

# 電車通り通信



ご自由にお持ち下さい

院長あいさつ

睡眠時無呼吸症候群とは?

腎臓病教室

感染管理 上野感染管理認定看護師の活動

ノロウイルス

札幌南一条病院『看護フェア』を開催して

各科の取組み

【リハビリテーション 薬剤科 栄養科 介護】

ボランティアさん紹介

透析患者の無料送迎サービス  
始めました。



医療法人社団  
北海道恵愛会

札幌南一条病院

## 院長あいさつ



北海道恵愛会 札幌南一条病院  
院長 工藤 靖夫

札幌南一条病院は設立以来、呼吸器、循環器の専門病院として高度医療を提供してまいりました。生活習慣病の増加や高齢化を背景に腎臓病が増加する中、腎臓病センターとしての機能も発揮しより専門性を生かした医療体制を敷いています。また入院施設についても一般病床(7対1看護)の他、高齢、合併症のある方や長期管理の必要な慢性疾患の患者さんに対しても対応できる障害者一般病床(10対1看護)も備え腎臓病を含め、それに関連する症状に対し包括的に取り組める体制を整えています。

「患者さんにとって最も良い医療を提供する」という基本理念のもと、今後とも呼吸器・循環器(腎臓病)の専門病院として、独自性を持って社会に参画していくことを思っています。

## SASを知ろう!

### 睡眠時無呼吸症候群とは?

私たちの睡眠を妨げる要因のひとつとして最近注目されている病気に睡眠時無呼吸症候群があります。文字どおり、眠っているときに無呼吸状態になる病気でSAS(Sleep Apnea Syndrom)とも呼ばれています。無呼吸状態とは呼吸が10秒以上とまっていることを指し、この状態が7時間に30回以上あるいは1時間あたり5回以上あると睡眠時無呼吸症候群(SAS)となります。



## SASの検査をしよう!

### SASを疑う症状

- 日中の過度の眠気
- 居眠り
- 集中力の低下
- イビキ
- 息苦しくて夜中に目が覚めるなど

## 検査の流れ

- ①検査予約
- ②問診
- ③簡易検査(ご自宅)
- ④簡易検査で異常
- ⑤PSG検査(一泊入院)



### 検査費用

(保険適用 初診3割負担)

・簡易検査	.....	3,390円
・PSG検査	.....	25,200円

※診療内容によって金額が変わることがあります。

## SASを治療しよう!

睡眠時無呼吸症候群には様々な治療があります。口腔内装置による治療、手術による治療CPAP治療(持続陽圧呼吸療法)です。病状、状況により治療法は異なります。また、肥満などが原因で起きている場合は生活習慣の改善が必要です。高血圧など合わせて治療が必要となる場合があります。

ご希望の方には、SASのDVDを無料でプレゼントします



ご予約・お問い合わせ

011-271-6050

地域連携室

## 腎臓病教室



腎臓病・透析の専門病院として疾患や治療、社会資源の活用など、全職員が腎臓病に関する知識や理解を深めるため平成23年より「腎臓病教室」を開催しています。全職員は2年の間に全科目を受講することになります。

職種によっては多少難しい内容もありますが、全職員が一丸となって慢性腎不全の患者さんをサポートする体制づくりを行っています。

## 平成24年度の研修スケジュール

項目	内容	講師	日程
0.イントロ	腎臓のお話	工藤院長	4月17日(火)、4月26日(木)
1.腎臓の基礎	腎臓の働きと病理	青山医師	5月17日(木)、5月22日(火)
2.腎臓病の検査	腎生検を含めて	春原医師	6月7日(木)、6月12日(火)
3.慢性腎臓病	治療と管理	鳥井医師	7月3日(火)、7月10日(火)
4.血液浄化療法	血液透析、腹膜透析、腎移植	中野渡科長	8月7日(火)、8月21日(火)
5.薬物療法	腎臓病患者への薬の使い方	高山主任	9月25日(火)、9月27日(木)
6.食事療法	腎臓食	相内主任	10月11日(木)、10月16日(火)
7.社会資源の活用	障害者の支援体制など	熊崎MSW	11月6日(火)、11月15日(木)

