

# 県立新発田病院だより

第53号 2015年7月発行

新潟県立新発田病院

〒957-8588 新発田市本町1-2-8  
TEL.0254-22-3121 FAX.0254-26-3874  
<http://www.sbthp.jp/>

## 【当院の基本理念】

1. 県北の急性期高度医療を担い、質の高い医療を提供します。
2. 患者さんに優しく安全で信頼される病院を目指します。
3. 保健福祉・医療機関と連携して地域の基幹病院としての役割を担います。
4. 教育・研修を積極的に行ない、医療の未来に貢献できる人材を育てます。

## 目次

- P 1. 巻頭言  
P 2. 医療情報：ウイルス性肝炎を知ろう  
P 3. 病院トピックス：夏の水分補給について、ミニクイズ  
P 4. 患者さんの声、患者さんの権利、編集後記

## 観察することと観察されること



事務長 石 附 由美子

4月から新発田病院勤務となった。

病院経営は、病院敷地内で完結できるはずもなく、地域と共に歩いていくものと思っている。さらに私自身も新発田病院勤務を機に歴史ある街の魅力をいろいろ知りたいと思っている。

新発田のあやめは有名であり、6月の休日を利用して、あやめ園にスケッチに出かけた。種類の多さと大輪のあやめの華麗さに驚いた。

絵は7年程前に、「イヤになったら、すぐに止めよう。」と思い、鉛筆デッサンから始めたのだが、まだ、イヤにならず続けている。感性や創造性というものを持ち合わせていないが、人物や植物など生あるものをじっくり観察して描くデッサンが好きだ。

2年前から、庭のプランターでゴーヤを育てている。緑のカーテンと食卓のおかずと私のデッサンの対象となっており、働き者のゴーヤである。ゴーヤの細い茎（親つる？）は8~10センチほど伸びるごとに、3本の細いものが出てくる。葉とつぼみとつるとなる。たくさんの花を咲かせるが、実のなるのはその1割にも満たない。

ゴーヤの花に実がなるか否かは、つぼみの時から、その運命は決まっている。つぼみがふくらみ始めた頃、「のどもと」に小さなふくらみができるつぼみがあり、それがゴーヤの実とな

る。花開くずっと前に、その運命は決まっているのである。一生懸命、観察していると、特性が見えてきて、不思議と愛着がわき、「私のゴーちゃん」と密かに呼んでいる。

新発田病院は、地域や患者さんから信頼される病院を目指している。社会や地域のニーズに応え、変革していくことも必要だ。建物の中で業務に従事しているだけでは分からないこともある。外からの眼、関係者や利用者の観察、時には、厳しい言葉があって、初めて気づくこともある。

観察する時も、される時も、大切なことは、真摯に向き合うことではないかと思っている。

右下のカットは、昨年描いた「梅雨の晴れ間」と題した日本画の一部の縮小である。あやめも雨上がりが美しいのだろう。水滴が残っているようなみずみずしい雨上がりのあやめを是非、スケッチしたいと機会を伺っている。





# 熱中症とその対策について

救命救急センター長 木下 秀 則



今年の新潟は梅雨入りが遅く、雨も少ないようです。本格的な夏までもう少しというところでしょうか。これから本格的な熱中症の時期を迎えると言い変えることもできます。熱中症は日差しが強く気温も高い7～8月に発生し、午後2時～5時の時間帯に多いようです。急に暑くなる日やクーラーで体を冷やした翌日など温度変化が急激な時に発生します。梅雨の時期でも湿度が80%以上あるときは汗が出にくくなり、熱中症になる恐れがあります。



## 熱中症になりやすい場所

屋外の炎天下で直射日光を浴びてしまうような場所はもちろんのこと、室内でも温度と湿度が高まると発生します。最近では就寝中など室内でも発症し、救急搬送されたり亡くなられたりするケースも少なくありません。



