

ふれあい

2020

3

No.396

牛久愛和総合病院 広報誌



「日本DMAT隊員養成研修を終えて」

集中治療部部長

出口 善純



昨年12月に東京で開催された日本DMAT隊員養成研修に参加してまいりました。

日本DMATは「災害急性期に活動できる機動性を持つたトレーニングを受けた医療チーム」と定義されており、災害派遣医療チーム、Disaster Medical Assistance Teamの頭文字をとつて略して「DMAT（ディーマット）」と呼ばれています。医師、看護師、業務調整員（医師・看護師以外の医療職及び事務職員）で構成され、大規模災害や多傷病者が発生した事故などの現場に、急性期（おおむね48時間以内）から活動できる機動性を持った、専門的な訓練を受けた医療チームです「厚生労働省DMAT事務局HPより抜粋」。

今回の隊員養成研修には、看護部からは災害看護研修を行いました。

終えた救急外来看護師2名、業務調整員としてリハビリセンタースタッフ2名を選出しました。医師の私を含め1チーム計5名で参加し全員が新たに日本DMAT隊員として登録されています。研修内容は座学と実習（トリアージタッグや診療記録記載、広域災害救急医療情報システム（EMIS）入力、無線や衛星電話を用いた通信、ヘリコプター搭乗時の広域搬送シミュレーション、災害医療、災害看護の実動訓練等）で構成され大規模災害を想定した実践的で研修終了後にすぐに役立つ内容でした。

災害は、自然災害、人為灾害、人道的緊急事態に分類されます。自然災害には、地震、台風、竜巻、津波、洪水・水害、干ばつ、疫病、飢餓があります。一方で人為灾害は、人間が引き起こした事故で多重衝突事故などの交通事故、建造物倒壊、イベント会場等における熱中症、喧嘩等群衆による集団灾害の他、意図的に引き起こされた「テロ行為」も含まれます。人道的

行為」も含まれます。人道的状態です。日本は世界でも災害大国としても有名で、自然災害ではDMAT発足のきっかけとなつた阪神淡路大震災、人為災害では地下鉄サリン事件が特に有名で世界各国でこれら災害が分析・研究されきました。

今後災害は年々増加大規模化していく可能性が高く、私達は災害発生時に災害医療を行う医療機関を支援する「災害拠点病院」指定を目指し準備を進めています。牛久愛和総合病院は、この三本柱の一つである救急医療、予防医療、高齢者医療を三本柱に掲げています。今後、この三本柱の一つである救急医療科部長と今回の研修参加スタッフを中心に牛久市はもうろん、地域の皆様に少しでも安心して頂ける災害医療を提供できるよう邁進いたします。

各関係機関の皆様、御協力

のほどよろしくお願ひいたします。

第79回 生活習慣病教室

便秘について

◆便秘の定義

「本来体外に排出すべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態」とされています。

排便の回数は食べるものや食べる量、個人の体質等によって変化します。その為、毎日出ていなくとも、すつきり出せて、お腹の張り等の不快感がなければ問題ありません。

反対に、毎日排便があつても残便感や腹部膨満感があるような場合は便秘なのです。

腸の蠕動運動の低下、排便反射が鈍い、便意を我慢する、腸に腫瘍等があり便が出にくい

◆便秘の診断基準

以下のうち、2つ以上当てはまる場合は、便秘症の診断がなれます。

a. 4回に1回以上の頻度で、強くいきむ必要がある

b. 4回に1回以上の頻度で、兎糞状便または硬便である

c. 4回に1回以上の頻度で、残便感を感じる

d. 4回に1回以上の頻度で、直腸肛門の閉塞感や排便困難感がある

e. 4回に1回以上の頻度で、腹部圧迫等、排便介助が必要である

f. 自発的な排便回数が週に3回未満である

また、便は形状別に1～7型に分類され、1・2が便秘、3～5が正常、6・7が下痢となります。

7
6
5
4
3
2
1
型
形
状

硬くてコロコロの兎糞状の便

ソーセージ状であるが硬い便

表面にひび割れのあるソーセージ状の便

表面がなめらかで柔らかいソーセージ状、あるいは蛇のようなどぐろを巻く便

はつきりとしたしわのある柔らかい半分固形の便

境界がぼぐれて、ふにゃふに泥状の便

水様で、固形物を含まない液体状の便

◆便秘の分類

●器質性（腸の形に問題がある）

大腸がん、クローラン病、虚血性大腸炎

非狭窄性・

巨大結腸、直腸がん、直腸重積

3
2
1
型

規則的な生活（排便習慣）

4
3
2
1
型

規則的な生活（排便習慣）

・背筋を伸ばし、腹筋にだけ力を入れる
和式トイレにしゃがんだ姿勢が理想的な姿勢とされています。

薬物治療において、これまで酸化マグネシウムと刺激性下剤が多く用いられてきました。しかし、これらだけでは治療の限界がありました。また、刺激性下剤を長期間常用すると、腸の反応が鈍り徐々に薬が効かなくなりやすいのです。ここ数年、有力な新規便秘薬が使用できるようになり、これまでの問題が改善傾向にあります。しかしながら、下剤に頼りすぎず便秘をコントロールできるようにしていただくことが大切です。

◆まとめ

- ・快適に出ていれば、毎日出す必要はない
- ・生活習慣の改善が大切
- ・刺激性下剤の連用に注意
- ・新しい薬が誕生し、従来とは異なる治療戦略を取ることができるようになつた



春秋園だよ!

