓の近くの静脈まで点滴のチューブの先端を入れ高カロリーの点滴をする方法）などを選択します。中心静脈栄養は、最近では腕の静脈から挿入可能（PICC カテーテルと言います）で、点滴のチューブを皮膚の下に埋め込んだ場合は入浴も可能です。当院では、各職種が、必要かつ十分な研修を受けこのような専門的な活動を行っています。食事が摂取できずお困りであればご相談ください。

副院長（兼）外科主任部長
髙島　郁博

嚥下内視鏡検査(VE)はじめました！

2023年４月に県立安芸津病院に入職した消化器内科の木南貴博と申します。

専門は肝臓で、前職の広島大学病院では肝腫瘍グループに属して、化学療法等の治療に携わっていました。当院では、主に高血圧、糖尿病、脂質異常症の生活習慣病を診ておりますが、Ｂ型肝炎やＣ型肝炎の治療や、肝機能障害の精査も行っております。入職して１年が経過しましたが、県立安芸津病院に入院される患者様はご高齢の方が多いと感じました。特に、誤嚥性肺炎（食べ物や唾液が気管の中に入ってしまい、起きる肺炎）の患者様は、食事・飲水を中止して、抗生剤で治療しますが、肺炎が治って、飲水・食事を提供しても、また誤嚥して、肺炎が再発してしまう経験がありました。

嚥下機能低下の原因として、加齢や、脳出血・脳梗塞が多く、内服で改善することは難しいです。しかし、食事を摂取できないと、ますます衰弱し、全身機能が低下してしまい、今後の身体機能改善・自宅退院が遠のいてしまいます。そのため、嚥下機能を評価し、嚥下機能低下があっても誤嚥せずに食べられる食事形態を評価するという、嚥下内視鏡検査がありますが、これまで当院でその検査をできる医師がいませんでした。

私は、当院でのより良い治療を提供できればと考え、嚥下内視鏡検査のセミナーを受講し、当院で施行できるようになりました。

鼻からカメラを挿入し、水・食事を摂取してもらい、喉の奥の動きを観察し、食べられる食事形態を検討します。その場で動画を見てもらい、結果説明し、外来であれば帰宅することができます。

誤嚥のリスクが高い患者様が対象の検査であるため、検査中に誤嚥・窒息する可能性はありますが、そうならないように、すぐに吸引できる準備をして検査を施行します。

飲み込みにくい、誤嚥しやすいなどの症状があれば、検査を検討していただければと思います。

消化器内科　医師　木南　貴博

夏かぜについて

感染症というと冬のイメージが強いですが、夏も身の回りで起こっています。今回は「夏かぜ」と呼ばれる夏に流行しやすい感染症について紹介します。

まずはプール熱（咽頭結膜熱）です。アデノウイルスが原因で、名前のとおりプールで感染することがあります。40℃前後の発熱やのどの痛み、充血や目やになどの症状が現れ、１週間程度続きます。次に手足口病です。こちらも名前のとおり、口の中・手・足を中心に水ぶくれができ、38℃以下の発熱や食欲不振、のどの痛みなどを伴います。こちらの原因はエンテロウイルスで、１週間程度症状が続きます。最後はヘルパンギーナです。手足口病と同じエンテロウイルスの仲間が原因で、38℃以上の発熱後、のどの奥に水ぶくれができ、それが破れることで痛みを伴います。

いずれの感染症も、感染者の咳やくしゃみによって飛んだつば（飛沫）が口腔内に入ることや、つばがついたものを触ったり、食事と一緒に口腔内に入ることで感染が成立します。特効薬はなく、治まるまでの間は症状に合わせた解熱剤や痛み止めなどでしのぐしかありません（対症療法といいます）。

感染は食事前やトイレ後の流水での手洗い、症状がある人のマスク着用、といったことで防ぐことができます。一部のウイルスはアルコール消毒の効果がありませんので、夏場も流水・石鹸による手洗いと、症状のある人はマスクの着用、咳やくしゃみをするときにはハンカチなどで覆うなどの予防行動をお願いします。

手術室

感染管理特定認定看護師

中壽賀 弘

糖尿病運営委員会からのお知らせ

糖尿病患者のみなさま災害対策できていますか？2018年７月に西日本を中心とした集中豪雨、この安芸津地区でも大きな被害をもたらしました。多くの方々がつらい思いをされたことと思います。そして、今年に入っても様々な地域で地震や豪雨が発生しています。私たちは、いつ、どのような自然災害に直面するか分からない社会に生きているということを再認識された方も多いのではないでしょうか。

皆様は十分な災害への備えをしておられますか？知識としては持っていても、実際に行動に移すことが重要です。チェックリスト（右表）を利用し、不足している物があればそろえて、いつでも持ち出せるようにしておいてください。

糖尿病用医薬品	チェック	生活用品	チェック
経口薬		貴重品（現金・通帳）	
インスリン自己注射セット		懐中電灯・電池	
血糖自己測定器		携帯電話・充電器	
低血糖用のブドウ糖		携帯用ラジオ	
糖尿病連携手帳		飲料水	
お薬手帳		非常食	
保険証		着替え	
		室内履き	
救急箱	チェック	ウエットティッシュ	
常備薬		ビニール袋	
消毒薬		予備の眼鏡	
絆創膏		メモ用紙、筆記用具	
体温計		洗面用具、タオル	
マスク		トイレットペーパー	
		生活用品	
		軍手	

