

2015

Vol.23

8月10日

花水木

ハナミズキ

Kawaguchi Municipal
Medical Center



特集

熱中症について 知っていますか？

p ② ~ p ③

目次

- p ④ 病院の取り組み：
当センターのLED化の効果
正面待合ホールのソファをリニューアル
- p ⑥ 部署紹介：消化器内科・消化器外科
- p ⑦ KMMC Report：セタコンサート
- p ⑦ 医師の交代のお知らせ
- p ⑧ 四季の移ろい：梅雨と五月晴れ
- p ⑧ ミニギャラリー 3ヵ月

基本理念

川口市立医療センター
イメージキャラクター
「みみたース」



市民に信頼され、安全で質の高い医療を提供します

熱中症について知っていますか？

この夏が猛暑にならないことを願っていますが、2003年を最後に「冷夏」の基準を満たした年はありません。一方で2007年から最高気温35℃以上の日を「猛暑日」と呼ぶことになりましたが、すっかり定着しているのは、ここ数年 過酷な夏が続いていたことの証でしょう。暑くなるこれからの季節、少しでも熱中症に罹患される方が減ればとの思いで、熱中症を題材にさせていただきました。

熱中症は…

高温環境で生じる疾患（熱疲労、熱けいれん、熱射病など）の総称で、発汗量が多すぎること、発汗後に水分だけを補ったため塩分が不足すること、発汗による体温調節が機能しないことなどを原因として発症します。

私たちは気温が上昇しても体温を一定に保つため、発汗して熱を逃がしていますが、発汗量が多すぎる場合には脱水症になります。脱水症では血のめぐりが悪くなるため、めまい、立ちくらみなどを生じます。

「畑の草刈りに夢中になって20～30分。水飲まなきゃと思って、そのうちクラクラしてきて、汗は全然止まらないし…本当に死んじゃうかと思いましたね…」

2010年夏、畑工作中に熱中症になった所ジョージさんのコメントです。ひどい脱水症では血圧が下がりますが、そのときに血圧を保持しようと交感神経が興奮すると、交感神経は汗腺を開く作用があり、異常な発汗を誘います。その結果、脱水症がさらに進行し、悪循環に陥るのです。

汗は水分の他に塩分を含みます。発汗後に水分だけを補ったため塩分が不足すると、だるさ、こむら返り、意識障害などの症状を誘います。1929年、世界恐慌から立ち直るため、米国大統領F・D・ルーズベルトが採用したニューディール政策。このプロジェクトの一つであったフーバーダム建設で雇用された労働者約5,000人のうちの90名あまりが熱中症で死亡。その後、ダム労働者に塩を摂取させるようにしたところ熱中症による死亡者はいなくなったと伝えられています。水分だけでなく塩分の喪失を配慮し、バランスを考えた補給が大切なのです。

発汗しても熱が逃がせないほどの高温環境や、脱水のため出す汗もなくなってしまうなど、発汗による体温調整が機能しない場合に、高体温となります。高体温は、合併症（意識障害、ショック、多臓器不全など）を誘いやすい危険な徴候と考えられます。

身近の人が熱中症を発症した場合…

その場で対処すべきなのか？医療機関を受診すべきなのか？救急車を呼ぶべきなのか？悩む場合があると思います。

意識がない場合は、迷わずに救急車を呼んでください。救急車を待つ間、涼しい場所で安静にさせ、服をゆるめ、体を冷やしてください。体を冷やす際は、ぬるま湯を霧吹きで皮膚に吹き付

けて、扇風機やうちわで扇ぐのが良いようです。

意識がある場合には上記の処置に加え、水分と塩分を摂取させてください。経口補水液を利用しても良いと思います。これらの処置で症状が改善されれば受診は不要ですが、水分を自分で摂取できない場合や症状の改善が十分でない場合には受診が必要です。意識障害・けいれん・手足が動かしにくい・高体温・尿が出ない・コーラ色の尿・止まらない汗などの症状を認めた後には、改善傾向であっても受診いただいた方が良いと思います。



