

体温計

vol.140
2019 8

わたしたちは語り継ぐそして誓う
「静岡病院の灯りを消さないように」



令和元年6月19日 第1回市立静岡病院継灯式 挙行

昭和20年6月19日深夜から20日未明におよぶ静岡大空襲のさなか
一身をかえりみず患者さんの避難誘導に従事して
殉職した当院の8名の看護婦たち
その思いを令和の時代にも受け継ぐために
新人看護師たちが主役となって
第1回市立静岡病院継灯式がおごそかに執り行われました
当日は多くの市民の皆さまにもご参列いただきました

Topics

- 静岡市立静岡病院創立150周年記念事業
- 今年の夏も熱中症に注意しましょう
- 看護部だより「認知症看護認定看護師として」
- 外来担当医・特殊外来一覧表 ● 医師人事異動情報 ● 病院からのお知らせ



静岡市立静岡病院創立150周年記念事業

2019年(平成31年)静岡病院は創立150周年を迎えました。1869年(明治2年)2月21日に、前身である藩立駿府病院が開設されてから、時代の激動を乗り越え、つねにここ静岡において第一線の医療を提供してきました。創立150周年にあたり、これまで開催してきた主な記念事業をご紹介します。当院は、これからも伝統を未来へのちからとして、地域のみなさまに必要とされる病院をめざします。

2018 10/20(土) 第10回 静岡市民「からだ」の学校

これまでの「静岡市民『からだ』の学校」では医療をテーマとした内容でしたが、創立150周年を記念し、国立歴史民俗博物館・総合研究大学院大学教授の樋口雄彦氏をお招きしました。当院が誕生するまでの歴史について、過去に実際に存在した歴史史料に基づく詳しい解説は、まだ病院というものがない一般的な当時における病院設立の苦労・努力がうかがわれ、明治初年のこの地の様相が浮かび上がってくるものでした。参加者の皆様からは「開院布告に関しては今の病院の信念と変わらないことが印象深かった」「今回のような講演の内容は珍しく興味深かった」等のお声をいただきました。

医の150年 わたしたちの静岡、わたしたちの医療

特別講演 『徳川家がつくった明治初年の静岡病院』



樋口先生の講演資料より

2019 3/9(日) 第15回 静岡病院フェア



1999年(平成11年)に病院創立130周年の記念事業として開始した静岡病院フェアは、今回第15回を迎え、500人を超える多くの方にご参加いただきました。例年人気の腹腔鏡模擬手術体験、内視鏡体験などの手術・検査模擬体験コーナーや調剤体験コーナーでは、子どもから大人まで幅広い世代に楽しみながら学んでいただきました。また今回は、創立150周年を記念し、「静岡病院のあゆみ展」を開催し、静岡病院の誕生から現在に至るまでの歴史を展示しました。

2019 6/30(土) 第11回 静岡市民「からだ」の学校 静岡病院の心臓病治療



150周年記念事業の締め括りとなる第11回静岡市民「からだ」の学校では、心臓病をテーマとして当院循環器内科及び心臓血管外科の医師が講演を行いました。心臓病センターから始まった当院の心臓病診療の歴史を解説した後、内科、外科それぞれの医師から心臓病の原因から治療まで詳しく解説し、医師、医療技術職など職種が連携したハートチームが患者さんの診療にあっていることを紹介しました。

2019 5/26(日) 静岡病院創立150周年記念式典・祝賀会



150th Anniv.

記念式典・祝賀会では、多くの方々にご祝辞を賜りました。また、150周年を記念して、京都大学大学院医学研究科長・医学部長の岩井一宏教授をお招きし、「医学・医療の現状と将来」と題してご講演いただきました。

式典には各界から約180名の皆様にご出席いただきました



鏡開き

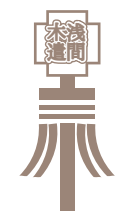
静岡病院の発展を祈念して、盛大に鏡開きが行われました



祝賀会では、静岡浅間木遣保存会の皆様にご披露いただき、迫力のある地元の伝統芸能に会場からは大きな拍手が沸き起こりました。



御祝い木遣り



油断大敵! 今年の夏も熱中症に注意!!

