

# 健康のひろば

院内報

2008.

2

月号

ホームページ <http://www.kakegawa-hsp.jp/>

愛365日 掛川市立総合病院



## C・O・N・T・E・N・T・S

### ② スギ花粉症の季節

- ③ ご質問にお答えします  
かわいい手作り人形をいただきました  
面会時間のお願い  
楽しくバイキング  
病院の概況  
人事異動

### ④ ナースキャップ

## ニューイヤー コンサート!

1月23日(水)夜、東京女子医科大学看護部大東キャンパスの学生たちの企画したニューイヤーコンサートが、当院2階循環器科ロビーで開かれました。昨年からのニューイヤーコンサートとして年明けの1月に行われています。

学生らによるコンサートは、入院患者様に心温まる楽しいひとときを過ごしてもらおうと、今回で10回目となります。患者様やご家族の方は、美しいハーモニーの数々に聞き入っていました。

● 助産師・看護師募集中!

詳しくは、管理課 庶務係 ☎0537-22-6211まで

春のうつつ

# スギ花粉症の季節

今年も2月に入り、そろそろ花粉症の方にとってつらい季節がやって来ます。「まだ早い」と思う方も多いかもしれませんが、花粉症対策は予防から始まるので今から始めても早すぎることはありません。今回は、今年の花粉症の傾向と対策などについて紹介していきます。

**東日本では  
昨年の1.5から3倍**

春に飛散するスギ花粉の飛散量は、前年夏の気象条件に大きく左右されます。2008年春のスギ・ヒノキ科花粉総飛散数は、10月までの気象状況から昨年春と比較して東日本では、1.5倍から3倍となっています。例年との比較では、大飛散のあった平成17年に次ぐ飛散量と予測されています(環境省予測)。

本格飛散開始は、例年並みかやや早いと予測され、早めの予防や対策が必要。静岡県のスギ花粉飛散量は全国有数で、その中でも掛川は特に多い地域ですので、例年通り注意が必要です。



## 花粉症を予防する

花粉症対策には、予防は欠かせません。予防や治療という点、まず薬物療法を考えがちですが、それと平行して、セルフケアが必要です。スギ花粉症は、通年性のアレルギーと違い、スギ花粉が原因としてはつきりしているのです。接触しないようにするのが一番です。帰宅時に衣服をはたくとか、拭き掃除をまめに行うなども必要です。マスクやメガネ等は、高い予防効果があることが証明されています。

薬物療法についても、予防段階からの抗アレルギー剤の内服は、①発症を遅らせる、②本格飛散後の症状を軽減することから、本格飛散の2週間前(2月上旬までに服用開始する)のが効果的です。どうしても症状がないと様子を見てしまいますが、予防からはしめることをおすすめしています。

## 花粉症を治療する

症状が実際に出てきた場合、基本的には、抗アレルギー剤、抗ヒスタミン剤、の内服や、外用薬(点鼻薬、点眼薬)を組み合わせる処方していきます。抗ヒスタミン作用の強い薬は、鼻水、くしゃみなどに即効性がありますが、眠気、口の渇き等の副作用が強い傾向があるので、本人の症状に適した処方をおこなっています。

内服薬が効かない、内服薬を服用するのが煩わしい等で、他の治療はないだろうかと考えている方には、レーザー等を使用した鼻粘膜焼灼術を行う方法もあります。鼻閉で困っている方には効果的で、局所麻酔の後、約30分程でアレルギー反応を起こしている鼻粘膜を焼いて反応を起こさなくする方法です。外来で短時間で処置できて、内服薬の減量も可能ですので、興味がある方は、ぜひご相談ください。効果の持続時間は、まちまちですが、おおよそ1年弱で、8割程の方に効果があるといわれています。

その他にも、鼻中隔矯正、下鼻甲介切除といった、鼻閉の原因となっているものを、直接切除するような手術もあります。

以上が当院で行っている主な治療ですが、その他にも治療法はありますので何でもご相談ください。

こんな治療もあります



**シーズン前に注射するとすごくいいと聞いたのですが?**

脂溶性ステロイドの筋肉注射と思われる。1999年版鼻アレルギーガイドラインでは好ましくないと評価されています。確かに効果は抜群ですが、筋肉萎縮、胃・皮膚潰瘍、副腎萎縮その他副作用が多く、安易にはおすすりできません。同じステロイドでも外用薬にはこのような全身副作用はなく、比較的安心して使用できます。

**体質を改善する注射があると聞きましたか?**

減感作療法といわれるもので、スギなら何万倍にも薄めた溶液から少しずつ濃いものに変えて、徐々に身体を慣らしていく方法です。現在のところ、花粉症に対する唯一の根治的療法といわれています。しかしこの療法は効果を得るのに数年かかることなどから、実際にスギ花粉症に対して行っているかたは少ないようです。

**どの治療が一番いいの?**

まさに人それぞれです。耳鼻科ではご本人の体質と希望に応じていろいろな方法を使い分けていますので、ぜひ一度ご相談ください。

## 静岡県の花粉情報

静岡県では全国に先駆けて、花粉飛散調査を行い情報提供がなされてきました。最新の花粉情報は、静岡済生会病院のホームページで提供している静岡県花粉調査委員会による報告を参考にしてください。

