

広報誌

ひだまり⁺

VOL.13

TAKE FREE

Aki General Hospital aims to improve preparedness for disaster medical management, response and recovery against Nankai Trough Megaquake.

災害拠点病院としてのあき総合病院

災害派遣医療チームに迫る!

エコノミークラス症候群 & 感染症
予防と治療

お薬のはなし

管理栄養士ごはん

高知県立あき総合病院
Aki General Hospital

特集

南海トラフ 地震に備えて

「あき総合病院ができること」

外来診療一覧表

背景ありの表示は再診の予約患者さんのみです。また、精神科と禁煙外来は完全予約制となっています。医療機関の方へ…水曜日午後の脳神経外科と木曜日午後の神経内科については、初診の予約を受け付けています。下記の診療一覧表は平成28年10月3日時点のものです。学会や緊急手術、異動などにより担当医師が変更となる場合もございます。ご了承ください。

診療科	時間	曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
A 外来	外科	午前のみ	前田 博教 直木 一朗	直木 一朗 山本 盛雄	直木 一朗	山本 盛雄 ストーマ外来	直木 一朗 前田 博教	
		形成外科	午前のみ			高知大医師		
脳神経外科	午前		樋口 真也 (初診は10時30分~11時30分まで)		樋口 真也 (初診は10時30分~11時30分まで)			
	午後				高知大医師			
胸部・心臓血管外科	午後のみ			渡橋 和政 (第4) 高知大医師				

B 外来	内科	午前	川田 光顯 的場 俊 久武 加奈	緒方 巧二 的場 俊 山田 亜梨奈	川田 光顯 緒方 巧二	川田 光顯 的場 俊 安倍 秀和	緒方 巧二 高知大医師	
		午後	糖尿病外来					
消化器内科	午前		大崎 純子		高知大医師		大崎 純子	
	午後						高知大医師	
呼吸器内科	午前				水田 順也		水田 順也	
	午後			高知大医師 禁煙外来	高知大医師			
循環器内科	午前		桑原 昌則	古野 貴志	吉本 光広		古野 貴志	
	午後		高知大医師	ペースメーカー外来		桑原 昌則		
神経内科	午前			吉村 公比古 (第2)				
	午後					古谷 博和	古谷 博和 (月1回)	
整形外科 リウマチ科 リハビリテーション科	午前のみ (受付10時まで)		森澤 豊 今里 滋宏 古月 拓己	今里 滋宏 佐竹 哲典	市川 徳和 (月1回) 森澤 豊 佐竹 哲典		森澤 豊 古月 拓己	
	血液内科	午前のみ					砥谷 和人	

C 外来	小児科	午前	前田 賢人 佐藤 哲也	前田 賢人	高知大医師	佐藤 哲也	前田 賢人 佐藤 哲也	
		午後 (受付14~16時, 診察14時30分~)	前田 賢人 佐藤 哲也	乳児健診	高知大医師	予防接種	前田 賢人 佐藤 哲也	
あつぷるクリニック	午前のみ			前田 賢人				
小児外科	午後のみ			大島 雅之 (第1・3・4)				
耳鼻咽喉科	午前		西山 正司 横畠 悦子 (第2・4)	西山 正司 横畠 悦子	西山 正司 横畠 悦子	西山 正司 横畠 悦子	西山 正司 横畠 悦子	
	午後		西山 正司 横畠 悦子 (第2・4)		西山 正司		西山 正司	
皮膚科	午前		廣瀬 康昭	廣瀬 康昭		廣瀬 康昭	廣瀬 康昭	
	午後 (受付13~16時)				廣瀬 康昭			

D 外来	泌尿器科	午前	安田 雅春	高知大医師	安田 雅春		高知大医師	
		午後	安田 雅春					
産婦人科	午前		岡田 真尚 前田 長正 (受付11時まで)	岡田 真尚	岡田 真尚	岡田 真尚 高知大医師	高知大医師 (第2・4)	
	午後 (受付14~15時30分)		岡田 真尚 母乳外来	一ヶ月検診 母乳外来	母乳外来	岡田 真尚 母乳外来		
眼科	午前 (受付11時まで)		吉田 和之	吉田 和之	吉田 和之	吉田 和之	吉田 和之	
	午後 (受付14~16時)		吉田 和之		吉田 和之	吉田 和之 福島 敦樹 (月1回)	吉田 和之	

E 外来	精神科	新患	澤田 健		村上 洋文	五十嵐 徹	峯瀬 正祥	
		再診	峯瀬 正祥 五十嵐 徹	澤田 健 村上 洋文 五十嵐 徹	澤田 健 峯瀬 正祥	峯瀬 正祥 村上 洋文	澤田 健 村上 洋文	
		午後 新患						森信 繁 (月1回)

