



# さいせい



発行  
済生会西条病院  
2021年夏号 第85号

西条市朔日市269-1  
TEL (0897)55-5100



大洲のひまわり畑 撮影：臨床検査室 青野拓也

### ごあいさつ

事務長 矢野 泰利

**気温が上がったら熱中症に注意！熱中症対策を十分に！**

外科部長 石井 博

**脱水に注意が必要なおくすり**

薬局 大森 孝子

**水分摂取について(熱中症)**

栄養科長 越智 泉

### 新入医師紹介

### 部署紹介 4病棟

4病棟 森 由香

### 地域包括支援センター西条北部ってどんなところ？

地域包括支援センター 宇佐美佐緒里

### 七夕に願いを込めて

いしづち苑 藤岡 準平

西条特別養護老人ホーム 中野 佳弥

## ごあいさつ

事務長 矢野 泰利



事務長  
矢野 泰利

令和3年4月1日から、済生会西条医療・福祉センターに新しい事業所が開設されました。

西条市から委託を請けた、西条市地域包括支援センター西条北部事業所（以下、支援センター）で、旧西条市内の原則西条・神拝・玉津校区の市民を対象に事業を行っています。

この支援センターは、住み慣れた地域で安心して尊厳あるその人らしい生活が継続できるよう、高齢者や地域住民が受けることのできるサービスの制度や照会を行う総合相談、要介護状態にならないようにするための介護予防ケアマネジメント、成年後見人制度の活用やサポート及び虐待防止への取り組みを行う権利擁護、地域ケア会議の開催や介護支援専門員への支援業務を行っています。

このため、医療・介護・福祉それぞれの専門職種である、社会福祉士1名、主任介護支援専門員1名、保健師またはそれに準ずる職員2名、生活コーディネーター1名、介護支援専門員1名の6名が常勤で配属されており、行政が推進する地域包括ケアシステムを構築するために、西条市や各介護保険サービス施設等と連携し、地域の実情及び高齢者や住民のニーズにあった事業展開を実施してまいりますので、お気軽にお立ち寄りください。

## 気温が上がったら熱中症に注意！ 熱中症対策を十分に！

外科部長 石井 博

今年も暑い夏がやってきます。気象庁の発表によると夏の気温は毎年平均0.5度程度上昇しているようです。私たちが子供の頃の昭和50年代には自宅に扇風機しかなく、30度を超えるとしても暑いという印象があり、35度を超えたことは記憶にありません。令和2年の西条市での35度以上の猛暑日は14日、30度以上の真夏日は53日、夜も25度以上の熱帯夜は21日で、この30年間の平均気温より約0.7度高温でした。

さらに今年は新型コロナウイルス感染が蔓延して2回目の夏となります。ワクチン接種が進んでいるものの、感染対策のためには室内での会話にはマスクが必要となります。マスクのために水分摂取が少ない傾向にあり、呼気中に熱が拡散できないようになるため、熱中症の発症が多くなります。熱中症は日射病と異なり、体温が上昇することにより症状が出現する疾患です。軽症では体温は上昇せず、手足がしびれたり、痙攣が発生したりしますが、体温が40度以上の重症になるとショックとなり入院にて点滴が必要となります。重症では致命率が高く救命が難しくなります。そのため熱中症に対しては予防策が最も重要となります。

予防策としては、28度以上にならないように涼しい場所にいることが良いのですが、室外で仕事をされている方は容易なことではありません。扇風機では体感温度が3度、直接日光を浴びないだけでも6度、日陰にいただけで9度も低くすることができます。また汗の気化熱により体温が低下しますが、1時間あたり150gの汗がでます。そのため脱水とならないように水分摂取が重要となります。アルコールやカフェインの入った飲物は脱水になりやすいので、これらが含まれていないものが必要となります。また汗により塩分も失われます。塩分が失われると体の中に水分保持ができません。そのため水分100mLあたり塩20-30mg（一つまみ）を入れて飲むようにしてください。スポーツドリンクも良いのですが、最も有用な飲物はテレビでも宣伝されている大塚製薬工場のOS-1であり、吸収の速度が良く、点滴と同じ効果があります。少々お値段が高めですが、即効性もあるため緊急時には利用されることも良いと考えられます。

