

第12回

ふれあいポスター展

❧ 作 品 集 ❧



JA広島総合病院

JA. HIROSHIMA General Hospital

令和 3 年度

第12回ふれあいポスター展に寄せて

病院長 松原 昭郎

新型コロナウイルス感染症第6波到来の真っ只中、今年度も冬の風物詩「ふれあいポスター展」を何とか開催し、無事に終えることができました。三密を避けるため、昨年同様オープンホスピタルを中止し、展示期間を例年の約2倍に延長しての開催です。

このポスター展は、地域に誇る当院の医療や研究がどのように生み出されているのか、その舞台裏や職員の仕事を見てもらうことで、地域の方々の心と触れ合う交流の場にしたいとの思いで平成22年にスタートしました。当時の福田病院長とアカデミック委員会が企画立案したこのイベントは、初回から大ヒットし、各方面から絶賛と良いほどの評価を頂いてきたようです(第1回ふれあいポスター展作品集より)。

第12回となった今回は、過去最高の46作品がエントリーされました。その作品は、いずれも患者目線の個性溢れる内容と構成で見る者を引きつけます。また、ポップな色合い、効果的にちりばめられたイラストや写真など、ビジュアルにも随所に工夫がなされ、昨年以上に制作者の力の入れようがひしひしと伝わってきます。

昨年は外部から「患者の立場に立ったディスプレイの説明に感心しています。写真や絵、文字が親近感のある表現でうれしいです。是非、冊子にしてほしいです。ホームページにアップしても良いです。私は興味のあるものはスマホで写真を撮っています。」との声を頂きました。今年も、総じて地域の皆様の評価は高いようです。

甲乙つけがたいこれらのポスターを厳正に審査した結果、最優秀賞は、地域救命救急センター外来の作品「～これであなたも、命が救える～」が選ばれました。新型コロナウイルス感染症を題材に地域医療に尽瘁する真摯な姿が審査員、住民の高評価に繋がったのではないのでしょうか。栄養科の作品は例年にまして評価が高く、コメディカル部門と住民投票部門の優秀賞をダブル受賞しています。また、今年のラッキー賞は、5つの部署が幸運を引き寄せました。

皆様はどのようにお感じになったでしょうか？紙面の都合上、私からのコメントはこれくらいにして、皆様のご感想を教育研修課までお寄せ下さればと思います。

今後も、地域の皆様にとって当院がこれまで以上に身近な病院となるよう、更なる工夫を重ねつつ、当院のことを知っていただく活動を続けていきたいと思います。皆様、大変お疲れ様でした。

令和4年3月吉日

◆最優秀賞

部 署	作 品 名
地域救命救急センター外来	～これであなたも、命が救える～

◆優 秀 賞

部 門	部 署	作 品 名
医 局 部 門	呼吸器外科	え!?まだタバコ吸ってるの??やめなきゃいけないその理由
看 護 部 門	西6階病棟	胃の手術後の食事について～ダンピング症状とは～
コメディカル部門	栄養科	“らくらく” 減塩生活のススメ
チーム活動部門	認知症ケアチーム	入院しても安心 認知症ケアチームがサポートします!!
住民投票部門	栄養科	“らくらく” 減塩生活のススメ

◆ラッキー賞

部 門	部 署	作 品 名
医 局 部 門	耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉科診療の春夏秋冬
看 護 部 門	東5階病棟	what's 脳?
コメディカル部門	薬剤部	新人薬剤師 上本圭太の一人前への道～新型コロナウイルス対策編～
チーム活動部門	病理研究検査科 がんゲノム医療事務局	がんゲノム医療を知ろう!～これからのがん治療～
住民投票部門	西5階病棟	健康長寿!～自分の足で歩こう～

◆応募総数：46作品

医局部門 14作品 看護部門 17作品 コメディカル部門 10作品 チーム部門 5作品

◆期 間：12月27日(月)～2月18日(金)

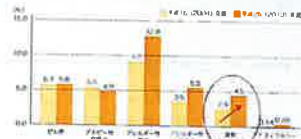
食べて治す!? 食物アレルギー

小児科

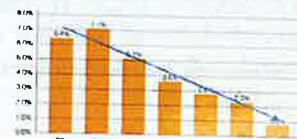
1

食べて治す!? 食物アレルギー

小児科



アレルギー疾患のなかでも、食物アレルギーは増加傾向にあります。



一方、食物アレルギーは年齢とともに自然に寛解すること知られていますが...