糖尿病治療薬のインスリン注射薬(ペン型の注射器)や経口血糖降下薬を１週間分は持ち出せるようにしましょう。全く持ち出せなかった場合は、避難所内の救護所、または巡回に訪れる医療救護班に相談してください。避難所の近くに病院や薬局が開設していたら、お薬手帳など持参して相談してください。

当院の糖尿病教室運営委員会では、糖尿病について必要な情報をミニ講座や糖尿病教室で発信しております。どなたでも是非、お気軽にご相談、ご参加ください。多職種で構成のチームスタッフで支援させていただきます。

内科外来　看護師　平川　美枝子・吉田　美由紀

血液製剤について

こんにちは、2024年４月に県立安芸津病院に入職した検査科の原建斗と申します。みなさんは、血液製剤というものをご存じですか？

血液製剤とは、患者さんが輸血を必要とされる時に使用されるものです。私たち臨床検査技師は、輸血検査として血液製剤と患者さんの血液を用いて輸血の前に検査を行っています。

では、血液製剤はどのようにして作られているのかご存じですか？

血液製剤は、人々の献血によって作られています。しかし、近年献血者の減少などの影響で血液製剤が不足しています。特に、O 型の赤血球液という血液製剤は緊急時どの血液型の患者さんにも使用できるため、とても必要とされています。献血は年齢や検査値などの決まりはありますが、無料でできるボランティアだと私は思っています。それと同時に、誰かの役に立てることでもあると思っています。私も年に 2 回献血をしています。私の献血で救われた方がいるのかもしれません。みなさんの勇気ある行動が命を救います。是非興味のある方は献血に行ってみてください。また、血液製剤には何種類かあるので調べてみるとおもしろいですよ。

これからもみなさんの献血で作られた血液製剤を用いて迅速かつ正確に検査して参ります。

臨床検査科　臨床検査技師　原　建斗

水分補給のポイント

暑い夏が続いていますが、水分補給は十分にできていますか？　一般的に高齢者では、少なくとも 1 日に 1200ml 程度の水分を摂ることが推奨されており（『高齢者のための熱中症対策』厚生労働省より）、汗を多くかいた場合は、さらに追加の水分補給が必要です。

では、何を飲むと良いのでしょうか？　屋内で穏やかに過ごしたり、短時間外出する程度であれば、水やお茶を中心に飲むことをおすすめします。一方、スポーツや野外活動、高温の室内で多量に汗をかいた場合は、体内から水分とともに塩分等のミネラルも失われており、経口補水液やスポーツドリンクの併用が有用です。経口補水液は、体液に近い濃度の塩分が含まれており、最も水分の吸収に優れています。スポーツドリンクは、経口補水液と比較し塩分が薄い代わりに、炭水化物が多く含まれており(500ml ペットボトルでは 30ｇ程度＝120kcal 相当)、飲みやすいだけでなく、暑さで食欲が低下した際のエネルギー源としても役立ちます。

ただし、経口補水液やスポーツドリンクばかりを飲むことは避けましょう。たとえば、高血圧や心疾患、腎疾患の方にとっての塩分過剰摂取や、肥満や糖尿病の方にとっての炭水化物過剰摂取は、持病の悪化の一因となり得るからです。清涼飲料水も同様です。

以上のことから、基本的には水やお茶を飲み、適宜、経口補水液やスポーツドリンクも活用しながら十分に水分補給することで、元気に夏を乗り切りましょう。

栄養室　管理栄養士　丸川　沙奈枝

編集後記

夏空がまぶしい季節となりましたが、皆様、いかがお過ごしでしょうか。暑い日が続きますが、こまめに水分摂取に心がけ、熱中症には十分気をつけてお過ごしください。

７月といえば、七夕ですね。七夕は織姫さまと彦星さまが天の川を渡って、年に１度、７月７日の夜だけ会うことを許された日ですよね。また、七夕には短冊を笹の葉につるす方も多いと思いますが、なぜ短冊を笹の葉につるすのかご存じでしょうか。それは、笹は生命力が非常に強く、寒さや暑さ、強風や雪にも負けない丈夫な植物であることからで、神事に使われることが多かったようです。笹の葉が立てる音も神様を招く音と言われ、昔から神聖な植物として珍重されていたようです。今年も短冊にさまざまな願い事を書いて笹の葉につるしてみてはいかがでしょうか。

願い事が叶うといいですね。

その願いも込めながら、今年も院内で七夕コンサートを開催します。日時は７月９日（火）14 時から 15 時半です。患者様・ご家族様、当院に起こしになった方々が少しの間だけでも日常を忘れて楽しく穏やかな気持ちになれるように、歌・ギター演奏・ピアノ演奏等をお届けしたいと思います。是非、ご参加くださいますよう、よろしくお願いします。

副院長（兼）看護部長　胡　美恵