

ご自由に
おとりください。

当院の 新型コロナウイルス 感染防止対策の 取り組み

最新の被ばく線量管理システム装置を新規導入

教えてドクター Q&A (脳神経外科)

病棟紹介 (緩和ケア病棟)

簡単、お手軽リラックス! 今すぐできる筋弛緩法

やっぱり音楽を届けたい!
～癒しの音色のハーモニー～

無料Wi-Fiサービス開始!

患者満足度調査を受けての改善対応策について

栄養課おすすめレシピ

秋レシピ 南瓜の味噌チーズ焼き



材 料 (2人分)

南瓜	200g
しめじ	30g
味噌	小さじ2
砂糖	小さじ2.5
★ みりん	小さじ2
酒	小さじ2
しょうゆ	小さじ1
ピザ用チーズ	40g

作り方

- ① 南瓜を一口大に切り、耐熱容器に入れラップをかけ、電子レンジ(600W)で5分加熱する。
- ② しめじは石づきを取り、ほぐしておく。
- ③ ★の調味料を混ぜておく。
- ④ 南瓜としめじに、★の調味料を混ぜ合わせる。
- ⑤ ④を耐熱皿に入れ、ピザ用チーズをのせ、180℃のオーブンで15分焼く。

栄養量 (1人分)

エネルギー	218kcal	炭水化物	31.4g
たんぱく質	8.3g	塩分	1.2g
脂質	6.4g	カリウム	554mg
1日のカリウムの目標量 (成人男性3000mg以上、成人女性2600mg以上)			

今回の表紙

正面玄関では、感染症対策強化のため、当面の間全ての方を対象に検温を実施しております。こうした中で、県内の多くの方々から病院職員に対する温かいメッセージや千羽鶴などの作品をいただき、心から感謝申し上げます。

これからも、感染症防止をはじめ、地域を支える基幹病院として、皆さまに安心して質の高い医療を受けていただけるよう努めてまいります。

心温まるメッセージをいただきました!



理 念 人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

+ 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。

当院の新型コロナウイルス感染防止対策の取り組み

当院の対応状況

- 1月31日(金) 高木院長を本部長とする新型コロナウイルス感染症対策本部を設置
以降、5月31日(日)に本部を解散するまで対策会議を計69回実施し、新型コロナウイルス感染症への対策立案を行った。
- 2月3日(月) 感染初期対応室で新型コロナウイルス感染症の検体採取を開始
- 3月4日(水) 入院患者の面会希望者に体温測定を開始
- 3月9日(月) 電話による再診と処方せんの発行を開始
- 3月23日(月) 正面玄関で全来院者への発熱スクリーニングを開始
- 4月6日(月) 救急外来での患者受け入れを中止
(脳卒中救急患者の受け入れは継続)
- 4月20日(月) 救急外来での患者受け入れを再開
- 5月11日(月) 手術前のコロナ感染の有無を調べるLAMP検査を開始
- 5月31日(日) 感染者数の減少にともない、新型コロナウイルス感染症対策本部を解散
- 6月1日(月) 通常診療体制を再開

当院では日本国内で最初の感染者が発生して以降、院内での新型コロナウイルス感染症対策を実施してきました。地域の皆さまには、当院へのご理解とご協力をいただき厚くお礼を申し上げます。また、企業・団体・個人の皆さまから多くの医療資機材の寄付、励ましのメッセージを頂き、心より感謝申し上げます。

福井県内の新型コロナウイルス感染者が大幅に増加した4月～5月の第1波では、多くのコロナウイルス感染症患者さんを受け入れました。8月以降の福井県内における第2波においても第1波と同様に患者さんの受け入れを行っています。

