

ちょうしんぎ

第 46 号

平成26年8月12日

〈発行〉市立島田市民病院

事業管理者

服部 隆一

〈編集〉広報委員会



「熱中症」にご用心!

救急科 松岡良太

暑い日が続いていますが、熱中症になる方は梅雨明け前から出ています。

そんなに暑くない頃からなぜ…?

これは体がまだ暑さに慣れていないためです。本来なら、暑くなると汗をかき、汗が蒸発する際に体が暑さに慣れておらず、うまく汗をかくことができずに体に熱がこもってしまいます。また、梅雨〜梅雨明けの時期には湿度が高いため、汗をかいてもなかなか蒸発せず、体から熱が逃げません。このため、この時期はさほど気温が上がらなくても、熱中症になってしまうのです。また、暑さに体が慣れた頃には、さらに暑くなっているのです。熱中症になってしまします。気を抜かずに予防しましょう。

テレビやラジオで毎日のように「熱中症に注意してください」と流れていますが、テレビなどでは時間が限られており、具体的に何をすればよいか分かりません。せいぜい「水分をしっかり摂って」です。そのためこれだけ広報しているにもかかわらず、毎年全国各地で熱中症が大量に出ています。これは「注意しているつもり」でも、ちゃんと予防できていないことが原因なのです。では、予防のポイントを挙げてみます。

(次ページに続く)

熱中症の予防策

- ① 暑さを避けることが大切です。部屋が暑ければ扇風機だけではなく、エアコンを使ってください（エアコンが体に悪い、というのは昔の話です）。
- ② 長時間炎天下を避け、涼しい場所で休憩を取り体温を下げる時間を作りましょう。
- ③ こまめに水分を摂りましょう。喉が渇く前に飲むように心がけてください。
- ④ たくさん汗をかいた場合には、水分だけでなく塩分も少量摂る必要があります。

※心臓病や高血圧などで水分や塩分制限を指示されている方は、主治医にご相談を。

熱中症は重症になると死に至ることがある、怖い病気（環境異常症）です。しかし一方で、熱中症は予防できる病気です。しっかりと知識を持ち、確実に予防していきましょう。

★詳細は、『市立島田市民病院のウェブサイトの「病院概要」にある「救急センターだより」の「熱中症」をご覧ください。
★島田市役所の健康づくり課が毎年主催している「熱中症」講座をご聴講ください。熱中症についての知識を深めておきましょう。



熱中症対策に
適度な水分補給を

栄養指導室長 池田 あずさ

暑さが厳しくなったこの時期は、特に気をつけたいのが「熱中症」です。暑いときに私たちは汗をかいて体内の熱を逃がそうとしますが、大量に汗をかくと体内の水分だけでなくミネラルも失われて体温調整機能が上手く働かなくなり、熱中症を引き起こします。この防止には意識して水分を補給することが大切です。特に、体温を調整する機能が未熟な乳幼児、暑さや喉の渇きを感じにくい高齢者は注意が必要です。熱中症対策に必要な水分やナトリウム（塩分）やカリウムといったミネラルを十分に補給したいものです。

麦茶を飲むこと、スイカに塩を掛けて食べることで、これらは水分やミネラルと一緒に摂取できる昔からの知恵です。意識的にお茶や麦茶を飲み、新鮮な野菜や果物を食べることをお勧めします。最近では必要な水分とミネラルを素早く吸収し維持できる飲料水も市販されていますので、上手に活用しましょう。



院内のご意見箱から

《ご意見》

5月24日(土)夜、腹痛で受診をしました。その際、会計の人が志太救急をすすめてくれました。保険が効くとの事で、でも、いてもたってもいられない痛さなので、ここでお願いしますと訴えました。

お金は9,000円ぐらいしか持っていないけど、と話すといい顔はせず、志太へ行ったほうがいいですと何度もすすめたのです。

受診する人の様子を見てください。訴えにもっと耳をかたむけて聞いてください。会計で30分程度もめました。とても不愉快でした。

受診後すぐに手術となり、そのまま入院となりました。対応してくれた外科の医師、看護師(救急センター)は患者の立場になって1つ1つついていねいにしてくれました。私にとっては、うれしかったです、助けてもらえてよかったですと感じました。