熱中症とは?

熱中症とは、高温・多湿の環境下で大量に汗をかくことで、体の水分や塩分などのバランスが崩れたり、体温調節がうまくできなくなることで起こる、さまざまな症状の総称です。今年はいまだに暑い日が少なく、まだ体が暑さに慣れていない人も多いので、この先の暑さに備えましょう。

熱中症の主な症状	軽症	中等症	重症
	ふらふらする 筋肉が痛い、つる 汗が止まらない	頭痛 吐き気 ぐったりする	けいれん 皮膚が熱い 呼びかけに答ええない



POINT 熱中症を防ぐためのポイント

1 暑さを避けましょう

- 行動の工夫**
- 暑い日は決して無理しない
 - 日陰を選んで歩く
 - 涼しい場所に避難する
 - 適宜休憩する、頑張らない、無理をしない
 - 天気予報を参考にし、暑い日や時間を避けて、外出や行事の日時を検討する

- 住まいの工夫**
室内で涼しく過ごす工夫
- 風通しを利用する
 - 窓から射し込む日光を遮る
 - 空調設備を利用する
 - 気化熱を利用する(夕方に打ち水をするなど)
 - 外部の熱を断熱する

- 衣服の工夫**
- ゆったりした衣服にする
 - 襟元をゆるめて通気する
 - 吸汗、速乾素材や軽涼スーツ等を活用する
 - 炎天下では、放射熱を吸収する黒色系の素材を避ける
 - 日傘や帽子を使う
帽子は時々はずして、汗の蒸発を促しましょう

熱中症になりやすい人

- 乳幼児
体温調節機能が未熟
- 高齢者
エアコンをつけない暑さに気づきにくい
体温調節や発汗機能が低下

2 こまめに水分を補給しましょう

- 水分補給のポイント**
- のどが渇く前にこまめに水分補給
 - 運動時は15～20分に1回、100ml程度の水分補給
 - 水分補給は5～15℃に冷えたものを
 - 起床時、入浴前後に水分を補給
 - 大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに
- 飲み物の選び方**
- スポーツ飲料、水や麦茶などカフェインを含まないもの
 - ジュース、炭酸飲料、緑茶紅茶などカフェインが含まれるお茶
 - アルコール類、コーヒーなどカフェインの多い飲料

3 こんな日に注意しましょう

- こんな日に要注意!!**
- 暑くなり始め
 - 熱帯夜の翌日
- こんな日も注意!!**
- 風が弱い日
 - 湿度が高い日
 - 夜ふかしをした日(体温管理機能が低下)
 - 朝食を抜いた日(栄養、水分が不足)
 - 深酒をした翌日(飲酒による脱水)
- ✓ **熱中症は、健康な人も突然起こりうることもあります**

4 空調設備(エアコン)を上手に使いましょう(設定温度と室温は同じではありません)

設定温度と湿度

温湿度計で、室温だけでなく湿度も正しく測定し、冷房使用時の**室温は「28℃」湿度は「50～60%」を目安に**適切な温湿度となるようにしましょう。室温が低く(24℃を下回る)、外気温と室温の差が大きいと、部屋に出入りする際に体の負担になります。

