



TOKACHINO
と ち 野

野

OBIHIRO KOSEI HOSPITAL

帯広厚生病院広報誌

2019.7
Vol.63


ご自由にお持ち帰り下さい。



特集

緊急度・重症度の高い
救急患者の命を救う

CONTENTS

 特集 緊急度・重症度の高い救急患者の命を救う……	02
総合支援センターをご存知ですか?……	05
血液検査でわかること「脱水症について」……	06
災害に強い病院……	07
住民イベント告知……	08
うんどうあどばいす 認知症の予防……	09
からだがよろこぶレシピ マッシュルーム……	10
出前講座撰2019……	11
看護の日開催報告……	11



EVENT案内

2019年
8/31

「移植医療フォーラム in Tokachi」
 (北海道移植医療推進財団 道東支部 帯広大会)
 開催日時：2019年8月31日(土) 13:00~
 会場：帯広厚生病院 3F KOSEI Hall

市民講座「考えてみよう!!臓器移植」

緊急度・重症度の高い救急患者の命を救う

十勝における帯広厚生病院 救命救急センターの役割

帯広厚生病院は平成11年5月に救命救急センターを開設し、十勝における救急医療の拠点として、救急車で運ばれる緊急度・重症度の高い患者さんを24時間体制で受け入れています。

救命救急センターは、昭和40年代の交通事故死が増した時代を背景として、国が全国に設置する3次救急医療機関です。一般に救急外来を受診する患者さんは、緊急度・重症度に応じて二次救急（軽傷：外来治療で対処できる疾患）、二次救急（中等症：入院や手術治療を必要とする疾患）、三次救急（重症：生命に危険が及ぶような重症な患者）に区分されます。昨年度、当院救命救急センターを受診した患者さんの数は、10581名（二次救急6982名、一次救急2568名、三次救急1031名）でした。



三次救急発生



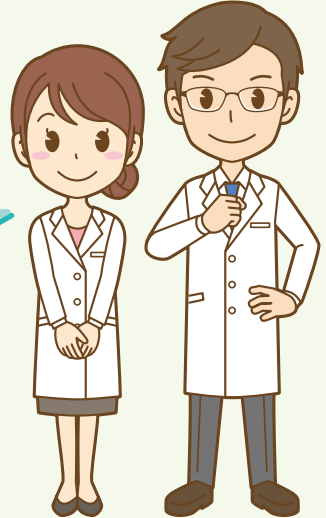
帯広厚生病院 院外
救急搬入口

救命救急センターにて
患者さんを治療。



帯広厚生病院 院内
救命救急センター

24時間体制で
受け入れています。



救急科の開設

救急車で運ばれる患者さんの緊急度・重症度は様々です。一見ありふれた症状の陰に、重大な病気が隠れている場合があります。このため救急搬送された患者さんを診療する場合は、まず初めに緊急度・重症度を適切に判断する事が大切で、当院では平成29年5月に救急科を開設し、緊急度・重症度の評価ができる救急科の医師が、救急車の初期対応を行っています。救急科の開設により、救急車の受け入れや診断・治療の流れがよりスムーズになりました。平成31年4月からは札幌医科大学高度救命救急センターから救急専門医の応援を受け、救急医療体制を強化しています。また、当院は臨床研修病院であり、研修医教育にも力を入れております。救急医療の現場は、研修医教育のための貴重な機会となります。研修医は、救急車搬入時に必ず救急科医師と一緒に診療に参加し、救急医療の基本を学んでいます。

救急ワークステーションの運用

新病院では救命救急センターに救急ワークステーションを併設し、本年4月から救急救命士のトレーニングの場として運用を開始しています。救急救命士は救急現場から病院までの医療を担当する医療従事者です。救急の現場で電気ショックや人工呼吸器などの救命処置を行った後、搬送先医療機関を適切に選定するなどの役割があります。十勝は日本で一番大きな2次医療圏であり、救急搬送に長時間を要するケースが少なくありません。このため病院到着前の医療を担う救急救命士の知識・技術を向上させることが必要であると考えています。将来は災害や多数傷病者発生事故を想定し、救急ワークステーションを消防組織と連携した活動の拠点としても活用したいと考えています。



