

きずな

基本理念

「信頼」と「貢献」

思いやりを持った医療を行い、皆様から信頼される病院を目指すことで地域社会に貢献することを基本理念としています。

基本方針

- **患者中心の医療**
患者様の権利を尊重し、患者様の視点に立った、患者様に優しい病院となるように努めます。
- **自治体病院としての役割**
地域の中核病院として地域医療の確保と地域医療水準の向上を図り、質の高い医療の提供に努めます。
- **病院機能の充実・強化**
医療設備の充実や療養環境などの改善により、病院機能の充実・強化を図り、適切な医療サービスの提供に努めます。
- **地域連携**
地域の医療者・施設と連携を図り、地域住民の医療・保健・福祉・介護に貢献します。
- **職員の資質の向上**
職員一同が相互に協力・連携を図り、医療の安全性と医療水準の向上に積極的に取り組み、日々研鑽に励みます。
- **働きやすい職場環境**
病院職員が誇りをもち、やりがいをもって働き続けられる職場づくりに努めます。
- **健全経営**
効率的な経営管理を行い、自立した健全経営に努めます。

ふれあい看護体験

CONTENTS Aug 2015

02 ピロリ菌Q&A

04 災害出前講座

看護部

06 ふれあい看護体験・体験テーマ 「伝えます看護の心、感じてくださいふれあう喜び」 管理栄養士がすすめる健康レシピ

08 ボランティア活動へのお礼／ロータリーの改修を行いました ゆずりあい駐車場の利用について

Vol.

24

ピロリ菌Q&A

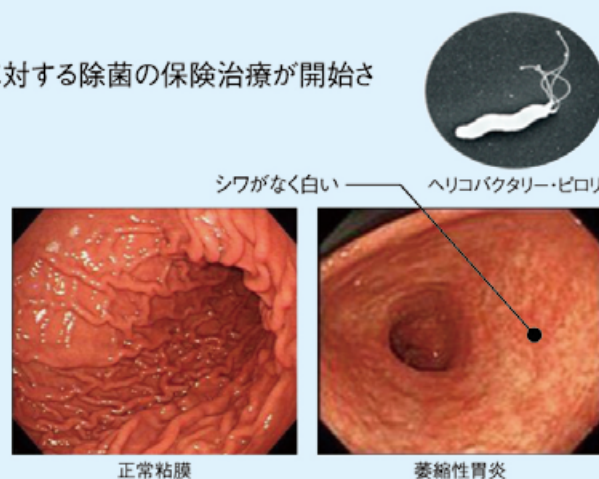
内視鏡センター 臨床検査科 星川 弘任

はじめに

平成25年2月21日にヘリコバクター・ピロリ感染胃炎に対する除菌の保険治療が開始されました。

今まではピロリ菌除菌に対する保険診療は、胃の特定の病気にかかった方のみに限定され行われていました。新たに保険適用となった除菌治療の条件は内視鏡検査を行ったうえで、ヘリコバクター・ピロリ菌の感染が確認された場合は誰でも除菌のための保険治療を受けられるようになりました。

除菌治療を行えば胃がんの発生リスクが軽減します。



1. ピロリ菌ってどんな菌ですか？

ピロリ菌は正式にはヘリコバクター・ピロリという細菌で、1983年にオーストラリアのウォレンとマーシャルによって発見されました。ピロリ菌が胃・十二指腸かいような原因になっていることがわかり、ウォレンとマーシャルは2005年にノーベル医学生理学賞を受賞しています。

●ヘリコバクター・ピロリ(通称ピロリ菌) 名前の由来

「ヘリコ」：らせん・旋回 「バクター」：バクテリア(細菌) 「ピロリ」：胃幽門部(ピロルス)

2. ピロリ菌はどうして胃の中で生きていられるのですか？

胃の中は胃酸が出ているため、通常の菌は死んでしまいます。ピロリ菌は特殊な酵素を持っており、アンモニアを発生させ、胃酸を中和することにより、胃の中で生きることができます。

3. ピロリ菌はどのような疾患を起こすのですか？

ピロリ菌に感染すると全員がヘリコバクター・ピロリ感染胃炎を引き起こします。ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎は慢性活動性胃炎ともいわれ胃粘膜に多数の白血球の浸潤を伴う胃炎です。

ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎は消化性潰瘍、胃MALTリンパ腫、機能性ディスペプシア(FD)、胃ポリープ、特発性血小板減少性紫斑病(ITP)を引き起こし、萎縮性胃炎を経て一部は胃がんを引き起こすことが知られています。

