

— あさひ燦々 —

理念 信頼される医療、誇れる医学 第27号（2018.5月号）

巻頭言

院長就任のご挨拶

独立行政法人 労働者健康安全機構 旭労災病院

病院長 宇佐美郁治



平成30年4月1日付けで旭労災病院の院長に就任しました宇佐美郁治と申します。よろしくお願いいたします。

私の専門は呼吸器内科で、昭和62年4月1日に旭労災病院に就職しました。旭労災病院は瀬戸で発生した窯業じん肺の診断・治療・療養のために設立された病院で、私が就職した当時も多くの人じん肺患者さんの治療を行っていました。重症の患者さんが多く、その経験が基になり呼吸器内科の基盤を築くことができました。また当時は、故 土田勇院長の強力なリーダーシップの下で一般病院化への転換を図った時期で、総合病院に向かって診

療科の充実、院内の整備がなされていました。

その過程で土田院長からこれからの病院は地域との連携が重要であるご指導をいただきました。「病診連携」という言葉は、今ではどなたでもご存知と思いますが、当時はとても新鮮に感じました。病院の中で完結する医療から地域で完結する医療へと変わっていく中で、当時目指した地域との連携の方向は正しかったと思っています。地域完結型医療における急性期の部分で中心的な役割を担い、今後も、診療所の先生方との関係、病院間の関係、介護・療養施設との関係などをより強固なものにしていく「地域医療」を推進したいと考えております。

当院は、勤労者の健康と職業生活を守ることを目的とする「勤労者医療」をじん肺患者さんの診療を通して長年実践してきました。その積み重ねがあり、平成17年に社会問題化した石綿問題にも素早く対応することができました。全国労災病院が目指す勤労者医療は、病気の治療を行いながら就労するという「両立支援」に力を入れ

ていきます。当院も癌、糖尿病の治療を受けながら就労をする勤労者の支援を行ってまいります。

現在、病院の建て替え中です。来年の5月に新病院での診療を開始し、その後、旧病院の解体、外構工事を行い、再来年の春頃グランドオープンの予定です。これで念願のハード面の基盤

整備もできます。今後も、これまでも増して地域医療を充実することにより地域貢献を行い、地域医療を基盤とした勤労者医療を実践していく所存であります。皆様方のご支援をよろしくお願い申し上げます。

診療トピックス

褥瘡予防とケアについて

褥瘡対策チーム
皮膚科部長 森 誉子

褥瘡は「床ずれ」とも呼ばれ、寝具や車イスなどと接触する部分の皮膚が圧迫されることで皮膚の血流が悪くなり、皮膚やその下にある組織が死んでしまった状態です。形や大きさ、深さは状態によってさまざまです。寝返りを打つことや座りなおすことができない人、痛みを感じることができない人にできやすく、状態によっては、どんどん悪化してしまう場合があります。そうなると、生活の質（QOL）も低下し、介護なさる方の負担や不安感も強くなります。褥瘡のケアで大切なのは、圧迫やずれを取り除くこととスキンケア、栄養状態をよくすることです。

【圧迫やずれを取り除くには】

褥瘡の原因となる圧迫やずれを取り除くには、体の向きや姿勢を変えたり、状態に適した体圧分散寝具を使用します。特に骨が出ている部分に加わる力を小さく、負荷がかかる時間を短くし、皮膚にかかる力を分散させた姿勢を保つことが重要です。ベッドで過ごす場合は、仰臥位、側臥位（左・右）が交互になるように、体の向きを変えます。仙骨部、大転子部の褥瘡を予防する体位として、30度側臥位があり

ます。この体位は、お尻の筋肉で体を支え、ベッドとの接触面積を広くし、圧力を分散できます。楽な姿勢を保ち、圧迫やずれが緩和できるよう、枕やクッションを使用するとよいでしょう。衣類やシーツのしわも圧迫の原因となるので注意しましょう。車イスなどに長時間座る場合は、減圧機能や姿勢保持機能のあるクッションを使用し、15分間隔程度でお尻を浮かせて座りなおしを行います。太ももの裏側の広い面積で体を支えられるよう、股関節、膝関節、足関節ができるだけ90度になるように座ります（90度ルール）。また、円座は姿勢が不安定になるうえに、円座に接触する皮膚部分に圧力がかかるため、使用は避けます。褥瘡がしやすい部分を重点的に、毎日観察することが大切です。お尻や腰骨・太ももなどの骨の飛び出した部分、背中、かかとなどです。おむつ交換や着替え、入浴の時などに観察するようにしましょう。