もしも食物アレルギーが大きくなるまでに治らないと...

子どもの食物アレルギーの原因食物トップ3

卵



乳製品



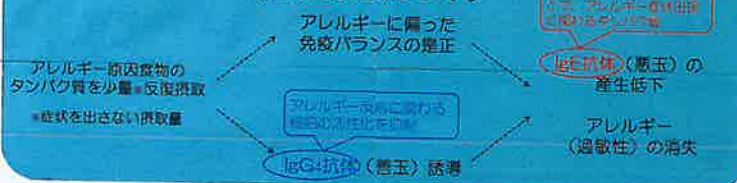
小麦



たくさんの美味しいものがいつまでも食べられません!!!

そこで登場した新しい治療法が経口免疫療法です。

経口免疫療法のしくみ



経口免疫療法の有効性

食物アレルギー診療ガイドライン2016より引用

卵：75～94%が脱感作※
乳製品：36～67%
小麦：89%
ピーナッツ：62～84%

※脱感作

→ 一時的に食べられるようになった状態

当科での実際の治療症例

小麦アレルギー 1歳



最後に一番大事なこと...

※経口免疫療法は完全に確立された治療法ではありません。

治療中に強いアレルギー反応を認めることもあります。

また、治った状態が長期的に続くのか？など、不明な点も数多く残っています。

実施にあたっては安全な摂取量や摂取スケジュールを主治医が決定します。

医療機関で相談せず、保護者の方の判断だけで安易に少しずつ食べさせてみると

いうことは決して行わないようにしてください。 ご相談は当院小児科まで。

食物アレルギーのせいで人と同じ物が食べられない不便さや、せっかくの美味しい物が食べられない状況は、食生活のQOLを大きく損ないます。このポスターが、食物アレルギーで困っている方の参考になれば幸いです。

新型コロナウイルス感染症と妊娠

産婦人科

2

新型コロナウイルス感染症と妊娠

産婦人科

新型コロナウイルス感染が妊娠に与える影響は？

基礎疾患を持たない場合、経過は同年代の妊娠していない女性と変わらないとされています。しかし、妊娠後期に感染すると、早産率が高まり、一部は重症化するという報告があります。高年齢での妊娠、肥満、高血圧、糖尿病などが重症化のリスク因子とされています。

新型コロナウイルス感染が胎児に与える影響は？

新型コロナウイルスに感染した妊婦から胎児への感染や胎児に先天異常が引き起こされる可能性は低いとされています。

妊娠中は時期を問わずワクチン接種が推奨されています！

日本で承認されている新型コロナウイルスワクチンは妊娠、胎児、母乳、生殖器に影響を及ぼすという報告はありません。夫又はパートナーの接種も推奨しています。



発熱や咳などの症状があれば



まずは、かかりつけの産科医療機関に電話等でご相談ください。



医師が必要と判断した際には、PCR検査を受けてください。

PCR検査陽性となったとき（広島県の場合）

※2021年11月末日時点

妊娠36週以降

重症度に関係なく全員



入院（県立広島病院など）→分娩は基本、帝王切開となります。

妊娠36週未満

無症状～軽症



自宅療養または入院（当院を含む協力医療機関）

中等症～重症



入院（県立広島病院など）

産科症状（出血・腹痛・胎動減少）あれば
かかりつけの産科医に相談して下さい



出血



腹痛



胎動減少

当院の実績

新型コロナウイルス感染症
合併妊娠 8件
治療後の分娩 2件

※2021年11月末日時点

新型コロナウイルス感染症の流行は誰も不安で一杯ですが、妊婦さんはおなかの中に赤ちゃんもいて、より一層不安を感じています。妊婦さんや周囲の人に向けて、ワクチンなど最新の情報を伝えたく、作成しました。

糖尿病・代謝内科

3

「運動はあなたを裏切らない!」

~運動が皆さんの人生を楽しくしてくれる、その理由とは?~

糖尿病・代謝内科

わしは東大寺南大門の金剛力士じゃ。

見てくれ、齢1269歳にして、この筋骨隆々とした姿!

