

蓮田病院理念

“思いやりのある やさしい医療”
“最新の高度医療”

発行：蓮田病院広報部
連絡先：048-766-8111 蓮田病院総務課
発行日：平成26年6月1日

熱中症について

医師 甲斐田 博



熱中症とは暑さによって生じる障害の総称で、熱失神・熱痙攣(けいれん)・熱疲労・熱射病などがあります。

熱失神：起立中や運動中に直射日光に長時間曝露されて、皮膚の血管の拡張と下肢への血液貯留のために血圧が低下し脳血流が減量して起こるもので、めまいや失神などの症状がみられます。通常は足を高くして寝かせるとすぐに回復します。

熱痙攣：汗には塩分が含まれています。大量に汗をかき、水だけを補給して血液中の塩分濃度が下がった時に起こり、痛みを伴う筋肉の痙攣が生じます。食塩水の補給や生理食塩水(0.9%食塩水)の点滴などにより回復します。

熱疲労：大量の発汗による脱水、電解質(ナトリウムなどの塩分)喪失による末梢循環不全で頭痛・めまい・脱力感・倦怠感・嘔気嘔吐、集中力・判断力の低下など症状は様々です。

放置するとより重度の熱射病に移行しますので、入院治療を行います。

熱射病：熱中症の中で重篤な状態で脱水のために熱放散の発汗ができなくなり、過度に体温が上昇して(40度以上)脳機能障害から体温調節ができなくなった状態です。反応が鈍い言動がおかしいといった状態から進行すると昏睡状態となります。高体温が持続すると脳だけでなく肝臓・腎臓・肺・心臓などの多臓器障害を併発し死亡率が高く、発見が遅れると死の危険のある緊急事態であり一刻も早く救急要請し病院搬送の必要がある状態です。

熱中症の事故は、急に暑くなった時に多発しています。梅雨の合間に急に気温が上昇した日や蒸し暑い日などに事故が起こりやすいので注意して下さい。

暑熱環境での体温調節能力には、暑さに体を慣れさせる事が必要です。(暑熱順化)

梅雨明けの暑さに備えて、じっくりと汗をかくようなウォーキングなどの運動を1~2時間毎日2週間くらい行くと良いでしょう。運動中の水分塩分補給を忘れずに守って下さい。

スポーツドリンクの飲みすぎは、糖分が過剰となり高血糖症の浸透圧利尿から脱水を招く恐れがあるので注意が必要です。

熱中症の看護

看護部 副部長 久保木 悦子



熱中症になってしまった場合、応急処置のポイントとしては、「いかに早く体温を下げるか」ということです。初期対応として、①暑い戸外や蒸している室内から涼しい木陰やクーラーの効いた室内に避難し、同時に衣類を緩め風通しを良くします。②次に冷たいタオルなどを使って体を拭いたり、首の周りや脇の下を冷やしたり、うちわなどで扇ぐなど、体を冷やすように努めます。③意識障害や痙攣を起こしているような場合は、直ちに救急車を呼び到着するまでは体を冷やす処置を続けることが大切になってきます。

病院での処置としては、冷やした補液を行うなど、体内からの冷却も試みます。また、乳幼児や子供の場合は、親が十分に気をつけて観察し、予防に努める事が大事です。これからの時期、適切な水分・塩分の補給を行い、体調管理に努めていきたいものです。

『最近のヘリコバクター・ピロリ菌の話』

医師 外科 副院長 兼子 順



日本でピロリ菌に感染している人は少なくとも3千万人以上といわれています。とくに50歳以上の人で感染している割合が高いとされています。しかし衛生環境が整ったことによってピロリ菌に感染している割合は年々減少しており、若い世代では低くなっています。

ピロリ菌に感染すると胃炎になります。ピロリ菌による胃炎は、以下の様々な病気の原因や病気に関連することがわかっています。

萎縮性胃炎、胃・十二指腸潰瘍、胃過形成性ポリープ、胃がん、胃MALTリンパ腫、機能性ディスペプシア(上腹部不定愁訴)、鉄欠乏性貧血、慢性じんましん、など。

胃・十二指腸潰瘍の患者さんの約85%はピロリ菌に感染していて、ピロリ菌がいると、潰瘍に対する治療で一時的に治っても1年後には多くの患者さんが再発してしまいます。ピロリ菌を除菌すると、潰瘍の再発はほとんどなくなりますので、ピロリ菌感染があれば除菌内服治療を行うべきです。

また、早期胃がんに対して内視鏡治療を受けた患者さんにピロリ菌を除菌することにより、別の部位にできる新しい胃がんの発症率が3分の1に減少しました。

本邦の除菌成功率は約75%で再感染率は3%程度とされていますが、最近の南米7カ国の統計によると、除菌に成功した1年後の再感染率が12%もあることがわかりました。除菌が成功したあとでも、胃がんが発見されることがありますので、定期的に胃の内視鏡検査や胃がん検診を受けるようにして下さい。