## 感染管理

当院では感染対策委員会のもと、ICT(インフェクションコントロールチーム)、リンクナースが力を合わせて感染対策に取り組んでいます。その中でもリンクナースの中心的役割を担っているのが感染管理認定看護師です。認定看護師とは、6か月の専門教育を受け、日本看護協会認定看護師認定審査に合格した者をいいます。熟練した看護技術と知識を用いて水準の高い看護実践を行うことを目的としています。

### 感染管理認定看護師(ICN)の活動

上野絵里さんは当院の認定看護師支援制度を利用して、平成22年度に感染管理認定看護師の資格を取得しました。現在は院内の感染管理に関する研修会やスタッフ指導を担当しています。冬季になるとインフルエンザやノロウイルスによる胃腸炎などの感染症が発生しやすい時期となりますので、毎年全職員を対象に、咳エチケット、手洗いなどの基本的な感染対策に関する研修会の講師をしています。

講義形式の研修会以外にも、ノロウイルスに感染した患者さんの嘔吐物、排泄物によって他の患者さんへ感染が及ぼないように模擬の嘔吐物を使用した演習も行っています。実際に模擬の嘔吐物を床に落としてみると半径5m以上に広がっていることがわかり、清掃範囲を視覚的に確認できるので職員の好評を得ています。



2006年入職  
透析室勤務 上野 絵里さん

ノロウイルスは乳幼児から高齢者に至るまで、幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こすウイルスです。11月から3月が好発時期ですが、一年中みられる感染症です。

## ノロウイルス

### 潜伏期間

24時間から48時間

### 経過

通常1～2日ほど症状が続いたあと治癒しますが、乳幼児や高齢者、体力が低下した場合は症状が長期化し、激しい下痢・嘔吐により脱水症状を起こす場合もあります。

### 主な症状

吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、発熱

ノロウイルスの特徴として

- ①下痢だけでなく嘔吐も多い
- ②一度かかることがある
- ③消毒薬が効きにくい

などがあげられます。

感染経路として

- ①ウイルスに感染された貝類(主に二枚貝)を生、あるいは十分な加熱処理をしないで食べた場合
- ②調理者が感染しておりその者を介して感染した食品を食べた場合
- ③感染者の嘔吐物や排泄物を処理した際に感染する場合

などがあります。

### 家庭での予防法

- ①食事の前、トイレに後には必ず手をしっかりと洗う。
- ②タオルなどを共有しない。
- ③下痢や嘔吐の症状がある人は調理しない。
- ④貝類はしっかりと加熱処理をする。(食品の中心部分が85℃ 1分以上)
- ⑤嘔吐物や排泄物を処理する時はビニール手袋を使用し、市販の塩素系漂白剤を希釈したものに浸けてから洗う。



### 嘔吐物の処理方法

- ①嘔吐物をペーパータオル・新聞紙などを使用して取り除き、大きなゴミ袋に入れる。
- ②目に見えなくても嘔吐物は広範囲に飛び散っているため、50～100倍に薄めた市販の塩素系漂白剤を周囲に撒き、その上に新聞紙などをかぶせる。(中心から外に向かって)
- ③汚染場所を広げないようふき取る。

## 札幌南一条病院『看護フェア』を開催して

当院では毎年7月に行う「札幌南一条病院夏祭り」の一環として病院1階フロアを開放し「看護フェア」を開催しています。当日は身体測定や血圧測定のほか家庭では測定できない「骨密度」や血管年齢がわかる「血圧脈波」などの検査を無料で提供。その結果を基に看護師が健康指導や日頃の健康に対する疑問に答える健康相談などを実施しています。

