ボランティア紹介

当病院で活動されているボランティアの方々の活動状況及び作品等をご紹介してまいります。

ギャラリー

絵手紙、笠間焼き人形をご紹介します（1階外来ホール）。

団体では「友部郵便局絵手紙の会」（代表:宮本富子さん）の季節感あふれる作品です。個人では、石橋トキ子さんの「デンドロビュウム」短い言葉でも描いた絵がたくさんの事を語ってくれているようで、いつまでも飽きない。気持ちが伝わります。

笠間焼き人形は、有名な陶芸家小林一富美さんの作品です。皆さんも一度は目にされている事と思います。「森の妖精たち」の中の一コマです。何とも愛らしい人形で、女性なら一つは欲しい作品です。

友部郵便局絵手紙の会（代表:宮本富子さん）

石橋トキ子さん「デンドロビュウム」

小林一富美さん「森の妖精たち」

ご意見Q&A

意見箱より

段差を無くして…

Q 救急室入り口を出たところにある段差を無くして欲しい。以前、段差があるのに気付かず、危うくギックリ腰になりかけました。病院に来る者は皆心配事で一杯です。段差の無い安全な環境が病院には必要です。（入り口を出た所に段差があるのは、非常に危険です。）

A ご意見ありがとうございました。ご指摘のような段差の無い安全な環境を目指し、現在工事中です。暫し、足場の悪い状況が続きご迷惑をおかけ致しますが、もうしばらくお待ち下さい。

付き添い用ベットが…

Q 付き添いが借りるベッドの音がギシギシと動く度に大きな音がして、周りの人に迷惑がかかるのではと、動くことも出来なかった。それと、毛布1枚でも貸していただけるとありがたいと思います。

A ご家族の付き添い用ベッドの音に関しては、直ちに各部署看護師長に連絡し各ベッドの点検・メンテナンスをするように指示しました。また、ご家族の方で付き添いされる方に対しては、無料で寝具類の貸し出しを行うことに致しました。必要時は、看護師にお申し出下さい。

ご意見をお待ちしております!

何かありましたら、各階にございます意見箱をご利用ください。
メールによるご意見もお待ちしております。
E-mail: goiken@chubyoin.pref.ibaraki.jp

市民公開講座 3/15㊏

講演内容「がんについての最近の話題」

講演内容に関連した医療相談も受付いたします、多数の皆様のご参加をお待ちいたしております。

参加無料

- 日時/平成20年3月15日㊏
  [医療相談]12時30分～ [講演]14時～
- 場所/茨城県立中央病院 外来玄関ホール
- お問い合せ/☎0296-77-1121

看護師募集 随時

あなたの成長とキャリアアップをサポートします!

●看護師を目指しているあなたへ ●在宅のあなたへ

編集後記

巻頭写真は雪景色、朝夕の寒さはまだ続きそうです、用心。梅開花の便りや陽が徐々に長くなり春の足音が聞こえてきそう。季節の移り変わりは早いもの、日々の変化を享受したい。第2号冬・春号を発行でき、ほっと‥。

茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター

ほっとタイムズ

2008年2月 冬・春号 Vol.02

IPCH

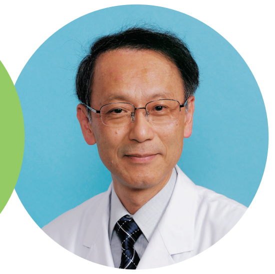
［編集・発行］茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター 〒309-1793 茨城県笠間市鯉淵6528 ☎0296-77-1121
ホームページ http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/cyubyo/

目次

- 院長メッセージ ……P1
- 病院紹介コーナー ……P2
- 病気を知ろう:豆知識 ……P2
- 院内トピックスコーナー ……P3
- ボランティア紹介コーナー ……P4
- 患者様からのご意見Q&A ……P4

院長メッセージ

［第2回］院長の所感!



