

まが子

Vol.
30

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いたします。

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

病院職員が誇りを持ち、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。



CONTENTS

02. 知っておくべき尿検査の基礎知識

04. 発達障害について

06. 感染管理認定看護師 2 人目誕生 !!

07. 新任医師紹介

クリスマスイベントを開催しました

08. 健康まつりのお知らせ

日時：平成 29 年 3 月 11 日 13:00 ~ 15:00

クリスマスイベントの風景

◆ 尿検査でなにが分かる？

尿検査は学校や会社などの健康診断でも行われているため、誰でも一度は受けたことがある非常に一般的な検査です。

尿生成の大きな目的は、体内の老廃物^{ろうはいぶつ}を体外に排泄^{はいせつ}させることです。通常は、水分と一緒に不要な成分が尿として排泄^{はいせつ}されていますが、様々な病気によって、尿中に本来は含まれるはずのないものや含まれてはならないものが混ざることがあります。尿検査では、これらの成分をチェックしています。尿を生成する腎臓^{じんぞう}や、その通路である尿管^{ようかん}、膀胱^{ぼうこう}、尿道^{にょうどう}の病変を発見するのに加えて、尿中には全身の代謝産物^{たいしゃさんぶつ}が排泄^{はいせつ}されているため、いろいろな臓器の異常や病気の徴候をみることもできます。尿検査は医療の現場では極めて重要な検査の一つです。

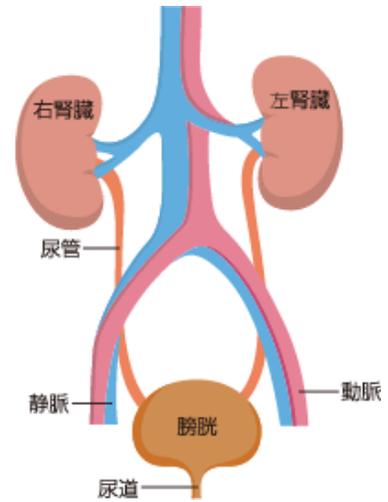


図1

◆ 尿検査の代表的なものをいくつか紹介します

たんぱく 蛋白	たんぱく 蛋白を認めた場合、じんぞう 腎臓などの病気を疑います。ただし、運動などにより一過性に たんぱく 蛋白を認めることがあります。
とう 糖	とう 糖を認めた場合、糖尿病などを疑います。ただし、糖尿病以外の人でも食事直後では とう 糖を認めることがあります。
せんけつ 潜血	せんけつ 潜血を認めた場合、じんぞう しようかん ぼうこう しようどう 腎臓・尿管・膀胱・尿道・生殖器などからの出血を疑います。
ウロビリ ノーゲン	高値のウロビリノーゲンを認めた場合、肝臓の病気などを疑います。ただし、尿中に 少量のウロビリノーゲンは含まれています。

◆ 採尿をする時の注意点は？

尿検査を正しく行うには、気をつけるポイントがいくつかあります。

採尿前に、ビタミン剤や栄養ドリンクを摂り過ぎたり、激しいスポーツをしたりすると、尿の成分が変わってしまうことがあります。

採尿の際、「中間尿を採ってください」と言われると思います。「中間尿を採る」とは、出始め

の尿ではなく、少し出した後の尿を採取するという事です。出始めの尿には雑菌が混入していることが多いため検査には不向きです。さらに検査の種類によって採尿方法が異なる場合がありますので、分からない場合は確認してみましょう。

採尿カップには、「この線まで入れてください」という、目盛がついている場合があります。検査で尿を採る時に、そんなにたくさん出ないこともあります。採取した尿量が目盛まで届かず、困ってしまうこともあるでしょう。しかし検査の種類によっては、少量でも大丈夫なことがありますので、そのまま提出して下さい。量が少なくても水などを足すのは絶対にやめましょう。

採尿カップの上にトイレトペーパーを被せて提出するのはやめましょう。誤って採尿カップの中にトイレトペーパーが入ってしまうと、紙の繊維により、誤判定が起きる場合があります。

異物が入っても自分でとらないようにしましょう。手についている細菌などが混入することがあります。

採尿してすぐの尿（新鮮な尿）を提出するのが望ましいですが、高齢者の方など尿が出にくい場合には、家庭で採取してきた尿を使うこともできますので、ご相談下さい。



図2

◆ 尿の色

健康な人の尿の色は、一般的にはほぼ透明～薄い黄色です。朝一番の排尿時は、寝ている間に水分を摂っていない為、尿が濃くなる傾向があります。また、運動をして汗をたくさんかいたときも体内の水分量が減って濃くなります。反対に、たくさん水分を摂取すればするほど尿の色は透明に近づきます。尿の色が濃い場合は、脱水症状になる可能性があります。水分を補給するようにしましょう。