今回、ヘリコバクター・ピロリ感染胃炎に除菌の適用拡大がされたので胃がんを含むヘリコバクター・ピロリ感染胃炎に基づくほとんどの疾患を抑制できる可能性があります。

●ピロリ菌感染による疾患

消化性かいよう

胃MALTリンパ腫

機能性ディスペプシア

胃ポリープ

ITP

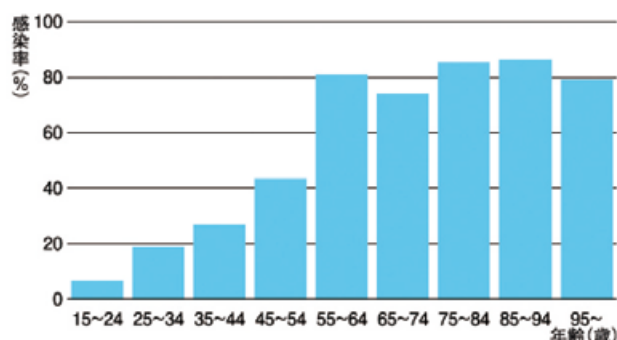
4. ピロリ菌はどのように感染するのですか？

どのように感染するのかははっきりわかっていませんが、口から感染するのが大部分であると考えられています。衛生環境と関連していることが報告されていて、感染する機会は減ってきていると考えられています。

5. ピロリ菌はどのくらいの人が感染しているのですか？

日本人のピロリ菌感染者はおよそ3500万人といわれています。ピロリ菌は特に50歳以上の人で感染している割合が多いとされています。しかし衛生環境が整ったことによってピロリ菌に感染している割合は減少しており、若い世代では低くなっています。今後はますますピロリ菌に感染している人は減っていくと予想されています。

ピロリ菌の年代別感染率



※(Asaka,M.,et al.:Gastroenterology,102,760,1992)から改変。
中高年世代の感染率は除菌によってこれより下がっている可能性がある。

6. ピロリ菌は胃・十二指腸潰瘍と関係があるのですか？

ピロリ菌に感染すると胃に炎症を起こすことが確認されています。胃・十二指腸潰瘍の患者さんでピロリ菌を検査すると、約90%の患者さんがピロリ菌に感染していて、ピロリ菌が胃・十二指腸潰瘍の原因になっていることがわかっています。ピロリ菌がいる場合には1度潰瘍の治療をしても1年後には60%以上の患者さんが再発しています。ピロリ菌を除菌することによって胃・十二指腸潰瘍の再発率は著しく低下することが認められています。

7. 胃がんの原因はピロリ菌といわれますか？

ほとんどの胃がんはピロリ菌感染症によることが明らかになっています。

ピロリ菌に感染している人と感染していない人に対して10年間調査を行ったところ、感染している人では2.9%に胃がんが発生したのに対し、感染していない人では胃がんは発生しなかったという研究報告があります。

8. 早期胃がんで内視鏡的治療をした後に除菌治療をするとどのようなメリットがありますか？

早期胃がんで内視鏡的治療を受けた患者さんの予後は良好です。しかし、健康な人と比べると、胃がんの再発リスクは高いと考えられています。

ピロリ菌は発がんリスク因子の一つのため、ピロリ菌に感染している早期胃がんで内視鏡的治療を受けた後の患者さんに除菌を行うことにより、3年間のフォローで胃がんの発生が約1/3に抑制され、再発を予防する効果があります。

9. ピロリ菌の除菌治療はどのようにするのですか？

2種類の抗生物質と胃酸を抑えるお薬の3種類のお薬を朝と夕方の1日2回1週間しっかりと続けて飲むことで約70～80%の患者さんはピロリ菌を除菌できます。1回目の除菌で除菌が出来なかった場合にはお薬を変えて再度除菌治療を行うことが可能です。2回目の除菌治療では約90%の患者さんで除菌ができます。除菌が成功したかどうかは除菌治療終了後4週間以上あけて検査をすることでわかります。

10. 除菌治療の後に生じる問題がありますか？

ピロリ菌を除菌した患者さんの5～10%で逆流性食道炎が起こることが報告されています。これはピロリ菌の除菌によって低下していた胃酸の分泌が正常に戻ることによって起こると考えられていますが、一時的・軽微な場合が多く、治療が必要となるケースはまれです。

看護部災害対策委員会

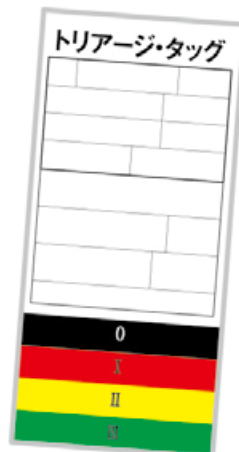
最近では御嶽山をはじめ、箱根山、口永良部島、浅間山と噴火活動が勢いを増し、東日本大震災の影響が地殻内のマグマを誘発していると考えられています。まさに「地震と火山の国、日本」ということを自覚せざるを得ない状況です。そして、今後30年以内には70～80%の確率で南海トラフ巨大地震が発生すると推測されます。

