

はやほや

Fukui Red Cross Hospital

福井赤十字病院広報誌

vol. 035

平成23年7月発行



日本赤十字社

Japanese Red Cross Society

福井赤十字病院

| 採血における注意点

- | “もっとクロス! 福井からのメッセージ”開催
- | すずらんの寄贈
- | もっとクロス! 漢字パズル
- | 夏のレシピ



東日本大震災
救護班活動レポート Vol.2



人間を救うのは、
人間だ。
Together for humanity

「がんばろう！日本！」東日本大震災 福井赤十字病院 救護班 活動報告レポート

Vol.2

救護班活動から1ヶ月。 ケアの内容にも変化が。

3月11日（金）に発生した、東日本大震災。当院の救護班は発生直後から現地入り、さまざまな活動を行つており、現在も継続中です。前号では発生から約1ヶ月間の活動報告でしたが、今はそれ以後を紹介いたします。

1ヶ月が経過したといつても、被災地ではまだ避難所生活を余儀なくされている方が大勢いらっしゃいます。そして救護所で診る症状も少しずつ変化してきています。最初は外傷や慢性疾患の患者さんが目立ちましたが、この頃になつてくると、精神的なケアが必要な方が多く見受けられるようになつてきました。中には苦痛や悲しみを心の奥深くに仕舞い込み、表面に出せない方もいらっしゃいます。まさに前号での報告通り、「こころのケア」が重視される時期になつたといえるでしょう。

第9班の活動

第9班

4月14日（木）13時20分出動
4月18（月）帰院
石巻市大須地区救護所 雄勝地区を巡回診療

第9班は、救護所内と巡回診療の2つに分かれての活動でした。特に巡回診療では、いまだに救護所の存在を知らない方にそのことを伝える役割も担っていました。つまりこの段階では、重要な灾害情報が行き渡つていなかつたのです。そして巡回診療では、慢性疾患の重傷化も発見！ 地道な巡回診療の重要性を再確認した活動でした。

また一軒ずつ訪ねるたびに、様々な話に出会いもありました。震災後8日にして夫婦再会を果たしたとか、今まで助けられてきた「海」に大事なものを奪われたなど…。私たちは聴くだけでしたが、必ず最後には「日赤さん、ありがとうございました」との言葉をいただきました。この言葉から、日赤救護班としての使命がここにあると強く感じました。

第10班の活動

第10班

4月22日（金）10時出動
4月26日（火）帰院
石巻市渡波小中学校をはじめ、
市内を巡回診療

第10班は、石巻市渡波地区を2班に分かれての活動でしたが、どちらでも被災された一人ひとりの声を聴くところのケアが中心となりました。家屋がすべて流されてしまった方や肉親や大切な人を亡くされた方、どちらもある方など、一人ひとりまつたく違った状況におかれています。私たちと話をしたり、あるいは涙をいたり、その都度、スタッフも元気になつていきました。そしてその元気がスタッフ全員が心を強く一つにしました。今回の活動で改めて医療はチームであり、助け合うことの大切さを再認識しました。

第8班	4月6日（金）14時出動 陸前高田市第一中学校をはじめ、 市内を巡回診療
第9班	4月10日（日）帰院



アメリカに住む人たちから日赤福井県支部に託されたメッセージフラッグは、救護所内の目立つところに掲示してあります



藤井医師（班長）、熱田医師、田谷看護師長、水島看護師、畠中看護師、笠川薬剤師、桃田主事、櫻井主事はかが出動しました

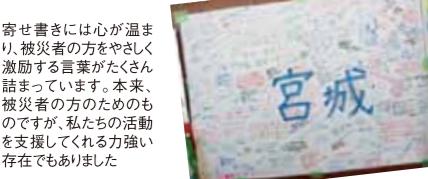


「救護所では、様々な機関から持ち込まれた薬剤（同一成分薬、企画違いなど）をしっかり整理し、事故防止に努めることも重要な活動の一つでした」
(笠川薬剤師)