尿の色で特に気をつけるべきは濁った尿の場合です。これは、膀胱炎、尿道炎など尿路に炎症が起きている（にょうろかんせんしょう尿路感染症）時に出やすい色です。濁った尿が続くようであれば、一度検査をしたほうがいいでしょう。

血尿は目視では分からないことがあります。血尿というと、尿が真っ赤に染まるイメージがありますが、実は血尿の大半は「目では発見できない」色です。少し褐色、薄いピンク色程度でも検査をすると血が混じっている事があります。

尿の色は、飲み物や食品によって変化することがあります。ビタミン剤や栄養ドリンクを飲むと尿が水分量に関係なく鮮やかな黄色に変化します。黄色、褐色の尿であっても必ずしも何か病気が隠れているわけではないので、日常的に尿の色をチェックして気になる尿の色が毎日続く場合は、病院で診察してもらおうと良いでしょう。

◎ 発達障害とは

人の持っている力や特性を数値にして円形の図で表すとしたら“ふつう”とはどのような状態を指すのでしょうか？平均を100とすれば、“ふつう”の人はすべての能力が100なののでしょうか（図1）？おそらくそのようなことはなく、色々な能力が様々な数値をとり、意外と凸凹でこぼこしていて全く同じ形の人を見つけることは難しいと思います（図2）。

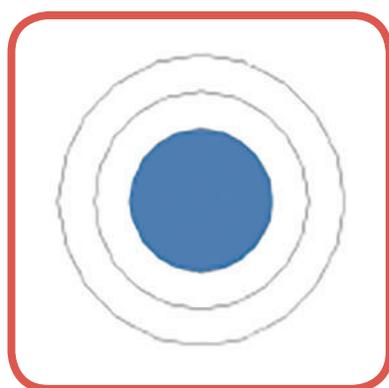


図1



図2



図3

その凸凹でこぼこはいわゆる“個性”と呼ばれるもので、高めに飛び出ている所は得意なところですし、低めに凹んでいる所は苦手なところだと考えられます。しかし、その凸凹でこぼこも大きすぎると“困り感こまかん”を伴いやすくなります（図3）。あることは人並み以上にできるのに、別のことは人並みにすらできない・・・できないところは『やる気がないのではないか？』『わざとやっているのではないか？』など、周囲の誤解ごかいを招いてしまうこともあります。本人も『どうしてこんなこともできないのだろう？』『自分の努力が足りないのではないか？』など、自信を無くしてしまうこともあります。

凸凹でこぼこが大きくてもあまり問題がなくて“困り感こまかん”をほとんど持たない人もいれば、凸凹でこぼこが小さくても問題があったり、“困り感こまかん”を持つ人もいます。そういう意味では凸凹でこぼこの大きさだけで“問題のある・なし”や“ふつう・ふつうではない”といったラインは決めることができません。

“発達でこぼこの凸凹 + 適応障害てきおう = 発達障害でこぼこ”（文献①）という考え方があります。発達でこぼこの凸凹がある程度見られ、それが元となって不適応（何らかの問題）が生じている状態を発達障害と呼ぶという考え方です。問題（不適応）がなければ発達障害と言わないのかといえばその通りかもしれません。しかし、それは何もしなくていいということではありません。発達でこぼこの凸凹があるということは特別な配慮はいりよを必要とする特性を持っているということですから、特性に合わせた対応をしてあげた方がその人にとっては生きやすいはずですが、対応をしなければ生きにくさが増すわけで“不適応”を生じさせるリスクを高めることにつながります。

発達でこぼこの凸凹を早めに見つけて特性に合わせた対応をしていくことで、発達でこぼこの凸凹を障害にしないための支援をすることができるのではないかと考えられます。

◎学校（通常学級）の中では？

文部科学省が2012年に行った調査（文献②）では、通常学級において知的発達に遅れはないものの学習面または行動面で著しい困難を示す児童生徒の割合を約6.5%と報告しています。そのすべてに診断がつくわけではありませんが、30人程度の通常学級であればおよそ2名程度は特別な支援を必要とする子がいるという計算になります。

◎大人の発達障害

大人の世界にも発達^{でこぼこ}の凸凹を持つ人は多く、最近ではテレビなどでも取り上げられています。ご自身の周りの人達を見廻^{みまわ}してみると気になる方がいらしたり、もしかしたら自分がそんな特性をもっているかもしれないと感じられたりすることがあるかもしれません。しかし、それで困っていないのであれば、本人や周囲がその特性＝個性を認めて理解^{きよう}や許容^{きよう}をしたり、一定の配慮^{はいりよ}や対応の工夫^{こんなん}をしたりすることで、大きな困難なく日常生活を営めるということでもあります。

