

Information

年に1回、自分の身体をチェック！生活習慣病のリスクがわかります

健康診断・がん検診を受けましたか？
治療中の方も受診対象になります！

昨年度までは、予約が取りにくい状況でご迷惑をおかけしておりましたが、今年度は受診枠を拡大しましたので、まだ受診が可能です。**2月末が期限となっておりますのでお早めにお受けください。**

【 当院で受診可能な健診・検診等 】

健康診断：特定健診(40-74才)、健康診査(75才以上)
各種検診等：胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、前立腺がん、骨粗しょう症、肝炎ウィルス、胃がんリスク

年齢によって受けられる検査や料金が異なります。
ご相談・ご予約は 19 番：健康管理センターまで
TEL:043(232)9740 月～金 13:00～16:00

JMS(ジャパン.マンモグラフィ.サnder)開催報告

2 回目の開催にあたる今回は、前回より多い 27 名の方にご受診いただきました。当院では、乳がんの早期発見、早期治療を目指すピンクリボン運動に賛同し、次回は 10 月の第 3 日曜(10/18)に開催予定です。今年も一人でも多くの方のご受診をお待ちしております。



2019 11 月 病室の床頭台・カーテン更新

病室に設置してある床頭台 263 台と院内各所のカーテンを 11 月に更新いたしました。特に、入院患者さまから、病室で AM ラジオを聴きたいとの要望を多数いた



だいておりましたので、床頭台にラジオを内蔵するタイプを特注しました。病院での導入は全国的にも珍しく、AM・FM ラジオ 9 局を無料で聴取できます。

◆◆◆◆ 編集後記 ◆◆◆◆

新年明けましておめでとうございます。いよいよオリンピックイヤーの幕開けです。2度目の東京五輪。いったいどんな感動を呼び起こしてくれるか、今から楽しみです。ところで、マラソン・競歩は、東京の暑さを危惧し札幌市へ会場が移転されました。これは、2018 年の記録的な猛暑が記憶に新しいなかアスリートファーストの決定でした。そしてこの何年か、猛暑以外にも地球温暖化による異常気象で災害も増加しています。千葉県は、昨年の秋に台風 15 号・19 号、低気圧による 1 時間 100 ミリの豪雨と立て続けに災害に見舞われました。当院でも台風 15 号による停電で 3 日間外来が休診となり、患者さまには大変なご迷惑をおかけしてしまい、申し訳ありませんでした。また世界的に見ても、12 月に開催された国連の環境会議『COP25』で 2018 年の 1 年間、異常気象で世界で最も深刻な被害を受けたのは、記録的な豪雨や猛暑に見舞われた日本だったとする分析が発表されています。一方、日本だけでなく、世界中から寒波・大雨・高温・熱波・干ばつと様々な自然災害が報告されています。持続可能な社会のために、いま私たちひとりひとりが出来ることをまず始めて、美しい地球を次世代へとつないでいきましょう。

◆当院へのご意見・ご要望は 総合相談サービスセンターにお寄せください。043-232-3691代

2020 1/25・2/28 いきいきセンター講演会

当院の医師が千葉市内のいきいきセンターで講演を行います。定員がありますので、お早めにそれぞれのいきいきセンターまで電話でお申し込みください。

- ①日 時 2020 年 1 月 25 日(土) 10:00～12:00
講演名 尿漏れ対策について
講演者 副院長・泌尿器科部長：齋藤 俊彦
場 所 都賀いきいきセンター
住 所 〒264-0025
千葉市若葉区都賀4-20-1
(都賀コミュニティーセンターと併設)。
申込み TEL 043(232)4771
- ②日 時 2020 年 2 月 28 日(金) 13:30～15:30
講演名 人は血管から老いる
動脈硬化と心臓、血管の疾病
講演者 循環器内科部長：平島 修
場 所 越智いきいきセンター
住 所 〒267-0055
千葉市緑区越智町822-7
(越智公民館隣)
申込み TEL 043(205)1290

