

BELIEVE

2019
夏号
VOL.69

特集 夏に気をつけたいこと ~予防と応急手当~



「フグがブクブク」カミジョウ ミカ (エイブルアート・カンパニー所属 <http://www.ableartcom.jp>)

シリーズ 情熱の白衣 医師の素顔⑥ 泌尿器科部長 光森 健二

- 食だより／冷やし中華風そうめん ● お薬ミニ知識／「アレルゲン免疫療法」について
- 『がんサポートチーム』からのお知らせ ● かかりつけ医、をもちましょう ● 夏に注意したい「感染症」と「食中毒」

大阪赤十字病院の理念

わたしたちは
人道・博愛の赤十字精神に基づき
すべての人の尊厳をまもり
心のかよう高度の医療をめざします

患者さんの権利

1. 一人の人間として、人権をまもられる権利があります
2. 良質かつ適切な医療を、公平に受ける権利があります
3. 医療についての情報や治療上の説明を受ける権利があります
4. 自分自身の治療について、医療行為を選択する権利があります
5. プライバシーがまもられ、個人情報保護される権利があります
6. 自己の診療録等の医療情報の開示を求める権利があります
7. 他施設の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利があります



夏に気をつけたいこと!

～予防と応急手当～

夏休み、海水浴、川遊び、花火大会…

夏は楽しいことがたくさんありますが、熱中症や水の事故も多い季節です。

予防策や応急手当の方法を知り、最高の夏を過ごしましょう。

熱中症

高温、多湿、風が弱い、輻射熱(地面や壁などからの放射により伝わる熱)があるなどの環境では、体から外気への熱発散が減少し、汗の蒸発も不十分となり、体内の水分や塩分(ナトリウムなど)のバランスが崩れるなど体温や体液の調整機能が破綻します。このことが原因で起きる障害を『熱中症』といいます。死に至る危険性のある病態ですが、予防の方法を知っていれば防ぐことができます。

症状

めまい、筋肉痛や筋肉の硬直、大量の汗、頭痛、吐き気など「具合が悪いな」と思ったら直ちに手当をしてくださる。

対処法

- ◆できるだけ早く風通しのよい日陰や、冷房が効いている室内などに避難させる。
- ◆本人が楽な姿勢を保つ。ただし、顔面が蒼白で脈がない場合は、足を高くする。
- ◆衣服をゆるめて、体からの熱の発散を助ける。
- ◆意識があり、吐き気や嘔吐などがあれば、スポーツ飲料や薄い塩水などで水分補給をさせる。



- ◆肌に直接水をかけて、うちわや扇風機などで体を冷やす。氷のうなどがあれば、首、わきの下、太ももの付け根に当てることも有効。
- ◆水分が補給できない、症状に改善が見られない、様子がおかしい、全身のけいれんがあるなど、手当ての判断に迷う場合は、ためらわずに救急隊を要請する。

予防策

熱中症にならないためには

- 屋外では日陰を選び、室内では扇風機やエアコンを使用する。
- 濡れたタオルなどでこまめに汗を拭き、吸汗・速乾性や通気性のある衣服・帽子で暑さを避ける。
- のどが渴いたときはもちろん、のどが渇く前や暑いところに出る前から、こまめに水分を補給する。
- 急に暑くなる日に屋外で過ごしたり、久しぶりに暑い環境で活動したりするときは熱中症になりやすいので注意する。
- 普段から運動などで汗をかく習慣を身につけて、暑さに備えた体づくりをする。
- 疲労や睡眠不足、体型、薬を飲んでいるなど個人の条件も考慮する。
- 個人で予防するだけでなく、集団で活動しているときにはお互いに気を配る。

水の事故



海や川、池での水遊びや、ボート、ヨット、釣りなどのレジャーやスポーツによる水の事故は後を絶ちません。自分だけは大丈夫と過信したり、せっかく来たのだからと無理をしたりせずに、安全を確認して楽しみましょう。

遊泳時の注意

泳ぐ前

- 睡眠不足や疲れているときは泳がないなど、健康状態を考慮する。
- 食後はすぐに泳がない。飲酒後は厳禁。
- 用便を済ませておく。
- 耳やつめを清潔にする。
- 水着や水泳帽はきちんと着用する。
- 必ず準備運動を行う。
- 泳ぐ人数を確認する。

