



医療法人社団 仁恵会

石井病院

人工透析ひ尿器科じんけいクリニック

Now

Vol.172

- Since 2008

JINKEIKAI NEWSPAPER

発行：2022.7



～ 令和4年度 明石市公衆衛生協会公衆衛生功労者表彰 ～

このような栄誉ある賞を頂戴したことは、私ひとりの力ではなく、上司や諸先輩のご指導、共に仕事をさせていただいている皆様のおかげであると思っております。また、暖かい刺激とこれからの期待が込められているものだと思い、気持ちを引き締めております。この期待に応えるには、医療者として『思いやりをモットーに安全・安心、信頼される医療・介護の提供、地域に貢献する』という病院の理念を実践すること。また、地域社会と連携し、住み慣れた町で、安心した暮らしのサポートをしたいと考えています。

今後とも皆様のご指導賜りたく、日々精進してまいります。素晴らしい賞を頂きましたこと本当に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

2階病棟 看護師長
小松原 史子

看護部 看護師長 着任のご挨拶



療養病棟に着任しました井口 小百合です。

基幹病院での超急性期や急性期、介護老人保健施設等を経験し管理監督職として15年ほど経ちました。

まだまだ学ぶべきことが多く、生涯勤労、生涯学習と意気込みを持ち、この度真の看護リーダーのおられる当院へ入職させていただきました。療養病棟は初めての勤務場所となり戸惑いと期待感をもってのいる所です。

大切にしていることは、仕事を、看護を楽しむこと、そしてリーダーシップPM理論です。課題達成プラス人間関係維持機能を保ち、目的目標を成し遂げる達成感を周囲の方々にも感じてほしいと思います。

病院沿革を拝見し、歴史があり時代時代を見据えて先見性のある病床編成を行っている病院ということを知りました。明石海峡と天文台のみえる石井病院で、持ち前の好奇心と探求心を活かし何かしら病院に還元できる一員になりたいと思います。

久々の電車通勤で少し身体にこたえていますが、おもしろポイントを発見し報告できればと思います。皆様よろしくお祈りします。

3階病棟 看護師長
井口 小百合

室内での 熱中症対策 について

総務省消防庁によれば、2017年から2021年の熱中症発生場所は約4割が敷地内全ての場所を含む住居となっており、室内での熱中症の発生も多くなっています。

特に高齢の方は注意が必要です。高齢者は、基礎代謝が低くなり、暑さ、寒さへの感覚が鈍ってくるため、結果的に長い時間高温多湿の室内で過ごしてしまい、自分でも知らないうちに脱水症状を起こし、熱中症になってしまうことがあります。救急搬送された熱中症患者のうち、65歳以上では屋内での発症が50%（女性は70%）を超えており、他の世代よりも多く発生しています。

室内では、エアコンや扇風機を使用し、適切な温度、湿度を保つようにしてください。遮光カーテンやすだれなどで日差しを遮る工夫も大切です。また、のどが渇いていなくても、こまめに水分をとる、食事の際には、味噌汁や漬物などで適度に塩分を補給することも忘れないでください。

家族や友人同士でお互いに気にかけて、熱中症を予防しましょう。





～ 夏はしっかり食事でからだも元気 ～

小暑を過ぎ、夏本番を迎えました。強い日差しそして熱中症には気をつけたいものです。

まだ梅雨の残りが続いているかと思いますが、ムシムシした夏が始まり、今年の気温予想も平年並み～平年より高いとのこと。高齢者の熱中症での救急搬送の割合は、9割が屋内とのこと。昼から夕方にかけて日差しのさしこみ方が変わり、屋内の温度が上昇する傾向にあるようです。屋内温度29度以上になると熱中症リスクが上昇するので、早めのエアコンの使用をよろしく願いいたします。

夏場は、蒸し暑さによりつつい塩分、水分が多くなりがちです。透析患者様に関しては、熱中症対策の塩分が入っているスポーツドリンクなどは、控えていただくことが良いと考えます。

