広島共立病院情報誌
きょうりつ便り
Vol.13 夏号
2015.6.June
広島共立病院 検索
http://www.hiroshimairyo.or.jp
きょうりつ便りのバックナンバーをホームページに掲載しています。

〈メディカル最前線〉

子どもの急性中耳炎

子どもが風邪をひいたら、中耳炎にも気をつけましょう。

広島共立病院 耳鼻いんこう科
大橋 一正 医師

乳幼児が風邪をひくとなりやすい中耳炎

乳幼児が罹りやすい病気の一つが中耳炎です。0歳～6歳までに罹る率が圧倒的に高く、風邪と共に発症することが大半です。原因は細菌が鼻から中耳に入り込み、炎症を起こすことによります。成長途中の乳幼児は耳管が未発達で充分な長さがなく、角度も水平に近いため、細菌が入りやすいことが主な要因です。

症状は耳痛や耳だれ、発熱、耳がふさがれたような感じなどがありますが、乳幼児は症状を訴えることができません。発熱、理由もなく泣く、機嫌が悪い、耳を触ったり痛がったりするなどの変化があれば中耳炎が疑われます。特に風邪をひいている時にこれらの様子が見られたら、耳鼻科で診察を受けてください。

治療は基本的には痛み止めと抗生剤の服用になります。ただし、症状が軽い場合は抗生剤を使わず治療したり、細菌の種類によって的確な抗生剤を集中して投与するなど、臨機応変に対応していきます。また、鼓膜の様子を見て、うみがたまって腫れているようであれば切開してうみを出す方が治りは早いでしょう。自然にうみが出る場合もあるので、鼓膜の様子を見ながらの判断になります。

耐性菌の増加で治りにくくなる傾向も

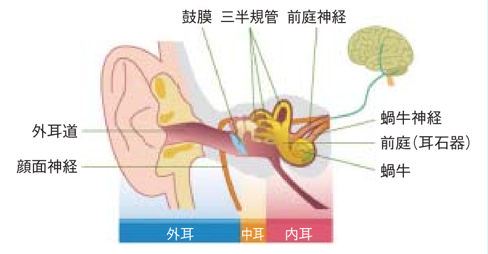
最近問題になっているのは、抗生剤が効きにくい耐性菌が増えていることです。抗生剤を的確に使用しなければ中耳炎が治らないだけでなく、さらに薬剤耐性菌を増加させることにもなりかねず、漫然と抗生剤を使用しないように配慮しています。

こうした耐性菌が増えている原因の一つに、集団保育などによるばい菌の蔓延が考えられています。共働き家庭が増え、乳幼児が保育園など集団で生活する機会が増えたことが背景にあるようです。

中耳炎は治るまでに時間がかかります。子どもが痛がらなくなってもきちんと薬を飲ませ、完治させることが大切です。自己判断で薬を止めると滲出性中耳炎になることもあり、治るまでにさらに時間を要します。

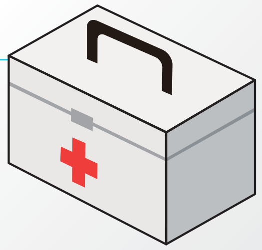
予防はできるだけ風邪をひかせないことしかありません。夏場はプールを気にされる方も多いようですが、ほとんど関係ないので、のびのびと泳がせてあげましょう。

耳の構造



一般社団法人
日本耳鼻咽喉科学会
HPより

もし夜中に中耳炎でぐずったら？



◆夜中に中耳炎になって痛がる子どもは、氷のうなどで耳の後ろを冷やし、一晩様子を見守ってください。座薬などの痛み止めを常備しておくと良いでしょう。
◆耳だれが出ても、耳栓はしないこと。そっと拭ってあげてください。
◆鼻水をためないことも大切です。鼻水を吸ってあげるとラクになります。

お仕事カルテ

患者さんが最期までその人らしく過ごせるように支援

緩和ケア

緩和ケアの業務やスタッフを紹介します。今回は緩和ケア病棟・竹田恭子看護師長が緩和ケアの実状について語ります。

たくさんの期待と注目の中、始まった緩和ケア

新病院移転新築に伴い、昨年10月から開設された緩和ケア。安佐地区唯一の施設として多大な期待をいただき、現在は毎週水曜日・金曜日の午前中に外来の診療を、病棟では医師・看護師・薬剤師・医療福祉相談員・栄養士・病棟事務がチームで対応しています。

緩和ケアといえば、以前は最期の拠り所=死に行く場所というイメージがあったかと思います。近年はがんと診断された時点から、治療と並行して身体的・精神的、そして経済的な苦痛を取り除くことを緩和ケアと考えています。ですから、入院治療により痛みが緩和され症状が落ち着いたら、在宅治療に切り替えることも可能です。

患者さん一人ひとりについて
チームで対応します

緩和ケアは患者さんが主人公であり、患者さんを支えるご家族や友人などを含め患者さん本人の思いを尊重して苦痛のない環境を提供し、最期の時間をその人らしく過ごしていただくための支援が目的です。

