



しおん

019

夏号

INDEX

- ◆ 特集 熱中症を予防しよう
- ◆ インフォメーション
 - チャレンジウィーク
 - 第5回ICLSコースの開催
 - 水呑移転へのあゆみ
 - 医学生実習を終えて
 - 医師の紹介／行事食の紹介

チャレンジウィーク

韮の浦学園の8年生3名が職場体験に来てくださいました。
医師、看護師、放射線技師、薬剤師、検査技師、理学療法士、管理栄養士、事務職員と3日間かけて様々な職種のスタッフとともに院内を回っていただきました。
皆さん元気に挨拶され、積極的に質問をしてくださりとても頼もしく感じました。
今回の体験で将来を考えるひとつのきっかけになればと思います。



第5回ICLSコース ～参加者の声～

ICLSコースとは、蘇生の基本的事項が習得できることを目標とした実技演習のことで、BLSは心肺停止または呼吸停止に対する一次救急処置のことをいいます

長い看護師人生で、『BLS』『ICLS』に興味はありましたが、なかなか受講するまでの一歩が踏み出せずにいました。このたび、藤井病院への入職をきっかけに院内で受講できると声を掛けていただき参加しました。

初めての受講で、どんなことをするのか緊張して想像がつかないまま受講日を迎えました。目の前で行われているBLS/ICLSの流れについていくのが必死で、緊張の連続でしたが、インストラクターの皆さんの丁寧でわかりやすい説明と和やかな雰囲気ですぐにリラックスすることができ、楽しく行うことができました。救命処置には、正しい知識・技術・迅速な判断と行動など蘇生の基本的事項が習得できていることで、救命率が上がることが学べました。また、1人で行うのではなく、たくさんの方たちの協力が必要であることも改めて思いました。そのためには、ICLSの受講者が増えると院内全体で急変対応が向上すると思いました。

私も今回学んだことを活かせるように日々の業務に励んで行きたいと思えます。今回、研修に参加して本当に良かったです。ありがとうございました。

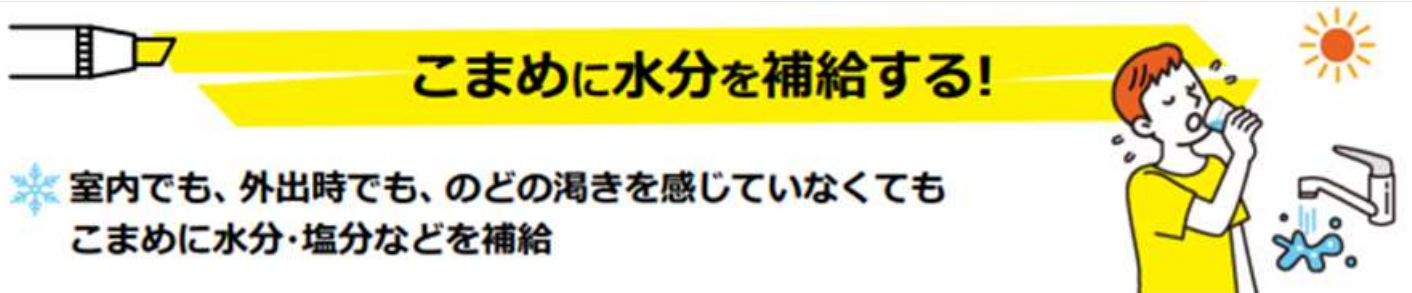


暑い日が続き、皆さん体調を崩される方が増えています。熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。外来では、「まだ夜は冷房はつけなくても過ごせるからつけてない」という声も聞きますが、高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能やからだの調整機能も低下しているので、注意が必要です。また、お子さんや障害を持った方も体温調節が難しかったり、訴えることができなかつたりするため特に注意が必要となります。

まずは、予防のお話です。



『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう



ポイントは喉の渇きを感じていなくても水分補給をしよう！ということです。心臓病や腎臓病などの基礎疾患がある方はかかりつけ医に相談が必要ですが、最低でも1日1Lは飲んでいただきたいところです。それでも足りないことが多いと思いますが、普段あまり飲めない方はまずは1Lから始めましょう。野外活動や、室内でも汗をかくようなことがあれば1.5L~2Lなど状況に応じて増やしましょう。

そして次は、熱中症かもしれないと思った時の対応方法です。

高温・多湿・風が弱い場所にいる。熱中症!?と思ったら...