気流

エアコンの気流の流れや風量を工夫したり、扇風機と一緒に使うと、同じ温度でもより涼しく感じます。

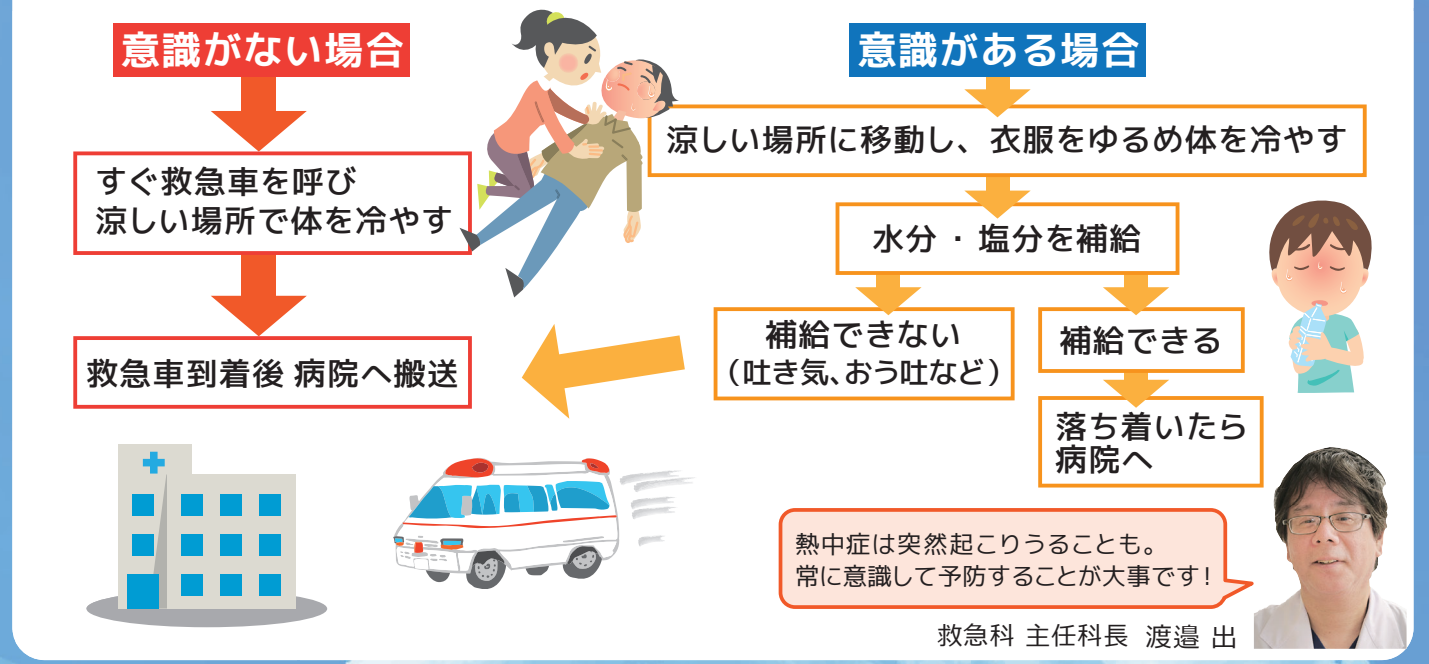
注意

エアコンを使用していない室内で気温が体温より高い場合は、扇風機は熱風を送ってしまい、逆効果になることがあります。

アドバイス

「クールビズ」で呼びかけている「室温28℃」は冷房の設定温度のことではありません。設定温度は26～27℃が標準的ですが、体感温度は体調によって変動するので、快適な室温が保てるように調節しましょう。

熱中症の応急処置



こんなところでも熱中症に注意!

- キッチン**
火を使う機会、お湯を沸かす → 高温多湿で熱中症
- 浴室・脱衣所**
高温多湿、汗をかきやすい → 脱水で熱中症
- プール・海水浴場**
水が温かい、お酒を飲む機会 → 高温多湿・脱水で熱中症

子どもの熱中症を防ぐポイント

幼児は特に注意!