熱中症を発症しやすいのは？

熱中症の患者さんの約半数を高齢者が占めています。高齢者は暑さや口渴を感じにくく、体温調節や発汗機能が低下しているため、屋内にいても熱中症になります。エアコンをつけない一人暮らしの高齢者は特に危険です。家族や周囲の人が、暑いと思う日には電話し、安全を確認しつつ、エアコンをつけるように促すのが良いでしょう。

子どもは体温調節機能が未発達で地面の反射熱の影響を受けやすいので危険です。暑い日の外出は控えるようにしましょう。乳幼児を車内に置き去りにするのは論外です。

屋外作業をする労働者や運動部の学生も十分な注意が必要です。慣れていない時期の発症が多いとされます。適切な休憩、塩分・水分の補充が大切です。冷却剤・ぬれタオルなどで首、頭、わきなどを冷やすのも有効です。

他にも、病気で体調が悪い人、汗が出にくくなる薬剤（睡眠薬、風邪薬など）を服薬中の人、睡眠不足・大量飲酒・朝食の未摂取の人なども熱中症を起こしやすいのでご注意ください。

何よりも予防が大切です！

エアコンを活用し、適度な気温・湿度を保ちましょう。

のどが渇く前からのこまめな水分と塩分の補給を心がけましょう。

この夏、みなさんが健やかに過ごされることを願っています。

当センターのLED化の効果

当センターでは平成24年度から照明器具のLEDへの改修を実施し、節電や地球温暖化対策に取り組んでいます。

LEDへの改修を実施した場所は外来エリア、病棟ナースステーション、職務室、廊下、避難誘導灯など様々な場所で実施しています。

LED化によって、年間で約24万kWhの節電効果があります。これは一般家庭40軒分の年間消費電力に相当します。また、二酸化炭素排出量も約93t削減できました。

一般的な蛍光灯の寿命が約2年なのに対して、LEDは約10年といわれており、交換の手間がかからないので、経費の節約にもなります。



LEDとは…

蛍光灯より寿命が長く、消費電力が少ないため、環境にやさしい照明



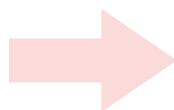
LED化による効果は節電・節約だけでなく、院内を明るくすることもできました。以前は、照明を間引き点灯することで節電を実施していたため、院内が暗く陰湿な雰囲気になってしまっていました。しかし、改修前より院内を明るく清潔感のある雰囲気にすることができています。

正面待合ホールのソファをリニューアル

正面待合ホールのソファを完全リニューアルいたしました。いままでは開院以来、ブルーを基調としたものを用いてきましたが、今回はブラウンとオフホワイトと落ち着いた色合いのものに変更しました。その一部にピンク、パープル、グリーンといった色のソファを残して、アクセントとしています。

今回のリニューアルにあたっては色調だけではなく、座りやすさ、立ち上がりやすさを最重要課題として選択しました。また肘掛も収納することができるタイプですので、必要に応じて肘掛けを出してお使いいただければと思います。車椅子の方も一緒に居られるように2人掛のソファも用意いたしました。

今後、他の場所の椅子・ソファも患者の皆さまが使いやすいものという視点で見直し、順次入れ換えを行っていきます。



部署紹介

消化器内科



私たち消化器内科は現在5名で診療にあたっています。消化器内科とはどういう科かという食道から肛門までの消化・吸収に関する部位の内科的疾患を扱う科です。そのため消化管のみならず、肝臓・膵臓も含まれます。内科的疾患は薬で治療するのが主ですが、特に最近では内視鏡的治療が増えており、以前は外科の疾患であったものが内視鏡的治療の対象になっていて内科医が治療に当たるケースが増えており、内科と外科の垣根がなくなっています。そのため外科に紹介された患者が消化器内科で治療するケースがしばしばあります。結果として内視鏡件数も昨年度は6,000件を越え、増加の傾向にあります。

