

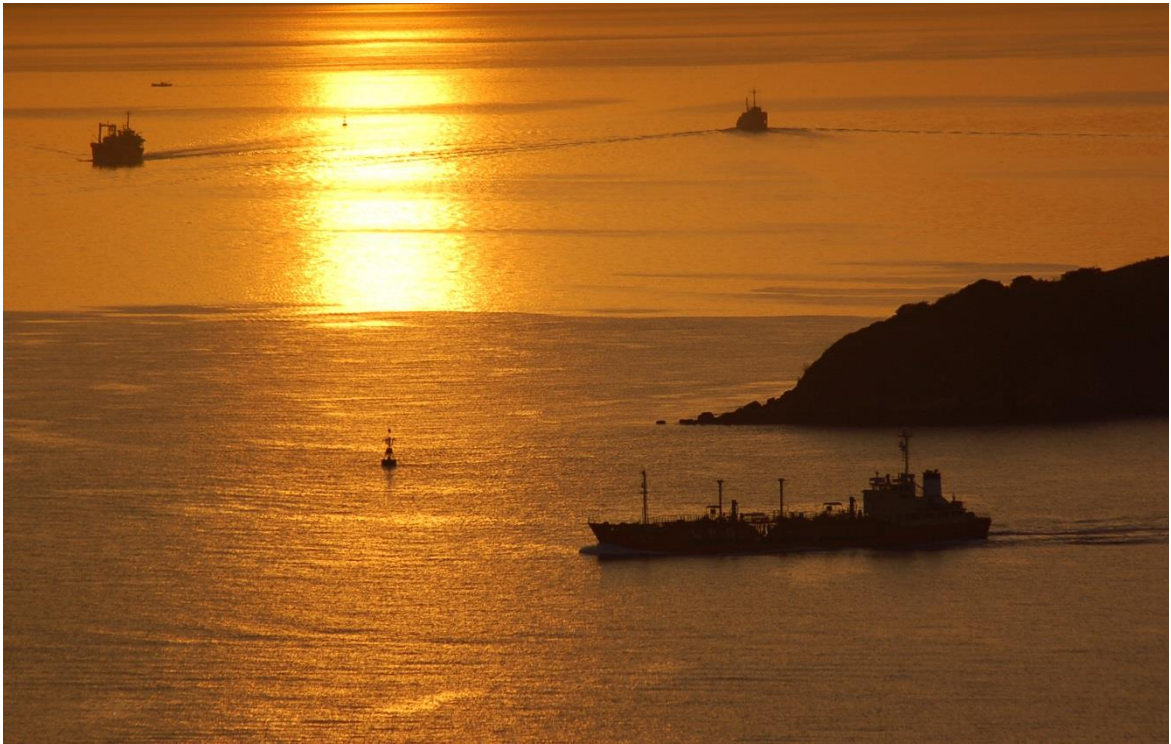
倉敷市立児島市民病院 病院広報誌

「赤レンガ」

【平成28年度・第4号(新年号)】

発行:倉敷市立児島市民病院広報委員会・地域医療連携室

発行月:平成29年1月



謹賀新年

昨年は格別の御厚情を賜り、御礼申し上げます。本年も職員一同、皆様へご納得頂ける医療を心がける所存ですので、何卒昨年同様の御支援を賜りますようお願い申し上げます。

★ 祝 出産 ★

昨年10月に産婦人科医師増員、助産師体制を整え、8年ぶりに分娩を再開いたしました。12月1日には当院にて、待望の元気な赤ちゃんが誕生いたしました。

このうえないうれしい出来事でした。

本年も引き続き、安心、安全な分娩が提供できますようスタッフ一同がんばりますので、宜しく願いいたします。

<目次>

P. 1 表紙 P. 2 「院長挨拶」「緩和ケア認定看護師挨拶」 P. 3 「医療トピックス」
P. 4 「栄養だより」 P. 5・6 連携のひろば（チクバ外科胃腸科肛門科病院）

2017年 新年のご挨拶

～夢あれば、がんばれる、道は開ける～

謹んで新春のお慶びを申し上げます。旧年中は、相変わらぬ温かいご指導、多大なるご支援を賜り、ありがとうございました。おかげさまで昨年は、当院にとりましてとても大きな宝物、転機（新たなステージに羽ばたくチャンス）を得た年でした。分娩の受け入れが再開し、新たな命の誕生に立ち会えるようになったこと、新病院（倉敷市立市民病院）が平成30年1月31日完成へ向けて無事着工したこと、今年はこの二つの翼を育て、コンパクトながら強靱なエンジンを整備し、すべての乗組員が心をつなげてがんばれる、安心、安全で夢ある飛行が出来るようしっかりと準備をしていきたいと思っております。皆様にお役に立てる病院として、診療機能を充実させて、厳しい環境下でも「やさしさ」を忘れない病院、「夢を諦めない」組織にしてゆく所存です。これからも色々ご助言くだされば幸いです。