外科	脳神経外科	内科				消化器内科	呼吸器内科	循環器内科			
前田 博教 直木 一朗 山本 盛雄 樋口 真也 川田 光顯 的場 俊 緒方 巧二 刑部 有紀 久武 加奈 安倍 秀和 山田 亜梨奈 江田 雅志 大崎 純子 水田 順也 古野 貴志 桑原 昌則 吉本 光広 高橋 友香里											
整形外科	小児科	耳鼻咽喉科	皮膚科	泌尿器科	産婦人科	眼科					
森澤 豊 今里 滋宏 佐竹 哲典 古月 拓己 前田 賢人 佐藤 哲也 西山 正司 横畠 悦子 廣瀬 康昭 安田 雅春 岡田 真尚 吉田 和之											



日本医療機能評価機構
認定番号 JC2084号

災害拠点病院としてのあき総合病院 「福祉保健所との連携」

●前田―今日は安芸福祉保健所の福永所長と一緒に、近い将来発生するとされている南海トラフ地震での災害医療への備えについてお話を進めてまいりたいと思います。どうぞよろしくお願ひします。

●福永―お願ひします。

●前田―まず、今年になって熊本で大きな地震が発生しました。あき総合病院では今回、DMAT(災害派遣医療チーム)とDPAT(災害派遣精神医療チーム)をそれぞれ派遣しましたが、実際の被災地に行ってみて、改めて災害時の医療の重要性を感じています。当院は災害拠点



病院ですので、高知県で地震が起きたときには患者さんの収容をすすめていかないとはいけません。そのときには地域の保健行政の中心である福祉保健所との連携が必要になると思います。災害時での福祉保健所の役割を教えてくださいませんか？

●福永―そうですね。地震の際にはまず福祉保健所に災害医療対策支部を立ち上げます。支部の役割は災害が起こったときの死傷者の数を出来るだけ少なくすることです。あとは外部支援の受入れ等のやり取りですね。予めヘリポートを定め、おき、速やかに搬送できる仕組みを整えておきます。重症患者が発生した場合、基本はあき総合病院に運びますが、状況によっては地域外の搬送もあります。

●前田―病院としては、混乱した状況のなかでは外部との連絡や調整は福祉保健所に行っているのと有り難いですね。

●福永―現実問題として、まずは圏域内の各医療機関の被災状況を

把握することが急がれます。情報がない場合は情報をとりに行く。実際、東日本大震災のときは情報が入ってこないというのが大変困りました。

●前田―安芸圏域は山が多く、主要道路が海岸に近いので津波が来た場合には芸西、安芸、中芸、室戸地区がそれぞれ孤立し、連絡体制が非常に問題になります。電話が使えない場合、情報伝達はどのようなのでしょうか？

●福永―あらゆる手段をとりますが、基本は防災行政無線が主体となります。これは福祉保健所内に整備されていて、消防署ともつながっています。

●前田―当院にも防災行政無線を設置しています。ぜひ実際の場面を想定して、病院、福祉保健所と市町村などが一緒に伝達訓練を行えるようにお願ひしたいです。

●福永―そうですね、全体の動きを把握するには出来るだけ色々な機関が、一緒に訓練するのが良いです。今年はその検討をしています。



高知県立あき総合病院
病院長
前田 博教

1964年高知県生まれ。宮崎医科大学(現 宮崎大学)医学部卒業。専門領域は消化器一般外科・乳腺外科。日本外科学会認定医・専門医、高知大学医学部臨床教授。

●前田―福永先生はこれまでいろいろな被災地に行かれていますが、避難所での医療のご経験はいかがですか。

●福永―東日本大震災のときに被災後1ヶ月後に宮城県の南三陸町に行きました。水道はまだ通っておらず、電気は数日前に通った状況でした。トイレでは手を洗えないのでアルコールジェルを常に携帯。避難所で注意しておくことは感染症です。

●前田―感染症というと、インフルエンザやノロウイルスですか？

●福永―そうですね。ノロ・インフルが実際ありました。避難所を立ち上げる際にはできるだけ感染症を発生させないように注意しないとけません。トイレを少し離れた場所に設置し、何か感染症が発生した場合に対応できるように小部屋もいくつか準備しておくことが重要です。炊き出しも注意するとともに、基本的に生食は出しません。

●前田―そういった予防医学的な細かい配慮が重要になってくるんですね。

●福永―そうですね。まさしく当院にも関係してきます。

●前田―お産は常にあるのでフェーズがありません。異常分娩の場合は出来るだけ早く運ばないといけません。

●前田―そうだったら手段はヘリですね。

●福永―県内はドクターヘリが1機と防災ヘリが2機あります。自衛隊も何機か持っています。また各県の被災状況にもよりますが、全国からヘリも応援に来ます。

避難所での医療支援



●前田―この圏域で津波後にヘリが発着できるのは、安芸球場・当院屋上・室戸の運動広場、安田の結いの丘になります。以前、自衛隊の護衛艦が土佐湾沖に停泊し、そこへヘリで搬送するという訓練を行いました。そういった自衛隊などとの連携はいかがでしょうか。

