

かっ とっ ぽ

2019
12月

令和元年12月1日号 毎月発行No.165

目 次

P1～2・・・上五島病院 災害訓練実施の報告

P2・・・・・・年末年始の外来診療について

P3・・・・・・言語聴覚療法・言語聴覚士をご存知ですか？

P4・・・・・・栄養管理室より

P5・・・・・・外来担当医一覧

P6・・・・・・特診外来予定表

P7・・・・・・あとがき



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981

上五島病院 災害訓練実施の報告

1995年の阪神淡路大震災で災害と医療の在り方が見直されました。災害では多くの方が怪我・病気となり、医療を必要とします。しかしながら医療は平時よりもスタッフが増えるわけではありません。そのため災害医療では需給バランスが崩れてしまいます。つまり、平時の医療では対応しきれないということになります。そのために様々な工夫と事前の準備が必要となってきます。そのいくつかのご紹介と当院で行った災害訓練の報告をさせていただきます。

1: 救急隊との連携

病院に重症患者を運んでくる救急隊との連携を行うことは必要です。現場で初療、必要に応じて医療従事者(ドクターヘリ、上五島病院スタッフ)に現場での治療依頼を行う、現場から病院までの搬送を行うなど多岐にわたった対応を行っています。日頃より連携の在り方など協議・調整を行っています。



2: トリアージ

トリアージとはフランス語で“選別”という意味だそうです。災害医療におけるトリアージとは、患者の治療順位を決めることを指します。より重症の患者さんは余力が少なく、より早く医療を導入する必要があります。通常の診察では受付の順番、検査結果が出た順番で医療を行います。災害の際にはこの限りではありません。需給バランスが崩れた際にはより多くの患者さんの治療を行うためにトリアージを行う必要があります。

その他にも患者・災害情報を処理する本部、重症度によって治療室を振り分ける、検査がスムーズな体制など複数の工夫を考えています。



これらを確認するために、2019年11月7日に院内災害訓練を行いました。交通事故で多数傷病者が生じた場合の対応として救急隊と連携した訓練を行い、20名を超えた患者さんが生じた場合の対応を検討しました。模擬患者に対し、救急外来入り口で上記のトリアージを行い、院内の複数個所で治療を行いました。平時の医療とは異なり重症の患者が多く搬送されるために事前の準備・想定をした対応が必要であることを確認しました。

最後になりますが、今回、訓練に見学・参加していただいた、長崎県庁医療政策課、新上五島町消防署、新上五島町防災室、若松診療所、つつじが丘、清和園、長崎県島原病院DMATスタッフ、また寒い中患者役をしていただいたスタッフの皆様、大変ありがとうございました。

訓練は年に1回開催予定です。次回も事前アナウンスさせていただきます。診療にご迷惑おかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

(外科 堀川 修一)



●院内災害訓練の様子

現場救護所



←救急隊が患者役を診療、トリアージタグを使って記載、奥の現場指揮所で病院との連携をはかる。みぎ端は上五島病院救急医療チームのスタッフ。



赤ポスト



↑重症患者受け入れ、スタッフ2～3名で1人の患者の診療にあたる。

本部



↑災害・事故の状況の把握、入院調整、本土の病院との連携など多岐にわたった業務調整を行う。

年末年始の外来診療について

年末年始の外来診療について、下記のとおりお知らせいたします。

- 令和元年12月27日(金)・・・【通常診療】
- 令和元年12月28日(土)～令和2年1月5日(日)・・・【休診】
- 令和2年1月6日(月)・・・【通常診療】

なお、救急外来については、平常どおり診療いたします。

※来院の際は、事前にお電話にてご連絡をいただきますようお願いいたします。

【TEL 0959-52-3000】

入院患者さんの付き添い・ご面会につきましては、通常どおりです。

※面会時間・・・午前10時～午後8時

ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



言語聴覚療法・言語聴覚士をご存知ですか？

■言語聴覚療法・言語聴覚士って？

私たちは普段、何気なく会話やメール、読書などを楽しんでいます。これらは聞こえやことばの機能を使って行われています。

脳出血や脳梗塞などの病気や、交通事故などでの頭部の怪我により、これらの機能を損なうことがあり、コミュニケーションや食事に問題を生じることがあります。言語聴覚士（ST）は、それらの問題に対し、専門的な検査・練習を提供し、自分らしい生活を構築できるように支援する専門職です。