インフルエンザが猛威を振っています。マスク、うがいの励行はもとより、「こまめな手洗い」が最も重要です。インフルエンザは手から手に伝播します。帰宅後や外出中も特に飲食前には必ず、流水でしっかり手洗いをしましょう。最後になりましたが、本年も皆様にとりまして、よりよい年になりますよう祈念しております。何卒よろしくご挨拶申し上げます。

院長 江田良輔

～緩和ケア認定看護師として思うこと～

緩和ケアとは

重い病を抱える患者やその家族一人一人の身体や心などのさまざまなつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるよう支えていくケアです。（日本緩和医療学会：患者の方々への説明文）

緩和ケア認定看護師の役割とは

がんや重い病を抱えた患者さんやご家族の身体的苦痛、心理的・社会的苦痛、スピリチュアルな苦痛（生きていることの意味や価値・喜びなどを失う苦しみ）を専門的な立場から理解し、実践することで苦痛を緩和し、人としての生活の質を向上させることを第一の役割としています。また、スタッフへの教育・指導を行うとともに、多職種間の橋渡しの役割（コーディネーター役）を担っています。緩和ケアチームの中心的な存在です。

本年1月から緩和ケア認定看護師として入職いたしました川淵朱美と申します。よろしくお願ひします。

私のこれからの活動としては、院内の状況を把握し、緩和ケアが維持向上できるように、院内の教育活動を行い、患者さんやご家族が、主にごんや重い病に対するさまざまな苦痛を緩和できるようにしていきたいと考えています。また緩和ケアチームの一員として、多職種（医師・薬剤師・栄養士・社会福祉士・理学療法士・作業療法士・言語聴覚士など）と協働を図り、患者さんが自分らしく、有意義な時間が過ごせるよう、自己決定を支えられるケア（アドバンス・ケア・プランニング）を推進していきたいと考えています。緩和ケア認定看護師一人では、行える事は限られますので、チーム力を高められるように精一杯の尽力をさせていただきます。

緩和ケア認定看護師：川淵 朱美

医療トピックス



冬にはやる胃腸炎に注意！！

秋から冬、春にかけて嘔吐下痢のお子さんが増えます。嘔吐下痢の原因はいろいろありますが、その多くはウイルス性胃腸炎です。秋から冬にかけては、ノロウイルス、冬から春にかけては、ロタウイルスの胃腸炎が多く見られます。このほかにも、サポウイルス、アデノウイルス、エンテロウイルスが原因となります。

潜伏期間は1-2日で、主に経口、接触感染で広がりますが、飛沫感染も起こします。とくにロタウイルスによる胃腸炎は症状が強く、突然何度も嘔吐を繰り返し水分をとらせても吐いてしまう、おなかを痛がる、高熱が出る、とのことで病院を受診されます。時にはけいれんをおこしたり、まれには意識がおかしくなって脳症にいたることもあります。

最近ロタウイルスのワクチンが普及しています。乳児の早い時期でしか接種できないこと、公費負担がなく料金がかかることが難点ですが、できるだけ接種しておきたいものです。ノロウイルスなど他のウイルス性胃腸炎には予防接種はありません。

ノロ、ロタウイルス胃腸炎ともに治療は同じです。吐いている最中にあわてて水分をとらせても、嘔吐を繰り返すだけなので得策ではありません。嘔吐後2、3時間は飲んだり食べたりしないで、嘔吐が落ち着いてから、経口補水液（OS-1など）、イオン飲料、リンゴジュースなどをスプーン1杯から飲ませて、10分おきくらいに2杯、3杯と徐々に量を増やしてください。水、お茶といった、糖分や塩分の少ない飲み物は低血糖を起こすことがあります。また、一度にたくさん飲ませると吐きやすくなります。少量ずつ水分を与えても嘔吐を繰り返す場合には、吐き気止め薬や場合によっては点滴が必要になることもありますので、病院を受診するようにしてください。

感染を広げないために吐物、便の処理は注意が必要です。ノロウイルス、ロタウイルスともにアルコール消毒は無効です。次亜塩素酸ナトリウム（ミルトンなど）や塩素系漂白剤（キッチンハイター、ブリーチなど）を使います。吐物は手袋、マスクをして、薄めた溶液で拭くようにしましょう。とくに乾燥した吐物は粉状になって舞い上がると吸い込んで感染しますので、吐物を乾燥させないことが重要です。

症状が改善した後も、ノロウイルスは3-7日間程度、ロタウイルスは3日間程度便の中に排泄されますから、おむつ交換のときは、ビニール袋に密封して捨てる、手洗いを確実にやるなど、感染に気をつけましょう。



小児科

医長 寺岡 通雄





栄養だより

「分娩再開！授乳食を提供しています！」

平成 28 年 10 月から分娩が再開し、12 月の初めには待望の元気な赤ちゃんが誕生しました。出産後のお母さんには授乳食を提供しています。バランスよく食べることが基本ですが、授乳時には通常の栄養素の必要量に加えて、**エネルギー**や**たんぱく質**を多く摂ることが必要です。