●福永―災害に関しては県庁の危機管理部が中心になりますが、その地域本部が各地域にあります。安芸総合庁舎にもあり、そこが中心となります。消防・警察・自衛隊を含め関係機関で、定期的な会を開催しています。



●前田―今までの考え方は、トリアージをして出来るだけ負傷者を後方に送るといって後方搬送が基本でした。しかし道路も寸断され、ヘリもそんなに台数は無いため、外部からの支援が来るまでの間は、このエリアで医療救護活動を行えるようにすることが大事です。それが前方展開型です。

●前田―災害のときに大事なのは、医療従事者の確保だと思いますが、圏域内の医療従事者の数はいかがでしょう。

●福永―平成24年に行った調査では、平日診療時間内では医師77名、あき総合病院を除く看護師283名です。夜間休日は医師27名、看護師107名と平日診療時間内の人数の1/3になります。

●前田―災害時には病院は24時間態勢となります。備蓄という点では、当院では入院患者さん用と職員用の水・食糧それぞれ1週間分の備蓄を備えています。また病院裏手に災害棟を建設して、災害時の寝泊まりもできるように整備しています。

●福永―ぜひあき総合病院には、拠点病院として地域の守りをお願ひしたいです。

●前田―福永先生はこの4月に安芸福祉保健所に着任されましたが、あき総合病院と福祉保健所がぜひタッグを組んでこの地域の災害医療に備えていきたいと思えます。本日はありがとうございました。

高知県安芸福祉保健所長
保健監(保健所長)
福永 一郎

1961年広島県生まれ。岡山大学医学部卒業、医学博士。衛生研究所副参事、療育福祉センター高知ギルバーク発達神経精神医学センター副参事、高知大学医学部臨床教授。



地域での災害訓練の様子



●前田―県が現在進めている前方展開型の災害医療救護活動とはどういったものでしょうか。

地域を守る前方展開型の災害医療救護

安芸市総合運動場 (SCU*併設総合防災拠点)

国、県及び関係機関との連携体制のもとで、平常時の訓練・備蓄などの対策から災害時の応急復旧対策までを総合的に推進する安芸広域の中核的な防災拠点です。

※SCU (Staging Care Unit)・・・航空搬送拠点臨時医療施設。災害拠点病院等から重症患者等を受け入れ、航空機で県外に搬送するまでの間の安定化処置を行う。

安芸市総合運動場の機能

- 1 災害対策本部等との連絡機能
- 2 情報通信機能
- 3 ヘリポート機能
- 4 応急救助機関のベースキャンプ機能
- 5 災害医療活動の支援機能
- 6 支援物資等の収集・仕分け機能
- 7 備蓄機能