救急ワークステーションを活用し勉強会も行っております。

新病院での設備

新病院では救命救急センター内の4つの救急初療室で、搬入された緊急度・重症度の高い救急患者の治療を開始します。センターに隣接してX線・CT・MRI撮影室を配置しているため、緊急の画像診断が何時でも可能です。3階にはハイブリッド手術室を含む手術室12室と血管造影室2室を配備し、緊急の手術や血管内治療に対応できる体制となっております。集中治療室は18床あり、最新鋭の医療機器を用いて重症患者の治療を行います。屋上には救命救急センターと直通のヘリポートがあります。帯広から離れた地域で大きな事故が発生した場合は、旭川や釧路からドクターヘリが十勝管内の現場に出勤し、当院屋上ヘリポートを使用して患者さんを救命救急センター内に収容します。事故現場からの時間を置かず速やかに治療を開始し、救命につなげることができます。



X線撮影室



CT撮影室



ヘリポート



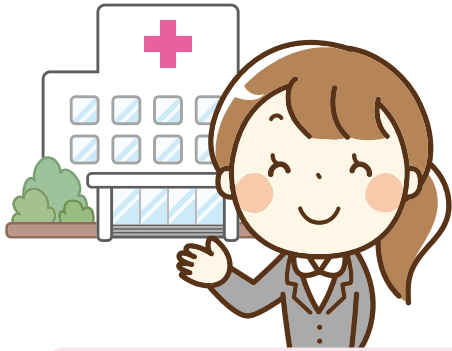
MRI撮影室



救命救急センター処置室

当院は、救急科開設や新病院移転を通じて救急医療体制を強化してきました。今後も十勝における救急医療の中心として役割を果たし、地域救急医療に貢献していきたいと考えています。

総合支援センターを ご存知ですか？



病院で必要な手続きは
ココで済ませる
ことができます



7 栄養相談カウンターって何するところ？



入院及び外来の患者様を対象に
栄養指導を行っています。
個々の患者さんに合わせた
きめ細やかな指導を心掛けています。

実施時間 9:00~16:00

- 栄養指導はすべて予約制となっています。
- 栄養指導を希望される方は担当医師、または看護師にご相談ください。

8 在宅療養材料カウンターって何するところ？



療養生活に必要な医療材料を
患者さんにお渡ししています。

例をあげると…

カテーテル類・栄養ボトル類
酒精綿
針捨てボックス 等です

看護師 2 名・看護助手 1 名でリレー体制を取りながら対応しております。

血液検査でわかること

脱水症について



脱水症とは…

体内の水分が不足している状態を言います

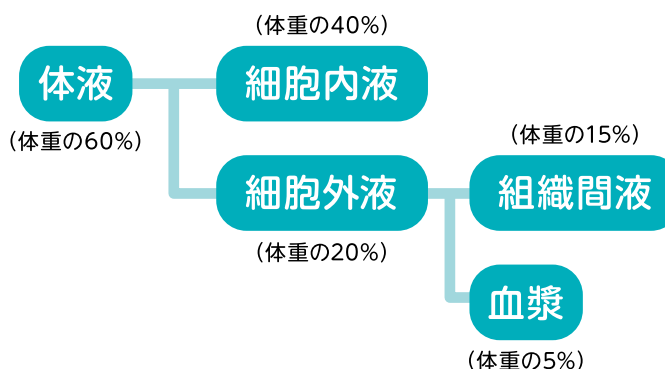
長時間、水分をとらないでいると頭痛、めまいを引き起こしたりします。炎天下の中、スポーツを行っているときは水分だけでなく塩分チャージを!!

そもそも身体の水分って…?



一般人

体の約60%は水分



体内の水分について

3分の2は細胞内液 3分の1は細胞外液
細胞外液はさらに組織間液と血漿に分別されます。

採血結果で把握できるの…?

脱水症は口の中の粘膜の乾き具合、腋の下の湿り具合でも知ることができますが、採血でも判断可能です。脱水症の血液は濃縮されるため通常の赤色⇒黒色へ色調が変化します。

脱水症



血液が濃縮!!



左:濃縮された血液
右:通常の血液



脱水症の血液は通常の血液と比べて黒い!!いや、ドス黒い!!

検査値はどうなるの…?

血液濃縮により…

- Hb(ヘモグロビン)濃度の上昇
- ALBの上昇
- 腎機能悪化
- BUN/CRE比の上昇 …等の所見

水分または塩分欠乏により…

- 塩分欠乏性脱水⇒低Na血症
 - 水分欠乏性脱水⇒高Na血症
- 血中Na(ナトリウム)値が変動します。
Na値の正常値 135~146 mmol/L



災害に強い病院



当院は災害拠点病院に指定されております

災害拠点病院とは、平成8年に当時の厚生省の発令によって定められた「災害時における初期救急医療体制の充実強化を図るための医療機関」です。

災害発生時に24時間緊急対応し被災地域内の傷病者の受入及び搬出が可能な体制を有することや、ヘリコプターによる傷病者や医療物資等のピストン輸送を行える機能があること、災害派遣医療チーム (DMAT) を保有し派遣体制や他医療機関のDMATや医療チームを受け入れる体制があることなどが運営面での要件となっており、施設及び設備面では、耐震構造を有することや、自家発電機等の保有、適切な容量の受水槽の保有や停電時でも使用可能な井戸設備など非常時の水の確保することなどが指定要件となっております。

