



アプリコット通信

vol.14

新生児の心肺蘇生講習会

一宮西病院 産婦人科では産科を開設し、2年が経ち、650人以上の赤ちゃんがここで産声をあげました。産婦人科では**今後もより安心で安全なお産を目指し**、助産師や看護師を中心に日本周産期・新生児医学会 新生児蘇生法普及事業のひとつである「新生児蘇生法講習会 一次コース（基礎コース）」を受講しました。これは生まれたばかりの赤ちゃんである、新生児の心肺蘇生の講習です。生まれたばかりの赤ちゃんは、ある程度大きくなった子どもと全く異なり、心肺蘇生の方法も独特であるため、それぞれの手技や方法を学ばなければいけません。今回の講習は、愛知医科大学 生殖周産期母子医療センター 准教授 山田恭聖（やすまさ）先生と、NICU（新生児の集中治療室）の看護師さんお二人がインストラクターとして出張講習会を行ってくださいました。常日頃からの重症の赤ちゃんとは接しているNICUスタッフの方々からは基本的な手技はもちろん、様々なことを冷静に判断しつつ、スタッフ同士も協力し合って対応していくことが大切であるということをお教わりました。



赤ちゃんの人形を使って練習します。よく見るとへその緒がついてます。



産婦人科医師も参加

母親教室

産婦人科の母親教室では、出産前のおかあさんへ、お産の準備や事前についてお話をし、お産の流れ、そして出産後のことなども含め助産師よりお話をしています。

5月より助産師からのお話に加え、**はんじこどもクリニック 院長の判治康彦先生**に、プレママやプレパパに、出産前の育児不安を少しでも解消していただくためにお話していただくことになりました。内容は《新生児医療の特徴》から「分娩少し前～出産後のストレスや母親の心の変化について」など。『赤ちゃんは栄養を与えられ、温かく清潔な環境を整えるだけでなく人間的な栄養（愛情）を与えられなければ死んでしまう』のだそう!!

まだ言葉がわからないからと言ってネガティブな言葉をかけたりしないように気を付けたいといけません。

また、お子さんのことで何か心配なことがあれば、病気の症状がなくてもいつでも相談にきてくださいとおっしゃる判治先生。お母さんの強い味方ですね。

プレママ・プレパパ必見!!
愛情いっぱいのお話です!



はんじ こどもクリニック

院長 判治康彦先生



本格的な夏到来!!

生姜でさっぱり!!

スタミナ豚丼

《材料》	(1人分)	1人分	620kcal
豚肩ロース肉	100g	紅しょうが	適量
※ ゴマ油	小さじ 1	水菜	適量
生姜	1/2かけ	大葉	適量
にんにく	1/2かけ	炒りごま	
★しょうゆ	大さじ1/2	ご飯	170g
★みりん	大さじ1/2	温泉卵	1個
★酒	大さじ1		
★さとう	小さじ1		
★豆板醤	小さじ1		

夏場はそうめんや冷たいジュースなど糖質の多い食生活になりがちです。糖質をエネルギーに変えるにはビタミンB1が必要です!ビタミンB1が不足すると疲れやすくなり夏バテにもつながります。ビタミンB1は豚肉やうなぎなどに多く含まれています。今回は暑い夏場でも食べやすいように紅生姜を使ったさっぱり! だけどボリュームたっぷりな豚丼を考えました。ぜひ作ってみてください!!

夏は私たちの出番ね!



《作り方》

1. 水菜・大葉は一口大に切り、にんにく、生姜、紅生姜（ご飯と混ぜる分）は刻んでおく。
2. ★の調味料は、あわせておく。
3. フライパンにゴマ油を熱し、にんにく、生姜を香るように炒め、豚肉を加えさらに炒める。
4. 豚肉に火が通ったら、★の調味料を加え、強火で味をからめる。
5. 紅生姜と混ぜたご飯の上に水菜・大葉をのせ、その上に豚肉をのせる。
6. 温泉卵、炒りごま、紅生姜を上のにのせる。

わあー大っきい~!