このように当院では、新型コロナウイルス感染症が発生して以来、病院が一丸となり患者さんの受け入れを行い、一

般患者さんの外来診療、手術、検査についても現在は制限することなく行っています。

日頃から感染症対策についての各種対策を実施しており、引き続き職員一同、感染防止対策を徹底し、皆さまに安心して医療を受けていただくように努めてまいります。

面会制限などご不便な点もありますが、ご理解賜りますようお願いいたします。

全職種の職員が、手指消毒剤やフェイスシールドを身につけ、日頃から感染防止に努めています。



新型コロナウイルス感染症対策本部を解散後も定期的に会議を行い、対策を検討しています。



感染防止のため、面会を制限しております。



ドアノブやエレベーターのボタンなど、いたるところに手指消毒を呼びかけるステッカーを貼り、こまめな消毒を意識しています。

ピックス

最新の被ばく線量管理システム装置を新規導入 ～安心、安全な放射線検査のために～

診療放射線技師は、記憶に新しい「ラジエーションハウス」(2019年 フジテレビドラマ)のように、レントゲン写真やCT(コンピュータ断層撮影)で病変を写し出し画像だけ見ているのではなく、それぞれの検査で、医療被ばくによる線量(放射線の量)を管理しています。

また、目的に沿った適切な検査と撮影ができるよう、最適な画質を担保し、医療被ばく管理、機器管理を日常的に行っています。

2020年4月、厚生労働省の定める放射線診療に用いる医療機器において、安全で、有効な放射線診療を確保/提供することを目的に、医療法の一部が改正されました。

当院では、これを機に、線量記録と線量管理を一元的に管

理できる最新の「被ばく線量管理システム」を新規導入しました。このシステムを利用し、これまでの線量記録に加え、管理されたデータを分析し、被ばく線量の評価と最適化を行っています。

また、学会で示されている検査ごとの適正な線量指標ガイドライン値をシステムに登録することで、万一の異常値や危険値を迅速に検知し、注視度を色分け/判別し、危険値に対しての分析/対策が効果的にできるような線量管理を強化しています。

在籍する31名の診療放射線技師は、定期的に様々な研修を行ない、患者さんが安心して検査が受けられる体制をとっています。また、専門知識を活かして、医療者側への情報共有、そして当該検査・治療により想

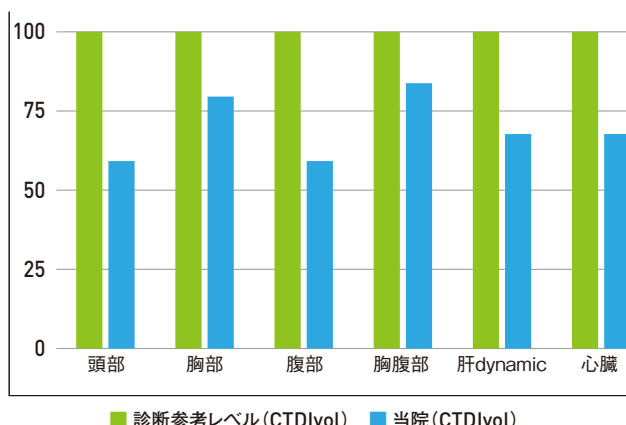


定される被ばく線量とその影響の説明ができるように準備しています。

このように私たち診療放射線技師は、「画像」だけ見ていたのではなく、患者さんに対する放射線の安全利用を監視し、過剰被ばくにつながらないように「安全」も見ています。

これからも、患者さんに安心、安全な放射線検査を受けていただけるように取り組んで参ります。

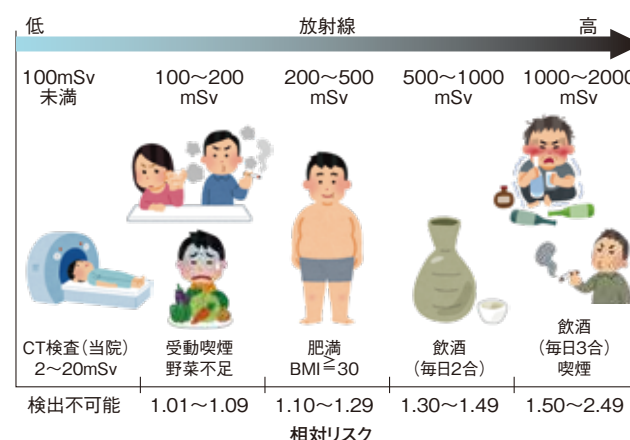
診断参考レベルと当院の比較



診断参考レベルを100とした時の当院の被ばく量の相対値比(%)

