院内活動　園芸サークル発足

パンジー、ビオラ、ナデシコ、葉ボタン、水仙、チューリップ、あなたは、どんな花が好きですか?

花をとおして、患者さんや家族の皆様に、少しでも安らぎを感じてもらいたいという思いから、院内の花好きの医師や看護師、事務職員、約20名が集まり「園芸サークル」を立ち上げました。

はじめに、荒れた花壇の石取り。次に、パンジーの種蒔き。その後、緩和ケア病棟となる予定の5中病棟の花壇の整備を行い、ビオラやナデシコ、クリスマスローズなどの花を植えました。また、正面玄関前の花壇に、チューリップや水仙の球根を植えました。

現在は、花壇の水やり作業が中心です。ポットに植えたパンジーは事務局前のテラスですくすくと大きく育っています。春には、救急センター前の花壇に植える予定です。

最近の研究によると、花には癒やし効果があるようです。園芸サークルは、院内の花壇を通じて、多くの患者さんや家族の皆様に、安らぎやほっとした空間を届けたいと思っています。

5中病棟の花壇:花を見ながら外の景色も楽しめる。

くろさる

園芸サークルから派生した手芸仲間:手作りの「くろさる(ふうせんかずらの実を使った人形)」を病棟などに配りました。

ご意見 Q&A 意見箱より

Q 病室の空気清浄機の音が大きくて、うるさく感じます。

A 病棟各部屋のエアコンの吹き出し音を点検しましたが、特に異常はありませんでした。また、無菌室の空気清浄機につきましては、クリーン度を保つために一定の風量を確保しなければならないので、多少、音が大きくなります。やむを得ない環境ですので、何卒ご理解をいただきますようお願い申しあげます。

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。

goiken@chubyoin.pref.ibaraki.jp

病院からの広報　ボランティアさん紹介

外来ホールで活動してくださる「外来支援ボランティア」さんは、来院された皆様に、院内をご案内したり、再診受付機の使用方法を教えてくださっています。少しでも人の役に立ちたいという心掛けで、いろいろなボランティアに30年以上も取り組んでいる方もいらっしゃいます。いつも有り難う御座います。

看護師募集

あなたの成長とキャリアアップをサポートします!

＊質の高い看護と魅力ある職場づくりに努力しています。
＊教育、研修、安全管理体制をしっかり整え、スタッフ全員であなたの成長を支援します。

●看護師を目指しているあなたへ
あなたのやる気を応援します。

●在宅のあなたへ
もう一度「看護の道」にチャレンジしてみませんか?

随時募集しております
電話番号 029-301-6516(茨城県病院局)

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/

IPCH
茨城県立中央病院・茨城県地域がんセンター
2013年1月 冬号 Vol.10

ほっとタイムズ

[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/

ユリノキ
県立中央病院の玄関前に「ユリノキ」があり、四季折々の表情を見せてくれます。

目次

●院長メッセージ ……P1
●病気を知ろう:豆知識 ……P2
●院内トピックス:「感染性胃腸炎の予防と対策について」
「県政出前講座を始めました!!」
「医療機能連携協定について」…P3
●院内活動「園芸サークル発足」……P4
●患者様からのご意見Q&A……P4
●病院からの広報 ……P4

院長メッセージ

[第10回]「新しい医療、地道な医療」

茨城県立中央病院
茨城県地域がんセンター
院長　永井　秀雄

山中伸弥先生がiPS(人工多能性幹)細胞の発明によって2012年のノーベル医学生理学賞の栄誉に輝きました。自分の細胞、たとえば皮膚の細胞から心臓や腎臓、肝臓などが作れるようになるのではないかと期待されている医療技術です。自分の細胞由来であれば、従来の脳死あるいは生体移植と異なり、拒絶反応が一切ありません。臨床応用1号として、iPS細胞から作られた網膜がまもなく臨床応用されるとのことです。網膜疾患で視力障害に悩む患者さんには福音と言えるでしょう。その他の臓器不全に悩む患者さんにも希望が芽生えてきます。

当院でiPS細胞の臨床応用がなされるにはなお時間がかかります。しかし私どもは、日本で、あるいは世界で、既に臨床応用されている先端医療を積極的に取り込もうとしています。ぜひ御期待ください。

一方、脚光を浴びる先端医療ばかりに目を奪われる、あるいは先端医療だけが優先される、これは到底許されることではありません。地道な医療というものがあります。先端医療との対比で言えば、実際の医療現場では地道な医療がはるかに多く行なわれているはずです。そこをおろそかにしてはいけません。さらに古今東西、医療の根幹をなす「医の心」が欠けてもいけません。