◆泳ぐとき

- 一人で泳がない。
- 泳げない人は、浮輪を付けて深いところへ行かない。
- 初めての場所では、初めて行く人だけで泳がない。
- 真夏の炎天下での遊泳は避ける。
- 泳ぎに行くときは、行き先、帰宅予定時刻を家の人に伝えてから出かける。
- 悪ふざけをしない。
- 溺れたまねをしない。
- 背負ったり、抱いたりして泳がない。
- 船やイカダの下をくぐらない。
- 水泳場のルールを必ず守る。
- 指導者、監視者の指示、注意に従う。
- 自分の泳力の限界をわきまえて、決して無理をしない。
(帰りは行きよりも体力が消耗し時間もかかる。)
- 水の動き(潮流、波、排水口)や天候の変化などに注意する。
- 水中の生物にむやみに手を出さない。

◆休憩時

- 全身の水をよく拭き取る。
- 日陰で休む。
- 激しい運動をしない。
- 冷たい飲み物は避ける。
- シャツなどを着て保温し、日焼けを防止する。
- 体に異常がないか調べる。

溺れた人の救助

◆陸の上から

身近なものを使うか素手で

引き込まれないように岸に腹ばいになり、手を伸ばして引き寄せます。手が届きそうもないときは、自分のシャツやベルトを使って、あるいは身近にある棒、板切れ、縄などにつかまらせて引き寄せます。



救助用具を使って

リング・ブイの使い方

- ①素早くロープの輪を重ねて作る。
- ②ロープの端はしっかりと足で踏んでおさえる。
- ③下手投げで、溺者の後方に落ちるよう投げる。



④しっかりとつまったら静かに引き寄せる。

◆水の中に入って

ヒューマンチェーン

手首をしっかり握る



浮き輪、板などを使って



手足を使って



溺れた人の手当

水難事故においても、できる限り早く心配蘇生法を実施することが大切です。

- 一刻も早く気道を確保し、水を吐かせるより先に人工呼吸を行う。
 - 背が立ち、救助者の安全が確認できれば、傷病者の顔を水面上に出して人工呼吸を行う。
 - 水中では効果的な心配蘇生法を行うことが難いため、なるべく早くボートに乗せるか、水際に引き上げる。
 - 冷水の中に長時間水没していた溺者が蘇生した例もあるので、あきらめず蘇生の努力を続ける。
 - もし、水を吐かせる必要があるときは、傷病者を横向きにし、背中を救助者の大腿部で支え、上腹部を軽く押し、口の角を引き下げて流し出させる。
- ★掲載した内容はあくまで参考として、ひとりで無理をせず、周りの人を呼ぶ・救急隊を要請するなど状況に応じて判断してください。

日本赤十字社は、全国の支部や赤十字施設などで「救急法」「水上安全法」「雪上安全法」「幼児安全法」「健康生活支援講習」の5つの講習を開催しています。詳しくは、各支部ホームページの講習に関するページをご覧ください。

自分にできることは、出し惜しみなく。医療が必要な場所で、さまざまな出会い、経験を重ねていきたい。

泌尿器科部長 光森 健二

泌尿器科医と、救援救護医と。医師人生を築いている2つの柱。

光森医師が小学生の頃に見聞きしていたのは、開業医をしていた父親と患者さんとのやりとり。「父の診療の内容はよく覚えていませんが、患者さんから感謝されて仕事をしていた印象があります。病気のことはもちろん、家庭で困っていることを相談されたり、街中で挨拶を交わしたり、今思えば患者さんを診る医師としてだけではなく、地域の人々とかかわりをも大切にしていました。そんな記憶が、医師になろうと思ったきっかけだったのかもしれないね。」

泌尿器科医である一方、国内外の災害地域に赴いて、国際医療



救援部の一員として活動する光森医師。「派遣でなければ遭遇し得ない状況で医療支援を行う活動は、自分の医師人生の大きな柱のひとつです。派遣期間中は自分の仕事を任せる同僚や患者さんに負担がかかり、申し訳なさを感じますが、声がかかる限りは続けていきたいと思っています。」

休日は家族と過ごす時間を大切に。感謝とねぎらいの想いを込めて。

現在は泌尿器科部長として、外来診療、手術、若手医師の指導にあたる光森医師。休日の過ごし方を尋ねると、「救援要請の声は急にかかるため、荷造りなどの準備はすべて妻がサポートしてくれます。短くて2週間、長いと3カ月もの間、家にいないので、普段の休日はできるだけ食事に出かけたり、旅行に行ったり、家族と過ごす時間を大切にしています。」