元気に育ってね!



見つめ合う2人??



藝虎さん

藝大樹さん

元気エネルギーいっぱいのカ士さんにみなさん大注目!!



頑張ってください!



佐渡ヶ嶽部屋のカ士が来院しました!

大相撲名古屋場所で一宮に宿舍を構える佐渡ヶ嶽部屋のカ士2名が一宮西病院のF4病棟（回復期リハビリテーション病棟）に慰問に訪れてくれました。当日は、F4病棟の患者さんだけでなくご家族の方や他の階の患者さんもおたくさん集まってくれました。**藝大樹さん**と**藝虎さん**は患者さんの質問に丁寧に答えていただいたり、記念写真を一緒に撮影したり、患者さんを笑顔にしてくださいました! 今年も名古屋場所、頑張ってくださいね!



一宮西病院

〒494-0001 愛知県一宮市開明字平1番地
TEL:0586-48-0077

ブログ、まいにち 更新中~。



<http://www.anzu.or.jp/>

熱中症



昨年は、国をあげて熱中症症例増加への対策が練られたおかげで全国の熱中症救急搬送症例は減ったようです。しかし、**熱中症の救急搬送件数で言えば、国内で愛知県が3番目に多い地域**ですから、今年も引き続き、熱中症の予防と対処に気を配りましょう。

"熱によって体の変調を来した状態"を総称して熱中症と言います。ですから、その程度や症状にもいろいろとあって、これまで、日射病や熱射病や熱痙攣など、いろいろな言葉が使われてきました。症状の軽い日射病や熱痙攣の場合、**めまい、嘔吐、頭痛、こむら返りなどの筋肉がつる症状**が見られます。もっと重篤になると、**失神や多臓器障害**（腎臓や肝臓、その他様々な臓器の異常）を来します。

日なたで走り回ったりしていたのであれば、熱中症じゃないかなと思ってしまいますよね。概ね、体温に近い35度を超える室内や、湿度が75%を超える環境では、汗の蒸発による体の冷却機能がうまくはたらかず、体に熱がこもりやすいようです。気象庁も、**予想最高気温が35度を超えそうな時には高温注意報**を出しているそうですよ。

体の小さな**乳幼児**では、外気温の影響をうけやすく、気温に応じて自分から水分摂取をするわけではないので、周囲の人が注意を払ってあげなければなりません。また、クーラーを効かせていない自動車内などは、夏の日差しの中では瞬間に高温になります。気をつけましょうね。それから**高齢者**は、暑さやのどの渇きを感じにくかったり、発汗機能が低下している場合があります。また、容易に体が脱水状態に陥るため、ますます熱中症にかかりやすい状態となります。周囲の方が室温に注意してあげたり、水分摂取を促してあげると、熱中症を未然に防ぐことが出来ますよ。

熱中症に対しては、体温を下げ、水分を補ってあげることが、初期対応として大切です。蒸し暑い部屋で、こどもや高齢者がぐったりしていた場合は、まず涼しいところに移し、水分を与えましょう。意識がもうろうとしている場合や、水分を摂取できない状況であれば、すぐに病院に行きましょう。**体の冷やし方として**、簡便で優れた方法としては、薄手の服装にし、体に水をかけて、その上から扇風機で風を当てる方法があります。概ね20分を目安にしてください。脇の下や首、足の付け根に氷嚢を当てるのも効果があります。

暑い環境に体が慣れるまでには、一週間ほどかかります。ですから急に気温が上がったり、暑い作業場で新たに仕事を始めた場合などは危険な時期です。一度熱中症にかかった場合、一週間は人一倍、熱中症を強く意識して対策をとりましょう。4週間も経てば、体はその環境に慣れてきます。



そろそろ暑くなってきました。皆様、楽しい夏をお過ごしください。

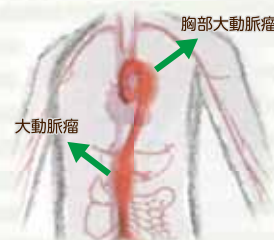
救急科Dr.