<http://www.siz.saiseikai.or.jp/jibika/kafun.html>



かわいい手作り人形をいただきました

12月12日、市内倉真地区のボランティア団体「スマイルくらみ」の皆さんが、かわいい手作り人形を作った。人形は、サンタクロースの服を着たものと、フクロウの2種類。「スマイルくらみ」の皆様には、生きがい作り活動の一環として、手芸や裁縫などの技を活かしたものの作りを行っており、以前にも「氷枕カバー」や「おなかカバー」などを作っていたいただいております。人形は、外来や病棟のカウンターに飾っています。

ご質問にお答えします！

Q 予約診察でも待たせるのはなぜ？

**A** 予約時間は、30分単位になっており、1単位当たり4から5名の診察になっています。従って、同じ予約時間でも30分の待ち時間が、生じることがあります。また予約外の患者様が、この間に入ることもあるため、混み合う日には、待ち時間が長くなる場合があります。

患者様の診察は、主治医制をとっています。急に具合が悪くなると、診察にこられた場合でも、主治医が外来担当であれば、主治医の診察を受けるシステムになっています。

患者様にとっては安心できるシステムですが、待ち時間が長くなることになりまます。ご理解とご協力をお願いします。



募集 糖尿病患者会(オリーブの会) 「楽しくバイキング」開催

カロリー制限のある糖尿病患者様や体重管理を必要とする皆さんもバイキング料理を楽しむことができます。ぜひご参加ください。

と き 平成20年3月23日(日) 受付11時30分～  
 ところ つま恋  
 対 象 糖尿病患者様とご家族、一般の方で健康管理に関心のある方  
 参加料 2500円程度  
 ⑩ ① 掛川市立総合病院 22-6211  
 看護事務室 榛村(内線2706)  
 3月17日(月)までに電話でお申し込み

面会時間のお願い

当院の面会時間は、午後2時から午後7時までです。患者様が療養に専念できるよう、時間厳守にお願いいたします。また、病室に入退室される際には、必ず手洗いをするようにお願いします。

■ お願いいたします

採用職員

◇医師 (1/1付)



消化器科医長 藤田昌春

■ ありがとうございます

退職職員

◇医師 (12/31付)

佐々木洋美 循環器科医員  
 ◇非常勤医療補助員 (12/28付)  
 尾島ちか子 リハビリテーション室

病院の概況

(12月)

区 分		人 数 [名]	前月対比[名]
患 者 数	外 来	延 べ 19,504 1日平均 1,027	-300 84
	入 院	延 べ 11,195 1日平均 361	252 -4
赤 ち ゃ ん 生 誕	男 の 子	16	6
	女 の 子	12	-7
	計	28	-1
人 間 ド ッ ク 受 診	1泊2日コース	7	3
	日帰りコース	延 べ 625 1日平均 32	-59 0
	脳ドック計	3	-1
		635	-63

看護部  
だより

# ナースキャッツ

No.9

## 研究発表会

### 看護師の満足度調査

スタンプスらの質問用紙使用によるアンケート調査

主任グループ代表 石田 幸子

職務満足とは、組織で働く人々が、与えられた職務内容にどのくらい満足して働いているかということですが、今回、看護師の職務満足度を調査しましたが、50%と決して高い満足度ではありませんでした。当院を取り巻く、医師・看護師不足、病院合併問題、病棟編成、医療事故など



今年、4階西・5階東・主任の7グループの1年間の研究成果の発表会が行われました。

厳しい医療環境が、楽しく働ける環境を形成するに当たり阻害因子として存在していると考えます。この厳しい環境の中、満足度を高めることは難しいことですが、協力し合い、より良い人間関係を築き、一人一人がやり甲斐のある看護をしたと思えるよう支援していくことが大切なことだと思えます。満足度を高めることにより、看護師の離職予防をはかり質の高い看護を提供していくことが出来たらと思います。

厳しい医療環境が、楽しく働ける環境を形成するに当たり阻害因子として存在していると考えます。この厳しい環境の中、満足度を高めることは難しいことですが、協力し合い、より良い人間関係を築き、一人一人がやり甲斐のある看護をしたと思えるよう支援していくことが大切なことだと思えます。満足度を高めることにより、看護師の離職予防をはかり質の高い看護を提供していくことが出来たらと思います。



H19.12.20 発表会

## 基礎Ⅲ

# 目標発表会

20.1.10

## リーダーシップトレーニング

### 1年間の活動と今後の抱負

5東病棟 田村直子

今年一年間私は基礎Ⅲの学習者としてリーダーシップトレーニングを行ってきました。「インターフェロン治療の情報をチーム内で共有化できるように行動する。」という目標を立て活動してきました。チーム活動でインターフェロン導入パスを作成する予定であったので、そのリーダーをとることにしました。病棟内だけで作成する予定だったのですが、消化器科外来からの申し出があり、連携したパスを作成することになりました。どのように動いてよいのか困ったことが沢山ありましたが、先輩の助言のおかげでパスが完成しました。今回の活動の中で、メンバー一人一人の個性に合わせてリーダーシップをとることの大切さを学びました。今まではリーダーは荷が重く、できないと思っていましたが、

研修の中で自分なりに取り組んでいけばよいことを知り、身構えなくなりました。今後は、コミュニケーション能力の向上目指し学習をしていきたいです。一年間学習させていただきました。ありがとうございます。



H20.1.10 発表会