■言語聴覚障害って？

言語聴覚障害は多種多様です。代表的なものとしては①聞こえの障害、②言語機能の障害、③話しことばの障害があり、その他にも④食べたり、飲み込んだりすることの障害もあります。

①聞こえの障害

話しことばが聞き取れないためコミュニケーションに問題が生じます。また、自分の話し声も聞き取れないため発音や声の大きさなどが不自然になり、円滑な意思伝達が難しくなります。

②言語機能の障害

ことばが年齢相応に育たない「言語発達障害」、 “ことばが出てこない、意味がわからない” といった「失語症」があります。その他に記憶や注意、認知などが障害される「高次脳機能障害」も直接的、間接的に言語機能に影響します。

③話しことばの障害

声のかすれや大きな声が出ないといった「声の障害」、発音が誤ったり歪んだり、呂律がまわらないといった「発音の障害」があります。不明瞭な発音や不自然な音声は聞き取りにくく、話しことばによるコミュニケーションに影響を及ぼします。

④食べる・飲むことの障害

食べ物を嚙んだり、飲み込んだりできない状態を「摂食・嚥下障害」といいます。食べ物が肺に入っておこす肺炎や食べ物による窒息など生命に危険を及ぼす可能性のほか、低栄養による体力・免下、食べる喜びも失われます。

現在、上五島病院では②言語機能、③話し言葉、④食べること・飲み込むことに問題を持っている方に関わらせて頂いています。言語聴覚士（ST）のリハビリは10月からのスタートで、まだまだ準備段階ではありますが、少しでもお役にたてればと思っていますので、これからよろしくお願いします。

（言語聴覚士 浜村 果奈）



栄養管理室より ごぼうとアスパラガスのサラダ

ごぼうは、上品で優しい香りがします。また、食物繊維を豊富に含むので満腹感がでてお腹が空きにくくなります。



《栄養価》(1人分)
(飾り付けの野菜は含まない)

エネルギー : 127kcal
 蛋白質 : 2.2g
 脂質 : 9.4g
 炭水化物 : 9.4g
 食物繊維 : 3.2g
 食塩 : 0.5g

材 料 (4人分)

- ごぼう・・・・・・・・・・1本
- アスパラガス・・・・・・・・8本
- A：だし汁・・・・・・・・300cc
- A：醤油・・・・・・・・小さじ1
- A：砂糖・・・・・・・・小さじ1/2
- マヨネーズ・・・・・・・・大さじ4
- すりごま・・・・・・・・ひとつまみ

飾り付け

ミトマト、とうもろこし、バビ-リーフ

作 り 方

- ① ごぼうを洗い5cm位の長さに切って千切りにし、酢水に2分程さらしてアク抜きをします。
- ② アスパラガスは筋を取り5cm位の長さに切ります。
- ③ 鍋にごぼうとAを入れて強火で煮ます。沸騰したら中火にし、最後にアスパラガスを入れて1分煮ます。
- ④ 煮汁を切りボウルに移して粗熱がとれたらマヨネーズと和えます。
- ⑤ お皿に盛り、すりごまをかけて完成です。





外来担当医一覽

R1年12月～

診療科		月	火	水	木	金
内科	1 診	増田	山口	井上	井上	井上(1,3,5) 山本幸(2,4)
	2 診	山川	山川	山川	高木	小田
	3 診	平	平	平	山本	平山
	4 診	池田	平山	山口(1,3,5) 山本幸(2,4)	山口	山口
総合診療科	1 診	山本	小田	増田	池田	堀川(1,3,5) 山川(2,4)
	2 診	山本幸	高木		渡邊/研修医	
内科(午後予約)		井上	山口	山川		
神経内科(予約)		(月2回) 調/森				
循環器内科(予約)			(隔週) 長大			
腎臓内科(予約)			(月1回) 長大			
高齢者総合、もの忘れ外来 (午後予約)					平山(1,3,5) 友廣(2,4)	
胃内視鏡(午前)		山口	堀川	小田(1,3,5) 山口(2,4)	見陣	平
		井上	池田、京極	高木、山本	小田、増田	
大腸内視鏡(午後)		山口	平	平	山口	
検診	1 診	高木	山本	池田	平山	増田
	2 診		山本幸			
外科	1 診	見陣	神田	堀川	堀川	見陣
	2 診					
小児科	午 前	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地	小屋松、畑地
	午 後	小屋松、畑地		小屋松、畑地		小屋松、畑地
産婦人科	1 診	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松	宮崎、小屋松
	2 診		(助産師)	(助産師)	(助産師)	(助産師)
整形外科	1 診	鶴	鶴	鶴	鶴	鶴
	2 診	一宮	薦田(第2,4)	一宮	薦田	一宮
	3 診	薦田	岡本	岡本	岡本	薦田
泌尿器科	午 前				長崎大学	長崎大学
	午 後				長崎大学	長崎大学
精神科		尾崎	尾崎	松坂/瀬戸	尾崎	尾崎
		尾崎	尾崎		尾崎	尾崎
眼科	午前(予約)	遠藤	遠藤/長大	遠藤/長大	遠藤	遠藤
耳鼻科	午 前	長崎大学	長崎大学			
	午 後	長崎大学				
皮膚科				長崎大学		
放射線科						第3週 長置