## 熱中症の症状とメカニズム

体内ではいつも熱が産生されていますが、この熱を外に逃がすことで体温は36℃前後に保たれます。気温が上がると体の表面を流れる血流を増やして熱を逃がそうとしますが、血液の分布がふだんと異なるため低血圧になったり、脳血流が減少してめまいや失神を起こします。また体温が上昇したときは汗をかくことによっても熱を逃がそうとしますが、これにより水分や塩分を喪失して倦怠感、頭痛、筋肉の痙攣（こむら返り）を起こしたりします。さらに体温が上昇すれば細胞や代謝に変化が起こり、重症化することになります。



## 小児の特徴

発汗機能や体温調節が未発達で気温の影響を受けやすい、もともと必要水分量が多いため脱水症状を起こしやすい、ひとりで判断できない等の特徴があります。結果として高熱環境に対して弱く重症化しやすい傾向があります。車中の事故にはくれぐれもご注意ください。



## 若年者・成人の特徴

スポーツや労働中の男性に多い。屋外・炎天下でつい限界まで頑張ってしまう、数時間で急激に悪化することがあります。頑張りすぎない事が大切です。



## 高齢者の特徴

発汗機能や体温調節が低下し、食欲低下や飲水制限から脱水傾向にあったり、服用している薬の影響を受けることがあります。また判断力の低下や独居で周囲の人に気づかれないために重症化することがあります。



## 対策として

- ・暑さを避けましょう。エアコンや扇風機を上手に使い、服装を工夫します。
- ・こまめに水分を補給しましょう。水だけでなく塩分にも注意します。
- ・暑さに備えた体作りをしましょう。不断の努力が大切です。適度の運動や栄養、睡眠もしっかりとるよう心がけます。



## いざというとき

- ・意識があるかどうか確認して、なければ119番に通報します
- ・意識や呼吸があれば涼しい場所へ移動して衣服をゆるめる、うちわで扇ぐ、濡れたタオルで首、わきの下、太腿の付け根を冷やすようにします。
- ・水が飲めるようなら塩分と共に補給します。

環境にくれぐれも注意し、楽しい夏をお過ごしください。

## おくすり手帳はなぜ必要なの？

薬剤部長 大 箭 彰



「おくすり手帳」は、医療機関で処方された薬の情報を記録し、薬の使用履歴を管理することを主な目的として作られた手のひらサイズの手帳のことです。

全てのおくすり手帳が同じではありませんが、共通して必ずあるのが、おくすり手帳を持つ方の氏名や生年月日、住所、電話番号、血液型など基本情報を書く欄です。いつどの医療機関で診療を受けたかという受診記録や、今までにかかった病気を書く既往歴、今までに経験したアレルギーや副作用を書く欄もあります。おくすり手帳で最も多くのページが割かれているのが「薬の記録」です。ここには、調剤日や薬の名前、飲み方、医療機関名、薬局名などを記入できるようになっています。

それにしても、どうしてこんなにたくさんのかを記載する必要があるのでしょうか。それにはちゃんと理由があります。例えば、いくつもの医療機関にかかっているとしましょう。それぞれの医療機関から処方された薬に含まれる成分が重なると、薬が効きすぎて副作用を起こす危険があります。2つの薬を同時に服用したとき、それぞれの薬の作用が強くなりすぎたり、反対に弱くなったり、あるいはひとつひとつの薬では見られない副作用が現れることがあります。もし、医師や薬剤師がおくすり手帳から現在、その方がどんな薬を服用しているかを知ることができれば、効きすぎ（相互作用）を防ぐため、服用中の薬とは成分の異なる別の種類の薬に変更したり、量を調節することができます。おくすり手帳のアレルギー歴からは、アレルギーを起こす原因となる成分が推測できるので、その成分を含まない薬を選ぶことができるなど、おくすり手帳には薬を安全に、かつ安心して使うためのヒントが満載なのです。