START

下記のような症状がありますか?

- めまい
- 大量の汗
- 気分の不快
- 嘔吐
- 虚脱感
- こむらえり
- 頭痛
- 吐き気
- 倦怠感

はい

以下は、重症な症状です!

- 意識障害
- けいれん
- 手足の運動障害
- 高体温

ただちに

高度な治療ができる病院へ!

経口補水液の作り方

- 砂糖 40g (大きじ4と2/1)
- &
- 塩 3g (小さじ2/1)
- &
- 水 1L + レモン 50mL

●涼しい場所に避難
・本人が楽な体位に

●水分補給
・経口補水液、スポーツ飲料など

●体を冷やす
・マスクや厚い衣服は脱がせ、体から熱をにがす
・体の表面に水をかけて風を送る

※できるだけ感染防止に努めたくうえで、マスクをとりはずしましょう。

症状が改善が見られない

体調をよく観察し、休養しましょう!

症状が改善

このような症状がでないように...

熱中症を予防しましょう!

- 屋外では日陰、室内ではエアコンなどが効いた涼しい場所へ
- 帽子を着用
- 水分補給を
- 休養と睡眠を

経口補水液はレモン果汁を入れると飲みやすくなります。見て分かる通り、砂糖もたくさん入っているので、毎日これを飲むというよりは汗をかく作業をした時や、少し汗をかきすぎて倦怠感を感じ熱中症を疑った時などに飲むようにしましょう。

水呑移転へのあゆみ



大変暑い夏を迎え、全国的に熱中症での救急搬送が増えています。今号の特集は熱中症予防の内容となっておりますので、是非ご覧になって熱中症対策に活かしていただけたらと思います。

さて、当院は12月に移転予定です。水呑に移転後は「福山南病院」と病院名が変わります。今後の診療についてご不安な方もいらっしゃると思いますが、外来診療については12月以降も同じ場所で「韮藤井医院」として診療時間、外来担当医の曜日を調整して継続する予定です。新病院に新しい検査機器も導入し、今まで以上に診断、治療にお役に立てるよう準備しております。普段は韮藤井医院に通院していただき、必要に応じて福山南病院を利用していただければと思います。在宅、施設への訪問診療も継続しますので必要に応じてご相談ください。

藤井病院 院長 多田龍平

医学生実習を終えて

患者さんと真摯に向き合うことを大事に下さっている藤井病院の皆様、そして実習見学に快く応じてくださった患者さんのおかげで医療体験実習が実りあるものになりました。韮の浦の景色、歴史のことも好きですが、それ以上に韮の浦に住んでいらっしゃる方々のことが大好きになりました。5日間本当にありがとうございました！

岡山大学医学部医学科3年 西谷昂大

藤井病院では大変貴重な経験をさせていただきました。実習に携わっていただいた多くの方々の温かさや熱い思いに触れ、自分の目指す将来像が少し形になりました。

地域医療の奥深さを余すことなく体験させていただき、本当に幸せな時間でした。ありがとうございます。

岡山大学医学部医学科3年 岡田舜平

短期研修で当院へ 来てくださっている先生



うだ はるき
宇田 陽紀

福山医療センターから参りました宇田陽紀と申します。福山出身ですが、韮の浦に来たのは10年ぶりですが、美しい景観に日々感動しております。2ヶ月間という短い期間ですが、精一杯頑張りますので、よろしくお願いたします。

行事食の紹介

「七夕御膳」



～おしながき～

- ・七夕そうめん
- ・えび天むす
- ・茄子の田楽
- ・うざく
- ・七夕ゼリー



医療法人 紫苑会 藤井病院
〒720-0201 広島県福山市韮町韮323番地
TEL : 084-982-2431 FAX : 084-982-0781
<http://fujii.dr-clinic.jp/hospital/>



<http://fujii.dr-clinic.jp/hospital/blog>



☆ 職員募集：看護師、准看護師、看護補助者、医療事務 随時募集中（詳しくは病院までお電話下さい） ☆