

そよ風



【特集】

気候と脳血管障害

脳神経外科部長

ひろはた
廣畑

たいぞう
泰三

【TOPICS】

表紙のあの人

カラダに美味しいレシピ〈その9〉

人工呼吸器が整備されました
令和4年度 出前講座
お知らせ イマの庄原日赤

特集

気候と脳血管障害

脳神経外科部長 ひろはた たいぞう 廣畑 泰三

昔から、冬場に脳出血が多く、夏場には脳梗塞が多いと言われてきました。

かつて脳血管障害では、脳梗塞より脳出血が多いとされてきましたが、脳血管障害の分類も変わり、現在は圧倒的に脳梗塞が多く、症状を呈する場合、ラクナ梗塞や血栓症より圧倒的に脳塞栓症が多くなっています。脳出血も、いわゆる高血圧性脳内出血の頻度は減り、高血圧症を必ずしも伴わないアミロイド血管炎による出血の頻度が多くなりつつあります。

冷暖房装置も広く普及し温度管理が容易になった現代では、単に、気候、気温などで発症頻度に一定の傾向を求めるには無理があります。脳梗塞や脳出血などの脳血管障害の危険因子は高血圧症であり、この事実は不変なのです。シャルコー動脈という脳卒中を起こす脳動脈は、血圧の影響を強く受けるため、血圧管理は若い人でも大変重要で、早い時期から治療の必要があります。

高齢者では、冬のヒートショックに注意が必要です。暖かい部屋から寒い脱衣所に移動して服を脱ぐと、低温が刺激となり皮膚血管が収縮し血圧が上昇します。直後に浴槽につかると、今度は高温が刺激となり皮膚血管が拡張し血圧が下降します。浴槽で眠ったり、血圧低下で意識を失って溺死するケースもあります。浴槽から出ると冷気で再び血圧が上がります。このような温度差による血圧変動は、脳血管障害や心筋梗塞などの急性冠症候群を引き起こします。

東京都監察医務院の報告では、入浴関連の死亡は、冬の3か月間で約半分を占めているとのこと。消費者庁は対策として、入浴前に浴室や脱衣所を暖房などで十分に暖める、湯の温度は41度以下で入浴は10分まで、浴槽から急に立ち上がらない、などの徹底を呼びかけています。

ヒートショックにならないための5のポイント

- ①入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- ②湯温は41度以下、湯につかる時間は10分までを目安にしましょう。
- ③浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- ④食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- ⑤入浴する前に同居者に一声掛けて、意識してもらいましょう。

ヒートショックのしくみ



▶基本理念

庄原赤十字病院は、人道・博愛・奉仕の赤十字精神にのっとり、地域の皆様方の健康・医療・福祉を職員一丸となっておまもりいたします。

▶患者さまの権利

患者さまには以下の権利があります。私たち、庄原赤十字病院の職員は、このことを十分尊重した医療に務めます。

- 一、だれもが、良質で安全な医療を平等に受ける権利があります。
- 二、思いやりのある、個人の尊厳が守られる医療を受ける権利があります。
- 三、治療に際し、わかりやすい説明を理解できるまで受け、治療法を選択あるいは拒否する権利があります。
- 四、診断や治療に関して、別の医師の意見を聞く権利(セカンドオピニオン)があります。
- 五、個人のプライバシーが守られる権利があります。
- 六、自分の診療情報の開示を求める権利があります。
- 七、健康に関する指導や情報提供を受ける権利があります。



表紙の“あの人”



南3階病棟 看護師
こうさか あゆみ
甲坂 阿佑美

私は、外科・泌尿器科・産婦人科をはじめとした南3階病棟で勤務しています。

当院では、外来一元化の取り組みを行っており、患者様が入院される前の外来診察から、患者様やご家族様と関わらせていただき、入院中から退院後まで継続した看護提供を行うことで、少しでも満足していただけるように努めています。その中で南3階病棟の看護師は、外科・産婦人科・化学療法室の外来を担当しています。入院前から退院後の在宅生活まで、一貫して関わらせていただくことは、私たちのやりがいにもなっています。

私は昨年、ストーマサイトマーキングの資格を取得しました。人工肛門を保有する患者様やご家族様の悩みが少しでも解決できるよう対応させていただきたいと思っております。

お困りの際は外科外来までご相談ください。



南3階病棟スタッフ（外来）

～栄養士からレシピのおすすめ～

カラダにおいしい レシピ その9

1人分栄養価
470kcal
◎たんぱく質 20g
◎脂質 8g

フライパン1つで簡単！

もちもちナポリタン！



◆材料（1人分）

- スパゲティ …………… 100g→半分に折る
- ベーコン …………… 2枚→2cm幅に切る
(ウインナーやひき肉でもOK)
- ピーマン …………… 1個→へたと種を取って細切り
- 玉葱 …………… 1/4個→薄切り
- 人参 …………… 2cm→短冊切り
- 水 …………… 300cc
- ケチャップ …………… 45g
- スープの素 …………… 小さじ1/2

◆作り方

上記材料をすべてフライパンに入れて火にかけ、沸騰したら弱火にし、時々混ぜながら水分が飛ぶまで炒める。器に盛り、好みで粉チーズやブラックペッパーをふって出来上がり！

管理栄養士からメニューのポイント★

なんといってもフライパン1つで出来るのがポイントです。洗い物も少なく済みます。



地域のために、患者様に安心を…



お知らせ

公益財団法人JKA補助事業により

人工呼吸器が整備されました。

人工呼吸器 Evita V800

補助金によって人工呼吸器が追加整備されたことにより、人工呼吸器不足が解消され新型コロナウイルス感染症などへの対応がより強化されました。



※人工呼吸器とは、患者自身の呼吸だけでは生命の維持ができない状態になった時に、人工的に呼吸を補助する機械です。気管チューブを口から気管の中に挿入し、機械によって人工的に息の出し入れを行います。



この事業は、競輪の補助を受けて実施されております。



令和4年度 出前講座

庄原

▶胃がんについて

開催日 令和5年3月16日(木) 14:00~15:30

場所 庄原市ふれあいセンター

対象者 一般市民の方

講師 第二消化器内科部長 松本 健太 医師 まつもと けんた



講座お問い合わせ

■庄原市保健医療課 健康推進係 0824-73-1255

お知らせ イマの庄原日赤



令和5年1月現在

▶ご来院される方へ

来院時はマスクを着用していただき、入館前には必ず手指消毒と検温をお願い致します。

また、来院前に、熱・風邪症状などがある場合は、正面入口の検温場所で職員へお声がけください。

お問い合わせ

☎0824-72-3111



▶病棟での面会

入院患者様をお守りするため、全病棟面会禁止とさせて頂いております。ご理解、ご協力をお願い致します。

最新の情報につきましては、掲示物・ホームページ等でご確認ください。

※入院中の患者様に、生活用品(着替え等)のお荷物を引き渡しが必要な方については、患者様の入院されている病棟のナースステーションでお預かりいたします。

受付時間は 12:00 ~ 20:00 となっておりますので、医事課窓口もしくは夜間受付で手続きをお願い致します。

面会禁止

入院患者様との
面会はできません