そのため、病院本棟については、大地震においても人命の安全確保と設備機能を維持できる免震構造としました。



自家発電

電気設備は、万が一に備え、北電の異なる変電所より本線と予備線の2回線にて受電しております。また、北電からの受電が停止した場合に備え非常用発電機が2基設置され、備蓄燃料として60,000ℓのA重油が備蓄できる地中埋設型オイルタンクを2基有しており、燃料さえあれば病院が日常診療で使用する電力量を供給し続けることが可能となります。

地下水の利用

給水設備は、高度な膜処理により地下水を安全・安心な飲料水に変える井水設備と公共水道により水源を二元化することで、非常時にも対応可能な設備となっております。さらに受水槽内に仕切りを設け、給水車からの供給も可能となります。また井水設備は非常用電源に接続されており、停電時にも断水することなく水を利用することが可能です。



クックチル

患者給食は、加熱調理した食品を急速冷却し、喫食時間に合わせて再加熱し提供する「クックチル」を導入しました。これにより、安全に「味」を損なわず3日間の保存が可能となりました。また、食材も常に2日間分を保管しており、常に5日間の患者給食の提供が可能です。

このように、新築移転に伴い、災害時にも継続して診療ができる強靱な施設として、自家発電装置によるエネルギー供給体制や地下水を利用した飲料水の確保など、いざという時に利用者のみならず、広く市民を支えることができる施設となりました。



住民イベント告知



「移植医療」について知っていますか？

本年8月31日(土)に当院3階講堂で、移植医療についての市民公開講座を開催します。移植医療は臓器提供者の善意によって成り立つ医療ですが、日本では臓器提供が少なく、多くの患者さんが臓器移植を待ちながら亡くなられているのが実情です。この機会に、多くの方に移植医療の実情について知って頂きたいと考えております。

「移植医療フォーラム in Tokachi」

(北海道移植医療推進財団 道東支部 帯広大会)

開催日時：2019年8月31日(土)

会場：帯広厚生病院 3F KOSEI Hall

13:00～ 市民講座「考えてみよう!!臓器移植」

① 創作劇

「命のリレー in Tokachi」

一般家庭で起こりうる脳死臓器提供(30分)

十勝すずらの会、地元有志による実例を基準にした創作演劇

司会 濱頭 弥生 共同提供

② 移植経験者の声

移植経験者の座談会「臓器移植について語ろう!」30分

司会:帯広厚生病院 院内コーディネーター 佐伯 猛 看護師

③ 特別講演

北海道における心臓移植の現状(1時間)

北海道大学大学医学研究科循環器・呼吸器外科 名誉教授

華岡青洲記念心臓血管クリニック 院長 松居 喜郎 先生

座長 市立釧路総合病院 病院長 高平 真 先生

認知症の予防

少子高齢化に伴い、社会問題となっている認知症。2025年には700万人（後期高齢者の20%）に増加すると予想されています。十勝でも認知症をテーマにした講演や介護予防の観点から様々なイベントや事業が行われています。

認知症を予防するためには、生活習慣を見直すことが大切です。食事、運動、生活習慣（酒、タバコ、夜更かし等）、頭を使う…と色々な方法があります。

今回は、その中でも頭の体操をいくつか紹介します。

ストループテスト

文字意味、文字色という二つの情報が同時に視覚情報として入ります。色（または意味）に惑わされず答えましょう。

あか→あお→きいろ→みどり→あお
 きいろ→あか→みどり→あお→あか
 あお→きいろ→あか→きいろ→みどり
 みどり→あか→みどり→あお→きいろ

アオ→キイロ→アカ→キイロ→ミドリ
 アカ→アオ→キイロ→ミドリ→アオ
 ミドリ→アカ→ミドリ→アオ→キイロ
 キイロ→アカ→ミドリ→アオ→アカ

コグニサイズ：運動と課題

- 1 ①数を声に出して数えながら、足踏みをします。
②3の倍数で手を叩きましょう。
- 2 ①足踏みをします。
②リズムに合わせて、しりとりをしましょう。

運動は長続きさせるのがコツです。興味や面白さ、楽しさ、役立つ事を一人ではなく人（仲間）と一緒にやる事で長続き出来るようにしましょう。



うま味たっぷり

マッシュルーム

マッシュルームの
汚れは水洗いせずに
布巾などでふき取ります



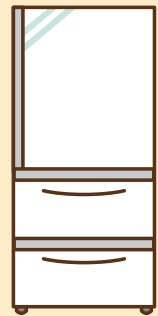
マッシュルームは実は世界で最も多く栽培されているキノコです。ホワイトとブラウンが主なもの。大きなものはうま味も歯ごたえもしっかりしていてマッシュルームの最高峰といわれています。帯広では“ばんえい競馬場”の敷き藁を利用して栽培した「とかちマッシュ」が有名ですね。

うま味の素は?

