

広
報
T E N S H I - H O S P I T A L

天使びょういん

秋号
2017
OCT
vol.46



タイトル:「積丹の初秋」 撮影:広報委員 林 純史(積丹町神威岬にて撮影)

INDEX

- p2-3 Scope「救急センター(兼中央処置室)」
- p4 Inside hospital「整形外科」
- p5 特集「地域のきずな」
- p6 シリーズ「天使病院の天使たち」
- p7 健康レシピ「健康寿命を延ばすレシピ」
- p8 お知らせ



救急センター(兼中央処置室) ~Emergency Room~

夜間や休日、急な体調不良やケガで“どうしよう…”と不安になったことはありませんか？
そんな時に、少しでも不安を取り除き、より適切な治療を受けていただくのが救急センターの役割です。救急隊からの要請に応じて救急患者さんを受け入れるのはもちろん、電話での受診相談をお受けしたり、実際に来院いただき診療を行ったりしています。今回は、いざという時のために救急センターの役割や実際に受診する時はどうしたらよいか、また業務内容や仕事への想いなどについて話してもらいました。



インタビューアー
M：宗廣(理学療法士) T：飛山(看護師)



Y：山本
(救急センター長)



K：兼平
(外来課長)



O：大居
(看護師)



S：佐藤
(看護師)



Ya：山本
(看護師)

M:救急センターの紹介と、役割を教えてください。

K:天使病院の救急センターは救急車で搬送される患者さんや、主に夜間(外来時間外)・休日に急病で来院される患者さんを受け入れる「救急外来」として、また、平日の日中は「中央処置室」としての役割を担っています。血圧・脈拍などの測定、吸入や点滴、検査(一部)、診療の補助など、外来全科から依頼を受けるためその内容は多岐に渡ります。

救急外来では、消化器内科、循環器内科、呼吸器内科、整形外科、外科、小児科、小児外科で対応可能な救急患者さんを受け入れて診療を行っています。患者さんは普段から当院を受診されている方とは限らず、初めて当院を受診される方も少なくありません。救急外来を担当する医師は交替制ですが、看護師は私を含め13名で、BLS(一次救命)、ACLS(二次救命)の資格を持った看護師も所属しています。

O:夜間・休日の救急センターの主な役割は、救急患者さんの受入れのほか、患者さんやご家族などからの電話相談にも常時対応しています。

T:実際にはどのくらいの来院者さんや電話相談があるのでしょうか。

K:救急センターへ来院される患者さんは年間6500件くらいです。電話での相談は年間3500件くらいです。

M:電話ではどのような相談がありますか？差支

えない範囲で教えてください。

O:特に多いのは、外来受診後の症状に対する相談です。症状が悪化した時にどうしたらよいかなどの相談が多いですね。急な体調不良での受診相談も。小児に関する電話相談が多いのは当院の特徴かもしれません。

T:妊婦さんも多いのでは？

S:当院は地域周産期母子センターなので、妊婦さんへの対応も多いです。ただ、妊婦さんの場合、対応は救急センターではなく、産科病棟で全て受けています。

M:主にどんな状況の患者さんを受け入れているのですか？

K:日本の救急医療体制は、重症度に応じて一次救急(初期救急)、二次救急、三次救急(救命救急)に分かれています。当センターでは一次・二次救急を受け入れています。当院かかりつけの患者さんで、病気が悪化して来院される方も多く、多くの場合、一次救急となります。二次救急としては札幌市が指定する救急当番医療機関として、呼吸器内科、循環器内科、消化器内科、小児科のそれぞれの専門疾患の患者さん、及びけが災害(けがや骨折をされた整形外科、外科)の患者さんを受け入れています。当番日以外にももちろん24時間365日受入れ可能です。

T:救急センターはどのように受診すればよいのでしょうか？

O:ご自身の病気や体調に不安を感じた時、余裕が

あればまずはお電話でご相談ください。看護師が症状を伺いますので、できるだけ詳しくお伝えください。救急担当の医師が来院いただく必要があるかどうか、当院の専門範囲内かどうかなどを判断させていただき、より良い対処方法をお伝えします。