「現地では秋田班と10カ所以上の避難所を巡回。救援物資の搬送状況に格差があり、さらなる課題を感じました。陸前高田市は事前に災害対策を講じていたと聞いています。このような地区はきっと復興も早いはず。将来をみすえた安全・安心な町づくりが実現することを願っています」(桃田主事)

第8班の活動



寄せ書きには心が温まり、被災者の方をやさしく激励する言葉がたくさん詰まっています。本来、被災者のためのものですが、私たちの活動を支援してくれる力強い存在がありました

第8班が、現地入りした瞬間、「まだこんなに無残なのか…」と愕然としたというスタッフ。あれほどテレビなどで悲惨な映像を見ていたはずなのに、実際に自分の目で確かめてみると、いかに大切なかを痛感しました。日中、避難所には子どもとお年寄りが多いこともあり、診療中はできるだけ声かけ活動をかけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。それに、被災された方々の多くは、その奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけを少しでも聞いてあげられるように心がけてました。

表面的には元気に見えるのですが、実はその奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけ活動を心がけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。

それに、被災された方々の多くは、その奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけ活動を心がけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。

それに、被災された方々の多くは、その奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけ活動を心がけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。

それに、被災された方々の多くは、その奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけ活動を心がけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。

それに、被災された方々の多くは、その奥に表に出せないつらい感情があります。すべてのつらさを見抜くことはできなくても、表面から見てどれだけ声かけ活動を心がけていました。というのも、やはり誰かと話す、あるいは人に寄り添つているだけで、人は心穏やかに安心するものだからです。

「こここのケア」も重視。

寄り添い、話をじっくり聞く

【第11班の活動】

第11班が出動したのはゴールデンウイークの真っただ中とあって、全国各地から多くのボランティア参加がありました。中には、自らも被災しているにもかかわらず、ボランティア活動に参加されている人もいました。



ボランティアにより壊れた家屋や建物の瓦礫が撤収されたり、清掃されたりと少しずつでも前進は見られるものの、その一方で、「新幹線が通ったのに、どうして水や電気がまだなの?」という怒りの声も多くありました。

悲しみと怒りを繰り返す被災者の方々の話を聴きつつも、言葉に詰まってしまうことが正直なところです。

第11班

4月30日(土)10時20分出動
石巻市立大須小学校、
雄勝地区を巡回診療
5月5日(木)帰院



「1日2食の避難所生活、お互いに慰め合うこともできなくなっている方も、数多いらっしゃいました。『こここのケア』は精神的に辛い活動でしたが、一人でも多くの方を助けたいという思いが、私たちの支えでした」(勝木看護師)



第12班

5月24日(火)8時出動
石巻市雄勝地区雄心苑、
雄勝地区を巡回診療
5月29日(日)帰院



「私は何もかも流されてしまつたけれど、被災者同士が助け合うこと、全国から多くの人が手を差し伸べてくれることで、これからが明るくなつていい気持ちはあります」
被災者の方からこのような言葉をいたしました。私たちは満足のいく活動はできなかつたかもしれません。しかし、この活動により、被災者の方々が穏やかになり、その表情を見て感じることで逆に私たちが癒され、やさしくなつている感じも得られました。

【第12班の活動】



5月7日(土)に当院で行われた活動報告会(詳細は次ページ)の時に作ったメッセージボードを、石巻赤十字病院に届けました。

「各避難所には、全国各地からの激励メッセージが書かれた横断幕や白紙が飾られていて、日本って素晴らしいな」と勇気が出てきました」(青柳薬剤師)

基幹病院への支援活動

「赤十字」の理念のもと、病院への支援も継続中です。

広報委員会から一言

今回の報告には、復興を思われる写真もありました。被災者の方々の穏やかな笑顔、急ピッチで進められている工事風景、今まで変わらない美しい海と青空、小さくても生きようとする小さな花…。被災地は少しづつではありますが、前進しているように今回の活動報告から伺えました。