●院長 永井 秀雄

私は今までに3回入院を経験しました。1回目は大学生のとき自然気胸、2回目は34歳のとき急性肝炎、そして3回目は2年前に肺異常陰影と胆石症で入院しました。最後のときは全身麻酔で胸部と腹部の手術を受けました。

医者が患者になっても不安は普通の人と同じです。新人の看護師さんも本当に心強く思えました。家族や親戚、同僚、友人の優しさが身にしみました。病気になって健康のありがたさをあらためて知りました。それとともに、世俗のさまざまな雑事、恨みや憎しみ、紛争や戦争などがちっぽけなものに見えました。

3回の入院は不思議なことにいずれも冬の季節でした。退院すると間もなく春がやってきました。陽の光を全身に浴びながら生きている喜びを噛みしめたものです。

裸木が芽吹き、花が一斉に咲くと、このことを思い出します。自分の経験が病気を持つかたがたに少しでもお役に立てればという思いも新たになります。

病院紹介

相談支援センターのご案内

●相談支援センター室長　立花 不二夫

がん患者様とそのご家族は様々な不安や悩みを抱えていらっしゃると思います。

県立中央病院では、そのようながんに関する不安や悩みに対応するために、平成19年1月9日より「がん相談支援センター」を開設いたしました。

専任の看護師と医療ソーシャルワーカーが、皆様のお話を伺い、一緒に考え問題を解決できるようお手伝いをいたします。

診断や治療に関する医療相談、医療費や福祉等のよろず相談、退院準備のお手伝い、在宅療養支援、がん医療に関する情報提供等を行っております。

どうぞお気軽にご相談ください。

受付時間●9:00～16:00
場　　所●1階(外来カウンター右横)相談支援センター
対面相談●面談室での相談
電話相談●0296−78−5420(直通)
FAX●0296−78−5421
e-mail●soudansien@chubyoin.pref.ibaraki.jp

病気を知ろう‥

豆知識

「急性心筋梗塞(しんきんこうそく)」とは?

●循環器内科
武安 法之

急性心筋梗塞とは心臓を養う動脈(冠動脈)が突然詰まってしまうことで起きます。動脈が詰まるのは内壁に蓄積した粥腫(じゅくしゅ)と呼ばれる脂のたまり(動脈硬化)が原因ですが、最後は血栓という血のかたまりが急速にできて動脈を塞いでしまうことがわかってきました。怪我の出血が止まるのは良いことですが、細い血管の中で血が固まるとあっという間に動脈は詰まってしまいます。心筋梗塞になる半分以上の人に何の前触れもないのはそのためです。

茨城県における心筋梗塞の死亡率は全国平均よりも高いことがわかっています。そして心筋梗塞で死亡してしまう人の半数以上は、病院に到着する前に亡くなります。心停止を起こす不整脈が起きてしまうからです。

では、**心臓発作の時にどうするかというと**

1. **静かに座らせる。**
2. **119番通報する(救急車を呼ぶ)。**
3. **自動体外式除細動器**
   (AED:automated external defibrillator)を用意する。
4. **倒れてしまった場合は心肺蘇生(胸骨圧迫と人工呼吸)をすぐに行い、できればAEDを使用する。**

心臓発作の徴候とは**❶胸部不快感**:大部分の心臓発作は**胸部中央の不快感**を伴い、それが数分以上続きます。不快な圧迫感、絞られるような感じ、重苦しい感じで、痛みというよりは**鈍い、重い**といった感覚です。**❷上半身の他の症状**:胸部不快感とともに**左腕**や**背中**、**くび**、**あご**や**お腹**の不快感を伴う場合もあります。**❸冷汗や嘔気(はきけ)**が現れることもあります。このような症状が10分以上続いたりあるいは何回も繰り返して起きるような場合は心臓発作の可能性があります。心臓の動脈が詰まり始めているかもしれません。

まずは安静にして一刻も早く救急車を呼びましょう。「私は大丈夫だ。」「心臓発作じゃなかったら笑いものだ。」などともし思ったり言われたりしても必ず救急車を呼ぶことです。ひょっとしたら突然心停止になるかもしれません。その時電気ショックをかける機械がないと命を落とす可能性は一層高くなってしまいます。救急車には電気ショックを与えられる機器(AED:自動体外式除細動器)が必ず載っています。(最近AEDは空港や駅、競技場や学校などみなさんのごく身近に設置されています。公共の場でぜひ一度赤いハートマークにAEDと書いてある看板やボックスを探してみてください)。

