

はなみずき

VOL
30

平成28年 秋号



先日の台風10号では岩手県のグループホームで9名の高齢者が亡くなり隣接する施設でも38名が孤立状態に陥りました。今回の被災施設では町が発令した「避難準備情報」の意味が管理者などに理解されておらず、「避難勧告」が出てから職員が入所者を避難させようとしていたそうです。

災害に関する避難情報には、危険度の低い順から、避難準備情報・避難勧告・避難指示の三段階に区分されています。当院でも八王子市の高齢化の進行に伴って入院患者の高齢化が顕著であり、地理的にも浅川の流域に立地することから、これらの避難情報に対して適切に対応する事が重要です。

「避難準備情報」とは、避難勧告が発令される可能性が高い場合に、一般住民に避難の準備を促すものです。

しかしながら、お年寄りや身体障害者など、移動に時間がかかる災害時要援護者がいる家庭や、当院のような医療機関および施設では、「避難準備情報」が発令された時点で、避難行動を開始する必要があります。

それに対し「避難勧告」は、災害の発生する恐れがあり、避難のため立ち退きを勧めるものであり、さらに危険が切迫した場合に出される「避難指示」は、災害が既に発生している、もしくは発生する恐れが非常に高く、避難のため立ち退きさせる指示と定義されています。

これらの避難情報の違いを十分に理解してお互いに身を守りましょう。



外科部長 北山 卓

検査のお話 検査項目について～腎機能編～

前回より、院内で測定している血液検査項目について少しずつ紹介しています。

1回目は生化学検査と呼ばれる血液検査で主に肝機能を調べる項目についてご紹介しましたが、今回は主に**腎機能**を調べる項目についてご紹介します。



尿素窒素(BUN)

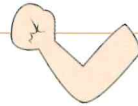
肝臓で合成される老廃物です。血液中のBUNは腎臓で排泄されるため、機能が低下すると血液中の値は増加します。尿また尿路結石など尿路閉塞性疾患では、たまった尿中のBUNが血液に逆流して高値になります。その他、タンパク質を過剰に摂取したり、腸管内の出血、脱水などでも上昇します。



その他腎機能が関わる検査として…

クレアチニン(CRE)

筋肉を動かすエネルギー源の一つであるクレアチンの代謝産物です。血液中のクレアチニンは腎臓から尿中に排泄されるため腎機能が低下すると血液中の値は増加します。クレアチニンの量は筋肉や運動量と関係しており、一般に女性より男性の方が高値に出ます。筋肉量が落ちてくると、クレアチニンの量も減少します。その他尿路結石などの尿路閉塞疾患、ショック、脱水などでも上昇します。



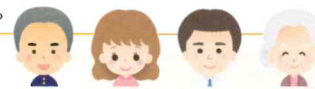
尿酸(UA)

尿酸とは細胞が壊れたり、エネルギーの代謝によってプリン体という物質が分解されて生じた老廃物です。「痛風」の原因物質として知られていますが、尿路結石や腎障害の原因となることがあります。腎不全、悪性リンパ腫、白血病などの疾患や、脱水、高カロリー食、飲酒などでも上昇します。一方、低値を示す疾患には、重症の肝障害があります。



eGFR値(換算糸球体濾過量)

eGFR値とは、腎臓の中にある血液をろ過する「糸球体」がどれくらい老廃物をろ過することができるかを示す値で、腎臓の機能を把握できます。腎障害や、腎機能の低下が続く状態を「慢性腎臓病」といいますが、慢性腎臓病は透析が必要となる腎不全の予備軍であるだけでなく、心筋梗塞や脳卒中などの心血管疾患の非常に強い危険因子であることが分かってきました。eGFR値を用いることで、自覚症状に乏しい慢性心臓病の早期発見が可能と考えられています。左記、血清クレアチニン値をもとに年齢、性別から算出します。



上記の他にも腎機能を調べる検査はたくさんあります。

尿検査や、必要に応じて画像検査等も組み合わせて判断していきます。

臨床検査技師 伊藤 美奈

薬のおはなし

インフルエンザワクチン



みなさんこんにちは！

これからどんどんと寒くなり、インフルエンザが流行する季節となります。

インフルエンザにかかって肺炎にならないためにも、インフルエンザワクチンの予防接種を毎年受けましょう。ワクチン接種と手洗い、うがい、マスクなどの予防もしっかりとし、この冬を元気に乗り切りましょう。

☆インフルエンザワクチンについて、よく質問されることをQ&A形式で書いてみました。参考にさせていただきます。

Q.1 インフルエンザワクチンの接種はいつ頃受けるのがよいですか？

いつ

A. 日本では、インフルエンザは例年12月～3月頃に流行し、例年1月～2月に流行のピークを迎えます。ワクチン接種による効果が出現するまでに**2週間程度かかる**ことから、毎年**12月中旬**までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

