



がん拠点病院としての取り組み ～緩和ケア～

当院では平成 24 年に「がん診療連携拠点病院」の指定を受けました。当院は拠点病院の役割である「専門的ながん診療の提供」「地域のがん診療の連携体制の構築」「がん患者に対する相談業務」及び情報提供の充実、強化に努めてまいります。

緩和ケアとは

がんの療養中は、痛みや吐き気、食欲低下、息苦しさ、だるさなどの体の不調、気分の落ち込みや絶望感などの心の問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。これらの問題はがんの療養の経過中、程度の差はあっても多くの患者さんが経験します。「がんの治療のことではないから」と相談できずにひとりで抱え込んでしまったり、「症状だけをなくしても、がんが治るわけではないから」「気持ちの持ちようだから」と症状を和らげることに消極的な人もいます。

“緩和ケア”は“終末期の方が受ける医療”と、とらえる方が多いですが、“緩和ケア”とは、病気の時期に関係なく、病気にとまらざるまま苦痛や症状をやわらげて、患者さんの生活の質(QOL)を維持するための医療です。

緩和ケアチーム

大和市立病院では、医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカーからなる緩和ケアチームが活動しており、患者さんおよびご家族の方々に対する緩和ケアを行っております。緩和ケアチームとの相談を希望される方は医療スタッフにお声かけください。



緩和ケアチームのカンファレンス

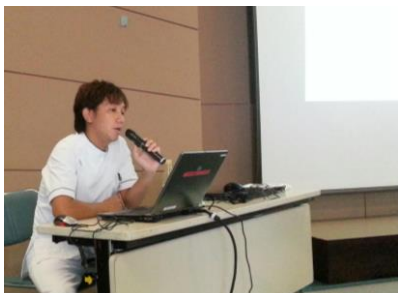
がん性疼痛の緩和

大和市立病院では、がん性疼痛の症状緩和を目的に医療用麻薬が投与されている患者さんに対して、主治医と薬剤師が協力し、医療用麻薬の効果と副作用に関する説明、疼痛時に追加する薬剤の使用法の説明等を行っています。また、患者さんの状態など聞き取り、副作用対策を含めた計画的な治療管理を継続して行っております。

緩和ケア認定看護師が活躍しています！

6階南病棟 上迫 佳仁

2009年に認定資格を取得し、現在は循環器・呼吸器内科病棟のスタッフとして勤務しています。緩和ケアはがんと診断された時から行われるケアであり終末期のケアだけではありません。緩和ケアの対象は患者さんとご家族であり、治療や病気に伴う様々な苦痛症状(痛み、呼吸器症状、消化器症状、浮腫)や不安を出来る限り和らげ、かけがえのない毎日をその人らしく過ごせるよう寄り添い支えていきたいと考えています。また、患者さん、ご家族がよりよい最期を迎えられるよう“エンゼルケア”“グリーンケア”という視点で院内、院外に勉強会を開催するなどしてケアの質の向上に努めています。病棟スタッフとしてだけでなく、緩和ケアチームの一員としても月に2回各病棟に行きコンサルテーションなどを通して実践・指導・相談を行い、院内全体の緩和ケアの質の向上に努めています。