この鍛え上げられた体で、長年超ブラック…いや崇高な責務を果たしてきたのじゃ。

皆様にもその極意を教えて進ぜよう。キーワードは「運動」じゃ。

認知症の予防

週3日以上で運動で、認知症の発症が4割近く低下するよ。
一つの運動よりも、ウォーキング、自転車、水泳、ゴルフなど複数の運動の組み合わせがより効果的。

がんの予防効果 (確実～可能性あり)

男性: 大腸がん
肝臓がん
すい臓がん
前立腺がん
女性: 胃がん
乳がん
子宮がん

内臓脂肪の減少

内臓脂肪が多いと、脂肪細胞から多彩な物質が分泌されて、糖尿病、高血圧、脂質異常につながるよ。これらの病気が重くなると、動脈硬化が進行するんだ。ウォーキングや水泳などの有酸素運動で内臓脂肪が減少し、脂肪肝の改善も期待できるよ。

筋肉量の維持

何も運動をしないと、年齢とともに全身(特に下半身)の筋肉量が低下して、80代では若い頃の30%も減るんだって。特に素早い動作を行う運動に起こりやすいんだ。筋肉量が減ると転倒、寝たきりのリスクに。でも年をとっても、スクワットやつま先立ちなどの筋力トレーニングが筋肉を増やす効果が証明されているよ。

疲労回復

積極的休養(Active Rest)

いつも疲れているあなた。体を休ませる休養ばかりだと、かえって疲労感が蓄積されることも。体を動かす積極的休養は、精神的な疲労を回復する効果があるんだよ。有酸素運動で全身の血行が良くなり、疲労物質が早く除去されるし、睡眠が深くなり、翌日の気力が生み出されるよ。

心肺機能の向上

年齢とともに心臓や肺の機能が低下して、歩く、階段をのぼるなどの日常の軽い動作でも息切れしやすくなってしまふんだ。酸素を取り入れて筋肉でエネルギーを作り出す有酸素運動で心肺機能をきたえられるよ。おまけに全身の血行が良くなって、免疫細胞が体中をパトロールすることで、免疫力もアップするよ。

握力アップで健康長寿

握力は目に見えない全身の筋肉量を測るバロメーター。握力が強いと、健康で長生きする確率が高いそう。意外にも、スクワットで大きな筋肉をきたえたと、筋肉増強指令が出て、握力もアップするという報告があるよ。

骨密度の維持・骨折予防

運動により骨密度の低下が抑えられ、骨粗しょう症や骨折の予防につながるよ。骨密度の維持には、筋肉に負荷をかける運動(筋トレ)が効果的。

運動に取り組んでいる方々にインタビューしてみました☆

お通いと一緒に歩くのが、一人の時は多量に歩くと疲れてくるアツク、と、お通いのおかげで歩けるよ。

通気は歩くように、こた、膝がすく、お通いのおかげで歩けるよ。

れで歩くのは、家でスクワットやつま先立ち、お通いのおかげで歩けるよ。

お通いのおかげで歩けるよ、お通いのおかげで歩けるよ、お通いのおかげで歩けるよ。

お通いのおかげで歩けるよ、お通いのおかげで歩けるよ、お通いのおかげで歩けるよ。



無理のない範囲で少しずつでも始めてみよう!

週3回、有酸素運動と筋力強化の運動を組み合わせると一層効果的!

運動はあなたを裏切らない☆

忙しい現代人も皆、心のどこかで運動不足や体力の低下が気になっているのではないのでしょうか。最新の研究結果を元に、様々な切り口で運動のメリットをお知らせし、運動を始めるきっかけになれば…と作成しました。

教えて シープリン！ ～病院の電気について～

臨床工学科

4

教えて シープリン！ ～病院の電気について～

臨床工学科



日本臨床工学科士会マスコット
シープリン

僕の名前はシープリンだよ。今日は院内の電源についての疑問を
CEさん（臨床工学科士）に聞いてきたから答えていくよ！



最近災害とか多いけど、もし停電に
なったら病院は大丈夫なの？



病院には呼吸器などの生命維持装置をつけている患者さんや手術が行われていたりするから
停電になると患者さんの命に関わってくるんだ。
そういった事態を避けるために**非常電源**が備わっていて、停電すると自動的に
切り替わるんだ。



