

2023 春号 ほ、えみ

《病院理念》

私達は院は「誠」の医療を推進いたします

- 1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう
- 1. 私達は自分の力で伸びて行こう
- 1. 私達は私達の規則を尊重しよう



《基本方針》

- 1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます
- 1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします
- 1. 患者様のプライバシーを尊重いたします
- 1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします
- 1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします

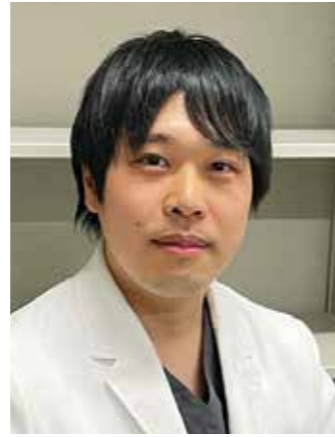
◆ **冠動脈の石灰化**

CT検査で冠動脈の石灰化は白く描出されますが、それは動脈硬化の存在を意味します。石灰化が高度の場合、冠動脈が狭窄するため心臓に十分な血流を送ることができなくなり、狭心症や心筋梗塞を引き起こします。石灰化が高度であるほど、石灰化の数が多いほど、冠動脈の狭窄

◆ **冠動脈の石灰化**

当院では昨年の4月よりドック・健診においてカルシウムスコア(冠動脈石灰化測定)CT検査を新オプションとして開始しました。

心臓へ血液を供給する血管を冠動脈と言いますが、動脈硬化により冠動脈に石灰化が生じることがあり、狭心症や心筋梗塞といった心臓の病気の原因となります。ここではカルシウムスコアについて紹介いたします。



カルシウムスコアCT検査について

放射線科 医長 河内 孝範



冠動脈の石灰化

◆ **冠動脈カルシウムスコア**

CT検査で撮影した心臓の画像を元に、冠動脈の石灰化の面積や量を計算して数値化したものをカルシウムスコア(CACSスコア)と言います。

冠動脈に全く石灰化がない場合(CACSスコア0)、心血管イベントが発生する可能性は1年につき0.1%程度と報告されており、一般的に冠動脈疾患の合併はないと判定されます。逆に高度の石灰化がある場合(CACSスコア400以上)、年間の心臓死や心筋梗塞が発生する確率は2.4%であり、399以下の場合(0.4〜1.3%)より多いと報告されています。このようにカルシウムスコアは将来の冠動脈疾患発症を予測する指

◆ **検査の実際**

標として用いられます。

心臓の動きに同期をさせるため、心電図測定用の電極を胸に貼り撮影を行います。5〜10分程度の短時間で終了します。造影剤は使用せず、低被ばく線量による簡便な検査となります。

◆ **検査をお勧めする方は?**

高血圧、高脂血症、喫煙歴、糖尿病、肥満、メタボリック症候群、心臓病の家族歴がある方や突然死、冠動脈疾患が心配な方にお勧めします。

◆ **検査をお勧めできない方は?**

カルシウムスコアは冠動脈疾患発症の予測に使用しますので、すでに高度の狭心症や心筋梗塞がある方や冠動脈にステント治療をされた方、ペースメーカーを使用している方にはお勧めできません。