T:救急センターの業務で大切にしていることを教えてください。

S:受診される患者さんは急を要することが多いので、とにかくスピードが求められます。次々と医師からの指示が出て、滞りなく処置を行わなければなりません。当然、そのスピードの中で安全、確実に処置を行うこと。それが一番大切なことだと思っています。

Ya:患者さんとは短時間の関わりになることが多いのですが、少しでも患者さんの不安や、苦痛を軽減できるよう説明や声掛けを行っています。また、付き添いの家族の方も患者さんの急な体調の変化に不安を感じておられるので、患者さんの症状や行われている処置について分かりやすく説明するようにしています。

O:電話相談の時は患者さんを直接診ることはできないので、できる限り患者さんから詳しい情報を引き出し、医師と相談しながら正確な判断を行えるようにしています。

K:院内の緊急事態において、外来からも、また病棟からも、「頼れる存在」でありたいと思っています。

M:救急センターでの仕事のやりがいはどうなところですか？

S:夜間・休日など外来受診ができない時、私たちが電話で対応したことで「安心した」と言ってもらえたり、受診された方の症状が落ち着いて「楽になって」帰られたり、入院が必要な方が入院し、スムーズに必要な治療を受けることができた時には、この仕事をしてよかったと思えます。

O:夜間、急な発症や悪化など突発的なことが起きて来院されますので、ご本人だけでなくご家族もいつも以上に強い不安を抱えていらっしゃいます。そういった不安を少しでも取り除けたときは、やりがいを感じますね。

T:他部署との大きな違いはなんですか？

S:外来や病棟は、その科の専門疾患を診るのに対し、救急センターは産婦人科以外の全科に対応するという点が最も大きな違いです。短時間での素早い判断が求められるので、各科の幅広い知識と経験が重要だと思います。

M:センター長から救急センターのPRをお願いします。

Y:救急センターでは天使病院の標榜する診療科の病気は全て受け入れています。病気を見逃さないことを一番に考えているので「自分がどの科にかかればよいかわからない」「この症状は救急外来の適応だろうか」など、受診を迷われるようでしたら遠慮なく電話相談を利用してください。

また、当院がかかりつけの方は、救急車を呼んだ時、救急隊員へ「天使病院へ」とおっしゃってください。救急隊から当院へ連絡をくれるのでよりスムーズです。救急センターでの救急処置を経て、その後の専門的な治療へとつなげていただくことが私たちの役割です。ぜひ、天使病院を頼ってください！



整形外科は、骨、関節、靭帯、腱、神経、筋肉など運動器を扱う分野です。変性疾患(変形性腰椎症、変形性膝関節症)、外傷(骨折、脱臼、腱損傷)、代謝性疾患(骨粗しょう症)、スポーツ障害など幅広く診療します。

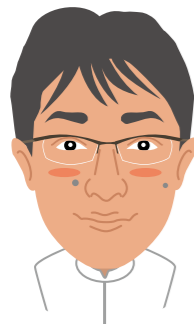
当科は、常勤医2名と非常勤医1名の体制で、骨折などの外傷性疾患を中心に年間約250例の手術加療を行っています。北大からの出張により月2回の脊椎外来と月1回の上肢外来を開き、より専門的な治療にも対応しています。

天使病院は、急性期の総合病院で東区の地域医療を担っています。整形単科の病院では、治療が困難な内科合併症のある患者さんの手術治療に関して、可能な限り依頼を受け治療しています。また、病院の特色上、小児の患者さんが多く、超音波検査で発育性股関節形成不全(先天性股関節脱臼)の診断をおこない、治療を行っています。

手術実績(平成28年度)

大腿骨骨折	61
大腿骨頸部骨折	17
前腕骨折	13

ナビゲーター



整形外科 科長

石垣 貴之先生 (Ishigaki Takayuki)