もし心臓発作を疑わせる人が倒れてしまったら、胸骨(両側の乳首を結んだ線の真ん中)を両手で強く、速く押してください(=心臓マッサージ)。胸骨を5cmぐらい押し下げるように1分間に100回ぐらいの回数で押してください。人工呼吸はやってもやらなくてかまいませんので、胸骨圧迫を強く・速く行って救急車を待ちましょう。心臓発作で倒れる人の半数は家族の目前で倒れます。有効な電気ショックができるまで絶え間なく胸骨圧迫を強く・速く行うことができれば、倒れた人が助かる可能性が高くなります。

最後に心筋梗塞に関して最も大切なこと、それは予防です。病気になってしまわないかと心配したり、腕の良い医者を探すことではなく、カロリー・脂肪摂取制限をし、禁煙・運動する、すなわち日頃から生活改善をして病気にならないように考え、予防することこそが一番大切なことだと思います。

院内トピックス

防火・防災訓練の実施

「トリアージ」triage

平成19年10月17日実施

トリアージと言うのは一度に多数の傷病者が発生したとき、救急救命士や医師などが呼吸、循環、意識状態をもとに、傷病者の治療の緊急度や重症度の評価を行い、治療の優先順位や病院への搬送順位を決めることです。一人でも多くの人を救命するのが目的です。トリアージを行うに際し、黒:死亡(不処置)、赤:重症(緊急治療)、黄:中等症(準緊急治療)、緑:軽症(軽処置)の区別されたトリアージタッグが使われます。またトリアージを行う人をトリアージ・オフィサーと言い、評価は絶対で異議を認めません。数名からなるトリアージ部隊は、トリアージに専念し窒息と出血の処置しか行いません。短時間に多数の傷病者を冷静にトリアージする行うことは大変な作業です。トリアージタッグは傷病者受け入れ医療機関では簡易カルテとして利用されます。

災害時、医療を円滑に進めるには「災害医療の3T」:トリアージ(Triage)、応急処置(Treatment)、搬送(Transportation)を円滑に行うことが必要で、とくに災害現場におけるトリアージは重要な作業です。

(救急センター長:片田正一)

地域とつながる県立中央病院

●笠間市在住　中澤 まさ さん

この地域に住む私たちは、時としてホームドクターから「大きな病院を紹介しましょう」と茨城県立中央病院の受診を勧められることがある。その「大きな病院」である県立中央病院からこの度、災害時のトリアージ訓練に地域からの協力者をという要請を受け、30名余りが呼びかけに応えた。

参加者は、「トリアージ」という耳新しい用語の説明を受け知識の広がりを得た。更に、怪我や症状の度合いに応じたメークを施され、臨場感たっぷりであった。

日頃、災害現場の中継報道などを見るにつけどこか遠いところの出来事と捉えることもあった。しかし、この訓練で救助される側の体験を通し、トリアージにあたる医療の専門家の冷静な判断が、適確な救助活動に繋がるということがよく解った。

近頃、「協働」という言葉をよく見聞きするが、今回は病院と笠間市消防署の企画に地域が加わった訓練であったと思う。参加者の多くは、病院に親しみを感じ近づいたという感想を述べている。今後も県立中央病院に寄せる地域の思いや、ネットワーク力を活用することで信頼関係、相互関係を深め「大きな病院」の実力を示して欲しいと期待している。

ボランティアと職員による クリスマスコンサート

第70回目のふれあいコンサートが平成19年12月17日(月)に行われました。

●第1部　オカリナとリコーダーの演奏
●第2部　コーラス

内容だけ聞くと「なーんだ、いつもの」と思われるかもしれませんが、今回は看護学生さんの参加(18名)があり、若々しい歌声が響き渡りました。リコーダーの演奏もすばらしく清々しい気持ちにさせられました。職員だけでは出せない雰囲気で大盛況でした。最後に患者様と一緒に“上を向いて歩こう”を歌いました。今回も患者様の優しい笑顔を沢山見せて頂きました。

入院生活に少しでも癒しの風が吹くように、これからも皆様の協力得て“ふれあいコンサート”を続けて行きたいと思います。(ボランティア担当:糸賀三恵子)