非常時は大型ヘリポートとして活用

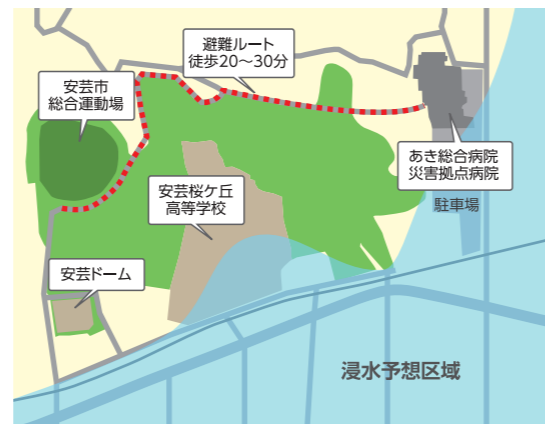


SCU用資機材保管倉庫



あき総合病院の災害棟裏の山道を通る事で避難拠点の安芸市総合運動場へ浸水地域を越す事ができます。

避難拠点となる
安芸市総合
運動場との連携



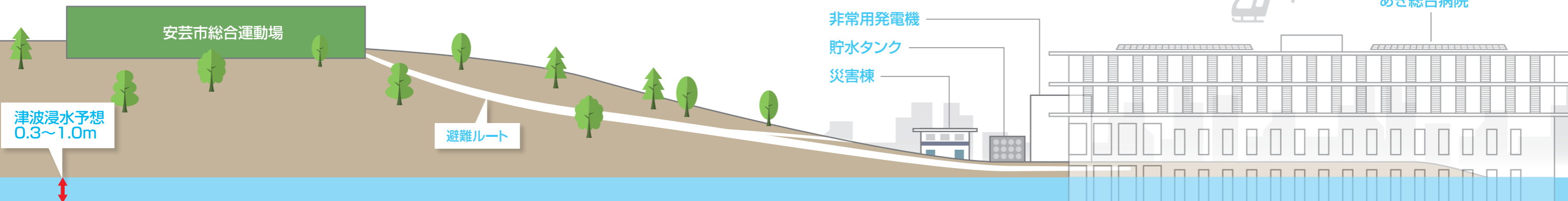
災害拠点病院

あき総合病院 地域の皆さまのいのちを守る防災拠点として

災害拠点病院とは

災害対策基本法に基づいて都道府県知事が指定する病院で、県内や近県で災害が発生し、通常の医療体制では被災者に対する適切な医療を提供することが困難な場合に、都道府県知事の要請により、傷病者の受け入れや災害派遣医療チーム(DMAT)の派遣を行う病院です。災害拠点病院は災害時に備えて、日頃から多数の重症傷病者の受け入れやヘリコプターなどを使った搬送、医療救護班の派遣など、さまざまな訓練をしています。

地域の皆さまのいのちを守る防災拠点として



訓練

災害などの緊急時には、迅速で適切な判断と処置が必要です。けが人の重症度・緊急度を考慮して、「治療」「搬送」の優先順位を決めるトリアージなど様々な訓練を行っています。



災害棟

平成28年11月に完成予定

災害時における備蓄品の倉庫及び職員の待機所を目的とした災害棟を建設中です。1階を災害用物品の倉庫、2階を災害時の職員の待機所として使用する予定です。



備蓄

入院患者・病院職員約600人分の7日分の食料・飲料水、医薬品、簡易トイレを備えています。

種類	内容
食料、飲料水	
医薬品	7日分を保管
簡易トイレ	
非常用電源	供給箇所を限定して、7日間稼働
通信手段	災害時優先電話 防災無線及びファックス 衛星携帯電話



屋上ヘリポート

屋上にヘリポートを整備し、ドクターヘリによる重症患者の受け入れ・搬送を想定した、ヘリコプターの離着陸訓練および救急搬送訓練なども行っています。災害時だけでなく、実際に患者さまの搬送にヘリコプターを利用する機会もあり、スムーズな対応が可能となっています。

免震構造

震度7の地震に耐えられる免震構造になっており、災害時にも地域の医療活動を支えます。

非常時の設備

災害により電気が途絶える事態に備え、供給箇所を限定して7日分の発電能力がある非常用発電機や手術室・重症病棟などに優先的に送電する送電設備を備えた施設があります。



送電設備



非常用発電機

地域の皆さまの
いのちを守る
防災拠点としての
設備と備え





熊本地震 派遣手記

DPAT手記

5月2日から7日間、熊本地方に派遣されました。避難所の巡回や、保健師や他の支援チームから依頼を受けて被災者の自宅へ訪問する等が主な活動でした。被災者の中には、不安で眠れない日々を過ごしている人や、発達障害の人で急に大声を上げたり、奇妙な言動があったりと避難所生活に適應できていない人等様々な方がいました。

周囲の人がどう対応してよいか分からないこともあってか、私達の訪問を被災者の方だけではなく、支援者の方も喜んで頂いて、やりがいも感じました。

今回の熊本地震支援の学びから南海トラフ地震への備えを考えると、しっかり管理されている避難所の必要性を感じました。そのためには避難所の管理者のリーダーシップが重要で、これは支援者への迅速な情報提供へもつながると思います。

高知県が熊本地震に比較して危惧されるのは、地形的問題に起因した支援の遅れから、3日以上生き延びる術を覚えておかなければならないのではないかということです。いずれにしても震災より身近に感じた支援活動でした。

DMAT活動記録

4月16日の本震発生後に高知県からの派遣要請を受けて熊本県での災害支援活動に従事しました。

熊本県までは陸路で移動し、17日早朝に活動拠点となる川口病院(熊本県菊池市)に到着しました。

病院到着後、玉名市の避難所調査の指示を受けて、医療ニーズの調査を実施しましたが、全体に落ち着いた状況で、他のDMATの報告からも地域内で医療対応が可能との判断がなされました。

しかし、同日夜に行われたミーティングにおいて、阿蘇地域に医療支援の必要な状況があることが分かり、18日朝に阿蘇医療センター(阿蘇市)へと出発しました。

阿蘇市内はこれまでの状況と一変し、道路の陥没や停電、倒壊家屋も見られるなど地震による被害が地域の方々に深刻な影響を与えている状況が一目でわかる状況にありました。

阿蘇医療センターに入ってから、避難所や高齢者施設の医療ニーズの調査を行いました。高齢者施設では、水道や電気が途絶えており、清拭やエアーマットの使用等、通常行えることができない施設が多くある中で、避難所への支援が優先される実態があり、高齢者施設への支援が急がれる状況で、さっそく、本部を通じて支援要請を行いました。