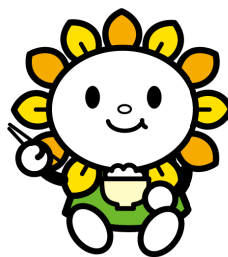


【スキンケア】

皮膚が乾燥すると摩擦により剥離しやすくなるため、入浴後や清拭後に保湿剤を塗布し、乾燥を防ぐようにします。弱酸性の洗浄剤をよく泡だてて、こすらずにやさしく洗います。泡が残らないようにぬるま湯で十分に洗い流し、水分を拭き取った後は、できたら10分以内に保湿剤を塗布するようにしましょう。尿や便などの排泄物の刺激から皮膚を守るためには、撥水性のクリームを塗るとよいでしょう。特に入浴は、皮膚を清潔に保つだけでなく、血行を促進する効果もあるため、褥瘡の予防やケアに有用です。全身状態に問題がなければできるだけ入浴をすすめましょう。褥瘡ができた後だけでなく、褥瘡を予防するためにも、毎日のスキンケアは非常に重要です。

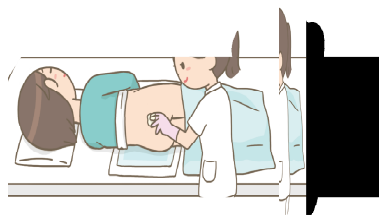
【栄養状態をよくするには】

褥瘡を予防するには、日頃から、身体の状態を良くしておくことが大切です。褥瘡ができる人は、低栄養（必要なエネルギーや各種栄養素が欠乏した状態）の場合が多く、栄養状態が悪いほど治るまでに時間がかかります。低栄養を防ぐには、食事からの「エネルギー」「たんぱく質」が不足しないようにします。また、皮膚を健康に保つには亜鉛などのミネラル、ビタミンも必要ですが、エネルギーとたんぱく質が不足した体の中ではしっかり働きません。必要な栄養が十分に摂れるよう、1日3食、バランスの良い食事を心がけましょう。「主食（ご



飯やパン・麺):エネルギー源となる」と、「主菜(魚・肉・卵・大豆製品等):たんぱく質が多く血や肉となる」と「副菜(野菜料理):ビタミンやミネラルを補う」をそろえて食べる事で、バランス良く栄養を摂ることができます。1回の食事で少量しか食べられない場合は、食事を数回に分けて食べることや、間食を利用する等、栄養が摂れるよう工夫しましょう。市販されている栄養調整食品を活用するのも一つの方法です。

褥瘡は油断するとすぐに出来てしまうのに、一度つくってしまうと介護の負担も増え、場合によっては治療に難渋し、治るのに数年かかることもあります。さらに全身状態が悪いと、感染して膿が溜まったり、傷が骨にまで達し、細菌が全身に回って、命にかかわるような重篤な状態になることもあります。この何年かの間に、褥瘡に関する知識、対策用品、治療薬などはめざましく進歩し、以前では治すことが難しいような褥瘡でも、きちんとした治療を行えば治せるようになりました。患者さんや介護なさる方の負担を考えれば、褥瘡がないにこしたことはありません。褥瘡をつくらないようにするためにも、常日頃のケアがとても大切になってきます。訪問看護、デイサービスなどの介護保険制度を利用することもできます。詳しくはケアマネージャー、かかりつけの医師、看護師、管理栄養士にお尋ねください。褥瘡ケアで悩まれる方が少しでも減ることを願ってやみません。



救急部の設立について

救急部主任部長 小川 敦司

旭労災病院は平成 30 年 4 月より宇佐美院長のもと、平成 31 年 5 月の新病院開院に向けた新たな体制づくりを行なっております。その第一弾としてこの 4 月より当院に救急部が設立されることとなりました。