2019 10/19 バレーボール大会 3 年連続準優勝

千葉県医業健康保険組合主催の第 14 回被保険者バレーボール大会(参加総数 29 チーム)のトーナメントが 2 日間にわたって開催されました。今年も参加した当院のバレーボールチームは例年通り順調に勝ち進み、10 月 19 日(土)に JFE 千葉体育館で行われた決戦大会では、一昨年、昨年に続く準優勝に輝きました。優勝にはあと一歩届きませんでしたが、メンバー完全燃焼の大会でした。



CCMC ニュース 70 号

●今月の寄稿者・取材協力者

渡部 功三(診療部)
小杉 喜美子(看護部)
百瀬 孝義(診療技術部)
野崎 真道(事務部)
〈編集〉 広報委員会
<http://www.ccmc.seikei-kai.or.jp/>

千葉中央 メディカルセンター
ニュース 第 70 号 令和 2 年 1 月 20 日

Chiba Central Medical Center

企画：千葉中央メディカルセンター 広報委員会
千葉市若葉区加曽利町 1835-1 043(232)3691〈理 念〉「 信 頼 と 奉 仕 」
〈基本方針〉

- 1.患者の権利を擁護し、公正な医療を実践します
- 2.教育・研修を推進し、医療の質の向上に努めます
- 3.信頼関係に基づいた安心・安全な医療を提供します
- 4.職員が喜びと誇りを持って働ける職場づくりを目指します
- 5.医療連携の充実に努め、地域の保健活動に貢献します

〈患者さまの権利と責務〉

人は病気になっても、人間としての尊厳が守られなければなりません。従って、医療を受けるにあたり、患者さまは以下の権利と責務があります。

- 1.自分の病気の事を知る権利／2.医療を受ける事を決める権利
- 3.安全が確保され現時点で最良の医療を受ける権利
- 4.意見や苦情を申し立てる権利／5.プライバシーが守られる権利
- 6.医療従事者と共に医療に参加し協力する責務

私たちは以上のことを尊重し医療を行います。

1面：(特集)麻酔科 2面：手術室リニューアル・公開講座 3面：認知症ケアチームの紹介 4面：インフォメーション

特 集 ： 麻 酔 科

「全身麻酔って寝ちゃうやつね？」

はい、当たっております！

今回は麻酔科です。

手術中の全身麻酔を担当いたします。

あなたは、おやすみの時にいびきをかくかもしれませんが、さらに麻酔などで眠りが深くなると意識がなくなり、呼吸も止まります。

でも、呼吸が止まったままだと困りますので、ただちに柔らかいシリコン製のチューブを気管に入れます。

気管挿管という大変重要な処置です。

とは申しまして、意識がなくなるまで麻酔を深くしますので、痛かったり苦しかったりすることはありません。ご安心ください。

この気管挿管のチューブを介して呼吸をし、麻酔科医があなたの代わりに呼吸を調節いたします。

その後、麻酔科医は、痛みを感じなくなるほどさらに深く、意識の海の『深海の底』まであなたをお連れいたします。

麻酔科医はまさに、ジュール・ヴェルヌの SF 小説『海底二万里』のノーチラス号の艦長のようです。

安全に深海に旅をして、再び確実に陸地まで、あなたをお連れするのが、我々の役目なのです。

今は、麻酔にも技術革新の波が押し寄せています。

昔の麻酔薬は、麻酔時間が長くなると、麻酔が切れないことがありましたが、残存しにくい麻酔薬が開発され、長時間の麻酔でも安全に行える様になりました。

例えば、腹腔鏡手術という、お腹の中にカメラを入れて行う手術は、身体の傷が小さいため、手術からの回復が早く痛みが少ない優れた方法ですが、手術に時間がかかる場合もあります。

