

なんじゃもんじゃ

Vol. 34

恵那病院ホームページはこちら

<http://www.enahp.enat.jp/>



INDEX

脱水症と熱中症	…1
医療情報システム委員会	…2
恵那市健康・福祉祭に参加して	…3
看護師募集	…3
外来担当表	…4
クイズ	…4
編集後記	…4



当院は平成22年より(財)日本医療機能評価機構の認定を受けております。

Municipal Ena Hospital Public Relations Magazine

【脱水症と熱中症】…経口補水液について

【脱水症について】

体内の水分と電解質 (Na⁺、Cl⁻など)が欠乏した状態を脱水症といい、嘔吐、下痢、熱中症などの場合におこります。幼児の脱水症では低血糖もおこります。脱水症の治療には、水分のほか塩分、糖分が必要で飲み物には水のほか、塩分、糖分が入っていたほうが、体内への吸収がよくなります。

経口補水液は、食塩と砂糖を一定の割合で、水に溶かしたものです。簡単にいうと、飲む点滴です。よく似たものにスポーツドリンクがありますが、経口補水液は、スポーツドリンクより塩分が多く、糖分が少なくなっています。

経口補水液とスポーツドリンクの組成

	Na (mEq/l)	糖 (g/dl)
経口補水液	50	2.5
スポーツドリンク	9~23	6~10

※経口補水液は、OS-1 という名前で市販されていますが、自宅で作ることもできます。

経口補水液の作り方

塩 3g (小さじ 1/2 杯) と砂糖 40g (大さじ 4 と 1/2 杯) を湯冷まし 1 リットルにとかし、レモンやグレープフルーツを絞ると飲みやすい。

緊急時は、コップ 1 杯の水に、ひとつまみの塩 (小さじ 1/8 杯) と 5 つまみの砂糖 (大さじ 1 杯) をいれる。

【熱中症について】

気温が高くなると、体表面から外気へ熱を放出できなくなり、さらに多湿になることで汗の蒸発が不十分になり、汗が蒸発する時に体から熱を奪うという汗の体温調節が働かなくなります。その結果、体内に熱がこもり、体温の上昇と体内の水分と塩分が不足し脱水症となり、熱中症がおこります。

熱中症の症状と分類

- 1 度 (軽症) こむら返り、立ちくらみ
発汗により、塩分欠乏がおこり、筋肉が痙攣し、痛む
- 2 度 (中等症) 熱疲労 (脱力感、めまい、頭痛、軽度体温上昇)
大量の発汗による著しい脱水状態
- 3 度 (重症) 熱射病、日射病
高度な意識障害、高体温、死亡の確率が高い

熱中症にかかりやすい条件

- 1) 高温、多湿、無風、前日に比べ急に気温が上がった場合
- 2) 朝食抜き、睡眠不足、下痢など体調が悪い時
休憩が短い時
- 3) 子供 (体温調節機能が未発達で、水分の必要量が多い)
- 4) 高齢者 (暑いと感じにくくなり、のどの渇きも感じにくい)

熱中症の応急処置

- 1) 涼しい場所に運ぶ (木陰、冷房のきいた場所)。うちわであおぐ
- 2) 大きな動脈 (首、わきの下、またのつけね) を冷やす
- 3) 寒いというまで冷やす。20 分以内に体温を下げると予後がよいと言われている
- 4) 意識があり、飲めるなら経口補水液かスポーツドリンクを飲ませる。ない場合は、さめた味噌汁 (塩分が含まれる) か、コップ 1 杯の水にひとつまみの塩と 5 つまみの砂糖を入れて代用

熱中症に適した飲み物としては、

経口補水液 > スポーツドリンク > 水

(水だけだと、体内の Na 濃度が低くなり、低 Na になります) 梅干しや、味噌汁には、適度の塩分が含まれていて良いと思われます。

熱中症の 20% は室内で起こります。暑い時期には、水分、塩分をしっかりとって、涼しい場所で十分な休憩を取りましょう。(ただし、高血圧の人は塩分の取りすぎに注意)



(小児科部長 服部誠)