こうしたおくすり手帳の役割を十分に発揮させるには、情報がまとまっていることが重要です。何冊ものおくすり手帳を持ち、情報がバラバラだと、その情報を有効に活用できません。複数持っている場合は、1冊にまとめるようにしましょう。そして、おくすり手帳はできれば日ごろから携帯しておくといでしょう。そうすれば、病院・医院や薬局で毎回提示できますし、旅行時に急な事故にあったときなど、服用している薬の内容がわかり、医療機関による救急救命治療がスムーズに進めやすくなります。

おくすり手帳は、一般に薬局で入手できます。もちろん、おくすり手帳は入手した薬局だけでなく、全国どこの薬局、医療機関でも使えます。まだお持ちでない方は、この際、ぜひご用意されることをおすすめします。すでにお持ちの方は、ご自分で購入した市販薬、サプリメントも含め、自分の薬や健康に関する情報がすべて1冊のおくすり手帳に記載されているか、これを機会に一度チェックしてみたいはかがでしょう。

(尚)ナカジマ薬局のHPより 一部改変



**水分補給について正しいものはどれでしょう。**  
**○か×でお答えください。**

- のどが渴いたので、ビールをたくさん飲んだ。
- 運動中は水分補給を行わない方がいい。
- 人間の身体の60%は水でできている。



## 投書箱から

### 《患者さんの声1》

診断書の作成をお願いしてから出来上がるまで日数が掛かりすぎです。必要性があってお願いしているのですから、もっと早く出してほしいです。

### 《回答1》

診断書の作成は、通常、お申し込みから2週間程度の期間をいただいておりますが、提出期日が定められた書類や急ぎの書類の場合は、担当医師にその旨を伝え、極力期限内にお渡しできるよう努めてまいります。

### 《患者さんの声2》

食事での牛乳はそれ以外のものを選べるなんて知りませんでした。そういう細かな説明が欲しかったです。

### 《回答2》

説明不足の点があり、申し訳ありませんでした。当院の食事は選択制ではありませんが、牛乳の飲めない方にはヨーグルトや他の乳製品の変更をご案内するなど、体質や病状、治療上の配慮が必要な患者さんに対しては、できる範囲で食事内容の変更をさせていただいております。お食事でお困りのことがあれば、看護師を通して管理栄養士にご相談ください。

### 《患者さんの声3》

〇〇病棟の看護師の〇〇さん、大変ありがとうございました。日勤を終え帰る時間にも関わらず、私のなくなったおくすり手帳を何度も探してくれました。入院中も〇〇病棟の看護師さん全員が明るくやさしい方ばかりでした。担当して下さった〇〇先生にも大変お世話になりました。

### 《回答3》

ありがとうございました。スタッフ一同うれしく、今後の励みになりました。今後とも患者さん一人ひとりの思いに沿った看護・対応を行っていきたいと思います。

## 患者さんの権利

- 患者さんならびにご家族は、患者さんの病状、医療の内容につき十分な説明を受けることができます。そのうえで患者さんは、自らの希望する最適な治療を選択する事ができます。
- 患者さんは、プライバシーを守られ、個人として尊ばれる権利があります。国籍、人種、信条、社会的身分、経済的状态などによる差別を受ける事はありません。
- 患者さんは、安全で快適な療養環境の提供を受けることができます。また患者さんならびにご家族は、自らの希望・意見を述べることができ、それを尊重される権利があります。

## ミニクイズ ～回答と説明～

- ① × アルコールは利尿作用もあるために、むしろ水分が失われやすくなります。
- ② × 体重の5%以上の水分が失われると脱水症状が現れると言われております。こまめに水分補給をしましょう。
- ③ ○ 年齢や性などによって前後しますが、成人男性の場合、身体の約60%が水分でつくられています。



## 編集後記

さあ夏本番です。今回は熱中症について取り上げました。熱中症対策の参考にさせていただけたらと思います。まだまだ暑い日は続きます。暑さに負けないようしっかり食事、しっかり睡眠で乗り切りましょう。

### 《編集委員》

渡部 和敏	三井田 博	浅野 堅策	齋藤和歌子	齋藤 操	菊池 美紀
廣井 智美	遠藤 陽子	和田 恵梨	片岡 吉和	小見 正之	柴田 貴博