- 経歴：1998年 北海道大学整形外科入局、2013年より天使病院 2015年より整形外科科長
- 資格：整形外科専門医、日本整形外科学会認知スポーツ医

■専門：変形性膝関節症、四肢外傷

下肢の疾患が専門です。股関節痛、膝痛、足の痛みにお困りでしたら、ご相談頂ければと思います。とくに変形性膝関節症に対し関節注射、足底板、装具などの保存療法から、関節鏡、高位脛骨骨切り術、人工膝関節置換術などの手術加療まで、患者さんの病期、状態に応じて治療しています。

■石垣先生ってこんな人

(西5病棟(外科病棟)看護課長 中村 由紀さん)

石垣先生は、いつもクールで、仕事をスマートにこなしていきます。また患者さんだけでなくスタッフにも優しく、心地良い話し声(イケメンボイスというようです)で周囲の人たちを癒してくれる素敵な先生です。親身になって患者さんの話を聞いてくれますので、信頼も厚く、頼りになります！

■得意なことやメッセージなど

スポーツが好きで、学生時代は野球、水泳、テニスなどをしていました。現在はスポーツ観戦と仕事の合間に月2回程、ゴルフをしてリフレッシュしています。

整形外科の疾患は治療によって治ることが多く、元気に歩いて退院していくのを励みに日々診療にあたっています。

その他の病棟スタッフより

プラモデル作りが得意
=手先が器用
=手術が上手です!

明るくて怒らない
ポジティブな先生

優しい目が
印象的!

顔のほころが印象的で、
患者さんからも
「ほころの先生」と
賞えられます!

なかじま ごう
院長 中嶋 豪 先生

Profile

東京都板橋区出身。スキー、スノボ好きが高じて雪の降る街に憧れ北海道へ。平成14年、北海道大学医学部卒業。今も忙しい合間を縫ってスキーへ。手稲山は電波がよく助かっているそう。すでに人生の半分以上を北海道で過ごしており、「離れませんよ！」。

Q. ごう在宅クリニックについてご紹介ください。

私はもともと泌尿器科医でしたが、派遣された日鋼記念病院で、家庭医療や緩和ケアに触れる機会があり、在宅医療を志すようになりました。今後40年続く高齢化に対応するには「在宅医療だ」と思い平成19年4月に開業しました。患者さんに必要な医療、介護、ケアは様々ですので、病状に関わらずニーズに合わせて対応しています。今後は軽度者でクリニックに来れる方には来院してもらい、それが難しい方や緊急の時にはいつでもお宅に伺うように、より患者さんの環境にあわせた対応をしていきたいと思っています。

施設への訪問診療が中心だった開業当時と比べて、在宅医療の役割や環境は変化し、独居の方へのサポートやターミナルケアなど多様性を求められるようになってきました。そこで7~8年前からみなしの訪問看護を、平成28年9月に訪問看護ステーションとケアプランセンターを開設し、今に至っています。

Q. ポリシーをうかがえますか。

24時間365日対応し続けていくことです。実現できているのは医師、看護師、OT、PT、ケアマネージャー、事務スタッフの役割分担とチームワークの賜物です。みんながいてくれるおかげです。私の

唯一の強みは“下戸”だということくらいです(笑)。

Q. 将来の夢は?

ちょっと硬くなりますが、私たちの方針は①スタッフみんなが活躍する器になること、②女性が働きやすい環境を整えること、③大きくするより長く続けることです。私(医師)一人では到底できないことが、スタッフの力とチームワークで実現できていることに日々感謝しながら、私には何ができるのかを常々考えています。7月に開設した保育園「ごう在宅保育園」(写真)もそんな思いから生まれました。0~2才までの保育に特化し、体調不良のお子さんの保育にも対応しています。定員は19名。保育士と看護師が常駐しています。急には仕事を休めない、そんな働くお母さんのお役に立てると嬉しいです。

それと、現在点在しているクリニック、訪問看護ステーション、ケアプランセンターを1ヶ所に集約したいと思っています。スタッフ間の情報共有や連携ももっと効率的になりますから。

Q. 天使病院との連携についてご要望などあればお聞かせください。

病院、施設、在宅診療と役割分化が進んでいます。患者さんを一貫して診るためには地域に根差すこと、そして円滑な病診連携の重要性を強く感じています。これからもよろしくお願いいたします。

所在地:〒065-0024

札幌市中央区北4条東1丁目3-1

パシフィックタワー札幌2905号

電話:011-802-7823

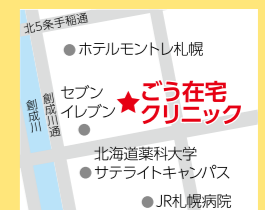
診療科目:内科、緩和ケア内科

<http://go-at-home-clinic.com/>

ごう在宅ほいくえん

札幌市中央区南4条東5丁目テラスナギサ1階

電話:011-802-7823



天使病院の天使たち!