熱中症は誰でも予防できる疾患です。特に幼児や高齢者は体内の水分が少なくなることで容易に熱中症となります。適切に対応して、暑い夏を無事に過ごせるように予防をお願い申し上げます。



## 脱水に注意が必要なおくすり

薬局 大森 孝子

暑い季節、脱水や熱中症に気を付けていますか？

今回は、「こんなお薬を飲まれている方は特に注意が必要！」というお薬を紹介します。

### ●利尿剤（フロセミド・アゾセミド・サムスカ®）

血圧を下げたり、心臓への負荷を減らすために、体の中の余分な水分を尿として排泄するお薬です。水分と同時にナトリウムという電解質も排泄されます。汗をかくと、汗からも同様に水分とナトリウムが排泄されるので、暑い季節には過剰に水分が失われ、脱水になることがあります。

### ●尿から糖を排泄するタイプの糖尿病薬

SGLT2阻害薬という種類の糖尿病治療薬（ルセフィ®・フォシーガ®・ジャディアンス®）は、尿中に糖を排泄させることによって、血糖値を下げるお薬です。尿をたくさん出す必要があるため、尿量を増やすために水分の補給が大切です。暑い時や、利尿剤を併用している方は、脱水になりやすいため、特に注意が必要です。

### ●尿から排泄されるお薬

体に入ったお薬は、肝臓で代謝されたり、腎臓を通して尿から排泄されたりして、体の中からなくなります。尿から排泄されるお薬はいろいろありますが、脱水により尿量が減ると体の中に溜まってしまい、思わぬ副作用が起こることがあります。（特にリウマトレックス®などは製薬メーカーからも注意喚起がされています。）降圧剤や消炎鎮痛剤の一部も注意が必要です。



脱水の予防には、室温の調節やこまめな水分補給が大切です。ただし、病気によっては水分制限が必要な方もいらっしゃいますので、気になる方は主治医にご相談ください。

## 水分摂取について（熱中症）

栄養科長 越智 泉

暑くなり汗をかくと、水分と同時にナトリウムやカリウム等の電解質も失われ、脱水症になります。脱水症を予防するためには、冷た過ぎない水分をこまめに摂りましょう（一度にたくさん飲んでも十分に吸収されない）。喉の渇き・めまい・吐き気・食欲低下・尿量減少等の脱水症状が出た時は、「経口補水液」をお勧めします。一般のスポーツドリンクよりも電解質が多く糖分が少ないので体に素早く吸収されます。また、カフェインを含むコーヒー等の飲み物は、尿量が増えるので熱中症の水分補給には適さないのを避けるようにしましょう。



※お食事のことで、不安や疑問に思われることがございましたらいつでもお気軽に声をかけてください。



## 新入医師紹介



採用年月日	氏名	部署	職種	趣味	一言
2021/4/1	ひがしの まこと 東野 誠	医局	内科医師	ドライブ	愛媛県出身です。愛媛大学で初期研修後、5年間千葉県で働いていました。至らない点多々あるかと思いますが、ご指導のほどよろしくお願い致します。
2021/5/1	ふくだ たかひこ 福田 高彦	医局	整形外科部長	スポーツ観戦、ドライブ	4年ぶりに西条でまた医師として仕事をさせていただきます。誠心誠意、患者さんに真摯に向きあい仕事をして参ります。宜しくお願いします。

## 部署紹介

4病棟 森 由香

4病棟は、外科・泌尿器科の病棟です。

主に急性期、周手術期、慢性期、終末期の看護を行っています。

外科では、全身麻酔、腰椎麻酔の手術前、手術後の看護、創傷管理、化学療法、終末期の緩和ケアなど多岐にわたる看護を実践しています。

泌尿器科では、腰椎麻酔で行われるTUR-BT（経尿道的膀胱腫瘍摘出術）やTUL（経尿道的尿路結石除去術）等の術前・術後の看護、ESWL（体外衝撃波結石破砕法）などの看護を行っています。