◎おわりに

歴史上、素晴らしい仕事をした人物の中に発達障害であったことが推測^{すいそく}される人物としてエジソンやアインシュタイン、坂本龍馬などが挙げられていますし（文献③）、芸能人などでもご自分の特性を公表している方もいらっしゃいます。これはその特性を理解してうまく付き合ったり活かしたりすることで、歴史に残るような業績^{ぎようせき}を残したり社会に影響^{えいきよう}を与えるような仕事もできるとのことだとも考えられます。

この記事から、そのような特性をお持ちの人がとても身近なところに少なくない数おられることを知っていただき、さらに関心を持っていただけるきっかけとなれば幸いです。

* 誌面の都合上、言葉足らずや説明不足なところがあります。宜しければ出前講座『発達障害について』もご利用ください

（詳細は病院ホームページ http://www.hospital.kosai.shizuoka.jp/how_to/demae_kouza/ をご覧ください）。

文献

- ①杉山登志郎『発達障害のいま』講談社現代新書 2011
- ②文部科学省初等中等教育局特別支援教育課（2012）『通常の学級に在籍する発達障害の可能性のある特別な教育的支援を必要とする児童生徒に関する調査結果について』
- ③星野仁彦監修『大人の発達障害を的確にサポートする！』日東書院 2012

感染管理認定看護師 2 人目誕生!!

感染管理認定看護師 池田裕幸

私たち感染管理認定看護師は、患者様だけでなく、ご家族や訪問者の方々、さらには現場で働く医療従事者も含めてさまざまな感染から守るための活動を行なっています。敵となるのは細菌やウイルスといった目に見えない病原微生物ですから、捕まえて退治するというわけにはいきません。ですから、院内だけでなく地域での感染症の流行や発生状況にも注意し、感染症の発生を予防する、または拡大を防ぐために感染対策の実施や教育・指導を行っています。



感染管理認定看護師は、全国で 2,560 名、静岡県では約 60 名がそれぞれの勤務する病院で活動しています。



当院では平成 25 年に 1 人目の感染管理認定看護師が誕生し、昨年、私が資格取得したことで 2 人体制となり活動内容も拡大されました。(表 1)

当院看護部としては、地域に向けた感染管理活動の重要性についても考えており、今後は湖西地域における医療・介護・福祉施設と連携して、それぞれの施設での感染症の発生や流行状況に関する情報の共有、感染対策の見直しや勉強会の実施に向けて取り組んでいきたいと思ひます。

また、市民の皆様に向けた研修会も開催していますので多くの方の参加をお待ちしています。

▲ 11 月 11 日実施 ^{かいせん}疥癬感染対策研修の様子

表 1 平成 28 年度 感染認定看護師が実施した研修会一覧

開催日時	内 容	参加人数
9 月 8 日 9:00 ~ 12:00	養護教員実習 保健室における感染対策	常葉大学学生 : 1 名 (対象 : 実習生)
10 月 12・13・19 日 17:30 ~ 18:30	院内感染対策研修 薬剤耐性対策・職業感染対策	院内職員 : 171 名
10 月 13 日 19:00 ~ 20:00	皮膚の感染症と感染対策	社会福祉協議会職員 : 28 名
10 月 14 日 17:15 ~ 18:00	感染対策セミナー シーツ交換時の感染対策	院内看護補助者 : 4 名 (対象 : 院内部署 各 1 名)
10 月 28 日 17:15 ~ 18:00	感染対策セミナー 点滴混注時の感染対策	院内看護師 : 8 名 (対象 : 院内部署 各 1 名)
11 月 11 日 18:30 ~ 20:00	^{かいせん} 疥癬の感染対策	院内職員 : 102 名 院内医療従事者 : 48 名
12 月 26 日 17:15 ~ 18:45	冬に流行する感染症の感染対策 インフルエンザ・ノロウイルス対応	院内職員 : 37 名 院内医療従事者 : 17 名



新任医師紹介



おお た まなぶ
太田 学 先生

Q1 診療科 (専門分野または得意分野)