気温が高い日に散歩等をする場合、身長が低い幼児は大人よりも危険な状態になります。その理由は、晴天時には地面に近いほど気温が高くなるからです。通常気温は150cmの高さで測りますが、東京都心で気温が32.3℃だったとき、幼児の身長である50cmの高さでは35℃を超えています。また、さらに地面に近い5cmは36℃以上でした。大人が暑いと感じている時は、幼児はさらに高温の環境にいることとなります。

- 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう**
子どもを観察したとき、顔が赤く、ひどく汗をかいている場合には、深部体温がかなり上昇していると推察できるので、涼しい環境下で十分な休息を与えましょう。
- 適切な飲水行動を学習させましょう**
喉の渇きに応じて適度な飲水ができる(自由飲水)能力を磨きましょう。
- 日頃から暑さに慣れさせましょう**
日頃から適度に外遊びを奨励し、暑熱順化を促進させましょう。
- 服装を選びましょう**
幼児は衣服の選択・着脱に関する十分な知識を身につけていません。そのため、保護者や指導者は熱放散を促進する適切な服装を選択し、環境条件に応じて衣服の着脱を適切に指導しましょう。

保護者の皆さまが頼りです。よろしく願います。

小児科 主任科長 五十嵐 健康



認知症看護認定看護師
坪内 亜希子

認知症看護認定看護師の役割は、認知症や高齢の入院患者さんが、安心して治療に望み、安全に入院生活を送れるように支援することです。また、専門的な知識や技術を活かして、スタッフの相談や指導を実施しています。

認知症は、脳の障害によって、自分の思いをうまく伝えられなかったり、日常生活に支障を来したりすることがあります。そのため、患者さんの声を少しでも理解できるように、患者さんの目線に合わせてゆっくりお話をうかがったり、一緒に作業する時間などを作っています。

当院では、医師・看護師・社会福祉士・薬剤師・栄養士・理学療法士などの多職種が協働し、患者さんのケアをする認知症ケアチームがあります。認定看護師として、看護計画・実践・評価などのマネジメントや、情報共有ではコーディネーターとしての役割を担っています。

チームの活動としては、チームカンファレンスや病棟ラウンドを行いながら、患者さんの個々の状態に合わせたケアの検討を行っています。また、患者さんのご家族などの相談に応じながら、説明や指導を行っています。

今後も入院している患者さんが、安心して療養生活を送れるように、四季を感じられる工夫やコミュニケーションに適した療養環境の調整を目指して、支援していきたいと思えます。

四季を感じられる工夫をしています

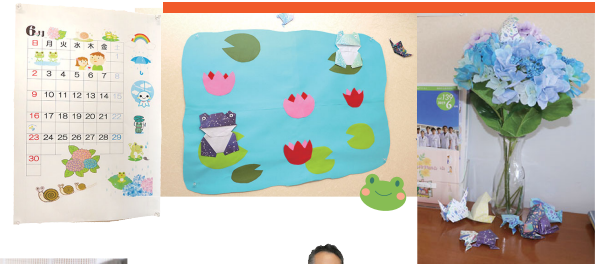


認知症ケアチームの活動

情報を共有します



病棟をまわってお話をうかがいます



静岡病院認知症ケアチーム

お知らせ



私の未来、輝かせる。

Nursing

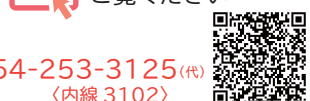
令和2年度採用
看護職員2次募集

看護師
募集中

試験日 令和元年

8/24 (土)

詳細は当院 HP で
ご覧ください



*お問い合わせは人事課まで (054-253-3125 (代)
(内線 3102))

- 外来診療時の受付時間 **8:00~11:30**
(一部、受付曜日や時間が異なる診療科があります)
- 担当医は、都合により変更することがあります
(土・日曜日・祭日は休診です)

急病時の連絡先 **24時間** 受け付けています

- 救急外来 **054-253-3125**
- 心臓救急 **054-252-4399**

- 人間ドック** 予約制、当日結果説明、昼食付
- 脳ドック** 予約制、毎週火曜日実施、当日結果説明
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)
- 健康診断** 予約制
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)
- レディース検診** 予約制
(予約受付 月~金 **10:30~16:00**)

予約と受付は、
市民健診センターへどうぞ

TEL: 054-253-3125 (内線 5350)
FAX: 054-253-3237