医療のあり方の理想は、「早く正確に診断し、短時間で患者さんに負担なく、適切に治療すること」と光森医師はいう。だがその後すぐに「しかし自分はそんな人ではない」と



国際救援で派遣されたウガンダにて。散歩中に集まってきた子どもたちとの1枚(上)と、病院回診の際に撮った赤ちゃんとの1枚(下)。

続けた。そこには、「完璧ではないためにできることはやる」という光森医師の医療への思いが込められていた。「自分ががんばってできるのは、患者さんの声を聞き、気持ちに寄り添うこと。話を聞くことは才能がなくてもできます。忙しいと忘れてしまいがちなことですが、その努力を出し惜しみしてはいけないな、と自分に言い聞かせています。」

主治医としてのやりがいを経験し、救援活動の世界に飛び込み、年齢を重ねてきた。「患者さんに『ここで診てもらってよかった』と思ってもらえる病院に、そして若手医師がよい経験をjして成長できる環境を意識しながら育て、救援活動も行っていくことが光森医師の今後の目標。泌尿器科の現場で、また救援活動の地で、人々や地域に寄り添いながら医療に取り組む光森医師の姿が思い描けた。

7月5日大阪府生まれ。京都大学医学部卒業後、北野病院での研修を経て、京都大学大学院、ニュージーランド・オタゴ大学留学において研究生活をおくる。帰国後、秋田大学医学部附属病院、浜松労災病院に勤務し、平成18年に当院に赴任。平成20年から国際派遣要員に登録、5カ国に計8回派遣。平成29年に第二泌尿器科部長就任。平成30年バングラデシュ避難民医療支援活動に参加。平成31年泌尿器科部長に就任した。

看護師レポート 69 KIMIE TAKATANI

10月21日大阪府生まれ。平成18年大阪赤十字看護専門学校卒業後、当院に就職。主に呼吸器科病棟の看護経験の後、平成24年に手術室に配属。1日平均4〜5件の手術に入り、進行準備・患者さんの看護を担当している。



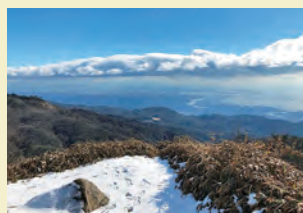
●看護師 高谷 君江

手術前後の限られた時間の中で信頼してもらえる看護を届けたい

私が看護師になるきっかけで思い出すのは、小学校の卒業時に、サイン帳の『なりたい職業』欄に「看護師」と書いていたことです。それを覚えていたからか、迷うことなく看護師の道に進み、今年で14年目です。

病棟で働いていた頃に、器械出しをはじめとする「手術室看護」に興味を持ったことから希望を出し、現在は手術室に所属しています。1日4〜5件ほどの手術に入り、器械や部屋の準備、術中の患者さんのケア、進行状況を確認しながら、次の手術の準備を並行して行います。次の手術時間までに準備を間に合わせるのが大変で、初めは仕事をこなすのに精一杯でした。慣れていくと仕事の楽しさも感じられて、自分に合っているなと思います。

山登りが好きで、休みにはいろいろなルートから登って景色を眺めたり、下山後の温泉を楽しんだりしています。テント泊や野外料理もやってみたくて、この秋は縦走登山を計画中です。



今年1月に登った六甲山での1枚。山頂から見下ろす景色がお気に入り。

手術室の看護師は、手術中の姿勢のとおり方や体温管理など、患者さんの様子を細かく観察し、気づいたことはその場ですぐにケアを行います。ごく限られた時間ですが、その判断が術後の経過に影響する場合もあるため、患者さんの言葉や身体への反応の一つひとつに、どんな些細なことにも対応することが、患者さんとの信頼を築き、不安を和らげることになると考えています。

今年から手術室看護の専門性を高める体制がスタートし、今は泌尿器科の担当として手術に入っています。特定の症例数の経験値が増え、手術前の患者さん訪問や担当医師とのコミュニケーションのなかでの気づきも多くなってきました。そんな経験や気づきを生かして、患者さんがより安心できる看護の充実につなげていきたいですね。