当院では診断画像の質を維持しつつ、「診断参考レベル」(*)よりも低い線量で、被ばくを必要最小限に抑えた検査を行っています。
※日本医学放射線学会らが推奨する検査の適正線量値

被ばく線量



当院のCT検査による被ばく線量は2~20mSvですが、検査する部位や方法で異なり、これよりも多くなることもあります。一般的には、100mSv以下の放射線被ばくによる影響はほとんどないと考えられており、発ガンのリスクにおいても、食事やストレスなど放射線以外の因子によるものと区別できないと言われています。

緩和ケア病棟

「つらさを和らげ 自分らしく生きる」

緩和ケア病棟は、エキナケアとも呼ばれます。エキナケアは「エキナセア」というお花の花言葉にある「あなたの痛みを癒します」に由来しています。

エキナケアはがんを患う患者さんに対し、体や心のつらさを和らげ自分らしい生活を取り戻していただく場所です。そのため病棟は、「治療の場」ではなく「生活の場」をイメージして造られています。患者さんに合わせた利用ができる設備（病室・家族室・テイルーム・リラクゼーションルーム・浴室など）や、遥か白山を展望する見晴らしの良い屋上庭園があり、ゆったりとした穏やかな環境をご提供しています。そして、病棟のコンセプトである「あなたは大切な人、生きる力を支えます」という思いのもと、全スタッフで連携しながら専門性の高い緩和ケアを行っています。

入棟カンファレンス

入棟された患者さんについて、病気によるつらさを和らげられるようなケアの方針や、どのような生き方・過ごし方を望まれるのかを話し合います。医療スタッフが情報を共有し、患者さん・ご家族の状態や思いも確認しながら、ケアの方向性を決めていきます。

ご遺族からのお手紙

人生を全うされ、当病棟で逝去された患者さんのご遺族の方へ、看護スタッフからグリーフケア（大切な方を亡くしたつらさに寄り添うケア）として、お手紙やスナップ写真をお送りさせていただいております。その際、時として心温まるご遺族からのメッセージをお便りとしていただくことがあります。共に過ごしたエキナケアでの思い出やご遺族の方々の「今」を知ることができ、これからの緩和ケアに繋ぐことができる貴重な言葉の数々です。



ご遺族からの心温まる数々のお便り。



入棟カンファレンスの様子。多職種で患者さんの情報を共有し、最適なケアを考えます。

イベント

患者さん・ご家族、他の病棟の方々が音楽などを通し、同じ時間を過ごします。院内外のボランティアの方々のご協力に本当に感謝です。ひとときの癒しにより、つらさから少しでも解放されることを願って、病棟スタッフも企画運営をしています。



昨年のクリスマス会の様子。当院のスタッフも心を込めて演奏しました。



教えてドクター 《脳神経外科》 Q&A

脳卒中は突然起こり、寝たきりの大きな原因になっている病気です。当院では脳神経外科と神経内科が協力して、24時間脳卒中に対しての治療を行っています。



脳神経外科代表部長
西村 真樹
日本脳神経外科学会指導医
日本脳卒中の外科学会認定指導医

脳卒中について

Q. 脳卒中はどんな症状が出ますか？

A. 脳卒中には脳の血管が詰まる病気と脳の血管が破れる病気があります。どちらも脳を傷つけたり、脳の圧が上がったりすることによって症状を出しますが、脳は場所によって役割がちがうのでどの部分が傷ついたかによって症状がかわります。具体的には手の力が入らない、歩ぎにくい、しゃべりにくい、言葉が出てこない、理解できない、ものが二重に見えるなどですが、とくに片方の手や足に力が入りにくい場合には脳卒中の可能性が高いといえます。