去年は、市民の皆様の要望に応え、健康福祉センターにて災害研修出前講座を2回行い、総勢53名の方に参加して頂きました。そして、今年2年目を迎えます。

今回、鷺津地区自主防災会救護指導員より依頼を受け、5月29日18時30分から20時まで、鷺津コミュニティ防災センターにて「トリアージ」と「災害時における応急処置」の2点について災害研修出前講座を実施しましたので、その内容をご紹介します。

1. トリアージ(重症度に応じたランク付け)

災害直後、自分の周りに多くの傷病者が出た場合、誰を優先的に救護所に搬送すればよいのでしょうか。救護所に運ぶ時の判断はそこに居合わせた市民の皆様です。そのためにもトリアージを知っておくことは大切なことです。トリアージは重症度により4色に分類されます。緑は処置を待てる状態。黄は2～3時間は待てる状態。赤はすぐ処置が必要な状態。黒は死亡もしくは救命の見込みがない場合です。信号機の「緑はよし、黄色は注意、赤は止まれ」を頭に描くと覚えやすいでしょう。重症度の見分け方は、呼吸、脈拍、意識で判断します。呼吸の異常サインは1分間に30回以上もしくは9回以下。脈拍は120回以上もしくは50回以下です。そして意識の有無を診ます。パニック状態のため数値だけで判断はできませんが、おおよそその判断基準となります。



2.災害時における応急処置

災害時よく起こりそうな応急処置(止血方法、骨折時の固定方法)と、搬送法については医療用具がないことを想定し、家庭にあるもので代用します。

まず止血方法です。

出血部にラップフィルムを巻きつけ止血を行います。可能なら傷口を洗い流します。この時注意する点は、血液により介助する方が感染しないように、直接素手で血液に触れないという点です。ゴム手袋がなければ、ビニール袋やラップフィルムで代用します。

次は骨折時の固定方法です。

骨の変形や痛み、腫れなど骨折を疑う場合は、厚くした新聞紙やダンボールなどを添え木にし、関節が動かない様に固定します。骨折した腕を吊る方法として三角巾がありますが、なければスーパーのレジ袋などでも代用できます。

傷病者を救護所に運ぶための搬送法は、毛布と竿を使い担架を作成します。また、何も道具がない場合を想定し、救護者2人で受傷者を抱える方法や、1人で背負う方法を体験していただきました。

研修後参加者から、「知らないことばかりで、役に立った」「1回では忘れてしまうので、幾度か講座を開いてほしい」また、「もう少し掘り下げた内容を希望する」など貴重な意見を頂き、今後も皆様の希望に沿えるよう取り組んでまいります。



ラップフィルムによる止血方法



搬送方法

災害直後には、誰もがパニックに陥る可能性があります。災害から身を守るためには、冷静な判断が必要で「自らの命は自らが守る」という自助はもちろんのこと、「自分たちの町は、自分たちの手で守る」という近隣の人々が互いに助け合う共助が極めて重要です。災害時、どのような手助けが必要で、安全に介助するにはどうすればいいのか繰り返しの体験訓練こそがパニック状態から早く抜け出す手立てになるのではないのでしょうか。

10名以上の希望者が集まれば、出前講座を行うことができます。お気軽にご連絡ください。

連絡先 ● TEL576-1231

ふれあい看護体験・体験テーマ 「伝えます看護の心、 感じてくださいふれあう喜び」

看護部 安形 秀美

『看護の日・看護週間』をご存知ですか？

21世紀の高齢社会を支えていくためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を私たち1人ひとりが分かちあい、老若男女を問わず誰もが育むきっかけとなるように、旧厚生省により、「看護の日」が1990年に制定されました。そして、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日、5月12日が看護の日となりました。

当院では、5月14日に、外来受診をされた患者さん、入院患者さんに記念品を配り「看護の日」をアピールしました。また、市民の方々を対象に「ふれあい看護体験」を4名の参加者を迎え実施しました。参加者の皆さんは「家庭介護の参考にしたい。」「これから始まる、在宅看護の不安を少しでも和らげたい。」などの動機で、体験を希望された方々でした。