それじゃ病室で見る白色とか赤色の
コンセントも非常電源に関係してるの？



その通り！院内には4色のコンセントがあるんだ！下にまとめてみたよ。



【商用電源】みんなの家と同じ電源で停電するよ。
普段は無くても問題の無いものをつなげているよ。



テレビ



掃除機



【一般非常電源】一時的に停電になるけど、発電機が起動すると復旧するよ。
少しの停電なら大丈夫なものやバッテリーを内蔵しているものをつなげているよ。



照明



呼吸器



【無停電非常電源】停電した瞬間にバッテリーに切り替わるから停電しないよ。
一瞬の停電が命に関わるものをつなげているよ。



无影灯
(手術用照明)



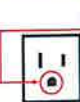
麻酔器



【その他】病院ごとで違うよ。J A 広島総合病院は設備点検用電源になっていて、普段は使っていないんだ。



3Pコンセントの3本目はなに？



アースと言って機械が漏電したときに電気を逃がしてくれるものなんだ。アースが
あるおかげで人に流れる電気を **1万分の1** まで軽減してくれてるんだ。
家庭では冷蔵庫・電子レンジ・洗濯機など濡れてしまう可能性のある機械には**アース線**
がついているよ。僕の下の写真のようにつけておくと安全に使えるんだ。



豆知識

感電する電気の値は**子ども < 成人女性 < 成人男性**の順に
なっていて、子どもは成人男性の約**2倍**感電しやすいんだ！
だから同じ数値でも・・・



子ども



成人女性



成人男性



近年地震や豪雨災害等が日本各地で頻繁に起こっており、そういった時の病院の電力供給はどう
なっているのかを知っていただこうと思い、このテーマを選びました。自分自身も電気設備につ
いて再認識することができました。

地域救命救急センター病棟

5

モニター管理のヒ・ミ・ツ♡

地域救命救急センター病棟

モニターって？

救命病棟ではモニター管理を行い、呼吸・循環動態など患者さんを常にモニタリングしています。一般病棟とは違う環境のため怖い印象があるかもしれませんが24時間モニタリングしているので安心！それでは説明していきましょう



① 心拍数と心電図波形

正常値：60～100回/分
徐脈・頻脈・危険な不整脈がないかすぐにわかるよ！

②・④ 呼吸状態

② 正常値：96～99%
体内の酸素の量を調べているよ
④ 正常値：12～20回/分
呼吸曲線で呼吸リズム・深さ・速さもわかるよ！

③・⑤ 循環動態

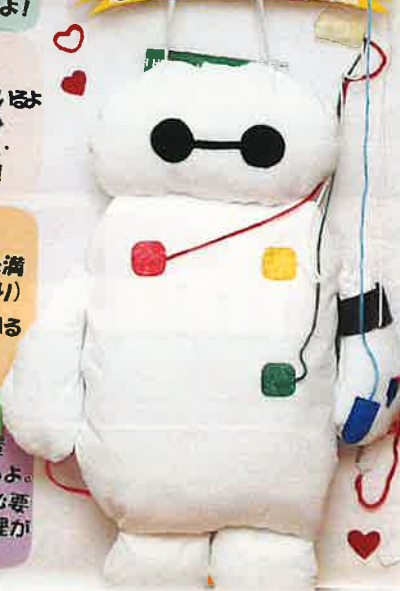
③ 正常値：120/80未満
(個人差あり)

血圧は循環動態を知る手がかりに！！

③ 動脈ライン(Aライン)

これは動脈に針を留置して常に血圧が測れるよ。他にも頻回に採血が必要な人や厳密な血圧管理が必要な人にも大切！

24時間
あなたを守ります



救命救急病棟は、24時間モニター管理をしています。ディズニーの人気キャラクター「ベイマックス」のように患者さんを守ります。

総合医療相談室

6

安心してお家に帰るために
～退院前カンファレンス編～

総合医療相談室

退院前カンファレンス

◆対象者◆

- ◆ひとり暮らし、医療処置が必要になる
- ◆介護保険などで使用するサービスの追加・変更が必要になった
- ◆入院前と比べ日常生活の動きが難しくなった
- ◆患者・家族が自宅退院へ不安を持っている

ご相談ください

◆参加者◆

- ◆患者さん・家族
- ◆病院職員（医師・看護師・薬剤師・栄養士・リハビリ療法士・医療ソーシャルワーカーなど）
- ◆院外関係者（ケアマネジャー・在宅主治医・訪問看護師・退院後に利用が必要なサービス事業所の担当者など）