《授乳期の食事のポイント》

◎いろいろな食品をバランスよく食べましょう。

- ・主食（ごはん・パン・麺）…頭や身体のエネルギー源、おっぱいの素
- ・主菜（魚・肉・大豆・卵・乳製品）…体の形成に必要なたんぱく質源、おっぱいに一定量移行されるため不足しないようにする。
- ・副菜（野菜・海藻・果物）…ビタミン・ミネラル・食物繊維が体調を整える。

◎**血や骨をつくる食品をとりましょう。**…おっぱいはお母さんの血液からつくられます。



そのため、**鉄分**を多く含む、赤身肉・魚・貝類・緑黄色野菜などと、吸収を助ける**ビタミン C**が多い野菜・果物などを一緒に摂ると良いです。また、骨量が低下する時期なので、**カルシウム**を多く含む乳製品・小魚・納豆などを多めに食べるようにしましょう。

◎**水分を十分に補給しましょう。**…おっぱいの 88%は水分。食事と飲み物からこまめな水分補給が大切です。

▲**これらの食品は控えましょう。**

- ・カレー・キムチ・わさびなど辛味の強い刺激物……………おっぱいが苦くなる
- ・コーヒー・紅茶・緑茶などカフェインの多い物……………おっぱいにカフェインが移行する
- ・揚げ物・お菓子・ジュースなど脂肪・糖分の多い物…乳腺炎の原因となる

☆当院では出産後に、祝い膳の提供を行っています。（実施日に制限あり）



和食（鯛の尾頭付き）



洋食（パイリア・ヒレスステーキ）

また、0～4 ヶ月までの赤ちゃんとお母さんを対象に産後ケア入院を行っており、おっぱいに良い食事の提供をしています。是非ご利用ください。

栄養管理科

チクバ外科胃腸科肛門科病院

院長 瀧上 隆夫先生

明けましておめでとうございます。本年も何卒宜敷くお願い申し上げます。平素より児島市民病院の先生方には大変お世話になっております。この紙面を借りまして厚く御礼申し上げます。

当院は、「大腸肛門領域の疾患を中心にした消化器専門病院として、地域に貢献させて頂く」ことを理念として掲げています。

昭和 47 年に現会長の竹馬浩先生が病床数 19 床で肛門科を専門とする医院として、当地に開設されました。竹馬先生は「これからは大腸癌の時代がやってくる。大腸疾患（特に大腸癌）を診るには、肛門を診ずしてはあり得ない」との信念のもと、筆者を昭和 57 年、大腸内視鏡検査の世界的大家、ニューヨーク在中の新谷弘実先生のもとへ研修に行かせて下さり、まず内視鏡検査の充実を図られました。その後、医院を病院へ、19 床を 80 床まで増床、平成 21 年には病床数 60 床、全室個室にした新病院開設と、真に“先見の明”を地（痔）でいく流れになりました。昨年度の実績は、医師 9 名（うち内科医 1 名）、看護師 52 名、スタッフ総勢 109 名で、上下部（胃・大腸）内視鏡検査数 15161 例、開腹手術 251 例（うち腹腔鏡下手術 35 例）、肛門手術数 1164 例で、完全に急性期病院として稼動しています。一昨年に川崎医大より内科医（垂水医師）が着任されたことにより、21 世紀の疾患となりつつある I B D（炎症性腸疾患）にも力を注いでいます。大腸疾患の手術も腹腔鏡下手術が次第に増えています。

冒頭で述べましたように基本の診療は、下部消化管ですが、地域に根ざして、可能な限りの疾患を診させて頂こうというのが全員の心構えです。地域の人々が、毎日を不安なく過ごして頂けるように日々、精進して参ります。児島地区の医療機関と密に連絡をとり、児島の医療の質向上に万全を尽す所存であります。今後とも、ご指導、ご鞭撻の程、何卒よろしくお願い申し上げます。



診療科目 : 胃腸科 外科
 肛門科 消化器外科
 消化器内科
 麻酔科
 所在地 : 倉敷市林 2217
 TEL : 086-485-1755

診療受付時間 :

	月	火	水	木	金	土	日祝
8 : 30 ~ 11 : 30	○	○	○	-	○	○	-
13 : 00 ~ 17 : 30	○	○	○	-	○	○	-

木曜日および日曜日・祝日は休診。

発行者 : 倉敷市立児島市民病院

住所 : 〒711-0921 倉敷市児島駅前2丁目39番地

TEL : 086-472-8111 (代表) FAX : 086-472-8134 (連携室直通)

<http://www.city.kurashiki.okayama.jp/kojimahospital/> (児島市民病院で検索)

編集 : 倉敷市立児島市民病院・広報委員会 地域医療連携室