今回は「天使たち」が働く3つの部署をご紹介します。

西5病棟(整形外科・耳鼻咽喉科)

当科は「患者さんを中心に」をモットーに医療や看護を提供する活動を行っています。手術を目的とする方が多く、看護師は日々患者さん・ご家族と接し、ケアをしています。年齢層は幅広く、幼児期から100歳代までの方が様々な疾患で入院されます。



自分の親や祖父母と変わらない年齢の方と身内のように接する中で、ご自宅やご家族についての心配事、また昔話などお話を聞くうちに親密になり、看護師も自然と笑顔になります。慌ただしい仕事の合間にはほっとする瞬間でもあります。

患者さんが元気に退院していく姿を見て、次の看護に活かそう!と思う毎日です。私たちはこれからも患者さんに安心・安全・快適な看護ケアを提供できるよう心掛けていきたいと思ひます。

小児病棟(小児科)

当科は主に0~15歳までの小児患者さんの入院を受入れている部署です。廊下やプレイルームのいたる所に自然や動物をモチーフにしたデザインが施されていて、明るく楽しげな雰囲気が感じられる病棟です。また、病室のカーテンや診察室・観察室の中にも様々なキャラクターを使用して、できる限り子どもの緊張を和らげるような工夫をしています。



プレイルーム

当科の看護師は明るく、子ども大好き人間の集団です。子どもたちにとって「辛いこと」が最小限となるように、そしてご家族の心配が少しでも軽減できるように、常に何ができるのかを考え、安心して療養生活を送れるお手伝いができるように努めています。



観察室

手術室

当科は外科・小児外科・乳腺外科、整形外科、産科・婦人科、耳鼻咽喉科、眼科の手術を行っています。平成28年度は1936件の手術実績がありました。手術室は全5室で、そのうちの1室は緊急帝王切開を迅速に受けられるように常に準備し、それ以外は他の4室で稼働しています。手術は生後1日の新生児から100歳の方まで幅広く対応しています。



手術を安心して受けていただくための取組みとして、全ての患者さん(外来手術を除く)のお部屋を訪問し手術の流れをご説明(術前訪問)しています。また事故防止のために手術室入口でご本人にお名前と生年月日を言っていたり、手術開始直前に、現場スタッフが一斉に手を止めて、患者、手術法と手術部位の最終確認(タイムアウト)を行っています。なお手術中は患者さんの好きな音楽を室内に流すことも、不安軽減の一環として行っています。

患者さん1人1人の声を大切にして手術室看護を行っており、執刀医・看護師・麻酔科医の全員が一丸となって、万全の準備と最善の医療の提供に努めています。

気になる栄養素を
おいしくとり入れる

ビタミンKをおいしく補給 健康寿命を延ばす レシピ



たんぱく質 26.8g 脂質 9.3g
塩分 2.7g 食物繊維 10.5g
ビタミンK 213μg

しめじ野菜丼／鶏肉のトマト煮／ツナサラダ
ひじきと海藻のレモン和え／柿とキウイフルーツ

1食あたり
470kcal



Comment

健康寿命を延ばすレシピ第3回目の気になる栄養素は、摂取量が少なくカルシウムの骨への沈着が悪くなり骨折のリスクが高まる「ビタミンK」です。ビタミンKは、納豆に特異的に含まれており、それ以外では緑の葉物の野菜に多く含まれています。