しかし、麻酔薬と麻酔技術の進歩で、手術に時間をかけられる様になりました。

外科医をせかすことなく、丁寧に手術をやってもらう事になり、手術の質の向上にもつながっています。

超音波の機械の進化も、目を見張るものがあります。

以前は、麻酔科医の手の感覚だけで、処置をしておりました。

現在、ほとんどの処置は、超音波を使って、皮膚の下に何があるか確認しながら行っています。

今までは、処置中の医師の「針先の感覚」は言葉で他の医師に伝えていました。

現在は、画面を見ながら、複数の医師と情報を共有でき、複数の目で針先が

正しい位置にあると判断することが可能になりました。

医師達の新しい技術の習得速度も、格段に速くなりました。

例えば、以前は習得に 10 年かかった技術は、1 年に縮まっています。

『加曽利のノーチラス号』は、最新鋭の艦になっているのです。

麻酔科専門医を取得している、経験豊かな3人が、あなたを守ります。

赴任して 14 年間、緊急手術の麻酔をお断りした事は一度もありません。

厳しい状態の方の麻酔も、乗り越えてきました。

あなたの御健康を常にお祈りしておりますが、万が一手術を受けられる時は、当院麻酔科をご信頼ください。



麻酔科部長 渡部 功三

手術室リニューアルオープン !!

診療技術部顧問 百瀬 孝義

当院では、手術件数の増加、設備の老朽化に伴い、より良い手術室環境を作ることで安全で安心して手術が遂行できることを目的とし、令和 1 年 11 月にリニューアルを行い、新しい手術室をオープンしました。



今回リニューアルした点は・・・

①患者様の情報交換となる前室を広くとり、隣接するスタッフルームをガラス張りとして情報交換するスタッフ以外にも患者様の状態を多角的に観る工夫がされています。

②全手術室、手術準備室、廊下には感染防止の面から、塵埃の除去によりクリーンな空気を提供するへパフィルター(0.3 μm の塵埃を 99.99%除去できるシステム)の空調設備を設置しています。米国連邦規格 NASA 基準に準拠し、数値が低くなるほどクリーン度がアップします。特にクリーン度を厳しく要求される整形外科中心の手術室を 1,000 レベル、他の手術室及び手術準備室を 10,000 レベルとし、手術室内は陽圧バランスを保つことによって室外の空気の流入を防ぐ

構造になっています。また廊下も 100,000 レベルを維持できるようにしています。

③スタッフルームに集中監視システムを導入することで、各手術室の状況、手術中の患者様の※バイタルが網羅できるようになり、緊急時の対応がよりスムーズになりました。



④手術という独特な雰囲気を少しでも和らげるため各部屋の壁、床面を柔らかくそして明るい色使いにしています。また、内装には抗菌剤焼き付けパネルを施し、床をクリーン仕様とすることで常に清潔が保たれるようになりました。従来の手術室に比べ各部屋の面積、導線である廊下を広く大きくし、新しい環境下で医師、医療スタッフが更なるやる気を出し、効率的な運営に貢献し、患者様が安心して手術を受けられる体制が整いました。

※バイタル・・・心拍数・呼吸(数)・血圧・体温のこと

メディカルセンター健康倶楽部「地域コミュニティ公開講座」のご案内

「メディカルセンター健康倶楽部」は、患者さんや地域住民の方々を対象に、健康や病気、医療に関する情報を広めるため年間 6 回程度の講演会を開催しています。講演は、医師や看護師、薬剤師、検査技師、理学療法士、栄養士などの専門職員が、普段の診療場面では聞けないこと、疑問を感じることにについて丁寧に解説します。これまで、アレルギーや漢方、ジェネリックの話題から肩や膝、腰の治療、脳卒中や心筋梗塞など様々な病気の話、画像診断や内視鏡検査など検査のことまで多種多様なテーマで開催してきました。開催前に病院内に開催案内を掲示しますので、ご確認の上、奮ってご参加ください！

※会員登録いただいた方には、開催案内資料を毎回郵送させていただきます。(会費 500 円/年)