患者の皆さまの御期待というのは、新しい医療と地道な医療の両方ではないかと思います。その御期待に何とかお応えしたいと思っております。

病気を知ろう‥
豆知識

最近の透析医療と長時間透析研究会

●透析センター長
有阪　弘明

慢性の腎臓病や糖尿病また長年高血圧を患って慢性腎不全に陥り、人工透析を受けている患者様は、30万人を越え国別では世界一の数となっています。しかしながら透析導入後の予後は平均余命までの期間の半分しか生存できず、糖尿病から透析となった方は平均で5.5年とさらに短いことが報告されています。これは、日本の標準的な透析療法が週3回で1回4時間と徐々に短くなってしまったことに要因があります。実は4時間透析は腎臓の機能の8/100しか補完していない事実があまり知られていないこともありますが、この4時間透析では基本的に低栄養・高リン血症・免疫力低下から脱却することができない状態になり、やすく少なく見積もっても30万人のうち10万人はこの状態にあると推察されます。この状態に対抗し、つらい合併症を減らし、死亡率を低下させ、より充実した透析ライフを送れる治療方法が『1回6時間以上の長時間透析』であります。

長時間透析研究会について

今年11月4日（日曜日）につくば国際会議場で『第8回長時間透析研究会』が催されました。今年は当院が当番幹事で主催させて頂き、医療者・患者様を含め230余人のご参加を得ることができました。長時間透析を主に行っている全国各地の透析施設から、計23題のいろいろな研鑽、工夫や成果を発表し多くの質疑応答がありました。今年は特別講演として、自治医科大学安藤康宏教授より『透析患者の健康増進に向けて』と題し、運動療法の重要性と自分で簡易的にできる運動のご紹介があり、その場で会場の聴衆と一緒に実践させていただきました。また、ランチョンセミナーでは川崎クリニック宍戸寛治院長より、『透析患者における末梢動脈病変（PAD）の診断と治療』の講演があり、今後の予防に生かせる重要なお話でありました。

最後に実際に短時間透析と長時間透析を経験した患者様3名から『長時間透析の素晴らしさと普及と考案』、『私の長時間透析、5年間の報告』、『通常透析、献腎移植、深夜透析、生体腎移植の経験から』の体験談があり、いかに長時間透析がよいものであり、頭で考えているよりずっと楽であることが紹介されました。

家庭透析の指導

前述のように日本の施設透析の保険適応範囲内では、1回4時間で週3回が70%を占めます。しかし、年間死亡率10%で、感染症や心不全の陥る低栄養状態による死亡が約半数を占めます、長時間透析を行うことにより、この2大死因は1/10以下に激減することがわかっています。ここで透析プロダクト（HDP）のお話をしたいと思います、1回の透析時間×（1週間の透析回数）^{2}を透析プロダクトといいます。たとえば、標準透析は4×3^2=36となります。実はこの値が70以上の透析が理想的な透析言われており、患者ADL、合併症、予後なども極めて優れているという報告が多数あります。70以上となるためには、週3回であれば1回8時間、週4回であれば4.5時間、週5回であれば3時間が必要であります。施設透析は1か月に14回という保険適応のしばりがあるため、少ないベット数の施設では実践がほとんど不可能であります。そのため、本年11月より家庭血液透析の指導を開始しております、現在第1例目の患者様が訓練中であります。興味のある方は透析センターまでご相談下さい。

院内トピックス

感染性胃腸炎の予防と対策について

●感染管理認定看護師　宮川　尚美

冬季に起こる感染性胃腸炎の多くはノロウイルスによるものです。1～2日の潜伏期間を経て嘔吐、下痢を発症します。一般に1～2日で軽快しますが、高齢の方や乳幼児では脱水を来し重症化して死亡することもあります。吐物による誤嚥や窒息にも注意が必要です。

以前はカキなどの2枚貝の生食が原因と言われてきました。しかし近年では、感染者が調理した食品を食べて発症するケースや、発症者の吐物や便などから感染するケースが多くなっています。特効薬はなく、治療は対症療法で、脱水予防が重要です。下痢止め薬は、病気の回復を遅らせることがあるので使用せず、整腸剤で対応します。