実施した内容は、院内保育所や放射線科、リハビリテーション科などの施設内見学を行った後、病棟にて聴診器で自分の呼吸音やお腹の音を聞きました。そしてベッドで寝ている患者さん、車いすに座っている患者さんの足を洗う足浴や、足の爪の切り方などを看護師に教わりながら行いました。参加された皆さんは、「痛くないですか?」「大丈夫ですか?」と患者さんに優しく声をかけながら、とても熱心でした。病院食の試食もしていただき、半日という短い時間でしたが、テーマである『伝えます看護の心、感じてくださいふれあう喜び』を感じとっていただいたのではないかと思います。



血圧測定体験



看護の心をみんなの心に

5月12日は
看護の日



参加された方々の意見・感想を紹介します。

寝ている人の足を洗うのは初めてのこともあり大変でした。病院案内の時は皆様忙しい中、対応して下さいありがとうございました。

病院食「ナスのはさみ揚げ」のミキサー食、だしのとりみがおしかったです。揚げ物もミキサー食で、できるため家でも作ってみます。

職員の方、看護職の方の気持ちの良い挨拶と心優しい対応、また患者さんのことを第一に思っている事を感じました。まさに「信頼と貢献」です。

実際の体験や普段は見られないバックヤードも拝見でき、設備が充実している事やマンパワーと、ITパワーの両立を見る事ができました。看護師の皆さんの努力と愛情を感じました。

もっと多くの人に受講してほしい事業だと思えますので長く続けて下さい。

このような言葉は私たち職員の力強い励みになります。ありがとうございました。
来年も開催いたしますので、多くの方々のご参加をお待ちしております。



管理栄養士がすすめる健康レシピ

しっかり食べて夏バテ予防

簡単!!豚肉と夏野菜の 冷しゃぶそうめん ジュレポン酢がけ



●材料(2人分)

そうめん(乾)	3束
豚薄切り肉	100g
トマト	1/2ケ
オクラ	3本
黄色パプリカ	1/2ケ
みょうが	1本
大葉	2枚
ポン酢	50cc
水	100cc
粉ゼラチン	3g
湯(80度以上)	30cc

●作り方

- ①豚肉は茹でて水気を切り、冷やしておく。
- ②オクラはさっと茹で、トマト・パプリカ(茹でてもOK)と共に一口大に切り、みょうが・大葉は千切りにする。
- ③そうめんを茹でて、流水で洗いお皿に盛る。豚肉・野菜を盛り付けジュレポン酢をかけて完成。

●ジュレポン酢作り方 (あらかじめ作り冷やしておく)※市販品でもOK

- I ゼラチンをお湯の中に入れ素早く混ぜる。
- II ポン酢と水を混ぜ、人肌程度に温めておく。
- III IとIIを混ぜ冷蔵庫で1時間以上冷やし固める。
- IV 固まったら、フォークなどで崩し、具材の上にかける。

Point

- ・いつものそうめんにちょっとしたアレンジを加えることで、栄養バランスがグッと良くなります。
- ・高齢者に不足しがちなたんぱく質、特にお肉が摂取しやすくなります。
- ・豚肉に含まれるビタミンB1や黄色パプリカに含まれるビタミンCには疲労回復効果があり、夏バテ予防に適した食材です。

Information

お知らせ

ボランティア活動へのお礼

去る5月23日、公益社団法人シルバー人材センターのご厚意により、病院の除草作業が行われました。当日は晴天に恵まれ、約40人の会員の皆様にご奉仕いただきました。

当院花壇の維持管理については、日頃から「遊友花の会」の皆様にご奉仕をいただいております。5月16日に花の苗の植え替えを行っていただきました。

皆様の手際の良い作業により、すばらしい施設環境を保つことができました。厚くお礼申し上げます。



ゆずりあい駐車場の利用について

病院正面にある「ゆずりあい駐車場」は、障害のある方や車いすを利用されている方、高齢者の方など、歩行が困難な方に優先していただく駐車場です。歩行が困難でない一般の方が軽い気持ちで駐車してしまうと、本当に必要とされている方が駐車できなくて困ってしまうことがあります。病院を利用される皆様のご理解とご協力をお願いします。



ロータリーの改修を行いました

皆さまのご要望により、正面入口をロータリーに改修しました。お車で越越しの際は、走行にご注意いただきますようお願いいたします。



お願い

毎年7月から10月は住民健診の再検査を受ける方が増加するため内科が混み合います。

住民健診等において要精密検査と判定された患者様は、事前に診察予約を取っていただくようお願いします。

連絡先 ● 病診連携室 TEL053-576-1240

お知らせ

開業医で受診されている方を対象に、土曜日にCT・MRI検査を受け入れています。

週末の検査を希望される方は**かかりつけの医師**にご相談ください。