医療情報システム委員会



今回は医療情報システム委員会のご紹介をします。

委員会紹介の前に医療情報システムについて少し説明しましょう。「医療情報システム」って何？という方も、「電子カルテ」といえばお分かりになるかもしれません。

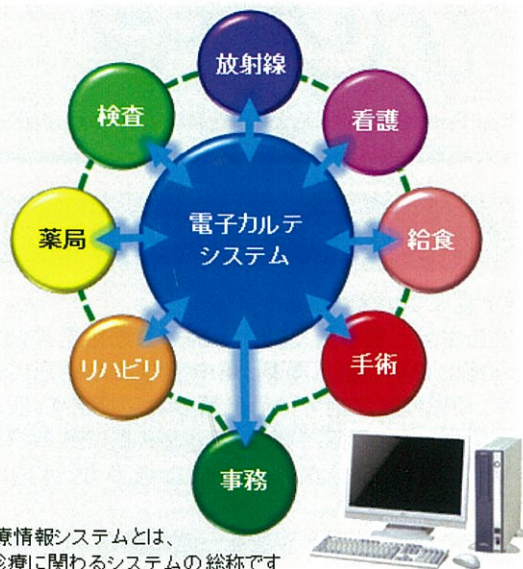
みなさんが診察を受ける時、医師がパソコンに向かって入力や結果を確認しているコンピュータシステムを主に電子カルテシステムといいます。電子カルテシステムを中心に、レントゲンをはじめとする色々な検査やお薬の処方・注射、リハビリ、給食などそれぞれに連携する部門のシステムがあり、これらを総称して「医療情報システム」と当院では定義しています。

電子カルテシステムでは、医師によるカルテの記録、検査やお薬などの指示（オーダーといいます）が発行されます。

これに対し、電子カルテからのオーダーを受付け、検査やリハビリの実施、お薬の調剤、給食の献立・提供などそれぞれの部門に特化した処理を行うのが部門システムです。

このように電子カルテシステムを中心に各部門システムが連携して、医療情報システムが形成されています。

当院では、受付から会計まで、そのほとんどが医療情報システムで管理されていて、患者さんの受付時間から、その日の診察予約や検査の内容と結果、診察の内容、お薬の内容、会計の時間まで様々な情報がシステム内に記録され、スタッフはこれらの情報を共有して患者さんの治療に従事しています。いつでも・どの診療科でも患者さんの情報が共有できるというのが、システム利用の最大の利点と言えるでしょう。



医療情報システムとは、診療に関わるシステムの総称です

医療情報システム委員会は、これら院内の診療に必要なシステムに関わる円滑な運用と適正な管理を図ることを目的とした委員会です。メンバーは、医師・看護師・各部門代表者・事務とほとんどの職種から構成されています。当委員会は毎月開催され、システムに関わる運用や機能改善の検討、不具合の調査・対応など、より良いシステム環境が提供されるよう活動しています。

当院の医療情報システムは、平成20年2月に本格的に稼働し、今年で6年を経過しました。システムは安全・安定的に使用できるよう維持することが最も重要で、そのためには定期的にシステムの更新が必要となります。今年度はその更新の年であり、当委員会にとっても病院にとっても大きなイベントとなります。またその先には新病院での運用検討や新しいシステムの導入検討などが控えており、委員一同が中心となって、さらに良い診療環境が提供できるよう取り組んで参ります。

医療情報システム委員会
委員長 山田 誠史

平成26年恵那市健康・福祉祭に参加して



市立恵那病院が開院してから、毎年、恵那市で開催する健康・福祉祭に参加して今年で10年目を迎えます。今年は、平成26年6月1日に開催され、各ブースに多くの市民（ボランティア）が参加されていました。

当院では、計21人の職員が医師相談をはじめとして総合検診（身長・体重・血圧・血糖測定、骨密度測定、物忘れプログラム、糖尿病相談（看護師・管理栄養士）、アロマセラピー、福祉介護相談（MSW）、育児相談・マンモ触診を分担して行いました。当院のブースに参加された来場者数は、262名ととても盛況でした。

このような年1回のイベントに参加して、大きな病気となる前に人間ドックや検診などで自分自身や家族の健康管理をしていただく機会となればやり甲斐もひとしおです。

病院を離れた場所で地域の方の生の声を聴き、病院理念「私たちは地域住民のために、医療倫理を守り、質の高い、信頼される、思いやりあふれる医療を展開いたします」を振り返り、更なる切磋琢磨が必要だと感じました。

平成28年度には新病院を開院する計画であり、それに向け職員一同、業務に励みたいと思います。



参加者の内訳

・総合検診	212名
・医師相談	15名
・アロマセラピー	27名
・育児相談	8名

（森井 尚之）

看護師募集



職 種：看護師（若干名）

休 日：日曜日、土曜日、祝日を含めて月7.5日以上

有給休暇：最大年間20日（採用月により変動します）

特別休暇：年末年始、リフレッシュ休暇、産前産後休暇、忌引等

※臨時職員（日勤勤務者）看護師も募集しています。下記までご連絡下さい。

市立恵那病院（担当 清原）☎0573-26-2121