◆ 目 的 ◆

患者さんや家族が不安なく自宅退院ができる様に、病院内・外の関係者が集まって、生活に必要な医療・介護・福祉サービスの調整・準備をします

※患者さんごとに病状など違うため、病棟相談員にご相談ください

入院患者さんが、住み慣れた地域でその人らしい暮らしをしていくために、退院後の生活を見据え、多職種と連携しながら支援しています。「おうちに帰りたい」を支えます！ぜひご相談ください。

心臓カテーテルって、何なんじゃ？ ～心筋梗塞編～

中央検査処置室

7

心臓カテーテルって、何なんじゃ？

～心筋梗塞編～

中央検査処置室



～それ、心臓の血管が原因かも？～

狭心症 血流 → 血管が狭くなる
プラーク(ごみ)が蓄まり、血管内が狭くなる
発作時に起こる
5～10分くらい安静にしていても治まる

心筋梗塞 血流 → ×
プラーク(ごみ)に、血栓が引っ付いて血管が完全に詰まる
前ぶれなしに起こる
30分以上続くのが特徴

突然、経験したことのない激しい胸の痛みで襲われる

準備が出来たらすぐに心臓カテーテルへ

まずは、心臓カテーテル検査

- ①手首や肘、足の付け根からカテーテル(管)を心臓の入り口まで入れる
- ②造影剤(血管を映し出す薬)を注射
- ③冠動脈(心臓血管)を撮影

右冠動脈 (右の心臓血管)
左冠動脈 (左の心臓血管)
この血管が詰まると!

心臓カテーテル? どんなことをされるんじゃ!?
さて? どうやってカテーテルとやめておすんのか!?
どうやって心臓の血管を映すんか!

手首 肘(ひじ) 足の付け根
管が入るところは?

○手首(とう動脈)
○肘(上腕動脈)
○足の付け根(大動脈)
※場所を選択して、痛みが強いところを避けます

心筋梗塞じゃった!

心筋梗塞になると、心臓の筋肉(心筋)の細胞が死んで血流が減少
詰まった血管をカテーテル治療で再開通できれば、細胞が死んでいくのを食い止めることができます。
一刻も早く、心臓カテーテルをすることが大切です!

これが実際のバルーンカテーテル

これが実際のステントだよ!

①バルーンカテーテル(ふうせん付の管)をつまんだ血管に挿入する

②バルーン(ふうせん)を膨らませ、血管を押し広げる

③ステント(金網の筒)をバルーン(ふうせん)で膨らませて、血管に押し広げる

④ステントで、血管を補強して終了(ステントは、ずっと血管に残す)

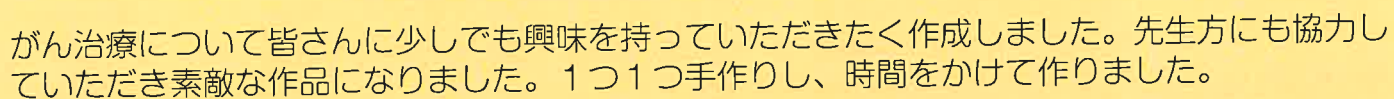
血流 →

みごと血流再開

心臓カテーテルってすごいじゃね～♡

見やすく、わかりやすいように工夫しました。

外来化学療法室





薬剤部

9

新人薬剤師 上本圭太の一人前への道
～新型コロナウイルス対策編～

薬剤部

ある日、新人薬剤師の上本はコロナワクチンの大規模接種を手伝うことになった。

大規模接種当日

ワクチン撮影中



コロナワクチンと他のワクチンを
一緒に接種してはいけないのかな？



コロナワクチンと他のワクチンは同時に接種することはできません。
コロナワクチンを接種する際は他のワクチン接種との間隔を確認しましょう。

コロナワクチンと他のワクチンを接種する場合
13日以上の間隔を空けてはなりません。



13日以上



様々なワクチンの一例

インフルエンザ
ワクチン

肺炎球菌
ワクチン

B型肝炎
ワクチン

麻疹風疹
ワクチン

新型コロナワクチン

写真はイメージです。

厚生労働省 新型コロナワクチンQ&A より

抗がん剤によってがん治療を行っている患者さんは
コロナワクチンを接種していいのかな？



コロナワクチンの接種は前向きに検討すべきと考えられています。
抗がん剤治療中の方は、一度医師や薬剤師に相談してください。
使用している薬剤によっては、避けた方が望ましい時期があります。