また、血管が破れた場合は頭痛や嘔吐だけのこともあります。とくに動脈瘤とよばれる動脈のこぶが破裂したら、これまで経験したことのない金槌で殴られたような頭痛があるといわれます。

Q. 脳卒中かもしれないと思ったら、どうしたらいいですか？

A. 脳卒中の治療は時間との勝負です。脳梗塞は火事のように時間がたてばたつほど脳を壊していきます。治療をしてもすべてを止めることはできませんが、できるだけ早い段階で最善の治療を選択することが重要です。

例えば、脳の血管に詰まった血の塊を溶かすお薬は、最後に元気な姿を確認してから4時間半までしか使えません。検査などの時間を考えると、発症から1時間以内には病院に向かうことが理想的です。「少し様子を見て」や「寝たら治るかもしれない」と思わないでください。

脳卒中の治療は、点滴による治療・血管内治療・手術治療が三つの柱となります。脳卒中医は、脳卒中の原因と全身状態等から最適な治療を考え実行します。



Q. 脳卒中にならないためにはどうしたらいいですか？

A. 残念ながら脳卒中は一度起こしてしまうと後遺症が残る患者さんも多く、要介護になる主要な原因となっています。そのため、まずは脳卒中を起こさないことが一番です。脳卒中は血管の病気なので、予防はどれだけ血管を大事にするかということになります。そのためには血管に悪さをするような状態をできるだけ避けることが重要です。

血管を痛める最大の要因は高血圧で、普段から塩分の取りすぎなどに注意が必要です。ほかにも高コレステロール血症や糖尿病なども血管を痛めつける原因となります。これらの病気は初期であれば食事療法でも改善する可能性がありますので、日々の検診結果に注意して普段からかかりつけ医の先生と相談しておいてください。

また、たばこは血管を痛めつける作用が強く、お勧めできません。

これらのことを注意することで脳卒中だけでなく、心筋梗塞などにかかる可能性も低くすることができます。

簡単、お手軽リラックス！今すぐできる筋弛緩法

新型コロナウイルスの感染拡大は、いまだ余談を許さない状況にあります。こうしたなか、皆さんが不安やストレスを抱えていらっしやることでしょう。不安やストレスが続くと、不眠、食欲低下、気分の落ち込みなど、心身の不調が生じるおそれが出てきます。コロナ禍のもとで健康を維持するには、なにより心身のリラックスが大切です。そこで今回は、手軽なリラックス法として、「筋弛緩法」のやり方をご紹介します。

背もたれのある椅子に、楽な姿勢で腰かけましょう。まず、10秒間、身体に力を入れて、筋肉を緊張させます。力の入れ具合は、大体6〜7割が目安です。その

後、「ストン」と、一気に力を抜いて緊張を解いてください。そのまま20秒間、リラックスしている身体感覚を味わいましょう。筋弛緩法は、左の図に描かれている①〜④の4つの身体の部位で、それぞれ2回ずつ、合計8回おこなってください。

慣れてきたら、前回ご紹介した呼吸法と組み合わせましょう（ほやほや70号の3ページをご覧ください）。ゆっくりと息を吐き出しながら力を抜くようにすると、より強いリラックス効果が得られます。

筋弛緩法を実践して、新型コロナウイルスのストレスに負けず、元気に過ごしましょう！

やりかた

①〜④を2回ずつ、計8回やってみましょう！

①腕

両手で握りこぶしを作り、
腕を曲げて力こぶを作る



②肩

胸を大きく開いて、
両肩を耳に近付けるように
引き上げる



③顔

歯をかみしめ、両目を
かたく閉じて、目と口を
鼻に近づけるようにする



④足

両足をまっすぐに
伸ばして、
床から浮かせる



やっぱり音楽を届けたい！ 癒しの音色のハート

定期的に院内でコンサートを開いて、患者さんに癒しの音色を届けてくださる「こころの薬箱」。メンバーを追加し、演奏曲のジャンルも増やししながら、今年1月まで活動を続けてこられました。