《新人看護師への緩和ケアの講義・実習の様子》

熱中症を予防 — 脱水に有効な経口補水液 —

栄養科管理栄養士
満生 貴子

暑い季節になり、脱水や熱中症に注意が必要な時期になりました。

特に小児や高齢者に起こりやすい脱水ですが、最近では隠れ脱水という言葉があるように自覚症状がない状態で脱水を引き起こしているケースがあります。

今回は脱水や熱中症を予防するいくつかのポイントについてご紹介します。

そもそも脱水とはどういうものでしょうか？

脱水と聞くと、単に身体の中の水分が失われていることだと思われている方が多いと思いますが、

実際には水分が失われていることではなく、体液が失われている状態です。体液とは水と「電解質」から構成されており、脱水時に水だけを取り入れても改善はされません。

脱水を改善するには、水と一緒に「電解質」を取り入れることが必要です。

脱水状態が続き、体液が失われて体温調節が出来なくなると熱中症を引き起こしてしまいます。

日中、日光を避けて室内にいるから熱中症にはならないと考えていませんか？室内にいても脱水になると熱中症を引き起こす危険があります。

熱中症を防ぐには、脱水を引き起こした時に速やかに体内に水と「電解質」の中の塩に含まれるナトリウムイオンを取り入れることが大切です。しかし、水とナトリウムイオンだけでは効率よく体内へ水分を補給することができません。水分を効率よく補給するにはブドウ糖が必要になります。

脱水時には、水・ブドウ糖・ナトリウムイオンをバランス良く取り入れることが最大のポイントになります。

一般的にスポーツドリンクは脱水予防に良いというイメージがありますが、脱水を引き起こしている時にブドウ糖の割合が多すぎるものを摂取してしまうと、体内の過剰なブドウ糖を薄めようとするため、さらに水分が必要になってしまいます。脱水を起こしている場合、ブドウ糖が多めのスポーツドリンクを飲めば飲むほど、身体には水が必要となり、脱水を悪化させてしまう場合があるので注意が必要です。

脱水を引き起こした時には、水・ブドウ糖・ナトリウムイオンをバランス良く含み、体内に取り込みやすくした「経口補水液」が有効です。

「経口補水液」をゆっくりと時間をかけて飲むことで体内から失われていた水と「電解質」を補うことができます。イメージは「飲む点滴」です。500mlを1時間ほどかけて飲んでみましょう。

「経口補水液」は脱水でない時には美味しく感じる事ができないようですが、脱水を引き起こしている人には美味しく感じられますので、ひとつの目安になります。

脱水の強い味方である「経口補水液」は、水、砂糖、塩があれば自宅でも簡単に作る事ができるので、この夏もしもの時のために、砂糖と塩を準備して、備えておいてほしいと思います。



経口補水液の作り方

水 …1L

砂糖(ブドウ糖)

…40g(大さじ 4)

塩(ナトリウムイオン)

…3g(小さじ 1)

水の中に計量した砂糖と塩をよく混ぜるだけで簡単に作ることができます



脱水予防のポイント

- ・水だけではなく「電解質」も一緒に補給する。
- ・脱水時には水・ブドウ糖・ナトリウムイオンのバランスが大切。
- ・スポーツドリンクはブドウ糖の割合が多いので、飲み過ぎはかえって脱水を引き起こす場合がある。
- ・「経口補水液」は飲む点滴。一気に飲まず、ゆっくり飲む。

* 特別な疾患や水分制限がある方は医師にご相談ください。

簡単にできる脱水診断チェック

以下の項目で **2つ以上** 該当したら脱水症の疑いあり



<爪を押してみる>

- 押した後、爪の色が白色からピンク色に戻る
まで2秒以上かかる

<皮膚の張りをみる>

- 張りが無い
- (新生児の場合) おでこがくぼんでいる

<口の中、舌をみる>

- 口の中が乾燥している
- 舌の赤みが強い
- 舌の表面に亀裂がある
- 舌が白く覆われている

子宮頸がん予防ワクチン接種について

薬剤科 山岡 結

この4月から定期接種が開始となった子宮頸がん予防ワクチン(HPV ワクチン)ですが、政府は「定期接種はそのまま残すものの、接種の積極的な勧奨は一時中止する」としました。この発表を受け、接種対象の女性やその親御さんは、大変困惑されていることと思えます。



子宮頸がんは女性特有の癌としては、乳がんに次いで罹患率が高く、特に20-30代で発症率が高くなっています。日本では、毎年約9000人も女性が新たに子宮頸がんにかかり、約2700人が亡くなっていると推計されています。子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因と考えられており、定期的な検診とHPVワクチン接種が有効な予防方法と考えられています。