夏バテは、体のだるさ・食欲不振→冷たく食べやすい飲みやすいものばかり→胃腸の調子が良くない→食欲減退という流れになることが多いです。透析患者様の場合は、食べ物を食べていなくても、水分による体重増加があります。ここで気を付ける点として、食べてないのに体重増があるため、食事量をさらに調整してしまうことです。これでは、悪循環に陥りますので、食事を抜かず、冷たいものを取りすぎず、偏った食事にならないよう注意することが大切になります。お手軽栄養バランス改善レシピとしては、そうめんのみではなく、茹でた鶏ささみや、鯖缶、ツナ缶等を追加する。ごはんには、ふりかけでお茶漬けもおいしいですが、豚しゃぶ+もやしを同時にゆでることで、短時間かつ暖かいごはんが出来上がります。最後にごま油などの油を追加することで風味もよくなり、エネルギー摂取にもつながります。あとは、調味料ですが、夏場は酸っぱいもの・辛いもので食欲アップします。塩分の代わりに、レモン・お酢や、七味や胡椒・山椒・しょうがなどでアレンジすることで味わいも変わり、お箸が進むかもしれません。他にも、ニンニク・ねぎ・みょうが等のチューブタイプもあります。一味変えたいときに常備しておくことで食欲改善によく、食べることでからだも元気なしましょう！（食べすぎには注意してくださいね。）



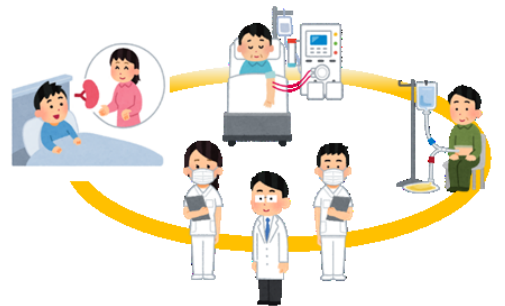
仁恵会本部事務局長代行
兼 人工透析ひ尿器科
じんけいクリニック
事務局長代行
はら しんいちろう
原 真一郎

～ 腎代替療法専門指導士 資格取得 ～

2022年5月に腎代替療法専門指導士の、資格を取得いたしました。

腎代替療法専門指導士とは、日本透析医学会、日本腎臓学会、日本臨床腎移植学会、日本移植学会、日本腹膜透析医学会、日本腎不全看護学会、日本臨床工学技士会、日本病態栄養学会、日本腎臓病薬物療法学会、日本透析医会、日本腎臓病協会（順不同）と共同で、多職種で連携し、より良い腎不全医療を推進させるために「腎代替療法専門指導士」制度を立ち上げ、職種横断的な、CKDの腎代替療法の選択・療養指導に関する基本知識を有した方を育成し、透析医療だけでなく、移植医療や保存的腎臓療法を推進していく方々が取得する資格です。本指導士認定制度は腎代替療法の適切な選択を推進し、透析・腎移植患者のADL・QOL向上を目指すことを目的としています。（腎代替療法専門指導士について 一般社団法人日本腎代替療法医療専門職推進協会）

腎代替療法専門指導士としては、腎代替療法の適切な選択の推進を進める必要がありますが、当院でできる事、できないことを明確にすることで患者様に、わかりやすい情報の提供が行えたらよいと考えております。腎代替療法には、人工透析、腹膜透析、腎移植があります。すべてにメリットデメリットがあり、患者様の意思で決定していきます。治療法を決定していく為には、患者様の生活の質（QOL）や、生命予後、生活に与える影響を検討するだけでなく、患者様の価値観や希望に合ったものを選択する必要があります。当院では、慢性腎臓病外来での腎保護療法と、腎代替療法として人工透析が選択できます。患者様に寄り添い、腎代替療法の選択に関する疑問や、不安などの解消ができるよう常に考え寄り添い対応するようスタッフにも伝えてきました。これからも、患者様の不安や疑問へ、一つ一つ丁寧に対応できるスタッフ教育を行っていきたくと考えております。これからも、どうぞよろしくお願い申し上げます。



■ 医療連携相談室

平日 9:00～12:00 14:00～17:00
土曜 9:00～12:00
担当 酒見 古門 上野

編集・発行

医療法人社団 仁恵会 石井病院 広報委員会
〒673-0881 明石市天文町1-5-11
TEL 078-918-1655 FAX 078-918-1657
<http://jinkeikai-group.or.jp/ishii/>