救急センターの会計の人が受診される人の様子を見て、訴えに耳をかたむけてもめる事をなくしていただければ気持ちよく受診ができたと思います。今後の対応に期待したいと思います。

《回答》

この度は、救急外来受付についてのご意見ありがとうございます。

がん化学療法看護 認定看護師

和田 奈美子

現在死因の第1位は「がん」です。日本人の2人にひとりのがんを発症すると言われています。私は、病棟で抗がん剤治療を受ける患者さんと関わる中で、とても辛そうに治療を受けている姿を多く見てきました。もつと患者さんの苦痛を和らげることができるとは思えないか、一緒に苦しむご家族を少しでもサポートできないか、と日々考えていました。そのようなときに「がん化学療法認定看護師」

という道があることを知りました。昨年認定試験に合格し、「がん化学療法認定看護師」資格を取得しました。

当院には私のほかにもう一人同じがん化学療法認定看護師がいます。彼女は、外来化学療法室に勤務しています。私は病棟に勤務し入院患者の看護を担っています。抗がん剤治療がスムーズに行えるように医師・薬剤師と相談をしながら、抗がん剤の治療効果や副作用の予防方法などを、患者さん・ご家族に説明しています。患者さんが安全に、安心して治療が受けられるようスタッフともコミュニケーションをしっかりと行い看護にあたっています。

抗がん剤治療を受ける患者さんやそのご家族の悩みや不安を聴きながら、個々の生活にあつた問題解決方法を一緒に考えます。生活の中心は自宅です。自宅での生活に困らないよう注意点や予防方法についてもアドバイスをしています。抗がん剤治療の悩み事や相談には、いつでも対応します。気軽にご相談ください。



看護師・助産師

随時募集中

お気軽にお問い合わせください。

島田市病院事業職員募集
《医療職》《事務職》
詳細は島田市民病院ウェブサイトをご覧ください。

当院では、救急医療体制確保のため、重篤な患者さんを除き、時間外(加算)料金の自費徴収を実施させていただいております。今回のような深夜で初診の方の場合、患者さんの状態によって、保険診療分とは別に、深夜料金(4,800円)と特定初診料(2,160円)をご負担いただくこととなります。この料金につきましては、「説明がなかった。」等、受診後患者さんとトラブルになることもあり、救急外来受付に掲示させていただくとともに、患者さんに口頭でもあらかじめ説明させていただいております。自費徴収を望まれない方については、自費徴収を行っていない志太榛原救急センターへのご案内もさせていただく場合がございます。

今回、強い痛みを訴えていらした患者さんであったにもかかわらず、こういった説明をさせていただいたことにより、ご不快な思いをさせていただきましたのではないかと反省しております。

今後は、患者さんの様子を十分確認し、お話を伺い、気持ちよく受診していただけるよう努力して参ります。

貴重なご意見ありがとうございます。



島田市民病院医師診療表

電話(0547)35-2111(代)

◆診療各科の受付時間は7:30~11:00です。(一部診療科を除く)

★紹介状がなくても受診できます。

(紹介状がない場合は特定初診料が2,160円かかります)