◆ **カルシウムスコアCT検査の費用**

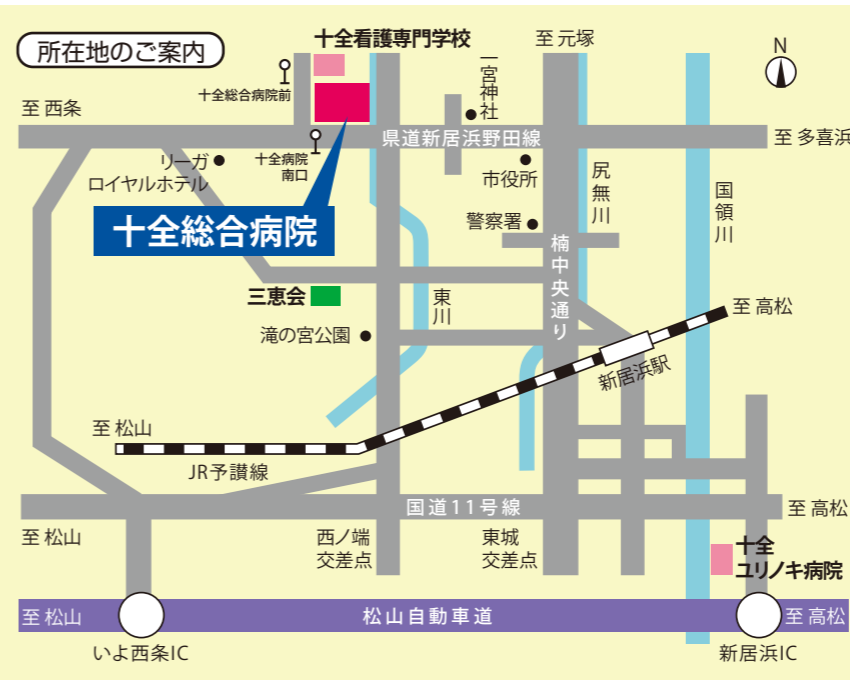
(税込)6,600円

高血圧、高脂血症、糖尿病などのリスク因子のある方にカルシウムスコアを追加することで、より正確に冠動脈疾患の発症を予測することができ、早期の循環器内科受診や治療開始が期待されます。こちらを参考にさせていただきます。皆様の健康の一助となれば幸いです。



十全看護専門学校 令和4年度卒業式

3月1日(水)リーガロイヤルホテルにて卒業生29名が、保護者と教職員が見守る中、松尾学校長より卒業証書を授与されました。



病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれも遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いたします。 病院長

移動図書館 青い鳥号

来院予定日

4/ 5水・19水

5/ 10水・24水

6/ 7水・21水

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…

新居浜市立別子銅山記念図書館
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

患者さまの権利

私たちは患者さまのより良い信頼関係を築くため「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。

一般財団法人 積善会

十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <https://jyuzen.jp/>

QRコード: ホームページ, フェイスブック

編集 広報誌編集活動委員会

医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院
理学療法士、作業療法士の育成
校是【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全ユリノキ病院【精神科】
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

社会福祉法人 三恵会

子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話をしています。

- 総合福祉施設 やすらぎの郷
- 介護老人福祉施設 ハートランド三恵
- 介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘
- 介護老人保健施設 希望の館
- 障害者支援施設 三恵ホーム
- 児童福祉施設 十全保育園
- 児童福祉施設 中萩保育園
- 総合福祉館 コミュニティハウス三恵
- 福祉館 恵海
- 養護老人ホーム 新居浜市立慈光園

ただいま新型コロナウイルスの感染対策を実施しております。ご不便、ご迷惑をおかけしておりますが皆様のご理解、ご協力よろしくお願いたします。 病院長

「防災」から「減災」へ 考え方をシフトしよう

看護師 柳 麻依

災害の多い近年、減災」という言葉を多く聞くようになりましたが、みなさん減災についてご存じですか？防災は未然に防ぐ、被害をゼロにすることを目的としている一方、減災は災害が起きる前提のもと、その被害を最小限に抑える考え方のことをいいます。

近い将来起こるとされている南海トラフ地震に備え、今回は内閣府から発表されている減災ポイントについて簡単に紹介したいと思います。

●自助・公助

自助とは自分の身を守る、公助は地域や身近な人同士で助け合うことを意味します。
「自身を守るためにできること」
「家族（ご近所さん）」
「近隣住民（ご近所さん）」
をキーワードに考えてみましょう。

●地域の危険を知る

ハザードマップでどんな被害にあうリスクがあるのかを知り、いざという時の避難経路や避難場所を把握しておきましょう。実際に一度歩いておくとう安心です。

●地震に強い家

耐震診断を受け、診断結果に応じて耐震補強のためのリフォームをしておくとう家屋倒壊の可能性が低くなります。

●家具の固定

背の高い家具、重い家電など、倒れた時に二次被害の可能性があるものは壁や床に固定、ガラスには飛散防止フィルムを貼っておくことが大切です。

●日頃の備え防災グッズ

「外出時に持っておくもの」「自宅（ご用意）しておくもの」の2つの視点で考え、準備しておくことが大切です。外出時には、身分を証明するもの

や閉じ込められた時のためのものを、自宅では、避難のため生きるために無いと困るものを用意します。

●家族で防災会議

災害発生時に家族が一緒にいるとは限りません。あらかじめ災害時の連絡先や連絡方法、合流場所を家族内で共有しておきましょう。

●地域とのつながり

自分の周りに支援が必要な人はいませんか。また、支援が必要な家族がいる場合は、周囲の人にサポートが必要なることを知っておいてもらうとう、いざという時の助け合いに繋がります。

対策も見直して修正していくことが大切です。この機会に、「減災対策をもう一度見直してみませんか？」

参考出典：内閣府ホームページより

健康教室

糖尿病の運動と注意点

糖尿病サポートチーム 理学療法士 清水 勉

糖尿病の治療はまず生活習慣を見直し、バランスの良い食事と適度な運動を行うことが大切です、それでも十分でない時は薬も併用します。運動を行うとうインスリンの働きが良くなり、高血糖の改善がみられます。また、血圧の低下や中性脂肪・コレステロール値の減少などの効果もみられます。