細胞毒性抗腫瘍薬(シスプラチンなど)

分子標的薬(タゲリッソなど)

要相談

要相談

2、3日前 薬剤投与日 1～3週間後(薬剤による)
ワクチン接種後の体調不良、免疫抑制による影響を
回避するため、避けた方が望ましい。

特にありません。

免疫チェックポイント阻害薬
(オプジーボなど)

2、3日前は避けた方が望ましい。



アルコールによる手指の消毒は
どんなことに気をつけてやればいいの？



消毒液は、速乾性に優れるものや、持続効果があるものがあります。
消毒のタイミングは、目や口などに触れる前後にこまめに行うことが重要です。

院内で使用されている消毒液



消毒成分として
エタノール

速乾性に優れ、ウイルスや
一般細菌を消毒できる
エタノールが入っています。
揮発しやすいため持続効果は
少ないです。



消毒成分として
エタノール
クロルヘキシジン

エタノールとクロルヘキシジンが
入っています。
クロルヘキシジンは持続性ですが、
一般細菌のみに効果を示すため、
ウイルスには効果が期待できません。

入っている成分は異なりますが
いずれもコロナウイルスに効果があります☆

☆手指消毒のポイント☆
最低15秒以上を要する量を
手に擦り合わせましょう。
(15秒以内に乾燥する量では
十分に消毒できません)



しっかり擦せているね！ 押しが足りません！

大規模接種後



大規模接種の手伝い
がんばったぜ！

松原健太郎から
ひとこと



ちなみに...
最新の新型コロナワクチン
についての最新情報はこちら



大規模接種お疲れ様です！
薬剤師さんだけでなく、医師や看護師さんの協力もあり、
無事二度の大規模接種を続けることができました。
引き続き、コロナ対策頑張ってください！

新型コロナウイルスに対して、ワクチンや手指消毒による感染対策をテーマにポスターを作成しました。今後も感染対策を行い、一刻も早く感染の流行を収束させていきましょう。これからも皆さんのお役に立てる情報を発信していきます。

心臓血管外科

10

心臓・胸部大血管手術後の日常生活ガイド

心臓血管外科

心臓・胸部大血管手術後の日常生活を快適にするために

さまざまな心臓・胸部大血管手術



<心臓・胸部大血管手術後の病期区分>



日常生活は入院生活より疲れやすい

なぜ？

- ・屋内段差
- ・ベッドがなく布団
- ・家事：片づけ、掃除、食事の支度
- ・気疲れ：保険書類、支払い、家族への気遣い、近所や親戚の訪問
- ・家が坂の上

無理をしない、すぐに休憩する



手術の傷（創）について

- ・傷から出た糸は自分で切らない。
- ・抜糸後1か月以内は強くこすらない。
- ・かさぶた（痂皮）は無理にはがさない。
- ・傷がひりひりする場合は、タオルなどをはさむ
- ・胸帯は3～6ヶ月使用
- ・傷の発赤、腫れ、痛みがあれば早めに受診

入浴について

- ・退院直後：シャワー あるいは 湯沸かし湯
- ・退院後1か月かけて徐々に風呂までつかる。
お湯につかる→心臓に負担がかかるが、心臓に負担がかかる→お湯につかる→心臓に負担がかかるが、心臓に負担がかかる
- ・脱衣所を温めておく。
- ・サウナを避ける
かなりの高熱で、心拍数が増加して心臓に負担！

車の運転について

- ・術後2ヶ月から許可
- ・交通量が少ない場所や時間帯で運転で慣らす。
- ・不整脈や内服によるめまいやふらつきに要注意

自信過剰は禁物、慎重に！

仕事復帰について

- ・デスクワーク ⇒ 退院1か月後
- ・営業／運転を要する仕事 ⇒ 退院2か月後
- ・肉体労働 ⇒ 退院半年後
- ・心不全あり・抗凝固薬の内服⇒必要なら職場の変更
半日勤務から開始し、徐々にフルタイムへ