食だより

● ● ● 栄養管理課 栄養係長(管理栄養士) 伊藤 大翼

冷やし中華風そうめん

暑いこの季節、ツルツと食べられるそうめんはとってもおいしいものですね。しかし、そうめんだけでは、食後高血糖の要因になってしまいます。食事はバランスよく摂取することが大変重要です。簡単にいうと、主食・主菜・副菜をそろえるということです。今回、紹介する『冷やし中華風そうめん』は、手軽な料理ですが、バランスのよい食事ともいえます。野菜を添えることで、よく噛んで食べることも繋がりますので、そうめんが少量でも、満腹感がしっかりと感じられます。

ポイント

バランスよく食べることは常に重要！

麺類を作るときは、主食・主菜・副菜を意識してください。また、親子丼やカレーライスなども単品では野菜不足になりますので、お浸しやサラダなど野菜をプラスすることを忘れないようにしましょう。
★主食…ごはん、パン、麺類、いも類、とうもろこし、かぼちゃ など
★主菜…肉・魚介類・卵・大豆乳製品 など
★副菜…野菜・海藻・きのこ・こんにゃく など



※写真は1人分です。

◆栄養成分(1人分)

エネルギー	396kcal
たんぱく質	15.7g
脂質	8.0g
炭水化物	62.0g
食塩相当量	4.6g

〈材料〉(2人分)

- そうめん……………3束
- ごま油……………小さじ½
- 具材
 - 卵……………1個
 - 油……………小さじ½
 - サニーレタス……………60g
 - 胡瓜……………40g
 - ハム……………20g
 - カニカマ……………4本
 - みょうが……………20g
 - プチトマト……………4個
- たれ—めんつゆ……………適量

作り方

- ①そうめんはたっぷりのお湯でゆで、冷水にとって洗った後、水気をきり、ごま油を全体に混ぜて、冷蔵庫で冷やす。
- ②熱したフライパンに油を薄くひき、溶きほぐした卵を流し込み、薄焼き卵を作る。粗熱が冷めてからせん切りにし、錦糸卵にする。
- ③サニーレタスを適当な大きさにちぎり、器に盛りつけ、その上に①のそうめんを盛りつける。
- ④せん切りにした胡瓜、ハム、みょうが、手でほぐしたカニカマ、②の錦糸卵を③に盛り付ける。最後にプチトマトを添えて、めんつゆをかけてでき上がり。

お薬ニ知識

薬剤部 薬剤師 松平 有加



「アレルギー免疫療法」について

花粉症は、先進国を中心に世界的に増加しており、全国で30%近くの人に花粉症が認められたとの調査結果が報告されています。なかでもスギ花粉症が多く、国民のおよそ4人に1人がスギ花粉症といわれています。今回はスギ花粉症やダニアレルギー性鼻炎の治療法のひとつであるアレルギー免疫療法について紹介したいと思います。

アレルギー免疫療法とは？

アレルギー免疫療法は、減感作療法とも呼ばれ、アレルギーの原因である「アレルギー」を少量から投与することで、体をアレルギーに慣らし、アレルギー症状を和らげる治療法です。

アレルギー免疫療法は、アレルギー症状を改善する可能性のある治療法と考えられています。アレルギー症状のある疾患のうち、花粉症、アレルギー性鼻炎、気管支喘息などに對してこの治療法が行われています。治療を受けた患者さん全員に効果があるわけではありませんが、完全に症状がおさえられない場合でも、症状を和らげ、アレルギー治療薬の使用量を減らすことができるなど、QOL(生活の質)の改善が期待できます。

アレルギー免疫療法は、100年以上も前から行われている治療法ですが、皮下注射が主な投与方法でした。近年では治療薬を舌の裏に投与する「舌下免疫療法」が登場し、自宅で服用できるようになっています。

舌下免疫療法について

アレルギーを舌下(舌の裏)に滴下し、体に吸収させる方法です。1日1回、少量の治療薬から服用を始め、その後決められた一定量を数年間にわたり継続して服用します。治療は長期間(3〜5年)かかります。ダニアレルギー性鼻炎の場合は時期にかかわらず治療は始められますが、スギ花粉症の場合は、スギ花粉が飛んでいる時期はアレルギーに対する体の反応性が過敏になっているため、治療を新たに開始することはできません。そのため、スギ花粉が飛んでいない時期に治療を開始します。