季節は冬の真っ盛りになり、今年は暖冬との予報でしたが、やはり二月に入ると寒さも厳しくなりました。朝夕の冷え込みは特に厳しく、通所リハビリの利用者様も暖かい格好をして、元気に利用されています。



(春秋園通所スタッフ一同)

Dr.趣味リレー

外科医 小松原 勇太

外医科と救急科をやつしてきたと

いうこともあり、あまり趣味に時間かけることができない20

~30代を送ってきました。その

為、これといった趣味が思いつかないのが正直な意見です。夏季

休暇とかで何していたかなと

考えると国内旅行によく行つて

いました。なんとなく街をぶら

ふら歩いて景色を見ながら買

物をしたり、食事をしたり。そ

の中でリードヴォーという食べ物

に出会い衝撃を受けました。肉

でありながらフォアグラのような

ところがあつて、一瞬で虜になりました。その後はリードヴォー

を出しているフランス料理店を

探しては行くようになりました

。あまりメニューにない食材な

ので、探すのも中々大変です。

た。あまいメニューやおでんなど、

度どうぞ。

糖尿病・生活習慣病教室のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響拡大に伴い、

「生活習慣病教室」

の開催を暫くの間、延期することとなりました。次回詳

細が決まり次第、ご案内いた

しますので、ご確認いただけ

ますと幸いに存じます。何卒

ご了承くださいますようお願

い申し上げます。

入職者

2月1日付

ケアサービス部

介護支援専門員(介護業務兼務)

河東田 祐志

職業

2月1日付

春秋園

前職でもケアマネージャーを

していまましたが初心を大切にして行きたいです。

2月16日付

医事情報部

夜間受付業務 村山 秀樹

見えた目は怖いかもしれません
が実際喋るとそうでもなく、明
るく人見知りしない性格です。



編集だより

3月、いろいろな感情が交じり合う季節です。「ハラハラ」「ドキドキ」「わくわく」「どよ~ん」皆さんはどういう言葉が当てはまりますか?ちなみに学生だった頃の自分は「どよ~ん」でした。(K・Y)



2月三日豆まき集会を行いました。年長児が朝からホーリー掃除をし、福豆を炒り、鰯を焼いて『やいかがし』を玄関に飾りました。そして、鬼が来るのを待ちました。十二時三十分。年長児が棚に榎、塩、米をお供えしました。

すると、遠くから太鼓の音と共に鬼がやって来ました。子ども達は鬼を見ると大泣きです。鬼が「元気にあいさつした。

翌日から、鬼のお面を被り、腰にバケツを下げ、棒で叩きながら歩き回るごっこ遊びが、しばらく続きます。

しているか?」「はい!!」と年長児が返事をしました。「鬼は外!!福は内!!」と大きな声で豆をまくと鬼は山に逃げて行きました。

2/3

長児が返事をしました。「鬼は外!!福は内!!」と大きな声で豆をまくと鬼は山に逃げて行きました。

△出来事ピックアップ

病院理念

我々は医療全般は基より、3つの柱「救急医療」「予防医療」「高齢者医療」を通じて地域住民の皆様に最高の医療・福祉を提供すると共に、職員一同自己研鑽に励みます。

病院概要

病床数 489床 (一般391床 医療療養型55床 地域包括ケア43床)

施設

敷地 59,449.60m² 駐車場 1151台



日本医療機能評価機構認定病院
医療法人社団 常仁会

救急 24 時間

牛久愛和総合病院

〒300-1296 茨城県牛久市猪子町896番地
Tel 029-873-3111 Fax 029-874-1031
ホームページ <http://www.jojinkai.com>

《関連施設》

- | | |
|--------------------|------------------|
| 総合健診センター | Tel 029-873-4334 |
| 健康増進施設 スポーツリラックス | Tel 029-874-8791 |
| 人工透析センター | |
| 地域リハ・ステーション | |
| 介護老人保健施設 春秋園 | Tel 029-870-3100 |
| 特別養護老人ホーム グランヴィラ牛久 | Tel 029-817-5111 |

診療科目

【一般外来】

内科、消化器内科、循環器内科、心臓血管外科、血液内科、腎臓内科、神経内科、呼吸器内科、糖尿病・代謝内科、リウマチ科、小児科、眼科、泌尿器科、皮膚科、整形外科、脳神経外科、形成外科、救急科、外科、乳腺外科、消化器外科、耳鼻咽喉科、産婦人科、歯科口腔外科、甲状腺・内分泌外科

【専門外来】

内 科 (禁煙外来)
整形外科 (股関節、脊椎、スポーツ、肩関節、膝関節)
小 児 科 (小児循環器、小児心理、小児免疫)
皮 膚 科 (レーザー外来)
外 科 (下肢静脈瘤外来)
ストーマ外来
そけいヘルニア専門外来
透析外来
内視鏡検査
検診検査 (乳がん検診)