昆布やチーズと同じように「グルタミン酸」が多く含まれています。うま味成分たっぷりのマッシュルームが料理を美味しくしてくれるのも納得ですね。

選び方と保存

傷の無い身のしまったものを選び、袋に入れて冷蔵庫で1週間以内に使用しましょう。生のまま冷凍もできますが歯ごたえは落ちるので解凍後は煮込み料理などうま味が増す過熱調理がおすすめです。



美容と健康におすすめ

お肌や髪健康維持を助けてくれるビタミンB群、ナイアシン、パントテン酸やたんぱく質を多く含み、腸内環境を整えてくれる食物繊維やむくみを防ぐカリウムが豊富です。



材料

マッシュルーム…………… 100g
ベーコン…………… 50g
ニンニク…………… 1片
オリーブオイル…………… 大さじ1
塩…………… 少々
コショウ…………… 少々
乾燥パセリ…………… 少々



1人前 164kcal

- ① マッシュルームは縦半分に切る。ベーコンは7~8ミリ幅に切り、ニンニクはスライスする。
- ② フライパンにオリーブオイルをひき、弱火でニンニクとベーコンを炒める。
ニンニクとベーコンの香りが立ってきたらマッシュルームを入れて中火で炒める。
- ③ マッシュルームに火が通ったら塩、コショウで味を調え乾燥パセリを散らす。



材料

マッシュルーム…………… 50g
リーフレタス…………… 50g
オリーブオイル…………… 大さじ2
酢…………… 小さじ1.5
砂糖…………… 小さじ0.5
粒マスタード…………… 小さじ1
醤油…………… 小さじ1
塩…………… 少々
コショウ…………… 少々



1人前 105kcal

- ① リーフレタスは一口大にちぎる。マッシュルームは生のまま薄切りにする。
- ② オリーブオイル、酢、砂糖、粒マスタード、醤油、塩、コショウを混ぜ合わせドレッシングを作りマッシュルームと和える。
- ③ リーフレタスを下に敷き、②を盛りつける。

医療講演の出前講座いたします

当院は十勝圏域における地方センター病院として「管内における顔の見える地域連携と医療の質向上への貢献」を目標に取り組みを強化しております。この度、当院が行える医学講演等を「帯広厚生病院出前講座撰 Kosei Speakers Selection 2019」にまとめました。

関係機関の皆様におかれましては、ぜひご一読頂き、お役に立てる機会がございましたら講演等のご依頼をお待ちしております。

申込内容等は当院ホームページよりご確認ください。

帯広厚生病院 出前講座撰

検索



「看護の日」開催報告



今年は5月15日(水)に「高校生ふれあい看護体験」を開催致しました。市内の高校生20名が、看護体験に参加しました。白衣に着替え、緊張した様子でしたが、病棟での患者様との会話や、洗髪・足浴に参加し体験を終えた後には、目を輝かせて楽しそうな表情でした。患者様からの「ありがとう」という言葉に、「看護の仕事についてみたい」「やりがいのある仕事、将来なりたい」と感想を話されていました。

看護の日委員会

JA 北海道厚生連の理念

JA 北海道厚生連は、組合員および地域住民の皆様の生命と健康を守り、生きがいのある地域づくりに貢献してまいります

病院理念

最も信頼され選ばれる病院づくりを目指します
地域の求める 医療連携を考えた病院づくり
わかりやすい 質の高い 患者さまの立場に配慮した医療
患者さまへの気配りのある環境づくり 温もりのある医療

基本方針

医療連携を深め、地域医療と救急医療の充実に努めます
職員教育・研修を推進し、医療水準の向上に努めます
患者さまが満足する療養環境と職員が誇れる職場環境を目指します

患者さまの権利と責任

人権の尊重と、プライバシーが守られて治療を受ける権利
自分の病気や治療内容について、十分な説明を受ける権利
治療を選択する権利と、同意できない診療を拒否する権利
病院の規則を守り、他の患者さまの治療を妨げない責任