しかし、コロナ禍により活動の場は閉ざされてしまいました。活動自粛が続く中、「どうしても音楽を皆さんの元へお届けしたい。オンラインで、音楽を届けられないか？」とメンバーの方よりご提案があり、動画配信サイト「YouTube」を通して音楽を届けてもらうこととなりました。オンラインで…ということ、タイトルは「音楽（オンライン）こころの薬箱」とされたそうです。

パソコンが不得手なメンバー同士が苦戦しながらも演奏を合わせ、配信することができたとのこと。コロナ禍で疲れたこころの癒しになればとの思いと共に、素敵な音色を届けてくれました。

ぜひ一度、インターネットで「音楽こころの薬箱」と検索し、演奏を聴いてみてください。



無料Wi-Fiサービスを開始しました！

外来患者さんをはじめとする病院来訪者の利便性向上の一環として、アメントイ用無料Wi-Fi接続サービスを8月24日（月）より開始しました。

利用するためには

ご利用になる場合には、個人所有のスマートフォン・タブレット端末・ノートパソコンなどをご準備下さい。（病院での機器貸出や電源の供給はありませんので、必要な場合は準備をお願いします）院内各所に掲示されているポスター（左記）に書かれたネットワーク名とパスワードを入力後、利用規約の画面が表示されますので、利用規約に同意のうえご利用下さい。※なお、接続設定等のお問い合わせはお受けしておりませんので、各自で対応をお願いいたします。

ご利用にあたってのお願い

機器から発生する音については、イヤフォン等を利用するなど、周囲の方々の迷惑にならないようにご利用ください。

セキュリティについて

Wi-Fiを利用するにあたり、悪意のあるサイトまたは第三者によりIDやパスワード、クレジットカード情報などが漏洩する危険があるため、重要な通信については、利用者の判断のもと実施するようにお願い致します。

医療用電気機器への影響について

Wi-Fiは、外来・病棟の診療用ネットワークとして利用してきた実績があり、医療用電気機器へ影響を与えません。また、心臓ペースメーカーなどの植込み型医療機器の装着に対しても基本的に影響ありません。



患者満足度調査を受けての改善対応策について

昨年度の患者満足度調査では、入院368名、外来809名の患者さんにご回答いただきました。ご協力ありがとうございました。当院への満足度の低かった項目について改善を図っておりますので、一部をご紹介します。

Q

職員からの
入院費用の説明

当院では、各病棟に診療報酬の請求を担当する病棟クラークを配置しております。

3.92点
5点満点中

入院費用の目安については、各病棟のナースステーション内におります病棟クラークにお声がけいただくか、近くの看護師へお伝えいただければ、費用の概算を計算してご説明いたします。入院の費用やご不明な点がありましたらお気軽にお申し出ください。

Q

レントゲン・CT・MRIなどの
受付から「検査」
までの待ち時間の
長さはいかがでしたか？

3.52点
5点満点中

ここ数年、全体的に放射線検査の数が増えており、患者さんには待ち時間が長いことでご迷惑をおかけしております。

調査結果を受け放射線部で検討した結果、放射線部の始業時間を早めて業務を開始することになりました。また、採血など他の待ち時間の合間に撮影ができるように、他部署とも連携をするなど確認を取るようになりました。

今後も、受付時に待ち時間の目安や進行状況をお伝えすることや、お待ちいただく患者さんには声をかけるなど、少しでも患者さんに寄り添い待ち時間の負担が軽くなるように努めて参ります。ご不明な点はお気軽にお申しつけください。