ここでは、ご本人もしくはご家族が発症した場合における、二次感染を防ぐためのポイントをいくつかあげます。

ご自宅では

- 食事前やトイレの後、調理の前後などにおいて、石けんでしっかりと手を洗います。アルコールは効かないと言われています。症状がなくなった後も、また、無症状でウイルスを排泄しているケースもありますから、感染の有無に関わらず、みんなで手洗いを徹底することが重要です。
- 調理器具は清潔に取扱い、食品の中心温度が 85℃ 1分以上になるようにしっかり熱を通して食べましょう。可能なら症状がある人は調理することは控えましょう。
- 下痢便や嘔吐物の処理の仕方が不十分だと、ウイルスを含んだ粒子が舞い上がり、他の人が吸い込んだりして二次感染を引き起こします。汚物を処理する際には、使い捨てのマスク・手袋を着用し、古布等で吐物・便をふき取り、塩素系消毒剤（1000ppm）で消毒します。使った古布、手袋・マスクはビニール袋に入れて密封して捨てます。処理後はしっかり石けんで手を洗って下さい。
- 洋式トイレで下痢・嘔吐した場合は、蓋を閉めてから水を流しましょう。
- 嘔吐物や便で汚れた衣類は、マスク・手袋をしてバケツなどでまず水洗いし、更に塩素系消毒剤（200ppm以上）で消毒します。洗浄・消毒後は乾燥機、天日干し、アイロンをかけるなどするとよいです。
- 症状がある間は、登校（登園）や出勤はしないようにしましょう。

受診される場合は

- 水分を飲んでも吐いてしまう場合は、早めに医療機関を受診または電話で相談して下さい。
- 受診時は、下痢・嘔吐症状があることを、まずスタッフにお伝えください。
- 嘔吐が続いている場合は、吐物を受ける袋を持参しましょう。
- 病院のトイレや洗面所に排泄または嘔吐した場合は、速やかに病院スタッフまでお伝えください。
- 来院時、トイレ利用の後には石けんで手を洗って下さい。

発症自体を防止することはできませんが、このように、一人ひとりが知識と意識を持って行動することができれば、感染拡大を最小限に抑えることができると考えます。

県政出前講座を始めました!!

県立中央病院の医師・看護師等が、集会や職場などにお伺いし、医療に関し講演会をいたします。健康や医療に関する日頃からの疑問などにお答えいたします。

○申し込み方法

対　象	町内会、市民団体、公益法人、企業等が主催する概ね20名以上が参加する集会など
経　費	講師の講演料、交通費などはかかりません。
申し込み 問い合わせ先	県立中央病院　企画情報室　　笠間市鯉淵6528 電話　0296−77−1121　【内2017】

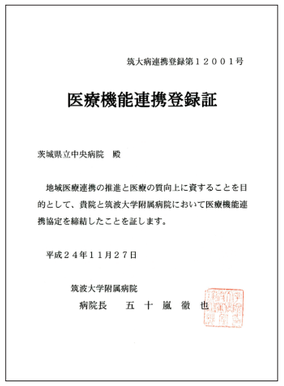
○出前講座メニュー

テ　ー　マ	講　座　概　要
高齢者の介護について	高齢者の介護について、介護の仕方、注意点、直面する問題など現場の看護師がわかりやすく説明いたします。（診療の都合により日程の調整をさせていただく場合があります。）
がん診療（診断・治療・緩和ケア）について	がん診療について、最近の治療方法、緩和ケアなど現場の医師、看護師がわかりやすく説明いたします。（診療の都合により日程の調整をさせていただく場合があります。）
喫煙の害について	喫煙の害について、体への影響、さらに禁煙治療など現場の医師がわかりやすく説明します。（診療の都合により日程の調整をさせていただく場合があります。）
循環器疾患について	心筋梗塞など循環器疾患について、予防、治療方法など現場の医師がわかりやすく説明いたします。（診療の都合により日程の調整をさせていただく場合があります。）
救急医療について	救急医療について、いざという時の対処法など、救急の最前線に立つ現場の医師がわかりやすく説明いたします。（診療の都合により日程の調整をさせていただく場合があります。）

県政出前講座に関しては　http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/bugai/seisaku/demae/top.htm

医療機能連携協定について

平成24年11月27日,当院と筑波大学附属病院は,医療機能連携協定を締結しました。これにより,これまで以上にお互いが有する医療機能をより発揮して,連携を円滑に行うことができ,さらに質の高い医療環境を確保致します。



筑大病連携登録第１２００１号

医療機能連携登録証

茨城県立中央病院　殿

地域医療連携の推進と医療の質向上に資することを目的として、貴院と筑波大学附属病院において医療機能連携協定を締結したことを証します。

平成２４年１１月２７日

筑波大学附属病院
病院長　五十嵐　徹也