また、その他にもモデル人形を使った心臓マッサージや練習用のAEDを実際に操作するなど救命救急に必要な処置が体験できるコーナーも設けています。

介護コーナーでは寝たきりの方の体の向きの変え方や介助の仕方、床ずれを予防するため当院で取り組んでいることやオムツの使用方法などを実演しています。

今年で3回目の開催となりますが回を重ねるごとに来場者が増え今年度は40名以上の方に参加していただき盛況のうちに終いました。



当院のリハビリテーション科の特色は、一般的なリハビリ(運動療法)に加えて呼吸リハビリテーションや透析リハビリテーション(心臓リハ)を実施していることです。

聞きなれない言葉で、ピンとこない方も多いと思われますので、ここでは、呼吸リハビリテーションと透析リハビリテーション(心臓リハ)についてご説明していきます。



## 呼吸リハビリテーションとは

呼吸器の病気は直接手足の機能障害を起こす病気ではありませんが、動作時に生じる息切れによって、日常生活に支障をきたすことがあります。また、呼吸にたずさわる筋肉の働きや肋骨の動きは呼吸器の病気によって障害を受ける可能性があり、効率の悪い呼吸パターンが習慣的になっていると、首や肩(肩甲帯)のコリ等につながってしまう場合もあります。

当院では、患者さんごとに呼吸リハビリテーションのパンフレットを配布し、専門の理学療法士が指導・訓練を行っていきます。最近、なんだか息が切れる、痰が多い、肩が凝るなどの症状を認める方は、一度当院の呼吸器内科を受診することをお勧めします。

## 透析リハビリテーション(心臓リハビリ)

当院には、心疾患を合併している透析患者さんが多くいらっしゃいます。そのような患者さんの運動負荷量の設定には、患者さんごとに、医者と理学療法士にて呼気ガス分析装置を用いて、心肺運動負荷試験の実施を行うことが可能です。

透析患者さんの身体活動は低く、特に透析日に著しく低下することからも、最近では、透析中のエクササイズが注目されています。当院でも、心肺運動負荷試験によって求められた、有効で安全な負荷量を決め透析中に自転車トレーニングを行い運動耐容能を強化するなどの取り組みを行っています。



▲リハビリ中の患者さん  
筋力UPがんばっています



栄養科は病院食=治療の一環ととらえ、患者さんにおいしいと喜んでいただける食事の提供のためには労力を惜しまないのが信条です。患者さんの立場に立って食材を着る大きさや見た目、盛り付ける食器など細部にわたって気を配っています。

そんな努力の甲斐があってバイエル薬品さんが2008年から開催している「バイエルレシピコンテスト」の第3回コンテスト、サポート部門で佳作賞を受賞しました。このコンテストは透析患者さんの食事管理の重要性を考え、楽しく続けて頂けるための一助になればとはじめられたそうです。



## 栄養科



受賞した献立は肉や魚など、量が少なくて見えた目にボリューム感を出し、上手に調味料を使いながら、調理の仕方を工夫することにより、塩分控えめでも満足感のあるレシピに仕上がっています。また、提供する食事は患者さんのお手本となることから、家庭でも簡単に作れて、バリエーションが楽しめるレシピが評価されました。

これからも献立内容、調理技術をレベルアップさせ、病院食のイメージをさらに変化させていきたいと思っています。



当院では5名の薬剤師が勤務しておりますが、院外処方の為直接患者さんやご家族とお話する機会は少ないので、1階薬剤科の投薬口は毎日広く開いておりますので、お薬のことなどお気軽にご相談ください。



**Q** 肺炎球菌ワクチンとは  
どんなワクチンですか？

**A** 肺炎球菌による肺炎の8割ぐらいに有効なワクチンです。

1927年に肺炎球菌ワクチンが開発され、現在日本では製品としては「ニューモバックス」(万有製薬)があります。肺炎球菌ワクチンは高齢者の肺炎の原因となる病原体のなかで、最も頻度の高い「肺炎球菌」という細菌を狙った予防ワクチンです。このワクチンは1回の接種で肺炎球菌の23種類の型に対して免疫をつけることができます。現在90種類以上の肺炎球菌の型が報告されていますが、この23種類の型で成人の肺炎球菌による感染症の80%以上がカバーできます。個人差がありますが、1回の接種で5年以上の効果が期待できます。