内視鏡センターでは、午前中は上部内視鏡検査を、午後は下部内視鏡検査を毎日行なっています。丁寧で苦痛のない内視鏡検査を心がけるようにしています。

また、外来も新患と再診の区別なく毎日診療を行っています。紹介患者の数も内科で最も多い科になっており、待ち時間でご迷惑をおかけしています。外来患者さんの特徴は、潰瘍性大腸炎など難病指定患者さんや化学療法を行なうなど、専門性の高い患者さんを診療しています。

病棟は6 B病棟を中心に約35人程度の入院患者さんを診ていますが、緊急入院も多いため、6 B病棟だけでなく4階から7階まで全ての病棟に入院患者さんがいるのが特徴です。疾患は早期胃癌の内視鏡的剥離術や総胆管結石の摘出術など、内視鏡的手術が多くなっており5人全員で連携を密にとって診療を行っています。

消化器外科



消化器外科は平成26年4月に外科から独立標榜となりました。担当領域は成人の胃、十二指腸、小腸、結腸、直腸、肛門などの消化管と肝臓、胆道、膵臓、脾臓および腹壁ヘルニアですが、時に他の領域の外科（血管、小児、乳腺、呼吸器）とも協同で手術・治療を行っています。昨年手術は外科全体で1,139例、そのうち633例が消化器外科領域の手術でした。現在は担当医師不在により食道に対する診療は行っていません。消化器系の疾患は経口摂取が困難であることも多く、手術だけでなく点滴や経管栄養などによる栄養管理、呼吸、循環系を含む周術期の全身管理も治療の中心となります。診療の多くは各領域の癌に対する手術となりますが、術前後の化学療法、癌性疼痛を含む再発癌に対する対症療法、あるいは胆石症、鼠径部ヘルニアなどの良性疾患、虫垂炎をはじめとする腹膜炎、腸閉塞に対する治療、更には内視鏡診断や処置、テレビレントゲン下での処置など、扱う領域は多岐にわたります。

近年は侵襲の少ない腹腔鏡下手術は増加傾向で、消化管、特に結腸に対する腹腔鏡下手術が増えてしています。3名の日本内視鏡外科学会技術認定医が中心となり難易度が高い直腸領域や肝切除なども積極的に行うようにしています。腹壁（癍痕）ヘルニアに対する腹腔鏡下修復術は当センターで施行する術式が基準となり、多くの施設で行われるようになりました。

当センターは肝胆膵領域の外科治療に関しては数少ない日本肝胆膵外科学会高度技能修練施設でもあり、高度技能指導医のもとで多くの肝胆膵系の高難易度手術を行っています。3D-CTを用いたナビゲーション手術や最先端の手術器具を用いることで確実かつ安全性の高い手術を目指しています。

七夕コンサート

毎年恒例の七夕コンサートが7月3日（金）午後5時から正面待合ホールで開催されました。

入院患者さんやご家族の方々、職員など約200名の聴衆が集まるなか、長年当センターのボランティアコンサートに携わっていただいている石井英子さんの進行により、コーラス、テノールの歌唱やピアノやコントラバス、ファゴットやパーカッションの演奏も披露され、職員有志も合唱とハンドベルで参加しました。