Q.2 インフルエンザ予防接種は、希望すればだれでも必ず受けられますか？

だれ

A. 予防接種を受けることが**適当でない人**
・熱がある人・**重篤な急性疾患**にかかっている人
・以前インフルエンザワクチンの接種で**アナフィラキシー**を経験したことがある人
・そのほか、予防接種を行うことが**不適当な状態**にある人

発症

Q.3 インフルエンザワクチンの接種によって、インフルエンザを発症することはありますか？

A. インフルエンザワクチンは不活化ワクチンです。不活化ワクチンは、インフルエンザウイルスの活性を失わせ、免疫をつくるのに必要な成分を取り出して病原性を無くして作ったものです。したがって、ウイルスとしての働きはないので、ワクチン接種によって**インフルエンザを発症することはありません**。

同時

Q.4 他のワクチンとの同時接種は可能ですか？

A. 通常は不活化ワクチン(インフルエンザ、肺炎球菌など)を受けた場合は**中6日**以上、生ワクチン(はしか、風しんなど)の接種を受けた場合は**中27日**以上間隔をおいて別の種類のワクチンの接種を行います。医師が必要と認めた場合には、他のワクチンと同時に接種することができます。

薬剤師 高橋 有生



栄養士のひとりごと

乾燥肌を予防しよう！！



皆さんこんにちは。猛暑が過ぎ、ホッとしている方も多いと思います。

夏が過ぎ**空気が乾燥**してくる秋から冬には“お肌の乾燥が悩み”という方も多いのではないのでしょうか？

乾燥肌とは、文字通り、肌のうるおい・水分が不足して**皮膚の表面が乾燥した状態**の事を言います。

空気中の**湿度が30%を下回ると**肌の水分は蒸発しやすくなります。さらに冬場は**暖房による室内の空気の乾燥**、寒さで**皮膚の血液循環が悪くなり**、**新陳代謝が低下**して**皮脂の分泌が低下**します。

肌が乾燥しやすい条件が一杯です。

乾燥肌を防ぐためには、「水分をしっかり摂る」「保湿成分を塗る」等いろいろ対策はありますが、ここでは**乾燥肌を防ぐビタミン**について書きたいと思います。

ビタミン A	皮膚や粘膜の潤いを正常に保つ働きがあります。動物性食品に含まれるレチノール類と植物性食品のβ-カロテンがあります。動物性は過剰症もあるので植物性食品のβ-カロテンがおすすめです。脂溶性なので、油と一緒に取ることがおすすめです。 (かぼちゃ、ほうれん草、にんじん、春菊など)	
ビタミン B 群	肌のターンオーバーを正常に保ち、不足するとターンオーバーが乱れます。ビタミンB群の中でも、お肌については特にビタミンB2とB6が関わっており、ニキビや肌荒れの治療に処方される場合もあります。ビタミンB群はあらゆる動物性、植物性の食品に含まれており、日本人が普通に食生活を営んでいれば、特に摂取量が不足することはないと言われています。しかし、ストレス、アルコール、妊娠、授乳、加齢、炭水化物や甘いものの過食、激しい運動等はビタミンB群を大量に消費させてしまいます。 (レバー、カマンベールチーズ、納豆、まいたけ、たまご、にんにく、豚肉、まぐろ、うなぎ、さんま)	
ビタミン E	しわやたるみなど老化を引き起こす過酸化脂質を分解します。ビタミンCと一緒に取ると抗酸化作用がさらにアップします。肌の血行を促進し、みずみずしくしてくれます。 (アーモンド、くるみなどのナッツ類、うなぎ、イワシなどの魚介類、アボガド)	
ビタミン C	脂溶性のビタミンEとは異なり、ビタミンCは水に溶けるため、血液によって全身に運ばれます。全身に運ばれたビタミンCは、コラーゲンの生成を促進したり、体内の活性酸素を除去したり、酸化した細胞内のビタミンEを元に戻す作用があります。 (キウイ、イチゴなどの果物、パプリカ、パセリ、芽キャベツ、ブロッコリーなどの緑黄色野菜)	