また、皮膚・排泄ケア認定看護師を中心に創傷管理や人工肛門を造設された患者さんの自己管理の確立に向けて指導を行い患者さんが早期に社会復帰できるよう取り組んでいます。

患者さん、ひとりひとりの思いを聴くことを大切にして、身体面、精神面、社会面において医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカーと連携していきますので、不安なこと、心配なことがあればいつでもお知らせください。

いつも笑顔をもっとに働きたい職場環境を心がけ、ひとりでも多くの患者さんやご家族から「ありがとう」と心から言ってもらえるよう努力を続けて参ります。



## 地域包括支援センター 西条北部ってどんなところ？

地域包括支援センター 宇佐美 佐緒里

地域包括支援センター西条北部は、主任介護支援専門員、保健師またはそれに準ずる職員2名、社会福祉士、生活支援コーディネーター、介護支援専門員の計6名の事業所です。事務所は用度課の横にあります。西条市が運営していた地域包括支援センターが、令和3年4月から民間事業者へ委託されることになり、愛媛県済生会が委託を受け西条病院内で運営しています。担当している地域は西条北部圏域（玉津・西条・神拝校区）です。当センターに相談できるのは、65歳以上の高齢者本人やその家族、そしてその方たちの身近にいる地域住民などあらゆる人です。いわゆる高齢者のためのよろず相談所のようなところだと思ってください。



地域包括支援センターの役割には、大きく分けて次のようなものがあります。

- ① 介護予防ケアマネジメント業務  
要介護認定で「要支援1」「要支援2」と判定された方のケアプランを作成します。利用者の意志や意欲を尊重した介護サービスの提供を調整します。
- ② 総合相談支援業務  
住民からの各種相談を幅広く受け付け、必要な支援を把握して適切なサービスの利用につなげます。
- ③ 権利擁護業務  
お金の管理や契約に不安がある方に成年後見制度や福祉サービス利用援助事業の情報を提供します。高齢者虐待の相談窓口及び対応をします。
- ④ 包括的・継続的ケアマネジメント支援業務  
地域で活躍する介護支援専門員へのサポートや介護支援専門員同士のネットワークを構築します。

「親が急に介護が必要になったけど、介護サービスの使い方がわからない」「近所にある高齢者の体操教室を知りたい」といった、毎日の生活の中でなにか不安なことや相談したいことがあったら、ぜひ地域包括支援センターにご相談ください。



## 七夕に願いを込めて

いしづち苑 介護主任 藤岡 準 平

7月初旬に今年も看護師長が大きな笹を持ってきてくれました。笹といえば七夕ですね。利用者さんと一緒に折り紙で飾りを作り、短冊をつけて、とても華やかになりました。みんなで、短冊に願い事を書いているときは、「何書いたらええんかいね」「どんなことお願いしよか」と、とても真剣に悩まれていました。コロナの終息、家族や自身の健康を願う方が多かったですが、中には「阪神タイガース」と書かれている短冊も。優勝できたらいいですね。

飾り付けが終わって風が吹くと、きれいに飾られた笹が廊下にさらさら揺れています。コロナウイルスの影響でなかなかイベントが出来ない中、七夕飾りで季節を感じ取ることができてみなさんとても喜ばれていました。

短冊の願い事が叶いますように。



西条特別養護老人ホーム 中野 佳 弥

ショートステイでは、七夕の短冊作りや笹の飾りつけを行いました。

「足が良くなりますように」「家族と元気で過ごせますように」「来年も七夕を過ごせますように」など、皆さん短冊に願いを込められました。

笹の飾りつけでは、飾りの色合いやバランスを考え、職員にアドバイスをしてくれる方も。皆さんで相談しながら飾りつけをして、すてきな七夕飾りが完成しました。

来年も、元気に七夕を迎えられますように。