成人男女の1日の目安量は150μgです。納豆1パック(40g)240μg、ほうれん草(生・50g)135μg摂取できます。ビタミンKは、体内の腸内細菌によって合成されるので通常の食事での欠乏症はなく、健康障害をおこす耐用上限量も示されていません。ただ、抗血液凝固薬(ワーファリン)を処方されている方は、その働きを弱める可能性があるので大量摂取を避けましょう。

今回のレシピでは、しめじ野菜丼のほうれん草、鶏肉のトマト煮の鶏むね肉とブロッコリー、ツナサラダのツナ、レモン和えのひじきと海藻にビタミンKが多く含まれています。*1μg(マイクログラム)=百万分の1グラム (管理栄養士 佐々木正子)

しめじ野菜丼

たんぱく質 6.2g 脂質 2.1g
塩分 0.9g 食物繊維 3.9g
ビタミンK 86μg

1人分
246kcal

【材料(1人分)】

・しめじ	60g	・豆板醤	0.3g
・ほうれん草	30g	・おろしにんにく	0.3g
・ホールコーン	6g	・中華味	0.3g
・紅生姜	5g	・水	45g
・みそ	2g	・サラダ油	1g
・砂糖	1.5g	・ご飯	120g

【作り方】

- ①しめじの石づきを取り、小房にわける。ほうれん草をゆで水にさらして冷まし、水けを軽く絞って3cmに切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、にんにくを入れて中火で炒め、しめじを加えて、塩・こしょうをふり、しんなりするまで炒める。
- ③みそ、砂糖、豆板醤、中華味、水を加えてとぎのばす。
- ④器にご飯を盛り、②、ほうれん草、ホールコーンをのせる。③をまわしかけ、紅生姜を飾る。

鶏肉のトマト煮

たんぱく質 16.8g 脂質 3.3g
塩分 0.7g 食物繊維 1.9g
ビタミンK 79μg

1人分
118kcal

【材料(1人分)】

・鶏むね肉皮なし	60g	・トマトピューレ	40g
・塩	0.1g	・塩	0.5g
・こしょう	0.01g	・ブロッコリー	40g
・サラダ油	2g		

【作り方】

- ①鶏むね肉に塩・こしょうする。ブロッコリーは小房に分けてゆで、水けをきる。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、鶏肉の両面をよい焼き色がつくまで強火で焼き、トマトピューレを加えて火を弱める。ふたをして5~6分煮て、塩で味を調える。
- ③皿に鶏肉を盛って煮汁をかけ、ブロッコリーを添える。

POINT

計量スプーンによる調味料のめやす重量

食品名	小さじ(5ml)	大さじ(15ml)
みそ、豆板醤、塩、醤油	6g	18g
トマトピューレ、酢、ポッカレモン	5g	15g
サラダ油、ラー油、オリーブ油	4g	12g
さとう、中華味、ごま	3g	9g
こしょう	2g	6g

ツナサラダ

たんぱく質 2.3g 脂質 2.6g
塩分 0.3g 食物繊維 0.7g
ビタミンK 19μg

1人分
44kcal

【材料(1人分)】

・ツナ缶	8g	④酢	1g
・水菜	10g	⑤だし汁	1g
・レタス	10g	⑥すりごま(黒)	1g
・玉ねぎ	5g	⑦ラー油	0.1g
⑧減塩醤油	3g	⑧水	0.5g
⑨砂糖	1.5g	・いりごま(白)	0.5g

【作り方】

- ①ツナは、缶汁をきってほぐす。
- ②水菜は3~4cmのざく切りにする。レタスを食べやすくちぎる。
- ③玉ねぎは縦に薄切りにして水にさらし、ざるに上げて水けをよくきる。
- ④⑥を混ぜ合わせる。
- ⑤②と③の野菜を合わせて器に盛り、①のツナを散らす。④を回しかけ、いりごまをふる。

ひじきと海藻のレモン和え

たんぱく質 1.0g 脂質 1.2g
塩分 0.8g 食物繊維 2.6g
ビタミンK 29μg

1人分
22kcal

【材料(1人分)】

・ひじき	3g	⑨減塩醤油	2g
・海藻サラダ	2g	⑩塩	0.1g
⑪ポッカレモン	3g	⑫オリーブ油	1g
⑬だし汁	8g	・プチトマト	15g

【作り方】

- ①ひじきは洗ってから、海藻サラダはそのまま、水に10分ほど浸してもどす。ざるにあけて水けをきる。
- ②③を混ぜ合わせる。
- ④①に②を加えてあえる。
- ⑤器に④を盛り、プチトマトを飾る。