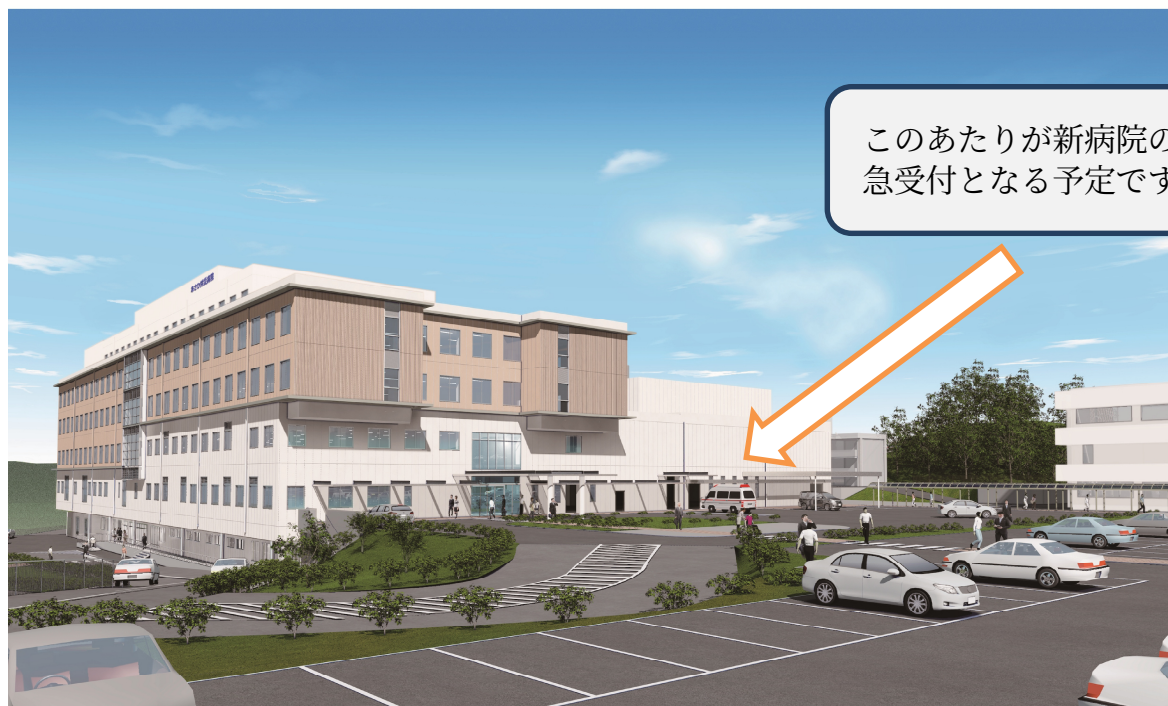
今回新たに救急部を設立した主な目的は、近隣の皆さまへ提供する救急医療サービスの質の向上、病診連携室と連携した近隣各施設の患者さまへの適切で迅速な対応、並びに尾張東部医療圏に所属する病院として近い将来に予想される東海地震・東南海地震・南海地震等の被害に各行政機関等と協力して備えるべく、当院の体制の強化を図ることです。

また、新病院移転時には当院にも集中治療部（ICU）が設立されます。救

急外来でお受けした重症患者さまに対し、今まで以上に強化された体制のもとでより適切な医療を提供できるものと考えております。

平成 30 年 4 月からの救急部設立にあたりまして現時点では救急外来受付窓口の位置、受付方法、診療室、救急車受け入れ口等について大幅な変更は予定していません。来年の新病院移転時に変更が行われますが、その際には前もってホームページ、各種広報、当院掲示物を通じて皆様にご連絡させていただきたいと考えております。

旭労災病院は病院の理念である「信頼される医療、誇れる医学」を目指し、これからも前進してまいります。皆様方のご支援をよろしくお願い申し上げます。



このあたりが新病院の救急受付となる予定です。

新病院棟 東側外観イメージ

教えてドクターQ&A

【質問】

簡単に体に負担のない、やせる方法について教えてください。（40代女性）

【回答】

やせるには体のエネルギー収支をマイナスにする必要があります。要するに赤字にします。

それには収入を減らして、支出を増やします。収入は飲食です。支出は運動であり基礎代謝です。食べると太りやすい時間帯があります。夜間は食事を控えましょう。

以上を踏まえると、痩せるために下記の心がけをするとよいと思われます。

- ① 食べ過ぎない
- ② こまめに運動する
- ③ 20時以降に食事をとらない
- ④ 飲み物はゼロカロリーだけにする
- ⑤ 無駄に間食しない
- ⑥ アルコールを控える
- ⑦ 歯磨きを1日4回以上行う（間食しなくなります）
- ⑧ ストレスの発散は飲食以外とする
- ⑨ 筋肉量を増やしたり、体温が上がるような食品を意識してとり、基礎代謝を上げる



（糖尿病内分泌内科部長 小川浩平）

～箏のコンサートについて～

平成30年3月20日（火）に旭労災病院医事課前ホールにて、菊華高校の箏曲部の皆さんによる箏と三味線のコンサートが開催されました。このコンサートは毎年、この時期に開催しているものです。

今年も約1時間にわたり、総勢9名の学生の皆さんによる演奏に耳を傾けたり、一緒に歌ったりしながら風情たっぷりの素敵な時間を過ごすことができました。



～新人職員の入職について～

平成30年度も無事に始まり、初期研修医2名、看護師23名、薬剤師1名、臨床検査技師2名、事務員1名の合計29名の新人職員が採用されました。4月2日から始まったオリエンテーションでは、まだまだ緊張が隠せないなか、真新しい制服に身を包み社会人の第一歩を踏み出しました。