実際の糖尿病患者の運動としては、散歩・ジョギング・自転車などの全身の筋肉をリズムカルに使う有酸素運動と、筋力トレーニングの併用が最も有効といわれています。軽く息が弾み、心地よい汗をかく程度の強さの運動を、一日に二十分以上、日常生活全体で約一万歩程度行い、頻度としては、週に三日以上、一週間合計で百五十分以上の運動が適当です。食事の二〜二時間後に運動を行うことが最適といわれていますが、それぞれのリフスタイルに合わせて時間をみつけ、運動を無理なく継続することが最も重要です。しかし場合によっては、症状を悪化させてしまうことともあるので、開始前にメデイカルチェックを受け、主治医と相談して行う。体調や天候が思わしくないときには無理をしない。運動に適した衣服・シューズを選ぶ。運動前後に準備体操・整理体操を行う。水分補給や低血糖対策を忘れないことなどを守り、病態や体調に合わせて適度な運動を続けることが大切です。

認定看護師

手術看護認定看護師 濱本 光

皆さん「認定看護師をご存知でしょうか。

認定看護師とは日本看護学会が認定する特定の分野におけるスペシャリストな看護師です。認定看護師は19分野(2026年度までは21分野)あり、当院にもら分野(皮膚・排泄ケア、感染管理、がん化学療法看護、糖尿病看護、手術看護)の認定看護師が在籍しています。

この制度の目的は「特定の看護分野における熟練した看護技術及び知識を用いて、あらゆる場で看護を必要とする対象に、水準の高い看護実践のできる認定看護師を社会に送り出すことにより、看護ケアの広がりや質の向上を図ることとされています。そこで認定看護師の役割は大きく分けると3つに分類されます。

まず一つ目が、個人、家族及び集団に対して、高い臨床推論力と病態判断力に基づき、熟練した看護技術及び知識を用いて水準の高い看護を「実践」することです。

二つ目が、看護実践を通して看護職に対し「指導」を行うこと、そして3つ目が看護職に対しコンサルテーション(相談)を行うことです。

そして各分野で求められる能力が設定され、私もこの役割を果たし能力を発揮する事で、質の高い看護ケアを提供できるよう日々努めています。

私は手術看護認定看護師です。2016年にこの分野の資格を取得し活動しています。主な活躍の場はもちろん手術室ですが、手術中だけのことに関わるわけではありませぬ。近年では手術看護認定看護師の活躍の機会は、手術が決定してから退院後までと、広く対応しています。

私も手術や麻酔に関わることで、手術を受けることへの体や心、社会的背景への影響について考え、より安心で安全な手術や麻酔を提供できるよう努めています。

しかしながら愛媛県においてこの手術看護分野はあまりメジャーな

分野ではありません。

県内の手術看護認定看護師の数は7名であり、東予圏では2名しかいません。四国という範囲で見ても19名とまだまだ人数も知名度も低いのが現状です。

このことから患者さまや地域の方からはその存在を知らなかったり、そこについても何をどう相談していいかも分からない、分かっていく分野であると思います。

これからは手術や麻酔を受ける患者さまの様々な不安軽減やリスク回避について対応し、手術看護認定看護師という存在を知ってもらいながら、地域にとってより安心で安心な質の高い手術看護を提供していきたいです。手術や麻酔は常に「受けたら治るメリット」と「受けることで負うリスク」の天秤です。これらは全てではありませんが、手術前からある程度良い影響も悪い影響も予測することができます。

手術による不安に対する相談、その他手術・麻酔に関連したことを知りたい方、いつでもどなたでもご相談ください。

また他の認定分野についても悩み等あればいつでも認定看護師にご相談ください。

対外活動委員会活動報告

新居浜市出前講座 (オンライン)

日時 1月23日(月)13時30分〜15時30分
場所 ファミリーサポートセンター
受講者数 28名
講師 作業療法士 藤井雅之
題目 発達障害をもった子どもの特性と理解
・脳役割
・私たちの周りの色々な感覚について
・発達障害(=脳機能障害)とは何か・原因
・Q&A
・子どもの困り感に関する支援のポイント
・まとめ

以上の内容にてオンラインで講演を行いました。

最後に、子どもの行動理由を探る(子どもの視点に立つ)ことが、その子どもに合った支援の第一歩であること。子どもにとって良い支援だったかどうかは、支援後の子ども行動(反応)が答えであること。お互いがhappyになるような支援をしましょうという言葉で締めくくりました。