また正面玄関や中央待合ホールには、職員が切り出してきた笹が置かれ、患者さんたちが願いを込めた短冊や色とりどりの七夕飾りが、コンサートを盛り上げていました。



医師の交代のお知らせ

新 任



キグチ トモユキ
木口 智之

7月1日付

小児科

7月からよろしく
お願いしま
す。頑張ります。



ワカジマ ヨウコ
分島 葉子

7月1日付

小児科

信頼されるよう
に頑張ります。
よろしく願い
致します。



スギハラ テツロウ
杉原 哲郎

7月1日付

消化器外科

皆様のお役に立
てるよう、頑張
ります！



ヤマト ヨシユキ
大和 義幸

7月1日付

形成外科 副部長

地域医療に貢献
出来るよう努力
します。



ホンマ ケント
本間 健人

7月1日付

形成外科

地域住民の方の
健康のため一生
懸命頑張りたい
と思います。



クノ カ
久野はる香

7月1日付

新生児集中治療科

よろしく願い
します。

退 任

三村 尚

6月30日付

小児科 医長

平石 知佳

6月30日付

小児科

原田 篤

6月30日付

消化器外科

中野 貴光

6月30日付

形成外科 副部長

寺田 義之

6月30日付

形成外科

西村 聡

6月30日付

新生児集中治療科

横井 多恵

6月30日付

眼科 医長

四季の移ろい

梅雨と五月晴れ

私の住居は小平霊園にほど近く、霊園を南北に横切る道路を通して駅まで行く。車の通行は限られ、お彼岸時期や週末を除けば、人影もまばらである。園内には樺（けやき）並木、桜並木、リギダ松並木やブナやコナラの木保存林があり、私の散歩はもっぱら墓参りを兼ねた園内周遊約1時間コースである。

まぶゆいばかりの太陽の光と木洩れ陽、陰緑を吹き抜ける涼風が夏散歩の醍醐味ではあるが、夏のプロローグを務める梅雨には梅雨なりの楽しみもある。園内に点在する梅の木は、この時期小ぶりな花のイメージからほど遠い大きく黄色く熟した実を付けている。「梅雨」の名の由来である。紫陽花（あじさい）もまた一興で、濃青紫色～淡い紫～赤紫～ピンク～白と微妙な彩りで移ろう大輪の花（実は花卉ではなく、萼（が

く）であるが）にもしばし歩みが止まってしまう。雨上がりの朝、それも陽が差す時には、垣根の所々があやしく光り輝く。よく見ると小さな蜘蛛が受け皿様に小枝間にネット状に糸を張っている。そのネットに大粒の雨粒がびっしりと受け止められ、またいくつかの水滴は空中に漂い、サンキャッチャーのようにキラキラと輝く。実にファンタスティックであり、おとぎの世界にしばし誘われる（写真）。



この現象は夜間の大雨が止み、晴れ上がった早朝でしかお目にかかれないが、この梅雨の合間の晴れが本来の「五月晴れ」の意味であることはあまり知られていない。これは陰暦五月が現在の6月にあたることに由来し、五月雨＝梅雨の合間の晴れ空のことになる。なるほどねエと思うが、しかし、梅雨が明けてかんかん陽が照り出す様を「梅雨晴れ」と呼ぶそうで、こうなると話は少々ややこしい。（や）

ミニギャラリー3ヵ月

5月は「田口秀吉展」、6月は「わかゆり学園作品展」、7月は「いきいきArt&クリニカルアート（臨床美術）作品展」でした。

田口秀吉展は、長年の間に描きためた独創的な作品が印象的でした。わかゆり学園作品展は、圧倒的な存在感のある作品から個性があふれていました。いきいきArt&クリニカルアート（臨床美術）作品展は、3歳～82歳までのみなさんの作品から、感じて表現する歓びが伝わってきました。

「どの作品もととてもすばらしく、元気が出る」という感想が寄せられ、お気に入りの作品を挙げていただいています。なお、ミニギャラリーの展示内容は医療センターHPでもご覧いただけます。

5月「田口秀吉展」



6月「わかゆり学園作品展」



7月「いきいきArt&クリニカルアート（臨床美術）作品展」



編集後記

4月より広報委員を拝命して、原稿依頼から広報紙の完成までトータルで関わったのは今号が初めてになります。

暑い夏を乗り切るには、冷房や冷たい飲み物は欠かせませんが、いずれも過度の摂取は禁物です。

毎夏、気をつけようと思うのですが、自制できず反省しております。

今年は、自然に触れ人工ではなく自然の風を浴びながら心地よい汗をかく夏にしたいと思います。

発行責任者 川口市立医療センター 栃木 武一

編集 広報委員会

〒333-0833 川口市西新井宿180

☎048-287-2525(代表)

HP <http://kawaguchi-mm.org>