【2019 年の開催実績】

場所：新館地下1階メインカンファレンスルーム

3/29:「知って得する MRI のあれこれ」

講師：渡辺放射線技師

8/ 9:「AED の使用方法を体験してみましょう」

講師：医療安全管理室 瀧上看護師

10/17:「インフルエンザ感染を防ぐポイント」

講師：感染管理室 石井看護師

11/22:「がんについて」

講師：地域診療科 角田医師

健康管理センター課長 野崎 真道

当院看護部では、医療の質の向上のため各種チームを結成し、様々な取り組みを実践しています。今回は「認知症ケアチーム」をご紹介します。

「認知症ケアチーム」の紹介

看護部主任 小杉 喜美子

日本は超高齢社会で、高齢化率は 25%を超えています。65 歳以上の高齢者においては 2025 年に認知症は 5 人に 1 人と予測されています。看護部では 2017 年度から認知症ケアチームを発足し、認知症の方が入院中に認知機能が更に低下しないよう、そして安心して入院生活を送ることができるよう、*認知症サポーター養成講座等、認知症ケアの質を向上する取り組みを行っています。



介護の基本は
「認知症の人の尊厳」を守ること

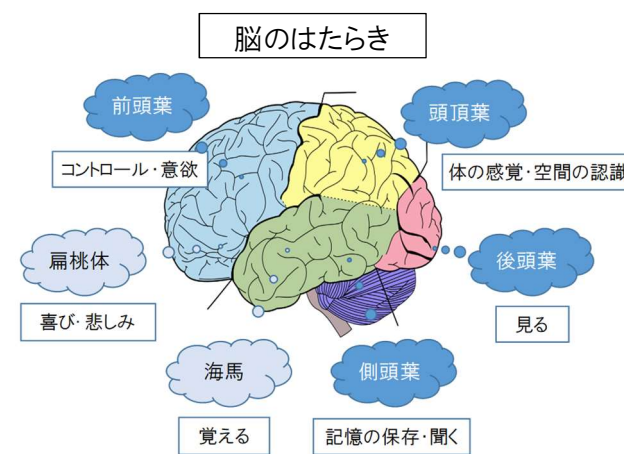
オレンジリング

*認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず認知症の人やその家族に対して温かい目で見守る「応援者＝サポーター」のこと。講座を終了すると「認知症の人を応援します」の意思表示であるオレンジリングが渡されます。身に着けることで認知症サポーターの目印となります。

☆当院では職員全員のオレンジリング取得 100%を目指しています。

～ 認知症とは ～

色々な原因で**脳の細胞が死んで**しまい、働きが悪くなったために様々な障害が起こり**生活するうえで支障が出ている状態**のことをいいます。



脳の細胞が壊れることによって直接起こる症状を「中核症状」と呼びます。記憶障害、見当識障害、理解・判断力の低下、実行機能の低下などがこれにあたります。これに対し、本人の性格や環境、人間関係などの要因がからみ合って、精神症状や日常生活における行動上の問題がおきて来ることがあり、これを「行動・心理症状」と呼びます。

笑顔と安心
の看護

行動・心理症状の発症前には
「いつもと違うサイン」がある



～ 物忘れと認知症の違い ～

物忘れは体験の一部を忘れる

認知症は体験した記憶そのものを忘れる

加齢による物忘れ	認知症の記憶障害
経験したことが部分的に思い出せない	経験したこと全体を忘れている
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物の置き場所を思い出せないことがある	置き忘れ・紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたこと自体を忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束したこと自体を忘れている
物覚えが悪くなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある

～ 認知症の人への対応の心得“3つの「ない」”～

1. 驚かせない
2. 急がせない
3. 自尊心を傷つけない

～ 地域・家庭でもできる具体的な対応ポイント ～

- まずは**見守る**：本人・ほかの人に気付かれないように一定の距離を保ち、さりげなく様子を見守る
- 余裕をもって**対応する：自然な笑顔で対応
- 声をかけるときは **1 人**で：複数で取り囲むと恐怖心をあおる
- 後ろから声をかけない**：認知症の方はトイレ紙の芯 2 本を目にあててのぞいて見える程度の視野です。遠くの正面からゆっくり近づいて「何かお困りですか」「お手伝いしましょうか」など声かけする
- 優しい口調**で：身体を低くして目線を同じ高さで対応
- おだやかに**、はっきりとした話し方で：ゆっくり、はっきりと話す
- 相手の言葉に耳を傾けて**ゆっくり対応する**：相手の反応を伺いながら推測・確認する