旅行について

- ・短期間で余裕のある日程
(※長距離は行かない、※短い休憩、※安眠のしやすい環境)
- ・過食過飲しない
- ・想定外の事態にイライラしない
- ・病気メモの携帯 (病名、手術名、既往歴、内服、アレルギー、かかりつけ医、などを記入したメモ)
- ・空港のセキュリティ (金属探知機) について
・人工弁や胸骨ワイヤーは反応しない。
- ・ペースメーカーやICDを植え込んでいる場合は係員に手帳を見せる。

歯科治療について

細菌塊が心臓弁に付着する重篤な病気
＝感染性心内膜炎 (IE) の予防が大事です！

- ・弁膜症術後
- ・感染性心内膜炎の既往を有する

歯科治療の前に予防的に抗生剤を内服しましょう！

そして、日々是好日…

心臓・胸部大血管術後の外来通院時に、患者様から頂く日常生活を送るうえでの注意点のうち、頻度の高い質問を中心にまとめました。

全身麻酔による手術 ～入室から退室までの流れ～

手術室

11

全身麻酔による手術 ～入室から退室までの流れ～

手術室



人は未知のものに対して不安や恐怖を感じます。そのため、私達は手術室に入ってからの流れを理解してもらうことで、少しでも患者さんの不安や恐怖感を緩和したいという思いでポスターを作成しました。

消化器内科

12

膵癌をみつけよう
— ミルクティエコー検査とは —

消化器内科

膵臓癌は早期発見が難しく、他の臓器と比較し5年生存率が低く、危険な癌です。

膵臓による死亡者数は年間約3万6000人
臓器別の癌死亡数では第4位
5年生存率は8.5%

	1位	2位	3位	4位	5位
男性	肺	胃	大腸	膵臓	肝臓
女性	大腸	肺	膵臓	胃	乳房
合計	肺	大腸	胃	膵臓	肝臓

部位別癌死亡数 2019年

膵臓の症状



膵臓の症状として、腹痛・背部痛、食欲不振・腹部膨満感、黄疸などがあります。しかし、ある程度進行しないと自覚症状のないことがほとんどです。無症状での発見は難しく、手術切除可能の段階での発見は約20%。ステージⅠ(膵臓内に限局して存在)までの早期発見は全体の約2%にとどまります。

膵臓に対する画像検査

膵臓に対する画像検査として、造影CT、MRI、超音波内視鏡があります。膵臓全体を描出でき、転移や血管浸潤など治療方針に関わる評価をするため、いずれも重要な検査です。しかし、放射線被曝や造影剤アレルギーのリスク、検査に伴う侵襲、検査コストの問題があり、腹部症状や検査異常(血液検査・腹部エコー)等での精査が主となります。

腹部エコー検査

腹部エコーは最も簡便、非侵襲的で低コストであり、健診でも広く行われています。欠点として、体格や消化管内の空気などの影響を受けやすく特に膵臓は消化管に囲まれているため空気の影響で膵全体の観察が難しいです。

観察の難しい膵臓を描出する工夫として
体位変換・検査中に上体を起こしたり、横を向いたり
胃充満法・検査中に飲料を飲み、胃内の空気を除きます。

ミルクティエコー

当院では胃充満法の飲料としてミルクティを使用しておりこれをミルクティエコー検査といいます。

手順は

- ①胆嚢などの観察は絶飲食が必要のため、最初に通常の腹部エコー検査を行います。
- ②ミルクティを摂取し、膵臓を再度観察、エコーの描出範囲が広がります。

自覚症状のない膵臓の発見契機として、健診エコーでの膵異常の指摘、他疾患での画像検査などがあります。

危険因子(糖尿病、家族に膵癌歴あり、喫煙、慢性膵炎、膵嚢胞など)を有する症例に対して、画像検査を行うことで早期発見につながる可能性があります。

もしかしたらと思ったら、消化器内科へ相談しましょう。



膵癌について、どのような病気で、日々どのような検査が行われているかを中心に作成しました。膵癌の早期発見につながればと思います。

臨床研究検査科

13

ようこそ検査ワールドへ Part11
あなたの大切な臓器を守る体腔液

臨床研究検査科

体に貯まる水とは?! 胸水って?