当然ながら、肺炎球菌以外の微生物による肺炎の予防効果はありません。くれぐれも「肺炎球菌ワクチンはすべての肺炎に有効ということではない」と理解してください。さらにこのワクチンには「肺炎予防効果」とともに、肺炎球菌による「肺炎になんでも軽症ですむ」、「抗生素質が効きやすい」などの効果もあります。肺炎球菌ワクチンとは、肺炎球菌によって引き起こされるいろいろな病気(感染症)を予防する効果のあるワクチンです。接種の際は主治医と十分に話し合いをしてください。

## 取組み 薬剤科

## 介護

当院の介護職員は4病棟で総勢27名が所属し患者さんに安心・安全・安楽な入院生活を送ってもらうため医療の管理の下、食事、排せつ、入浴、その他日常生活全般を支える役割を担っています。日々介護職員の立場から患者さんにどのように貢献していくかを考え、ケアの向上を目指し知識・技術の向上に取り組んでいます。特に今年度は患者さんにもスタッフにも負担の少ない体位変換と移乗介助技術の向上に力を入れています。

体位変換では病衣・シーツの「しわを作らない技術」を身に付ける事により見た目を綺麗にするだけでなく褥瘡発生リスクの軽減を図っています。また移乗介助では体重移動の重要性を理解し、理にかなった動きを取ることでスタッフの腰痛予防にも役立てています。

これからの中の介護の在り方として、認知症の患者さんとの接し方や看護師や他病棟のスタッフとの連携、コミュニケーションが一層重要になってきます。これからも質の高いケアを提供していくよう全介護職員のスキルアップを目指し努力していきたいと思います。



◀介護職員主催 100歳のお祝い  
笑顔にあふれているでしょう☆



理学療法士のアドバイスにより  
トレーニング中



▲看護部長もズレ抜き体験中

## ボランティアさん紹介

当院では平成16年から準備室を立ち上げ、平成19年から本格的なボランティアの受け入れ、活動を開始しています。多少人数の変動はあります、10数名のボランティアさんが活躍しています。活動の内容としては、外来患者さんのご案内、入院患者さんの話し相手、植木等の世話、毎月開催しているロビーコンサートや誕生会、夏祭りへの参加、小物作りなど、それぞれボランティアさんの得意分野を活かした活動をしていただいてます。

ボランティアさんの募集は常時おこなっていますので、興味がある方はお気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ先

☎ 271-6050

(地域医療連携室)

## 透析患者の無料送迎サービス始めました。



当院では、午前・午後透析の患者さんを対象に無料送迎サービス(車いす対応)の運行を開始いたしました。

“ご自身での運転通院が危くなったり” “送迎を家族に頼むのは無理” “公共交通機関での通院がつらい”などと感じられている方は是非一度ご相談ください。

### 個別送迎

基本的に戸口から戸口までの送迎サービスです(要予約)  
ご利用に関しては、ご本人、ご家族と相談の上、送迎時刻、日程を決定いたします。

### 巡回サービス

ご予約は要りません。右記時刻で巡回しております。

※送りの停車は病院正面玄関前の道路となっております  
※送迎サービスの車の側面、リヤパネルに当院の病院名が入っております。



	送り			迎え			
	病院発	西11丁目	大通り着	西3丁目	西4丁目	西11丁目	病院着
午前				8:00	8:05	8:20	8:30
午後	月～土	12:30 13:30	12:40 13:40	12:55 13:55	13:00	13:05	13:20 13:25
	月水金	17:30 18:30	17:35 18:35	17:45 18:45			

### 交通機関

【地下鉄東西線】「西11丁目駅」下車 2番出口より徒歩5分

【市電】「西15丁目電停」下車 徒歩3分

【じょうてつバス】「西11丁目バス停」より徒歩5分

【JR北海道バス】「医大病院前」より徒歩3分

「南3条西14丁目バス停」より徒歩3分

### 駐車場

当院専用駐車場をご利用ください。(19台)  
20分100円(外来患者様のみ3時間まで無料)



札幌南一条病院は、  
財団法人日本医療機能評価機構  
認定病院です。



医療法人社団 北海道恵愛会  
**札幌南一条病院**

〒060-0061 札幌市中央区南1条西13丁目317番地1  
TEL (011)271-3711(代表) FAX (011)281-0275

<http://www.h-keiaikai.or.jp/minamiichijo/>