東日本大震災において、地域で唯一の基幹病院だったのが石巻赤十字病院でした。ここには震災発生日以来、相当数の傷病者が搬送され、昼夜を問わず不眠不休の救護活動と医療提供が行われています。そのような緊急事態に対し、前号や前ページで紹介した救護班とは別に、看護師や薬剤師の病院業務の支援要員の派遣依頼がありましたが。それに応え当院からも数回にわたり支援要員を派遣、現在も継続中です。これまでに派遣された支援要員の業務内容として、看護師は病棟支援、救急業務支援です。薬剤師は調剤業務や救護所での医薬品管理、薬をもらってない人の掘り起し活動などです。引き続き、これらのケア担当の看護師などの派遣も予定されています。

他病院での業務は、システムの相違もあり最初は多少、戸惑いがあるのは当然のことです。しかしながらそこは赤十字病院同士。限られた時間の中できのうになつたのは言うまでもありません。

看護・薬剤・ 病棟看護・ ERの各業務

5月4日(水)～
24日(火)



西都看護係長、金谷看護師、宮地看護師、坂口薬剤師(以上、5/4～9)、中田看護師(5/9～14)、朝田緊急外来看護係長(5/14～24)がそれぞれ出勤しました

薬剤・ こころのケアの 各業務

5月29(日)～
6月7(火)



松田看護係長(こころのケア 5/29～6/3)、安藤薬剤師(薬剤 5/30～6/7)がそれぞれ出勤しました



「赤十字看護師として、できることを少しでもやろう」との思いで現地入り。病棟は機能が回復され、スタッフもいつも以上に業務に励んでいました。しかし、スタッフの身内の不幸や家が津波で流されたなど、悲惨な状況下であっても気丈に勤務するスタッフの姿は、とても印象的でした」(宮地看護師)



もつとクロス！ 福井からのメッセージを開催しました

5月7日(土)、赤十字のことをもつと知つてもらうために、日本赤十字社福井県支部、福井赤十字病院、福井県赤十字血液センターの3施設合同で“もつとクロス！福井からのメッセージ”を開催しました。

当日は骨密度、体脂肪率、血管老化的測定コーナーには長蛇の列があり、測定結果をもとに看護師や管理栄養士が健康相談応じていました。また、いざという時のための救急法、AED使用方法も学ぶことができ、参加者は熱心に講師の指導を受けていました。



コーナーも設けられ、職員や参加者が折り紙にそれぞれの思いを熱心に綴っていました。同メッセージは第12班に届けられました（左記写真参照）。また、岩手県陸前高田市で救護活動を行った救護班からの活動報告が行われました。救護班の医師として活動を行った小豆澤勝幸医師は「被災地で医療活動を行っている現地スタッフが不足して疲弊しており、医療スタッフのケアも必要です」と報告。薬剤師や事務スタッフからも報告を行いました。

今年は東日本大震災を受けて、被災者を励ますとメッセージをつづる

今年もしあわせの花、すずらんの押し花が届きました

入院患者さんの一日も早い回復を願う全日空からのすずらんの寄贈が、今年も6月6日(月)に行われました。

里子さんが看護師らとともに産婦人科・小児科の病棟を回り、全日空社員の手作りのすずらんの押し花のしおりを作りました。入院患者さんに直接手渡しました。先

日、出産された患者さんは笑顔で「すずらんを頂き、子供とともに無事に退院出来そうです」と話しておられました。当院へのすずらんの寄贈は今年で51回目となり、150枚のスズランの押し花のしおりと鉢植えをいただきました。



病気の早期発見・治療のために、“安全に、間違いない採血”を行っています。

福井赤十字病院の検査部では、大きく2つの検査分野を行っています。血液などを採血して検査する検体検査と心電図や脳波などを測定する生体検査です。

今回は、検体検査の中で、外来における採血『血液検査』についてお話しします。まず、『採血』は、病気の診断・病態把握の為には必要な検査で、基本的には安全性が高い手技になります。しかし、危険性も皆無ではありませんので、注意点を説明させていただきます。

採血を『安全に』『間違いない』行うために、次のとおり患者さんのご協力をお願いします

[検査部採血室では、日本臨床検査標準協議会の定めた「標準採血法ガイドライン」を踏まえ、国家資格を有する臨床検査技師が十分な管理のもと、細心の注意を払って採血を実施させていただいております。]