その人らしい人生を全うするためにきめ細かく支援

緩和ケア病棟は4階東側にあり、ベッド数19床で全室個室です。洗面台と車椅子でも入れるトイレ、ご家族用のソファベッドを完備。食堂を兼ねた広いディルームとウッドデッキを用いたベランダを設け、コミュニケーションスペースとして活用しています。

緩和ケア病棟
竹田 恭子 看護師長

病棟では人生のひとときを一緒に過ごす月に一度のイベントを行う他、誕生日には担当の看護師がバースデーカードを作って、当日に歌のプレゼントと共に渡すなど、アットホームな雰囲気づくりを心がけています。また、飼っているペットとの面会もOKで、患者さんには大変喜ばれています。

ボランティアにも
ご協力いただいています

私たちは、患者さんやご家族が残された時間をどう過ごしたいか、何をしたいかに耳を傾け、その人らしい人生を全うできるよう全力で支援しています。

在宅緩和ケアパス導入!

在宅療養されているがん患者さんを、地域の医療チームが連携して支援していくシステム「在宅緩和ケアパス」を活用していきます。

メディカルフィットネス共立が旧広島共立病院東館1階に新設移転し、

いよいよ7月にグランドオープン!

ウォーキングマシンは
5台から10台へ!

人気のニューステップは
3台から6台へ!

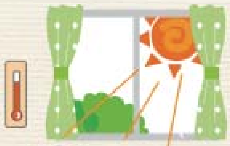
7月にメディカルフィットネス共立が旧広島共立病院東館1階にグランドオープン。スペースもマシンも2倍になって、のびのびと時間を気にせず運動していただけます。例えば、ウォーキングマシンは10台に、人気のニューステップは6台に。筋力トレーニングマシンは台数も種類も充実。スタジオは、35名程度がのびのびと動ける広さになりました。また、休憩スペースを新たに設置。テレビもあり飲食もOKなので、会員さん同士の交流の場として利用できます。もちろん、これまで同様、安心・安全・効果的なプログラムを提供。医療スタッフによる健康づくりをしっかりバックアップします。新しくなるメディカルフィットネス共立に、ご期待ください!

健康ひと言アドバイス

梅雨明けから要注意！熱中症にそなえる

夏が来ると必ず話題になる熱中症。7～8月がピークですが、実は梅雨明けからすでに熱中症のリスクは高まっているのです！保健師の西本奈々恵が熱中症についてアドバイスします。

乳幼児や高齢者は特に気をつけて



熱中症とは、暑い環境にいることで体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調整ができなくなることで起きる症状です。重い場合は命に関わる危険な病気です。

熱中症を引き起こす原因は「環境」と「からだ」が考えられます。「環境」は高温多湿、風が弱い、日差しが強い、急に暑くなるなど。「からだ」は高齢者や乳幼児、肥満の人、高血圧や糖尿病などの持病がある人、暑さに慣れてない人、体調が悪い人などです。乳幼児は身長が低いため地面の照り返しを受けやすく、汗腺も未熟なので、しっかり様子を見ることが大切です。また高齢者は、暑さを感じにくく汗をかきにくいので、熱中症になりやすいのです。しかし、クーラーの効いた室内での労働、運動習慣がないなどで暑い環境に慣れていなければ、若い人でも熱中症になる可能性は充分あります。

夏前に暑さに負けない体づくりを！

保健師　西本 奈々恵

熱中症は、①暑さを避ける②こまめに水分や塩分を補給する③服装に気をつけるなどにより防ぐことができます。①は外出時に日傘や帽子を使う、室温は28℃・湿度70％以下にして扇風機を組み合わせて体感温度を下げるなど工夫します。ブラインドや打ち水なども効果的。②は喉が渇く前、暑い場所に行く前に水分補給を。塩分はスポーツドリンクを飲む、梅干しや塩飴を摂るなどで補います。ただし、高血圧や糖尿病などの持病がある人は、摂取量を主治医に相談してください。③の服装は、吸汗・速乾素材にし、襟元はできるだけ緩めます。熱を吸収しやすい黒色系より白色系で。額や首回りを冷やす保冷グッズも活用します。

熱中症を防ぐためには、夏前の体づくりが大切です。やや暑い環境（気温25～30℃、湿度50～79％）で、ややきついと感じる運動（速歩など）を1日30分間、1～4週間続けます。早めの熱中症対策で、夏を元気に過ごしましょう。