当院でもアレルギー免疫療法を行っています。興味のある方は医師・薬剤師にご相談ください。



がん治療の見通しについて医療者と話し合おう

緩和ケア科 主任部長 端 裕之

がん相談支援センター 当院では、がん全般に関するさまざまなご相談をお受けしています。

TEL:06(6774)5152 FAX:06(6774)5126 syakaika@osaka-med.jrc.or.jp

当院では、毎年多くの患者さんに抗がん治療を受けていただいています。抗がん治療中、患者さんは治療の効果や副作用などについて医療者と話し合っておられると思います。短い診察時間のなかでは医療者に聞きにくい、話しにくいなど、次のような不安を抱えてはおられませんか？

●「この治療はいつまで続けるのだろうか？」

●「どうなったら治療終了になるのだろうか？」

●「この治療で病気が治るのか、それとも延命が目的でいつかは効かなくなるんじゃないか？」

●「今の抗がん剤が効かなかったらどうするの？ 代わりとなるお薬は何種類くらいあるの？」

●「病気が進んできたらどんな症状が出てくるのか？」

治療の大まかな全体像について、知っておきたいと思われる方、反対に聞きたくないと思われる方など、さまざまな状況で、知らずに治療を受けておられる場合には治療の中止や終了がとて唐突に感じられ、その後どのように生活していけばいいのか、途方に暮れてしまう場合もあります。

「がん」と「がん治療」は患者さんの生活にとっても大きな影響を及ぼします。ほとんどの

患者さんが、病気や治療に合わせた生活を余儀なくされます。それではどうすればその影響をより少なくすることができのでしょうか？ そのひとつが『予め起こりそうなことに對して準備をする』ことです。でも、『起こって欲しくないこと』について考えたり、準備をしたりということとは、どなたにとっても非常に難しくつらいことなので、実際に治療の終わりが近づき、体調が思わしくない状況になってから困ってしまうケースがとても多いのです。

当院の職員は、皆さまの病気がよくなることを心から願いながら治療を行っています。一方で治療の結果が思うようにならない場合でも、できる限り患者さんが自分らしい治療・生活が続けられるように皆さまの心配ごとをお伺いしたいと思っています。「どうなのかな？」と思われるたときに相談のタイミングです。担当の医師や看護師、がん相談窓口などに気軽に声をかけください。

がん相談支援センター

がん相談窓口

本館2階 総合サービスカウンター

- ◆ 電話 / 06-6774-5152(直通)
- ◆ メール / syakaika@osaka-med.jrc.or.jp
- ◆ 日時 / 月～金曜 8:30～17:00

まずは、医療ソーシャルワーカーが疑問や悩みごとなど相談内容をお伺いします。内容により、専門看護師や認定看護師が対応する「がん看護相談」のご予約をお取りいたします。

登録医紹介



「かかりつけ医」をもちましょう

病院と診療所がその機能や役割を分担しながら、患者さんに適切な医療を提供することが求められています。自分のことをよく知っていて、ちょっとした病気やケガの診察や相談ができる「かかりつけ医」をもちましょう。

かかりつけ医

日ごろの健康管理
専門的な治療が
必要なら当院へ紹介

紹介

逆紹介

大阪赤十字病院

高度医療・専門医療
症状が安定したら再び
「かかりつけ医」へ

医療法人朋愛会 朋愛病院

- ◆ 院長 / 左川 均
- ◆ 診療科 / 内科、循環器内科、血液内科、外科、整形外科、脳外科、リハビリテーション(総合リハビリテーション施設、回復期リハビリテーション病棟、通所リハ、訪問リハ)、地域包括ケア病床
- ◆ 住 所 / 大阪市東成区大今里1-25-11
- ◆ 電 話 / 06-6973-1122
- ◆ 診療時間

外 来	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~12:30)	○	○	○	○	○	○

※木曜のみ午後17:00～19:00診療有
※日曜、祝日は休診



特長 大阪メトロ(地下鉄)「今里駅」近くにあるベッド数199の病院です。地域の方々の健康保持・増進のため、地域医師会の先生方からご指導をいただいております。①上下内視鏡検査や生活習慣病健診、②血液内科専門医による治療、循環器内科による心臓カテーテル検査・ステント治療PCI・血液浄化など専門医療への取り組み、③大阪赤十字病院の諸先生方のご協力と急性期医療の病院や家庭医の先生方からの紹介による患者さんの治療、在宅復帰に向けた総合リハビリテーションを中心に行っています。