平成26年8月11日現在

科別	診療区分	月	火	水	木	金	科別	診療区分	月	火	水	木	金	
総合診療科	午前・一診	岩嶋	谷尾	高橋	岩嶋	谷尾	外科	一診	磯野	上村	植田	上村 (手術相談)	上村 (術前診察)	
	午前・二診	善當	陳 喆	今井/谷尾	姜/谷尾	石川		二診	篠原	中田	野村	芦沢	処置・検査	
漢方内科	午前				第1・第3・第5 小野		(専門外来)	乳腺	13:30~14:30					検査のみ
					第2・第4 高橋			形成外科	午前・一診	寺井	三倉	寺井	寺井	三倉
腎臓内科	午前	岡西			野垣	鈴木		午前・二診	三倉					
	午後				野垣 CAPD			午後	レーザー	手術	手術	レーザー	手術	
消化器内科	一診	松下	渡邊	金山	石橋	間瀬	脳神経外科	一診	山形	阪口	浦野	村田	阪口	
	午前・二診	石橋						※受付時間:7:30~10:00です。						
	午後・二診	高橋	森下	間瀬	松下	金山		一診	交替	福澤	福澤	植村	植村	恵
循環器内科	一診	青山	川人	露木	石田	金森	泌尿器科	二診		恵	植村	木村		
	二診	近藤	青山	松岡	近藤	鷹野		午後	手術	内視鏡検査	検査	手術	手術	
(専門外来) 13:30~15:00	ペースメーカー	石田			服部	不整脈外来 第2・第4	※紹介状を持参された方を優先する場合があります。							
小児科	一診	磯目	武藤	武藤	武藤	黒川	産婦人科		小松	柏木	小松	小松	山崎	
	二診	武藤 第1 和田	黒川	黒川	磯目	武藤				市検診			市検診	
(専門外来)	予防接種	予防接種				予防接種	※完全予約制です。							
	交替	交替				交替	眼科	午前・一診	小原	小原	小原	小原	小原	
			乳児検診 黒川		乳児検診 磯目			午後・一診	手術	手術	検査	手術	検査	
	喘息	アレルギー 内分泌	喘息	心臓・未熟児 内分泌			午前・二診	富安	富安	富安	富安	富安		
	黒川	黒川	磯目	磯目	黒川		午後・二診	手術	手術	手術	手術	検査		
	心臓 第2 金	新規相談 武藤	神経 武藤		発達 武藤		耳鼻咽喉科	午前	山原	山河	山河	山河	山河	
								午後	山原					
※受付時間:7:30~10:00です。							※火~金は紹介状不要です。							
健康管理科	午前		松田		第1・第3・第5 高橋		皮膚科	一診	橋爪	橋爪	橋爪	橋爪	橋爪	
								二診	馬屋原	馬屋原	馬屋原	馬屋原	馬屋原	
※初診予約が必要です。							三診	植田	影山	影山	植田	影山		
							※診察は午前のみになります。 午後は手術、病棟業務となります。							

★紹介状と初診予約が必要です。

科別	診療区分	月	火	水	木	金	科別	診療区分	月	火	水	木	金
血液内科	一診	午前 野垣	新患のみ 石橋	石橋	石橋	石橋	整形外科	一診	佐伯	澤田	佐伯	齋藤	石江
糖尿病・ 内分泌内科	午前・一診	林	古川	清水	岡西			二診	午前 寺本	片山	石江	澤田	片山
	午前・再診	清水	林	古川	林	古川/岡西		三診	午前 貯血	齋藤		加藤	佐伯
	午後・再診			小谷	古川	林	手術	手術	手術	手術	手術	手術	
神経内科	午前			近藤/樹田		近藤		手術	義肢装具	手術	義肢装具	手術	
呼吸器内科 呼吸器外科 ※注1・注2	一診	交替	菅沼	交替	岩嶋	菅沼	歯科口腔外科	午前・一診	蔡	蔡	蔡	蔡	蔡
	二診	小林	岩嶋	小林		奥田		午後・一診					
	三診	呼吸器外科 検診後	山口	山岸	健康管理科 高橋				午前・二診	田中	田中	田中	田中
	四診	菅沼		奥田	菅沼			午後・二診					
	五診	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医		三診	齋藤				
心療内科	午前・再診 午後・初診	松田					午後	手術		手術		手術	
放射線科	午前	齋藤	齋藤	齋藤	齋藤	齋藤	※インプラントと外傷については紹介状は不要ですが、予約は必要です。 詳しくは口腔外科に問い合せください。						
	午後												

◆(※注1)呼吸器内科:島田市及び川根本町在住の方が対象

◆(※注2)呼吸器外科:島田市及び近隣市町在住の方で手術・検査が必要な疾患の患者が対象

◆都合により変更する場合がありますので、ご了承ください。