こんにちは！ご近所ドクター

広島共立病院では、地域の開業医ドクターと連携しながら患者さんをサポートしています。

片山内科・小児科医院

〒731-0154
広島市安佐南区上安6-26-1
TEL.082-878-5589
院　長／**片山 健**（たけし） 先生

診療科／内科・小児科
外来受付時間／
8:30～12:00、14:30～18:00
休診日／木曜・土曜午後、日曜日、祝祭日

患者さんの思いを最優先した在宅医療を支援

Q. 片山内科・小児科医院の特徴は？
A. 患者さんは赤ちゃんから高齢者まで幅広く、最近は一人暮らしの高齢者が増えて、在宅介護のニーズも高まっています。

Q. 先生が診察時に心がけておられることは？
A. 患者さんとご家族の話にしっかり耳を傾け、誠意を持って丁寧に診ています。その上で的確な対応をしていきます。

Q. 地域に対する思いは？
A. 「在宅医療も入院ベッドの一つ」と考え、さまざまな医療従事者と連携して、在宅医療を支えていきたいです。患者さんの希望をできるだけくみ取り、苦痛のない生活をサポートできれば、と考えています。

Q. 広島共立病院との連携は？
A. CTやMRIなど高度な画像検査、そして急性期の患者さんの入院など、広島共立病院にお願いしています。また、緩和ケア病棟があるので、患者さんの要望があれば連携をとりたいですね。

トピックス

ぶどうの会(糖尿病患者会)総会が開催されました!

4月25日(土)にぶどうの会(糖尿病患者会)総会が会員16名、職員5名、合計21名の参加者で開催されました。総会では年間活動目標と会計の報告、自己紹介、昼食、会員の体験発表や森下医師による当院で始めた心臓CTについての学習会がありました。森下医師も毎回行事に参加、学習会も行い交流を深めています。1年間の主な活動は、総会、料理教室2回、ウォークラリー、一泊旅行、クリスマス会などです。

新入看護職員研修を行いました!

今年度13名の新人看護職員を広島共立病院に迎えました。医療生協の全体の研修後、4月は「看護業務を実践するにあたり、必要な知識・態度を学ぶことができる」を目標に配属前新人職員研修を実施しています。看護倫理、排泄ケア、電子カルテ、感染管理、食事援助技術、採血の実際、輸液についてなど、技術実習の中では自らも患者体験をし、患者の気持ちを考えた手技の確認や練習を行いました。研修内での学びを討議し、各師長、指導者参加の中で発表をしました。夜勤を含めて病棟での看護の実際の見学研修も行いました。患者に寄り添う、患者の視点を重視した看護を先輩の力を借りながら実践しています。

地域まるごと健康づくり「健康教室」開催しました!

2015年3月28日
「もう悩まないで!
知って得する花粉症のお話」
大橋 一正 医師
(広島共立病院 耳鼻いんこう科医長)

2015年4月25日
「お口から始める
健康づくり」
天野 利重 歯科医師
(コープ共立歯科)

2015年5月23日
「外科で行う急性期の手術
急性虫垂炎・急性胆のう炎の手術について」
大田垣 純 医師
(広島共立病院 外科部長)

以上、好評のうちに終了しました。

お知らせ

「健康教室」は当院や地域の医療従事者、「いきいき★健康倶楽部」は当院スタッフが講師となり、地域の皆様の健康づくりをサポートします。事前申し込み不要、どなたでも参加できます。お気軽にお問い合せください。

地域まるごと健康づくり「健康教室」のご案内

●開催場所 安佐南区総合福祉センター 広島市安佐南区中須1丁目38番13号

2015年6月27日(土) 14:00~15:30	2015年7月25日(土) 14:00~15:30	2015年8月22日(土) 14:00~15:30
『薬と毒は紙一重?? ~お薬の安全な使いかた~』	健康教室のテーマや講師が決定次第、 順次広島共立病院のホームページにてお知らせしていますのでご確認ください。	

「いきいき★健康倶楽部」のご案内

●開催場所 広島共立病院 5階セミナールーム

2015年6月25日(木) 10:00~11:00	2015年7月23日(木) 10:00~11:00	2015年8月27日(木) 10:00~11:00
『自宅でできる!筋トレ&脳トレ』 リハビリのあれこれ	いきいき★健康倶楽部のテーマや講師が決定次第、 順次広島共立病院のホームページにてお知らせしていますのでご確認ください。	

お問い合わせ先/広島共立病院 地域連携室 082-879-1111(代)

理　念

患者の人権を尊重した安全・安心で信頼される医療を実践します

基本方針

1. 常に医療水準の向上に努め、質の高い医療を提供します。
2. 患者・住民との共同の営みをすすめ、無差別・平等の医療をおこないます。
3. 地域での、保健・医療・福祉のネットワークづくりに貢献します。
4. 職員教育を重視し、いきいきと成長する専門職を育てます。
5. 平和をつくり、社会保障を守り発展させる活動を強めます。

アクセス ●JR可部線大町駅より 徒歩 約5分
●中須バス停より 徒歩 約3分
●アストラムライン古市駅より 徒歩 約5分

アストラムライン上安駅・大町駅、フジグラン緑井店前より無料送迎バスを運行
※赤矢印は午前7時~9時は進入禁止です。

広島医療生活協同組合
広島共立病院
〒731-0121 広島市安佐南区中須2丁目20-20
TEL.082-879-1111(代)
E-mail kyoritsu@hiroshimairyo.or.jp