●本人確認:採血取り間違い防止の為に、患者さんご自身で姓名を名乗っていただいています。

●下記に該当する患者さんは、採血スタッフに事前にお申し出下さい。

- 採血時にご気分の悪くなる方
- 消毒薬(アルコール)や手袋(ラテックスなど)にアレルギーをお持ちの方
- 血液透析中の方
- 乳房切除手術を受けられた方
- その他、採血に関してご希望・不安な点のある方

●次の場合、再採血があります。

- 採血針を刺しても採血できない場合
- 1回の採血で必要量を採血できない場合
- 追加採血が発生した場合

※採血後、採血した部位は **揉まずに、5分程度押えて下さい。**

採血に伴う、合併症について

[検査部で行われる採血は、基本的に安全な手技で、合併症は極めて少なく、また、軽症なものが多いとされています。しかし、ごくまれに、次のような健康被害が報告されています。これらの合併症が起きた場合には、最善の処置を行います。]

①止血困難・皮下出血(青あざなど)

主な原因として、穿刺後の止血操作が不十分な事があげられます。
服薬(ワーファリンなど)により止血困難な患者さんは、お申し出ください。

②アレルギー

消毒薬(通常はアルコール消毒)や、手袋(ラテックス)などによる、かゆみ・発疹。

③神経損傷

採血後も手指へ広がる痛み・しびれ等が生じ、一定時間経過した後も持続することがあります。約1~10万回に1回の頻度で起こるとされています。皮膚表層近くの神経は個人差が大きいため神経損傷を100%防止することは出来ませんが、通常の採血では太い神経の断裂などの可能性は低く、損傷は軽度、症状も軽度で、一時的な場合がほとんどです。

④血管迷走神経反射(VVR)

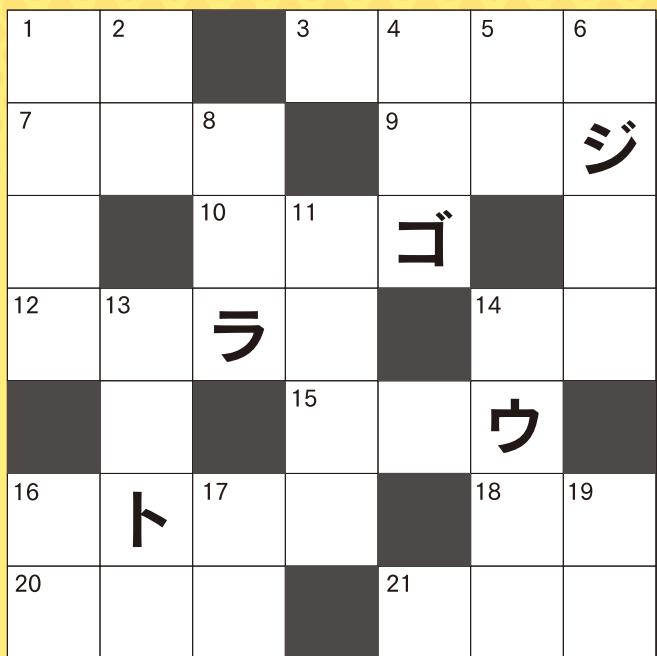
心理的に緊張・不安が強いと起こりやすいとされ、採血前に起こることもあります。神経が興奮し血圧が下がるため、めまい・気分不良・意識消失などを引き起こします。



ちっこクロス! 漢字パズル

チャレンジしてみましょ!