世界保健機構(WHO)は、「性的活動年齢に達する前の若年者にワクチンを接種し、HPVの初回感染を予防すべき」との考えを示しています。また、HPVワクチンは世界120カ国以上で発売され、先進国を中心に40カ国が定期接種の対象としています。

日本では2種類のHPVワクチンが発売されています。厚生労働省の報告によると、医療機関から報告されたワクチン接種後に生じた発熱やアナフィラキシーショックなどの副反応報告は、2010年11月から今年3月までに計1196件、うち106件は、疼痛や筋力低下などの障害が残る重篤なケースでした。具体的な報告数は表1の通りです。

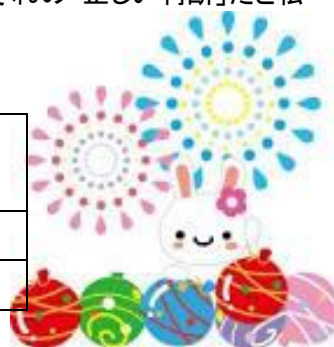
ワクチン接種後に痛み(筋肉痛、関節痛、皮膚の痛み等)、しびれ、脱力等があらわれ、長時間持続する症例が複数報告されていますが、そのなかには注射針や骨折等の刺激がきっかけとなって起こる「複合性局所疼痛症候群(CRPS)」を発症したと考えられる症例も含まれています。CRPSは、痛みが慢性的に続き、治療に難渋することが多い疾患ですが、ワクチンの成分によって起こるものではないと考えられています。

ワクチンは、子どもたちをワクチン予防できる病気から守るための有効な手段であることは間違いありません。但し、有害事象や副反応がゼロではないこともまた事実です。

ワクチン接種によるリスクと効果の両方を正しく評価し判断することが、みなさんそれぞれの「正しい判断」だと私は考えます。

	推計接種者数(人)	副反応全報告数(件) (報告頻度)	重篤報告数(件) (報告頻度)
サーバリックス	250万	1001(0.014%)	91(0.0013%)
ガーダシル	70万	195(0.012%)	15(0.0009%)

表1 医療機関からの副反応報告数



高校生が一日看護体験

今年も夏休み期間中に市内在住、在学の高校生を対象にした一日看護体験が実施されました。この体験は患者さんとの触れ合いを通じて看護の仕事への理解を深めてもらおうと平成3年から実施されていて、今年で23回目となります。参加者も年々増えていて、この体験に参加して当院の看護師になったという声も聞かれます。

白衣に着替えた高校生は、看護師の付き添いのもと、体位交換やベットメイキングの手伝い、昼食の配膳、食事介助などの仕事を体験しました。

参加者の多くは看護師を目指しており、ベテラン看護師の笑顔で患者さんと接する姿や、細やかな心配りを目の当たりにし、改めて将来への夢を膨らませていました。

参加者の一人は「患者さんから温かい言葉や励ましの言葉をいただきました。将来はこの病院の看護師さんのようになりたいです。」と話していました。



救急棟の増築工事中です。～平成 26 年 2 月

基礎工事が終わり、増築部分の形が見えてきました。

現在、既存棟との接続工事に着手しており、患者さんや来院の皆様には大変なご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

<3階からの撮影>



七夕に願いを

今年度も病院正面玄関に大きな七夕の笹が登場しました。飾り付けはボランティアの皆さんに協力してもらい、ハサミで切ったりのりで貼ったり…たくさんの飾りのおかげでとても賑やかな七夕の笹となりました。

来院者の方が書けるように用意した短冊もたくさん吊るされ、みなさんそれぞれのお願いを書いてくれました。願い事は叶いましたか？



助産師・看護師募集中

<お問い合わせ先>

病院総務課 総務調整担当

TEL:046-260-0111 内線 2347

大和市立病院で
一緒に働こう!