地域の皆さまへ 急性期病院からの転院で、引き続き当院の回復期リハビリテーション病棟などで、専門的なリハビリテーションを受けていただいています。専門医をはじめ30数名を超える理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、ソーシャルワーカー、看護師がおり、天然温泉の入浴施設やリハビリ訓練のプールも備えています。地域包括ケア病床もあり、自宅へ帰られるまでの治療や自宅からの一時的な治療・療養にもご利用いただいています。また、総合内科としての診断・治療も充実しており、職員一丸となって患者さんの医療と介護、地域の皆さまの健康と安全に邁進しています。

医療法人 西岡医院

- ◆ 院長 / 西岡 仁郎
- ◆ 診療科 / 内科、人工透析
- ◆ 住 所 / 大阪市東成区東小橋3-9-18
- ◆ 電 話 / 06-6971-5573
- ◆ 診療時間

外 来	月	火	水	木	金	土
午前(9:00~13:00)	○	○	○	○	○	○
午後(16:00~18:00)	○	○	○	○	○	○

※日曜、祝日は休診



西岡院長



特長 当院は平成5年の開設以来、一般内科診療・通院透析を行っています。腎臓内科を得意分野としていますが、地域に根ざした診療も丁寧に行っています。患者さんに寄り添うことをモットーとしており、平日(月曜～金曜)の診察時間以外の時間帯でも医師が待機し、電話診察や往診も随時受け付けています。患者さんの不安な気持ちを少しでも和らげることができるよう、診療を続けて参ります。

地域の皆さまへ 京都大学医学部卒業後、昭和46年～平成5年に至る23年間、大阪赤十字病院にて一般内科・腎臓内科の診療にあたっていました。その経験を活かし、当地で開院しました。当院は大阪赤十字病院と連携を行っており、患者さんに安心いただける医療環境を完備しています。また、JR大阪環状線・大阪メトロ(地下鉄)千日前線「鶴橋駅」より徒歩5分に所在し、交通の便も良好であり、安心して通院していただけます。

夏に注意したい「感染症」と「食中毒」

夏型感染症に注意しましょう！

夏に流行する感染症には、咽頭結膜熱（プール熱）・手足口病ヘルパンギーナなどがあります。通常6月頃から乳幼児を中心に増え始め、7～8月にピークになります。まれに大人が感染することもありますので、注意しましょう。各感染症について左表にまとめました。

	咽頭結膜熱（プール熱）	手足口病	ヘルパンギーナ
原因ウイルス	アデノウイルス	エンテロウイルス71型 コクサッキーウイルスA16型	コクサッキーウイルスA群
感染経路	咳やくしゃみなどによる飛沫感染・経口感染・接触感染		
潜伏期間	5～7日	3～5日	2～4日
症状・経過	<ul style="list-style-type: none"> ◆39～40℃の高熱 ◆のどの痛み ◆目の症状（充血、眼痛、目やに） ◆リンパ節が腫れることがある ◆7日程度で治る ◆まれに重症肺炎を合併することがある 	<ul style="list-style-type: none"> ◆口の中・手のひら・足の裏や甲に水疱性の発疹 ◆38℃以下の発熱 ◆のどの痛み ◆食欲不振 ◆3～7日程度で治る ◆まれに急性脳炎・心筋炎を合併することがある 	<ul style="list-style-type: none"> ◆38℃以上の発熱 ◆のどの奥に水ぶくれ・痛み ◆2～4日で解熱し、7日程度で治る ◆まれに髄膜炎・心筋炎を合併することがある
治療法	特効薬はない 症状に対する対症療法		

★発病した場合に注意すること

- 症状がおさまるまで、部屋を涼しくして安静にしましょう。
- 脱水症の予防に、こまめに水分・塩分を補給しましょう。
- のどの痛みで食欲がなくなりますが、刺激の強いものは避け、のど越しのよいものを食べましょう。
- 家族内でのタオルの共用はやめましょう。
- トイレやおむつ交換の後は、石けんと流水で手をよく洗いましょう。
- 重症化はまれですが、注意深く観察し合併症に注意しましょう。

★予防対策として日頃から心がけること

- 石けんと流水で手をよく洗いましょう。（食事の前・トイレの後・外から帰った後など）
- 他人とのタオルの共用はやめましょう。
- プールからあがった後はシャワーを浴び、目を洗い、うがいをしましょう。
- 感染した人との密接な接触は避けましょう。
- トイレや共通で触る部分の掃除をしましょう。