柿とキウイフルーツ

たんぱく質 0.5g 脂質 0.1g
塩分 0.0g 食物繊維 1.4g
ビタミンK 0.0μg

1人分
40kcal

【材料(1人分)】

・柿	40g	・キウイフルーツ	30g
----	-----	----------	-----

*メニュー&調理協力：エームサービス株式会社



鴛泊中学校3年生 職場体験レポート

今年も利尻町立鴛泊中学校から神成さん、柴田さんの2人の生徒さんが職場体験に来てくれました。病院見学の後、小児病棟での看護師体験。9時～12時までという短い時間でしたが、天使病院の「1日職員」として過ごした感想を聞いてみました。



鴛泊中学校3年 **神成 沙羅**さん

私は上級学校訪問で天使病院の主に小児科について学ばせて頂きました。小児科では入院している患者さんにできるだけ怖い思いをさせなくていいように、飾りなどの工夫が施されていて、看護師の方々が本当に患者さんに良くなって欲しいという思いがすごく伝わってきました。今日初めて知った事も多く、とても勉強になりました。こういう体験をすることができたのも、林さんや小向さん、鳴海さんなどの方々がわざわざ時間を割いて説明して下さったおかげです。本当にありがとうございました。



鴛泊中学校3年 **柴田 咲楽**さん

私は上級学校訪問で天使病院にこさせてもらい、とてもいい経験になりました。小児科の看護師さんと看護部長さんに説明してもらいながら病院を案内してもらい、私の全然知らなかったことを知れたり、いろんな工夫がされている器具を知れたり、とても楽しく身になりました。最初は看護師さんは忙しい職業で大変だなと思っていましたが、天使病院の看護師さんを見て、忙しそうだけれど、やさしくてやりがいのありそうな職業だと思いました。いい経験をさせていただきありがとうございました。

マンモグラフィが受けられる日曜日【2017年10月22日】

乳がんは早期発見、早期治療がとても重要です。

日頃忙しく、なかなか受診する機会がなかった方。日曜日に受診できるこの機会に乳がん検診を受けてみませんか。

日時	平成29年10月22日(日) 8:30～11:30
料金	マンモグラフィまたは乳腺エコー 4,320円
	マンモグラフィ+乳腺エコー 6,480円

お申し込み、お問い合わせは
天使病院 健診センターまで。
TEL 011-214-1553(直通)



✿ 糖尿病予防教室 (基本毎月第3水曜日 14:00～15:00) ※11月は第4水曜日です。 <天使ホールC>

本教室は、糖尿病の患者さんとそのご家族だけではなく、糖尿病に関心のある全ての方を対象とした教室です。予約は必要ありません。どうぞお気軽にご参加下さい。



日程	時間	テーマ	担当者
10月18日(水)	14:00～14:30	口腔内のケア	西5病棟看護師 三浦 里織
	14:30～15:00	質のよい睡眠を考えよう	内科外来看護師
11月22日(水)	14:00～15:00	網膜症ってどんな病気?	眼科外来看護師 小坂 彩
		糖尿病と網膜症	眼科医師 曾根 昭子
12月20日(水)	14:00～14:30	年末年始の食事の工夫	管理栄養士 佐々木正子
	14:30～15:00	心臓と糖尿病の深い関係	循環器医師 西里 仁男

広報誌 「天使びょういん」 第46号
発行日 平成29年10月15日
発行人 院長 藤井ひとみ
編集 「天使びょういん」編集委員会

編集後記

広報誌秋号、お楽しみいただけましたでしょうか？先日までの暖かさはどこへやら、急な冷え込みで、あっという間に季節は「秋」へ移り変わりました。この時期は朝晩の寒暖差により体調を崩しやすいので、十分に気を付けてお過ごしください。