しっかりビタミンを取って乾燥肌を予防しましょう！！

管理栄養士 橋本 理絵

TOPICS 防犯訓練



先日相模原の施設で19名が死傷されるという悲惨な事件がありました。また近隣の病院では火炎瓶が投げ込まれるという事件も記憶に新しいところです。

当院も病院であり、多くの患者さんたちがいらっしゃるところなので、このような事件は決して他人ごとではありません。

それでは当院の防犯対策はどのようになっているのでしょうか？

当院ではSECOMさんと警備の契約を結んでおります。事件発生時には防犯カメラでの追跡・監視、スピーカーからの威嚇・牽制、警察へ通報、警備員の招集・配置等の対応を行い、事件での被害を最小限に食い止めるシステムになっています。

しかしながらこのシステムは導入以来一度も発動しておらず、(事件が起きていないことなので大変喜ばしいことなのですが…)机上では理解しているものの実際にどのような動きになるのか想像もつかないのが現状でした。

そこで平成28年8月12日にSECOMさん協力のもと防犯訓練を行いました。

訓練内容は、不審者が外来会計窓口を襲撃するというシチュエーションで、不審者役の職員が窓口を襲撃し、窓口職員との問答があり、時間を稼ぎ、その間に実際に非常ボタンを押し、SECOMセンターからスピーカーを通じての威嚇・牽制、警備員到着、不審者との対決、不審者が逃亡するまでを演じ、けが人なし、病院の被害なしという結果で無事訓練は終了しました。

訓練に参加・見学していた病院職員には、不審者役の迫真の演技に爆笑の場面もあり、窓口職員の毅然たる態度に感心し、不審者役と警備員のやりとりに圧倒されるなど臨場感のある印象に残った訓練だったと思います。この訓練を終えて、私達職員は、いざという“その時”に対応できる知識と経験を得て、“その時”に備えたいと思います。

まあこのまま“その時”が来ないといいんですが…。

施設管理室 飯塚 光明

委員会活動

褥瘡対策委員会



褥瘡対策委員会は、医師・看護師・栄養士・薬剤師・理学療法士といった多職種で構成されています。そこで、右田病院での褥瘡対策委員会の活動をご紹介します。

まず褥瘡とは、寝たきりなどによって、体重で圧迫されている場所の血流が悪くなったり、滞ることで、皮膚の一部が赤くなったり、傷ができてしまった状態のことを言います。一般的には「床ずれ」と言われています。褥瘡が出来るようになる要因はいろいろあります。寝たきりの方や栄養状態が悪い方、やせて骨の突出がある方、皮膚が弱くなっている方など様々です。入院された患者様が褥瘡になる危険性があると判断したら早期に褥瘡予防のために高機能マットを使用したり、褥瘡がすでにある方は改善する様に約2時間ごとの体位変換のほかに、清潔ケア・適切な処置(軟膏や貼付剤)を行っています。

褥瘡対策委員会全体の回診は1週間に1回行い、評価・

対策を考え、他は病棟看護師が処置を行っています。褥瘡は患者様に苦痛を与えてしまいますので、褥瘡予防と早期改善に向けて研修会などに参加し知識を高めることで患者様に適切なケアができるよう日々努力をしています。

褥瘡対策委員会 一同



医療法人財団興和会 右田病院

住所:〒192-0043 東京都八王子市暁町1-48-18
TEL:042-622-5155(代表)

理事長 右田 敦之 院長 右田 隆之

従業員数 140名 開設 昭和8年11月

標榜科目

・消化器外科・整形外科・呼吸器外科・乳腺外科
・形成外科・肛門外科・一般外科・消化器内科
・循環器内科・呼吸器内科・一般内科・泌尿器科
・皮膚科・麻酔科・リハビリテーション科・救急科

病床数

●一般病床 62床 ●地域包括ケア病床 20床 計 82床

東京都指定二次救急医療機関/日本外科学会認定専門医制度関連施設
日本整形外科学会専門医師研修施設/マンモグラフィ精度管理中央委員会認定施設
在宅療養支援病院/日本静脈経腸栄養学会NST稼働認定施設
日本栄養療法推進協議会NST稼働認定施設

医療法人財団興和会 右田健診クリニック

住所:〒192-0066 東京都八王子市本町16-17 廣瀬ビル1F
予約専用電話:0120-222-621

院長 右田 徹 開設 平成20年4月

検診内容:乳がん検診・子宮がん検診・八王子市特定検診
女性専用の健診施設 完全予約制

マンモグラフィ精度管理中央委員会認定施設



アクセス

- 京王八王子駅下車徒歩17分
- JR八王子駅下車徒歩22分
- JR八王子駅・京王八王子駅より
「津津木台行」・「ひよどり山トンネル経由創価大学行」
「ひよどり山トンネル経由富士美術館行」・「ひよどり山トンネル経由戸吹行」
上記各バス「八王子郵便局」バス停下車徒歩4分



詳しくは

<http://www.migita Hosp.or.jp/>



<http://www.migitaclin.com>