このクロスワードパズルは、どこか三ヵ所だけ漢字が入ります。その場所は文字数やタテ・ヨコの関係から推理してください。その他のマスはすべてカタカナです。最後にその漢字を三文字並べて、答えのことばを作ってください。



ヨコのカギ

- ①——奮迅の活躍を期待します。
- ③谷崎潤一郎の名作で、大阪生まれの四人姉妹が主役です。
- ⑦引く手——の売れっ子タレント。
- ⑨卒業式や入学式で、校長先生が述べる戒めの言葉です。
- ⑩放任とは正反対で、必要以上に子どもの面倒をみること。
- ⑫包み隠しのないこと。間違って“アカララ”なんて読むと笑われますヨ。
- ⑭笑う門には——来たる。
- ⑯フルートやトランペットは——楽器の代表です。
- ⑯太宰治の命日のことです。
- ⑯ドーム球場に敷いてある人工——。
- ⑯物事を念入りに調べること。
- ⑯手首の血管に指を当てて測ることです。

タテのカギ

- ①チルチルとミチルと一緒にさがしにいきましょう。
- ②取り付く——がない返事。
- ④英訳すると“トライアル・アンド・エラー”となる試行——。
- ⑤——と向かっては言いにくいこともあります。
- ⑥試合などで、前に負けた相手に勝つこと。
- ⑧——の持ち腐れとは、才能を生かしきれないこと。
- ⑪大袈裟なことを言う人。
- ⑬チャップリン、ロイドと並び“世界の三大喜劇王”と呼ばれます。
- ⑭チューリップと共に、オランダから連想されるものです。
- ⑯花は——、人は武士。
- ⑰「春は—— 終日のたり のたりかな」(与謝蕪村)
- ⑯中国では、人の悪夢を食べてくれると言われている動物です。

栄養課
おすすめ!

夏のレシピ <長いも素麺～焼きナス添え～>

①長芋を大根の妻のように8cm程度の長さに千切りにし、白板昆布に挟みしんなりさせる。②太きゅうりを薄くスライスし立て塩昆布につける。③ナスの皮目に切り込みを入れオーブンで焼く。④茄子が軟らかくなったら氷水に落とし手早く皮をむく。⑤海老は塩茹でし皮をむく。⑥長芋、茄子、太きゅうり、海老を盛り付け、土佐酢をかけまわし、針しようが、糸力ツオを盛り付け振り袖し出来上がり。※柚の替わりに大葉やみょうがを使うとさらに夏を味わえます。

茄子は95%が水分ですがビタミンB群・C、カルシウム、鉄分、カリウム、食物繊維などをバランス良く含んでいます。それにより生体調節機能が優れていると言われ、特に食物繊維は便秘を改善し、血糖値の上昇を抑え、糖尿病や肥満を防ぐ効果があると言われています。また、皮の色素「アントシアニン」には、抗酸化成分のポリフェノールが含まれており、体の老化を防ぐ、動脈硬化の予防、ガンの発生・進行を抑制する作用があると言われています。海老に含まれるDHAとEPAには血液をサラサラにし頭の働きを良くし、動脈硬化・高血圧・心筋梗塞といった血栓症の予防効果があると言われています。殻や尾には骨粗鬆症予防や骨の強化作用があるカルシウム、便秘や冷え性に効果のあるキチン質が多量に含まれています。茄子やきゅうりには夏のほてった体を冷やし、夏バテを改善する効果もあります。



材料(4人分)／
長芋200g、茄子 1/2本、
加賀太きゅうり10g、海老2尾、
しょうが少々、柚少々、力
ツオ少々、土佐酢15cc、
白板昆布 1枚

●1人分

エネルギー… 69.5Kcal
たんぱく質… 6.72g
脂肪 …… 0.5g
塩分 …… 0.4g
ビタミンB1… 0.56mg
ビタミンB2… 0.05mg
ビタミンC… 5.7mg
食物繊維 …… 1.8g

今回の表紙

3月25日(金)、救護班の第5班として活動を行った助産師が普段勤務している病棟は、女性専用の産婦人科・外科を中心とした入院病棟です。特に産婦人科の患者さんには助産師として母乳相談に対応するなど、女性の患者さんが安心できるよう、他のスタッフと協働して頑張っています。



福井赤十字病院

〒918-8501
福井県福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630(代)
FAX.0776-36-4133
E-mail
webmaster@fukui-med.jrc.or.jp
<http://www.fukui-med.jrc.or.jp/>
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できたて“ほやほや”的情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員のスタッフ皆で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。