令和元年12月の特診外来予定

	泌尿器科	耳鼻科	神経内科	循環器科	皮膚科	眼科
12月2日(月)		吉見先生 午前、午後				
12月3日(火)		吉見先生 午前		本川先生 午前		
12月4日(水)					岩永先生 午前	
12月5日(木)	湯野先生 午前、午後					
12月6日(金)	湯野先生 午前、午後					
12月9日(月)		池永先生 午前、午後	森先生 午前、午後			
12月10日(火)		池永先生 午前				前川先生 午前・午後
12月11日(水)					鎌塚先生 午前	前川先生 午前
12月12日(木)	光成先生 午前、午後			土居先生 午前		
12月13日(金)	光成先生 午前、午後					
12月16日(月)		高島先生 午前、午後				
12月17日(火)		高島先生 午前		本田先生 午前		
12月18日(水)					竹中先生 午前	
12月19日(木)	大庭先生 午前、午後					
12月20日(金)	大庭先生 午前、午後					
12月23日(月)		松本先生 午前、午後	調先生 午前、午後			
12月24日(火)		松本先生 午前				前川先生 午前・午後
12月25日(水)					浅井先生 午前	前川先生 午前
12月26日(木)	松田先生 午前、午後					
12月27日(金)	松田先生 午前、午後					
R1.12.28(土)～R2.1.5(日) 休診となります						

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

※診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。

－ あとがき －

早いもので今年も残すところあとわずかになりました。
夕方になるとあっという間に真っ暗になって日が短くなったなあと感じます。

2019年の冬至は12月22日。1年で最も昼が短い日です。
この日の日の出は長崎で7時19分頃、日の入りは17時20分頃で
昼間の長さは約10時間です。

「復活の日」「よみがえりの日」ともいわれ、節目の時期とされ、
この日を境に日が長くなることから古代では、1年の始まりとされて
いました。



冬至にはゆず湯に入り、かぼちゃを食べる風習があります。

古くから「ゆず湯に入ると風邪をひかない」「冬至の日にかぼちゃを食べると病気になる、運
を呼び込むことができる」といわれています。

実際に、ゆず湯には血行促進効果があり、風邪の予防だけでなく、冷え性や腰痛を和らげる効果
があるとされています。また果皮に含まれるクエン酸やビタミンCによる美肌効果もあるようです。

かぼちゃについては、本来夏野菜ですが長期保存がきくことから、ハウス栽培や保存技術がなかつ
た時代に冬の栄養補給として重宝されていたようです。かぼちゃはとても栄養価の高い野菜です。免
疫力を高めるカロテンやビタミン類が豊富に含まれています。中でもβカロテンは粘膜や皮膚の抵抗
力を高め、生活習慣病やがん予防に効果があるとされています。



昔の人は、経験的に体にいいことがわかっていて、寒さが本格的に
なる冬至という季節の節目に無病息災を願いながら対策をとっていた
のではないのでしょうか。

昔からの風習は迷信…とは言い切れず、理にかなったものも多いよ
うに思います。

たまには先人の知恵を借りて、季節を感じながら節目を過ごすのも
いいかもしれませんね。

(広報委員会 I.H)

○基本理念

地域と共に歩み、

信頼され親しまれる病院

○行動目標

- ①地域住民の信頼と満足の得られる医療を提供します
- ②医療・看護・介護・予防・生活支援が
一体化した地域包括ケアシステムを構
築します
- ③病院機能を充実するため、人材育成
とチーム医療を実践します



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院

857-4404

長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11

電話 0959-52-3000

FAX 0959-52-2981

Email kamihp@gold.ocn.ne.jp

URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>