あき総合病院のDMATとしては、翌19日まで活動し、後続のDMATに引き継ぎを終えたのち、現地を撤収しました。

今回の活動中、多くの被災者からお話を聞く機会がありましたが、余震が怖く、夜間は避難所や車内で生活している状況にあることや、トイレ環境など衛生面の問題も多く抱えている状況にあり、被災地の復興に向けては、現地の医療スタッフ等のケアも含めた中長期的な支援が必要であると感じました。



一刻を争う災害時に力を発揮する専門チーム

被災地へ
駆けつける | あき総合病院

災害派遣医療チームに迫る!



DPAT Disaster Psychiatric Assistance Team

災害派遣精神医療チームとは

DPATとは、災害や事故などの大規模災害等の後に被災者および支援者に対して、精神科医療および精神保健活動の支援を行うために被災地へ出動する、精神医療チームのことです。

東日本大震災に際して、自治体や医療機関から精神科医を中心とする「こころのケアチーム」が派遣され、被災地住民のこころのケアを行いました。しかし、事前に組織化された活動ではなかったため、現場での活動に課題を残しました。そこで災害派遣医療チーム(DMAT)の名称や活動要領を参考にし、組織されたのがDPATです。

●主な活動

- 1 地域精神科医療機関の機能の補完
- 2 避難所・在宅の精神疾患を持つ被災者への精神医療の提供
- 3 災害のストレスによって新たに生じた精神的問題を抱える一般住民への対応
- 4 支援者(地域の医療従事者、救急隊員、行政職、保健職等)への支援



DMAT Disaster Medical Assistance Team

災害派遣医療チームとは

DMATとは災害・事故現場および被災地域にいち早く出動し、災害の超急性期から医療を提供する医療チームのことです。

現在、あき総合病院には医師2名、看護師5名、業務調整員2名の特別な訓練を受けたDMATのメンバーがいます。DMATは基本チームで活動を行い、1チームは医師1名、看護師2名、業務調整員1名の計4名で構成されます。

1995年の阪神淡路大震災において、被災地内の医療機関は設備、人員といったインフラが低下したことにより診療機能も低下をきたし、平常の医療が提供することができれば救命が可能であった命「防ぎえた災害死」が多数存在しました。そこで発災後数時間~12時間に活動が開始できるトレーニングを受けた医療チームが被災地へ外向き救命救急医療を展開することが「防ぎえた災害死」を回避できると考えられ、組織・育成されたのがDMATです。



専用車に乗って被災地へ駆けつけます!



日頃からチームワークを高めておくのも大切です!

●活動する災害

- 局地災害** 局地災害とは、列車事故や多重交通事故などにより多数傷病者が発生しているが、被災は一部地域にとどまり、病院機能やライフラインには影響のないものです。このような場合には現場活動(現場救護所・救助現場)、病院支援、医療搬送(陸路・空路・海路)等を行います。
- 広域災害** 広域災害とは、地震災害などのように広い範囲で発生するもので、建物の破損やライフラインの途絶等により被災地域内での医療行為が困難となってしまうことが多くあります。このような場合には病院支援・病院避難、医療搬送(地域・広域)、SCUでの活動、現場活動、本部機能支援を行います。

●主な活動

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1 情報収集・共有 | 5 医療搬送(広域・地域) |
| 2 本部活動 | 6 SCUにおける医療支援 |
| 3 被災地の病院支援(診療支援) | 7 病院避難支援 |
| 4 現場活動(現場救護所・救助現場) | 8 保健・公衆衛生的活動(避難所支援等) |

DMAT車

DMAT車では、AEDや救急用品、担架、トリアージタグなど様々な装備を用意して被災地へ出動します。

エコノミークラス 症候群 (急性肺血栓塞栓症)



地震などの災害から
避難所でも、
避難所での生活で命を
脅かされることがあります。
エコノミークラス症候群は、
適度に体を動かすなどの
少しの行動で予防できる病気です。

循環器内科 医長
桑原 昌則

H10.3 高知大学医学部卒業
H10.5 高知大学医学部老年病科
H14.4 高知大学大学院医学研究科博士課程
生命医学系専攻
H18.3 高知大学大学院医学研究科博士課程
生命医学系専攻修了
H18.4 土佐市立土佐市民病院内科循環器科
H22.5 高知赤十字病院内科
H26.1 高知県あさ総合病院循環器内科

避難所生活に潜む病 エコノミー クラス症候群 & 感染症



Un docteur,
s' il vous plait taites-moi savoir!