毎月 第1水曜日

だいどうみゃくりゅう
大動脈瘤について
お話します。

- ◆ 日 時：毎月第1水曜日 13:15～13:45
- ◆ 場 所：一宮西病院 1F 外科外来待合い
- ◆ 講 師：大動脈瘤センター チーフ 平本 明德 医師
- ◆ 参加費：無料



大動脈の病気は高血圧・喫煙・糖尿病などの方に多いと言われています。他にもご高齢の方は血管が弱く脆くなっていることがあります。しかし血管が弱くなっているても大動脈の病気は症状が全くないため、徐々に進行し、ある日突然、血管にできたコブが破裂し、危険な状態になることがあります。大動脈瘤センターでは、このような危険な大動脈瘤についてどのような人が病気にかかりやすいのか、また大動脈瘤にならないための生活習慣や気を付けるべきこと、危険な兆候などについて、大動脈瘤センターチーフ 平本医師よりお話します。予約は不要です。ぜひご参加ください。

手外科

マイクロサージャリーセンター



整形外科 部長 兼
手外科マイクロサージャリーセンター長

西 源三郎 医師

4月に入職した整形外科の西先生は整形外科分野の中でも、手外科と呼ばれる手指の病気やけがの専門医です。手指の組織はとても細かく繊細で、肉眼では見えにいため、顕微鏡を使って手術を行います。この技術を**マイクロサージャリー**と言います。

顕微鏡を使い、10倍から20倍拡大させることで細かい神経や血管、腱などを縫い合わせることが可能となります。

例えば、誤って指を切断してしまった場合でもこのマイクロサージャリーの技術を使って切断された血管、神経などを縫合して再接合することができます。このような手術は専門のドクターがいる施設で、また専用の医療機器がないと、難しい手術です。

西先生はこの専用の医療機器を駆使し、技術的にも難しいと言われる、**大変細かい手指の手術**を行う専門のドクターです。

また、手のしびれや痛みなどは手首やひじ、肩などで神経を圧迫している場合が多く、これらの神経を圧迫している原因を手術で取り除くことにより症状が和らぎます。

手の骨折 脱臼 靱帯断裂 腱断裂 爪のけが 爪の変形なども西先生の専門分野となります。手や指が痛い、しびれている、物がつかみにくい、腫れたりして日常生活に支障をきたしている場合などがございましたら、ぜひご相談ください。

マイクロサージャリーとは…?



患者さま
相談窓口

あんずの樹

一宮西病院では6月より患者さまからの相談に適切に応じる環境作りをめざすため、患者さまやご家族の方が相談できる「患者さま相談窓口あんずの樹」を設けました。相談窓口「あんずの樹」は1階正面玄関ロビーにあります。相談をご希望の方はお申し出ください。なお、相談内容は患者さまのプライバシーを保護すると共に、相談された方が不利益になるようなことはありませんので、ご安心ください。

患者さまのお声を「あんずの実」に例え、あんずの実一つひとつを大切に、患者さま一人ひとりが満足いくような質の高い病院「あんずの樹」となりますようにという願いを込めて名づけました。



新任ドクターの
ご紹介

【消化器内科】
林 晋太郎
はやし しんたろう

【主な資格】日本内科学会認定内科医熱帯医学ディプロマ
【得意分野】消化器内科全般、感染症
【メッセージ】安心して医療を受けられるよう努めます。何でもご相談ください。



昨年は【国境なき医師団】としてケニアに派遣されていました。ケニアに滞在中、東日本大震災が発生し、急遽帰国することになり、南三陸町で医療援助にあたりました。当時は振り返ると、様々な人びとの絆を強く感じました。またこれらの経験を私の糧として新たにこの地域で頑張っていきたいと思います。よろしくお願ひします。

他にも西病院では救急科の安藤先生も【国境なき医師団】に所属しているんだって！日本だけでなく世界で活躍している先生が2人もいるなんてすごだね！