◆食中毒を防ぐ3つの原則・6つのポイント

3つの原則	6つのポイント
細菌やウイルスを「付けない」「増やさない」「やっつける」	<ol style="list-style-type: none"> ①買い物「新鮮な店で新鮮なものをスピーディーに」 ②保存「冷蔵庫を過信しない」 ③下準備「食材は流水で洗浄」「手・まな板・包丁は食材が変わるごとに洗浄」 ④調理「加熱調理は食中毒予防に最も有効」 ⑤食事「食べる前に石けんで手洗い」「できたらすぐ食べる」 ⑥残った食品「冷まして冷蔵庫へ」「温め直しは十分加熱」「怪しいものは捨てる」

食中毒は一年中発生していますが、気温や湿度が高くなる夏は、食べ物が腐りやすくなったり菌が繁殖しやすくなったりすることで、食中毒が多くなります。食中毒は予防が一番大切です。

食中毒を防ぎましょう！

★家庭内での二次感染を防ぐために注意すること

- 手に付いた細菌やウイルスが食事とともに口から入り感染します。トイレの後・食事の前・調理の前にも必ず石けんと流水で手を洗いましょう。
- 便や吐物の処理は必ず手袋やビニール袋を使用し、処理後は石けんと流水で手を洗いましょう。
- トイレや共通で触る部分の掃除をしましょう。

★食中毒を起こした場合に注意すること

- 下痢や嘔吐を繰り返した身体は脱水症状を起こしやすいため、水分と適当な塩分・糖分の補給をしましょう。
- 下痢止め薬は深刻な症状を引き起こすこともあり、自己判断での使用はやめましょう。
- 食中毒は時には死に至ることもあるので、重症化する前に早めに医療機関を受診しましょう。

お知らせ

代表電話が話中で、なかなか繋がらないのご意見をよくいただきます。ご迷惑をおかけして申し訳ございません。令和元年5月より『予約センター』を設置し、専用ダイヤルを設けたことにより、お待たせ時間の短縮と回線の混雑軽減に繋がると考えています。

その他にも、院内で代表電話を繋がりやすくするための工夫を行っていますので、ご理解いただければ幸いです。

予約センターダイヤル番号 **06(6)74(5)120**
電話受付時間／月曜日～金曜日（祝日を除く）
午前8時30分～午後5時

次回診察のご予約および予約日の変更などに対応します。

「電話交換手さんは院内で患者さんとお会いすることはほとんどありませんが、患者さんへのサービス向上を担う縁の下の力持ちとなつてまいります。これからもどうぞよろしくお願いいたします。



意気込みをお願いします

迅速かつ正確に丁寧な応対を心がけ、電話口の方に心地良い応対と思われる交換手であり続けたいです。



やりがいを教えてください

病院の声の玄関口として、また緊急事態の情報伝達を担うことも重要な役割を果たす部署であることに、やりがいを感じています。

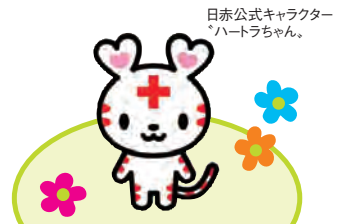


▲電話交換手の皆さん



電話交換手ってどんなお仕事ですか？

- ① 当院の代表電話にかかってくる外線電話を各部署や担当に取り次ぐ。
- ② 院内の各部署からの依頼により、外線に取り次ぐ。
- ③ 診察時間、面会時間などの電話案内。
- ④ 緊急事態の院内放送。



大阪赤十字病院
お仕事紹介

当院には医師をはじめたくさん
の職員がいますが、皆さまにあまり
知られていない仕事をしている職員
もいます。そのなかで、声の玄関口
として最初に窓口となってくれるの
が「電話交換手さん」です。
今号は、そんな「電話交換手さん」
のお仕事を紹介します。

日赤公式キャラクター
ハートちゃん。

News 大空から「しあわせの花」すずらんが届けられました

5月29日(水)、全日本空輸株式会社の皆さまが、北海道で栽培されたすずらんの花の鉢植えと、しおりの贈呈のために来院されました。

すずらんの寄贈は、全日本空輸株式会社のご厚意により昭和31年より行われており、今年で64回目を迎えました。



8階A・B病棟

当日は、1階正面玄関での寄贈セレモニーが行われた後、客室乗務員と地上旅客係員の皆さまにより、1階玄関ホール、2階総合ホール、3階外来待ち合い、8階A・B病棟の患者さんにしおりが配られました。