このコーナーでは 各診療科の医師が
気になる疾患の症状 / 治療 / 予防法など
について解説 いたします。

避難所での 感染症対策

感染管理認定看護師 **川野上 理江**



①手指衛生

水が使えなくなることでトイレ
の後や食事の後などに手洗いを
行うことができなくなります。
そのため、擦式アルコール消毒剤
にて手指消毒を行うことが重要
です。

②排泄物の処理

水が使用できないので簡易トイ
レを使用することになります。排
泄後の処理方法や清掃方法など
ポスター掲示して手順を統一する
ことが重要です。

④体調管理

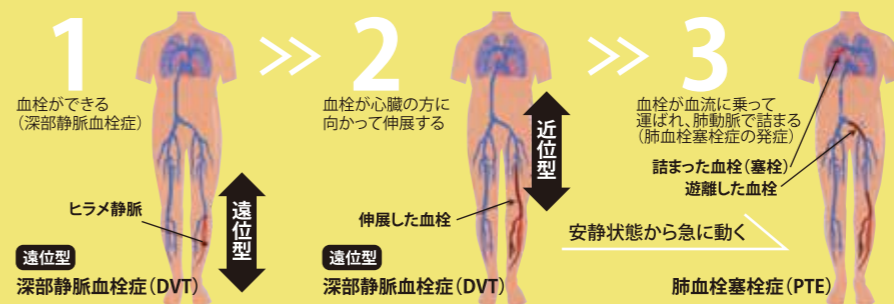
避難所での集団生活に遠慮し
て、体調不良を言えなかったり、
様子をみて症状が軽減するのを
待たず、様子を見て多いようです。
しかし、それにより他の人につ
つしてしまい、インフルエンザや
感染性胃腸炎が蔓延してしまっ
てしまいます。がまんせずに早
期相談・早期受診しましょう。

③エリア分け

建物内に入る際にも土足となる
ことが多く、土足のままでトイ
レやその後生活する場を行き来
することが多くなります。土足
OK・NGの場所のエリア区分を
する必要があります。

エコノミークラス症候群とは

医学的には「急性肺血栓塞栓症」、「深部静
脈血栓症」という病名になります。東日本大
震災や熊本地震の際には、余儀なく自動車
で寝泊まりしていたことでエコノミークラス
症候群を発症し、亡くなった方もいます。



長時間同じ
姿勢でいるこ
とで足の静脈
の血流が悪く
なり、足に血
栓(血の塊)が
できてしまっ
てしまいます。
すると、立
ち上がって動
きはじめて瞬
間、血栓が静
脈に流れはじ
め、心臓を
通って肺の動
脈に詰まる
と、その先に
酸素を供給で
きなくなっ
て呼吸困難や全
身の血液循環
に支障をきた
し、最悪の場
合、死亡する
こともある危
険な病気です
(図)。

【症状】
比較的小さい血栓の場合は全く無症状の
ことも多いといわれています。しかし、ある
程度以上の大きさの血栓が肺動脈を閉塞す
ると突然、呼吸困難が生じます。肺の血管
が詰まると、呼吸によって肺の中まで入っ
てきた酸素が血液の中に十分取り込まれな
くなります。この結果、血液の酸素濃度が下
がり、呼吸をしても、実は窒息状態となっ
ているのです。非常に大きな血栓が肺動脈
に詰まると血液は全く流れなくなり、ま
た、急性肺血栓塞栓症の患者さんの80
%程度は、主な症状が突発性の呼吸困難で、
約半数で胸の痛みがあります。10〜30%で
失神発作を経験するといわれています。

【原因】

①静脈の血管が傷ついた場合
血液は異物に触れると固まる性質を持っ
ています。血管の内側は血管内皮という特殊
な細胞で覆われており、血液が異物と接触
するのを防いでいます。血管が何らかの原因
で傷つくと、血管内皮の膜が壊れ、血液が異
物と接触して血栓ができます。骨折などで
血管内皮が障害を受けた場合や、カテーテ
ル検査、手術などで血管の中に点滴をする
ための管を長期間入れておく必要があった
場合などに、血栓ができやすくなります。

②静脈の血液の流れがよどんでいる場合
足の筋肉は「第二のポンプ」といわれ、筋
肉が収縮・弛緩を繰り返すことで足の静脈
の流れを促進します。足を長時間動かさな
い状態であると、足の静脈の流れが滞り、血
栓ができやすくなります。
③血液が固まりやすい体質を持っている場合
血液が普通の人と比較して固まりやす
い体質の方がいます。これには、生まれつ
きの場合と、何らかの病気によって、その
ような素因を持ってしまっ後天的な場合
があります。