A. 外科 (消化器外科)

Q2 出身地

A. 浜松市 (旧天竜市)

Q3 当院の第一印象

A. やさしい心遣いにあふれている。
建物は古いけど大変きれい。

Q4 趣味

A. ウォーキング

Q5 最近思うこと

A. トランプ大統領就任、英国 EU 離脱。
世界も日本も身近な所でも大きな変化が来そう!

Q6 抱負

A. 湖西市民の健康と笑顔の為、全力で診療を行います。

クリスマスイベントを開催しました

平成 28 年 12 月 22 日 (木)、1 階中央待合ホールにおいてクリスマスイベントを開催しました。

当日は、市内の合唱団の有志の皆さんがクリスマスコンサートを開いてくださいました。クリスマスソングの演奏やハンドベルの演奏など、患者様や一般のお客様も一体となって楽しむことができました。演奏終了後には、大きな拍手が贈られ、楽しいひとときを過ごすことができました。

また会場では、職員手作りのバルーンアートのプレゼントもあり、クリスマス気分を盛り上げました。

今回のイベントをはじめ、今後も地域の皆様に親しまれる病院づくりを図り、よりいっそう地域への貢献ができるように努めてまいります。



次回をお楽しみに♪

「管理栄養士がすすめる健康レシピ」休載のお知らせ

「きずな 30 号」の管理栄養士がすすめる健康レシピはお休みさせていただきます。



健康まつり

平成29年3月11日 土
13:00~15:00

♪ 和太鼓演奏

開催時間 13:05 ~ 13:25 中央ホール
微笑保育園 年長組

院内活動写真の掲示

講堂他



健康ブース

健康まつりでは、さまざまな健康まつわるブースを開催します。皆様の健康の手助けになればと思います。ご気軽にご参加ください。

1階

ちびっこなりきりドクター・ナース

13:30 ~ 15:00 〈参加対象小学生まで〉

医師や看護師の白衣を着て、記念撮影ができます。また、実際に医師が使用する聴診器を使って、体の中の音がどのように聞こえているのかを体験することも出来ます。

ちびっこなりきり消防隊員

13:30 ~ 15:00 〈参加対象小学生まで〉

消防隊員の衣装を着て、消防車の前で記念撮影ができます。



消防隊員から学ぶ

「教えて!子どもの救急要請のハテナ?&身近な応急手当法」

13:45 ~ 14:45 〈参加自由〉

お子さんが病気やケガをしたときに救急車を呼ぶべきかどうか、その疑問に消防隊員がお応えします。また、応急手当が必要になったときに身近な物で処置が出来ることをお伝えいたします。

2階

自助具・福祉用具の展示・相談窓口

13:30 ~ 15:00 〈参加自由〉

自助具・福祉用具の展示およびその使用目的や方法を紹介します。また、実際に日常生活において不自由を感じている人へ自助具・福祉用具のアドバイスや購入方法の案内をいたします。

乳房セルフチェック

13:30 ~ 15:00 〈参加自由〉

1 ~ 2年に1回の乳がん検診を受ける事は大切な事です。それと併用して、検診までの間に自分でもチェックして異常の早期発見ができる方法をご紹介します。

認知症相談窓口

13:30 ~ 15:00 〈参加自由〉

認知症に関する不安や悩みなどの相談に応じます。



放射線機器見学ツアー

13:30 ~ 15:00 〈先着 60名〉※

昨年大好評だった当院最新鋭放射線機器「体験ツアー方式」を今年も行います(昨年よりも内容もグレードアップ)。当院の機器を用いた模擬実験などで「見る」・「さわる」・「感動する」体験をしていただけます。

エコー(超音波検査)体験

13:30 ~ 15:00 〈先着 15名〉※

検査技師の案内により、エコー(超音波検査)機器を用いて、人形や自分のお腹の中の状態を検査する疑似体験を実施いたします。

軟こう作り体験

13:30 ~ 15:00 〈先着 30名〉※

薬剤師の案内により、リップやハンドクリームとして使える軟こうを処方薬の様に作る体験を実施いたします。

在宅支援相談窓口

13:30 ~ 15:00 〈参加自由〉

在宅療養での不安や、外来通院での不安、介護保険のことなどについて相談に応じます。

血管年齢・骨密度測定

13:30 ~ 15:00 〈先着 80名〉※

測定器を用いて、血管の弾力性年齢や骨密度を測定します。
★骨密度測定は素足で行いますのでご注意ください。

体成分分析装置

13:30 ~ 15:00 〈先着 30名〉※

測定器を用いて、体水分量や基礎代謝量などの体成分を測定します。★体成分分析は素足で行いますのでご注意ください。

肌年齢測定

13:30 ~ 15:00 〈先着 30名〉※

測定器を用いて、肌の状態を測定します。

※ 当日 12:30 から正面玄関前で整理券を配布します。

講演会中止について

きずな 29号でお知らせした健康まつりの内容で、船井医師による『いびきについて』の講演会を予定しておりましたが、今回、諸般の都合で中止させていただくことをお詫び申し上げます。