



理念

- ・ 良質で心温まる医療
- ・ 奉仕の精神
- ・ 研鑽と謙虚

基本方針

- ・ 患者さまの権利を守ることを第一とする
- ・ 患者さまとのコミュニケーションを大切にする
- ・ 常に医療倫理の元に行動する
- ・ 医療安全管理の基本を怠らない
- ・ 良い接遇は良い医療を生み出すことを銘記する



当院は、病院機能評価認定病院です

睡眠時無呼吸症候群とは

◆睡眠時無呼吸症候群とは、文字通り眠っている間に「無呼吸」状態が生じる睡眠時呼吸障害のひとつです。検査で睡眠中1時間に15回以上の無呼吸や低呼吸などの呼吸イベントがみられる方は睡眠時無呼吸症候群と診断されます。

睡眠時無呼吸症候群では、夜間眠っている間、周期的に呼吸が止まる為、体の中の酸素が高度に不足した状態が繰り返し生じます。同時に交感神経の働きが亢進した状態を引き起こします。この結果、睡眠時無呼吸症候群では、高血圧、糖尿病、脂質異常症を呼び込み、脳卒中、不整脈、狭心症、心筋梗塞、認知症などの病気を引き起こすことが知られています。また、肥満者に多いことから、メタボリックシンドロームと密接に関係します。

◆睡眠時無呼吸症候群の診断には、自宅でも行える簡易式診断器による方法と、1日入院して行う睡眠ポリグラフ検査による方法とがありますが、正確な診断や治療効果の判定には後者の方法が必要となります。その他、必要に応じて、呼吸機能検査や血液ガス検査、全身状態の検査(採血検査、心電図、血圧など)、耳鼻咽喉科と協力して咽頭部の構造の診察を行います。

◆睡眠時無呼吸症候群の治療法としては、検査により無呼吸低呼吸指数(AHI; apnea and hypopnea index)が20以上認められた中等症以上の方では、鼻マスクを通して閉塞気道に圧を加える経鼻持続気道陽圧療法(CPAP; nasal continuous positive airway pressure)の保険適応があります。これに満たない場合には、口腔内装具の着用や、側臥位睡眠を行うことも有効です。場合によっては、手術が適応となる症例もあります。いずれにしても、肥満がある場合は根気良く減量を行うことが必要です。

◆あなたは夜間のいびきや呼吸の停止を指摘された事がありますか？ 昼間の眠気が異常に強かったり、熟睡感がないことはありませんか？ 起床時頭痛はありませんか？ 下の表を使って、あなたの眠気度を自己判定してみましょう！ 最近の日常生活を思い浮かべてお答え下さい。合計点が11点以上あった方は、睡眠時無呼吸症候群の可能性が考えられます。呼吸器内科・耳鼻咽喉科・循環器内科など専門外来でご相談してください。



内科医
長尾 早江子

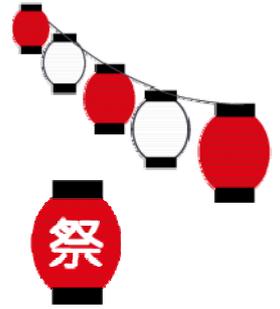
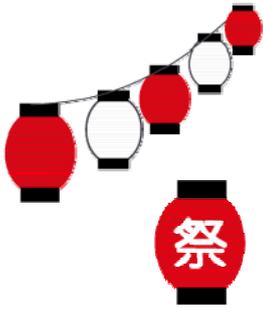
エプワース眠気尺度

あなたの最近の生活の中で次のような状況になると、眠くてうとうとしたり、眠ってしまうことがありますか？ 下の数字でお答え下さい。

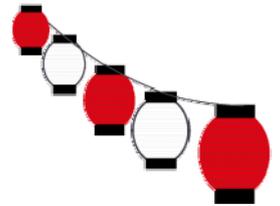
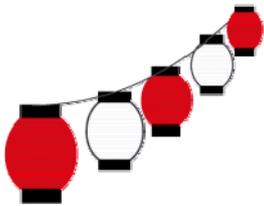
0=眠ってしまう事はない、1=時に眠ってしまう、2=しばしば眠ってしまふ、3=ほぼいつも眠ってしまう

- | | |
|-----------------------------------|-------------|
| ① 座って読書中 | (0 1 2 3) |
| ② テレビを見ているとき | (0 1 2 3) |
| ③ 人の大勢いる場所(会議や劇場など)で座っているとき | (0 1 2 3) |
| ④ 他の人が運転する車に乗って、休憩なしで1時間以上乗っているとき | (0 1 2 3) |
| ⑤ 午後に横になって休憩をとっているとき | (0 1 2 3) |
| ⑥ 座って人と話をしているとき | (0 1 2 3) |
| ⑦ 飲酒をせずに昼食後静かに座っているとき | (0 1 2 3) |
| ⑧ 自分で車を運転中に、渋滞や信号で数分間止まっているとき | (0 1 2 3) |

陽だまり夏祭り開催



8月21日(土)陽だまりにて「第7回陽だまり夏祭り」が開催されました。二部構成で行われ、一部は盆踊りと民謡協会の先生による踊り披露。盆踊りは利用者さま中心に行われました。一部終了後には、職員による屋台の出店があり、焼きそば、たこ焼き、山賊むすび、クレープなどを100円で販売。そして二部はおみこしを担いでパレードをしたり、職員によるソーラン節が行われ、おおいに盛り上がりました。また本年度より夏祭り開催に合わせて、一般の方を対象に「健康祭り」と称し体力測定や健康相談を行いました。陽だまり1階にて、外来、病棟看護師が身長・体重測定、握力測定、血圧測定を行ったり、問診表と健康相談用紙で日頃の体調、持病、健康維持の方法などを楽しみながら相談されていました。また、本年度はじめての試みであり課題の残るところではありますが、また来年度も地域の皆様に貢献できるよう努力してまいります。来年度も夏祭り、健康祭りを開催する予定なので是非来てみて下さい。



広島大学医学部等の皆さまの体験実習を実施して

この度、8月30日、31日の2日間で学生4名(医学部、理学療法学部、看護部の皆さん)を受け入れました。この実習は単なる体験実習ではなく、広島大学医学部臨床教授等称号付与制度に基づき、実施されることになっています。看護部長が称号を付与し、全職員で指導に当たりました。実習生の実習後の学びを一部ご紹介いたします。

- ・医療保険と介護保険の違いが理解できた。
- ・各々の専門職がチームを組み、チーム医療の必要性を学んだ。
- ・大学の授業で学べないコミュニケーション能力を学んだ。
- ・看護師さんの仕事の多さと業務が多岐に渡っていることを知った。
- ・医療の進歩とそのスピードについていくことの重要性を実感した。
- ・どの科であれ連携が非常に重要であることを学んだ。
- ・今回の実習を体験して自分の目標が明確になった。

と、学生らしく素直で向上心のある学びをされていました。

その他、色々な意見がありましたが、体験出来て良かった！今後の参考になった！

実習後、各病棟から看護師が反省会に参加し、実習生へ向けた激励を送り、体験実習が終了しました。



編集後記

今年の夏は酷暑に猛暑…。熱中症にかかる人が増えました。この時期は日中と朝・晩の気温差があり体調を崩しやすいので水分摂取をして体調管理をしていきましょう。

福利厚生・広報 牟田