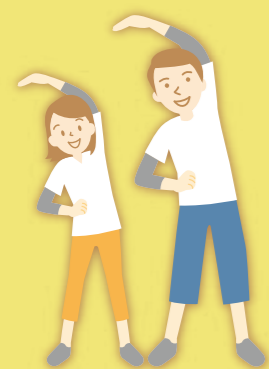
【治療】

①抗凝固療法
自覚症状が比較的軽く、肺や心臓の機能
があまり障害されていない急性肺血栓塞栓
症は、飛んできた血栓があまり大きくない
可能性がります。血栓が大きくないこと
がCTで確認されれば、血栓がこれ以上で
きないようにする薬(一般的にはワーファリ
ン)を用いて経過をみます。
②血栓溶解療法
急性肺血栓塞栓症で詰まった血管が広範
囲の場合は、詰まった血栓を積極的に溶か
す血栓溶解療法を行う必要があります。現
在、血栓を溶かす作用を持つ薬として、ウロ
キナーゼ(商品名組織プラスミン)ゲン・ア
クチベーター(商品名)という薬が使われてい
ます。
③カテーテル治療、肺動脈血栓摘除術
心臓が停止した状態や、症状が極めて重
く内科的な治療を行う余裕がない場合に
は、直接血栓を取り除く治療が必要です。心

臓血管外科がある病院では、肺動脈血栓摘
除術という緊急手術が行われます。

【予防】

④下大静脈フィルター
肺に詰まった血栓の治療と同時に、足の静
脈にまだ血栓が残っているか否かの検査も
行われます。これは飛び残った足の血栓に
よって、2回目、3回目の発作を起こす可
能性があるからです。次の発作で致命的な病
状に陥る可能性がある場合は、下大静脈
フィルターという網のような装置を、心臓と
血栓が存在する部分の間の静脈に入れて、
これ以上、血栓が肺に飛ばないようにする
治療を行うこともあります。
①長時間の旅行中、十分な水分を摂取する
一方、脱水を招くアルコール、コーヒーを控
える。
②足を上下に動かすなど適度な運動を行う。
③震災後の避難所生活などで、やむをえず窮
屈な姿勢でいなければならぬ時は、4〜5
時間おきに歩くなど運動をする。
④ひざまでの弾性ストッキングを着用する。
弾性ストッキングで締め付けることで、ふく
らはぎに貯まっている血液を絞り出して血
流がよくなる。





里芋とホタテのスープ



秋にぴったり、こころもからだもほっとするスープです。

作り方

- 1 小鍋にバターを入れて熱し、小口切りにした長ネギ(白い部分のみ使用)を炒める。
- 2 長ネギがしんなりしたら里芋の水煮、塩、水100mlを加えて煮る。
- 3 里芋が崩れたら火からおろし冷ます。
- 4 80℃のお湯(80ml)の中にコンソメ、粉ゼラチンを入れてかき混ぜて溶かす。小さめのポウルに流し込み粗熱が取れたら冷蔵庫で固める。
- 5 ホタテは熱湯でさっと湯通しして、ペーパータオルで水気を取る。
- 6 ミキサーに3と牛乳を入れて攪拌する。牛乳は一度に全部入れず硬さをみながら調整する。ポタージュ状になったら粗目の網で裏ごしした後、冷蔵庫で冷やす。
- 7 肝を取り除いたホタテをバーナーでさっと炙る。
- 8 スープ皿に6を注ぎ中央に4のゼリーと7のホタテを盛り付ける。

●ホタテのかわりに牡蠣を入れてもおいしいですよ。

材料(2~3人分)

- 里芋(水煮可) …… 6コ
- 長ネギ …… 1本
- 水(スープ用) …… 100ml
- 水(ゼリー用) …… 80ml
- 牛乳 …… 200ml
- バター …… 大さじ1
- ホタテ(ポイル可) …… 2~3コ
- コンソメ(固形) …… 1/2コ
- 粉ゼラチン …… 3g
- 塩 …… ひとつまみ(1g程度)

栄養価(一人分)

エネルギー	135.3kcal
たんぱく質	7.0g
脂質	6.1g
炭水化物	13.3g
塩分	1.0g

監修: 管理栄養士 高橋俊裕

災害時に生きるお薬手帳の情報



薬剤師さんに聞く
お薬のはなし

薬剤科 今井英雄

阪神淡路、奥尻島、中越、東北、熊本そしていつ起こるのか?南海トラフ地震。起こらなければよいのですが…私事ながら、東北では津波の後50日くらい経ってから救護活動に参加しました。そのとき、なるほどと関心したことがありました。薬袋に薬の記録を記載した災害時用の薬袋の活用です。災害派遣医療チームが短期間で替わっていく中、その患者さんの服用してきた薬が把握できるのです。これは使えると感じたものでした。しかし時間がたつと、何のことはない(しかし重要なことです)お薬手帳の内容の簡略化されたものだったと気づいたのです。