◆◆◆はい！私たちは管理栄養士です！◆◆◆

栄養科 副主任 大野 泰行

こんにちは。初夏に入り日に日に暑く、食欲も落ちやすくなってきました。そこで、今回は食に関する仕事をしている栄養科の紹介をさせていただきます。

現在、栄養科スタッフは5名の管理栄養士が在籍し、その他17名の調理スタッフで食事を提供しています。病院の食事は多様な種類があり、調理は複雑となるためスタッフ数も多くなります。

なぜ、多様な種類の食事が必要なのでしょう。それは病状に合わせた食事が必要だからです。病院の食事は治療の一環と位置づけられており、これを**食事療法**といい、治療食として提供されます。当院では病状に合わせますと、約14種類の食事がああります。

食事が提供されるまでの過程は、医師から患者様個々の病状に合わせた食事指示があり、それに基づき調理スタッフにより食事が作られ配膳されます。また食事指示には、病状に合わせた食事のみならず、食べやすく加工したり、食事摂取量が少なければ栄養を強化した食品を追加したりと個別に食事内容が違っているため、その食事の内容は更に複雑になります。

管理栄養士は、病棟で直接患者様の食事の様子をみて、どのくらい食べられているか、食べづらくないか、咀嚼や飲み込みができていないかを確認して、医師に適切な食事形態の提案を行います。また、病状を確認し総合的に必要な栄養量が確保できているかを検討し、不足があれば医師に調整の提案を行ったりします。

現在では、入院する患者さんが90歳以上の方もめずらしくない状況です。要介護、寝たきりの方も多く、入院した当初から低栄養の状態であることが非常に多くみられます。栄養状態を保ち、治療効果を上げるためにも積極的に管理栄養士が関わる必要があります。医師、看護師のみならず、リハビリ、薬剤師、管理栄養士などの専門職も加わり、チーム医療で患者様を支えています。

ここまで入院中の食事、管理栄養士と患者様の関わりを話してきましたが、**外来では管理栄養士による栄養相談**も行っています。相談する内容で一番多いのは、糖尿病です。ただしひとつの病気だけでなく、複数の病気をもっていることがほとんどです。なかでも高血圧を併せてもつ方が非常に多く、いずれも**食事療法の基本となるのは、摂取量、栄養のバランス、塩分の制限を行うこと**です。意外と普段何を食べたか気にしないのではないのでしょうか。

まずは意識的に食習慣を見直してみる必要があります。私たち管理栄養士は、患者様個々の症状、病状を踏まえた栄養相談を行っています。希望される方は医師にご相談下さい。予約を受けて個室で相談させていただきます。

最後に、健康、医療の根幹は「栄養」にあります。当たり前のことですが、口から食事が摂れることが重要なのです。同じエネルギーを点滴で補うことと、食事として口から「食べる」ことは同じではありません。生活の質や菌やウイルスに対する抵抗力、栄養状態も上がってくるものです。不安なことは管理栄養士に是非、ご相談ください。



ふたたび乳がん検診のすすめ

乳腺外科 東 靖宏

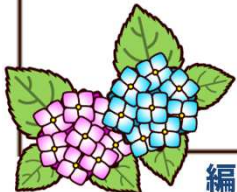
以前にも蓮田病院の広報に“乳がん早期発見のために”と題して検診受診をおすすめ致しましたが、いよいよ今年も6月から市の乳がん検診が開始されます。

乳がんは日本人女性にとって最も罹り易いがんで、女性の8人に1人は乳がんになると言われています。45～54歳の年齢層に多く発症します。乳がんを早期に発見すれば、乳がんで命を落とすことが少なくなるのはもちろんですが、乳房を残す手術も可能です。

早期発見のためには、マンモグラフィーを用いた検診が最も有効です。皆様が一人でも多く乳がん検診を受診されることを希望しております。



プロフィール 元埼玉県立がんセンター病院長
日本乳癌検診学会特別会員
埼玉県医師会がん検診医会乳がん検診部会 部会長
日本外科学会専門医



編集後記

ついこの間まで春の気配を感じていたはずなのに、最近では蒸し暑さを感じる季節になってきました。蓮田病院でも5月から省エネ対策の一環としてクールビズを展開中です。また、サービス向上の一環として現在段階的に病室のリフォームに取り組んでいます。工事期間中は何かとご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、入院される患者様の環境改善として進めていますのでご理解をいただければと思います。特に6人部屋を4人部屋に変更して一人当たりの面積を広くすると同時にクローゼットも標準設備として備え付ける予定です。個室も冷蔵庫付き床頭台・ユニットバス・トイレ等充実させていきます。具体的な運用開始時期は7月を予定しています。是非、リフォーム後の病室にご期待下さい。

広報委員 恒松秀臣

蓮田病院公開講座のお知らせ

日時：平成26年8月1日(金) 14:00～15:10

場所：蓮田病院内 C棟6階

講師：1. 頑張れ骨と関節

整形外科医師 (山田晃史)

2. 骨のお話

放射線技師 (山田 孝)

参加費：無料

問い合わせ：蓮田病院 病診連携室

TEL 048-766-3660