しおりににはグループ社員の皆さまによる手書きのメッセージが書かれており、すずらんの絵の部分をと、すずらんの香りがします。爽やかな香りとともに患者さんやご来院の方々の笑顔が広がり、すずらんの花言葉のとおり「しあわせ」が訪れました。



寄贈セレモニー



News 赤十字運動月間について 活動資金へのご協力 ありがとうございました

「赤十字」の創始者はスイス人のアンリー・デュナンです。1859年にイタリア統一戦争の激戦地でデュナンが「苦しむ人は敵味方関係なく救護しなければならぬ」という思いを持ったことが赤十字の原点です。彼の誕生日にちなみ、毎年5月8日は『世界赤十字デー』と定められています。日本赤十字社では、この日を含む毎年5月を赤十字運動月間としています。



アンリー・デュナン

当院でも5月中に院内に設置した活動資金へのご協力をお願いする募金箱に82,950円のご協力をいただきました。誠にありがとうございました。

人事異動情報 (4月5日～6月1日)

採用

- 〈4月12日付〉●納田 安啓(リウマチ・膠原病内科部・非常勤嘱託医師)
- 〈4月23日付〉●三隅 史郎(救急科部・医師)
- 〈5月 1日付〉●大塚 華子(形成外科部・専攻医)
- 〈5月 7日付〉●山本 真理子(麻酔科・集中治療部・非常勤嘱託医師)
- 〈6月 1日付〉●大須賀 拓真(産婦人科部・医師)

退職

- 〈4月 5日付〉●松尾 崇史(リウマチ・膠原病内科部・非常勤嘱託医師)
- 〈4月30日付〉●重吉 直哉(形成外科部・副部長)
- 〈5月10日付〉●八木 俊純(精神神経科部・医師)
- 〈5月31日付〉●宮川 知保(産婦人科部・医師)

Seminar 大阪赤十字病院『市民公開講座』を開催します

テーマ 女性のがんについて知りたい

当院では一般の方を対象に、がんに関する市民公開講座を年に一度開催しています。

今回は、女性特有のがんをテーマに、子宮頸がん・子宮体がん・卵巣がん・サブタイプ(性質)によって異なる乳がんの治療方針およびがん治療と仕事の両立支援について、当院の医師2名と医療ソーシャルワーカーが詳しくお話しします。講座を通じて、日頃の不安や疑問を少しでも解消していただければ幸いです。どうぞ、気軽にご参加ください。

なお、参加費は無料、事前のお申し込みは不要です。



昨年の様子

- ◆日 時/令和元年11月9日(土) 13:00～15:30
- ◆場 所/大阪赤十字看護専門学校 合同教室
- ◆講 師/大阪赤十字病院 産婦人科主任部長 野々垣 多加史
乳腺外科主任部長 露木 茂
医療ソーシャルワーカー 岩村 将大
- ◆お問い合わせ先/診療情報管理課
TEL:06-6774-5111(内線2302)

編集後記

今号では、夏に注意したい病気と水の事故を中心に掲載しました。病気は予防が肝心です。手洗いうがいをしっかり行って、元気に過ごしたいものです。

皆さまはどんな夏を過ごされますか。私は大好きな宮古島へ家族旅行を計画しています。熱中症や水の事故にはしっかり注意したいと思います。皆さまも病気や事故に気をつけて、素敵な夏をお過ごしください。

(Y.N)

病院のご案内

- 受付時間(月～金) (診療開始は午前8:45からです)
初診/月曜日～金曜日 8:30～11:30 再診/月曜日～金曜日 8:00～11:45
- 休診日 土・日・祝・5月1日(本社創立記念日)・12月29日～1月3日
- 診察券 診察券は全科共通で使用いたしますので、ご来院時には必ずお持ちください。
- ご面会 (病状によってこの限りではありませんが、必ず病棟の看護師にご相談ください)
平日/14:00～19:00 休診日/10:00～12:00、14:00～19:00
小児病棟(平日・休診日とも)/14:00～19:00
- 保険証等 保険証、医療証等は月に1度窓口で確認させていただきます。また、変更・更新の際は必ずご提出ください。

当院は
敷地内全面禁煙です
当院は、敷地内全面禁煙を
実施しています。
ご理解とご協力をお願いします。



大阪赤十字病院

大阪市天王寺区筆ヶ崎町5-30 令和元年7月発行

■お問い合わせ

TEL:06-6774-5111(代表)

大阪赤十字病院 <http://www.osaka-med.jrc.or.jp/>
赤十字全般 <http://www.jrc.or.jp/>