当時、被災後間もない現場では、患者さんがどのような薬を服用していたのかなど、医師、薬剤師などの医療者が本当に手探りの状態で対応しており「すごく大変で混乱していた。」と聞きました。そして、当事者である患者さん(被災者)はもっとストレスを感じていたのでは無いですか。



災害前から受けていた薬物療法を継続させるためには、その情報が欠かせません。現在の薬は様々な効果や作用、副作用があり、個人個人で少しずつ異なる薬を飲んでます。同じ高血圧でも患者さんに合う薬とあわない薬があるのです。もし、お薬手帳がなければ、折角、今までコントロールできていたお薬がわからずまた最初からはじめなければなりません。この間、コントロールがうまくいかない場合が出てきます。また、薬の情報だけでなく副作用やアレルギーの有無なども記載されています。

東北では津波に流されて全く何もない状態でした。かかりつけの病院や薬局が機能していればよいのですが、みんな被災し避難しています。そんなときに患者さん自身で管理できるお薬手帳があれば医療を受ける側も行う側も大変あんしんです。

普段は、ただの記録に過ぎず、面倒に感じる時もあるかもしれませんが、将来起こり得る災害時のためにお薬手帳を活用し、万が一の時に備えましょう。

2 安芸市共同災害訓練の実施

11月27日(日)の午前中に院内で災害訓練を行います。今回の訓練は、安芸市の災害訓練と共同して実施する予定です。当日は、多数の傷病者が押し寄せた状況で、傷病者の対応の手順や、他機関との連携を確認する訓練を予定しています。当日来院される皆さまにはお騒がせしますが、ご協力をお願いします。



H27年の災害訓練(安芸体育館)の様子

1 初期臨床研修医、順調に研修中

あき総合病院では厚生労働省より基幹型臨床研修病院の指定を受け、今年度から当院プログラムに基づく初期臨床研修医の受け入れを開始しました。現在2名の初期研修医が研修中です。ぜひこの病院で十分な経験を積んでもらい、素晴らしいドクターに育ってほしいと願っています。



あき総合病院からのお知らせ

タテのカギ

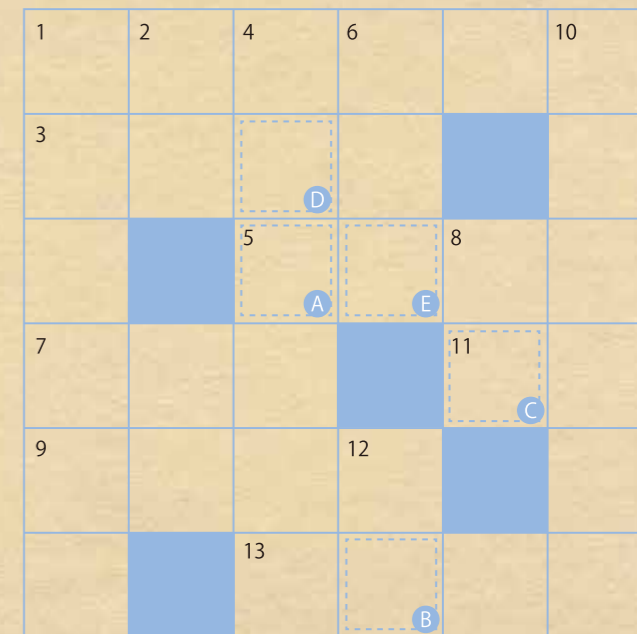
- 1 女王卑弥呼が治めていた国の名前は?
- 2 医療を司る医療従事者の名称(職業)は?
- 4 19世紀フランスの画家。ナイトクラブの絵を多く描いた。
- 6 思いがけない出来事。春の○○○。
- 8 「中心」を意味する英語。地球の○○。
- 10 草木も眠る○○○○○○には歩かないように。
- 12 今年の干支は申(さる)、来年は○○です。

ヨコのカギ

- 1 とってもカラフルな高知県の県鳥は?
- 3 「機械」のことを英語で何と言いますか?
- 5 雑誌を選ぶ時は○○○○付録も大事ですよ。
- 7 土佐弁で「せっかち」「性急」な人のこと。
- 9 彗星のこと。金魚の品種にもあります。
- 11 冷たいうどんを温かいつゆにつけて食べる食べ方をひや○○と言います。
- 13 この栗饅頭、○○○○にはたまらないわぁ♪



※答えは裏面にあります



●特集「災害医療」クロスワードパズル



高知県立あき総合病院 Aki General Hospital

TEL.0887-34-3111

午前受付 8時30分~11時30分

予約変更 14時~16時【地域連携室】FAX.0887-35-8107