臓器を守る体腔液

私達の体は約60%が水分(体液)で構成されています。体液の中でも呼吸や運動などの動きによって、大切な臓器を傷つけないように潤滑剤の役割をする体液を「胸水」と呼びます。「胸水」は肺を「腹水」は内臓を「心のう水」は心臓を「髄液」は脳脊髄を、摩擦や衝撃から守っています。しかし様々な病気により体腔液が増えて何が起こっているのか、検査してみましょう。

胸水が貯まると

- *息が切れる
- *呼吸が苦しい
- *発熱
- *倦怠感
- *食欲不振

こんな症状が現れ
が起ります

胸水を検査室へ!

検査で位置を確認しながら
針から吸引し取ります

外観 色調もある
透明 少ない
濁り 多い
成分の割合

成分の濃度を測る
胸水を遠心

細胞を培養する
細菌を培養する

体腔液は大きく二つに分類します

体液は体重のおよそ60%のバランス
細胞内液 65%
細胞外液 35%

漏出液
成分をきいて
みよ

滲出液
成分をきいて
みよ

肺炎が原因の胸水

肺炎は肺の炎症で、細菌やウイルスが原因で起こります。肺炎が原因で胸水が貯まる場合があります。検査で肺炎を確認し、適切な治療を行います。

コラム

体のむくみが気になる

リンパ浮腫

リンパ管が詰まることで、体液が溜まり、体がむくみます。原因はがんや感染症、手術後などです。検査でリンパ管の状態を確認します。

病気の原因はアスペクト

胸水の成分を分析することで、病気の原因を特定します。例えば、がんや感染症、心臓病など。

心タンポナーデ?

心臓の周囲に胸水が溜まり、心臓の動きを妨げる状態です。原因は心臓病や感染症などです。検査で胸水の量を測定します。

治すことができる認知症

正常圧水頭症による認知症は、脳脊髄液の循環障害が原因です。検査で脳脊髄液の圧を測定し、治療を行います。

一般的にあまり馴染みのない体腔液も、院内には貯留し苦しい思いをされる方が多くいます。胸水検査を紹介する中で、様々な体腔液をコラム仕立てにし、明るいイメージでキッカケになる入門リーフレットとして、患者さんやご家族の理解の一助となるポスターを目指しました。



西5階病棟

14

健康長寿！
～自分の足で歩こう～

西5階病棟

サルコペニア

加齢による筋肉の低下のこと
サルコペニアになると歩く、立ち上がるなどの
動作に影響が生じ介護が必要になったり、転
倒しやすくなったりする。

ロコモティブ・シンドローム

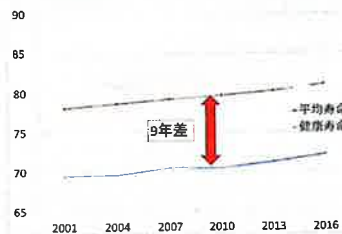
運動器(骨・関節・筋肉・神経など)の障害のため
に必要な体の仕組みの障害のため
に移動機能の低下をきたした状態。サルコ
ペニアはロコモの要因のひとつ。

健康寿命とは

健康上の問題(介護や病気)で
日常生活が制限されることなく
生活できる期間。

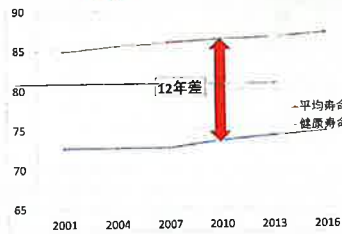


男性

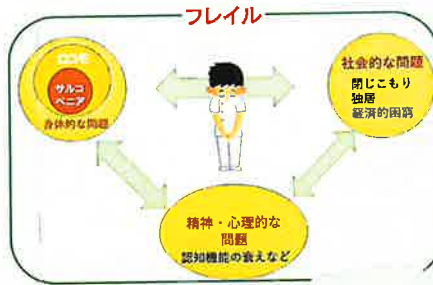


日本人の平均寿命と健康寿命の差

女性



健康寿命
都道府県別は広島9位



サルコペニアを予防し、健康寿命を延ばしましょう！！

～自宅で出来る簡単な運動～

足関節運動 10回しましょう



膝伸ばし運動 (5秒保つ)



足踏み運動



西5階病棟は整形外科病棟です。骨折などの整形疾患により、思うように体を動かすことの出来ない患者さんをケアしています。健康のため普段の生活から取り入れられることを伝えたく、このポスターを作成しました。

ICT.感染防止対策室

15

新型コロナの影にひそむ感染症 —忘れてませんかインフルエンザ—

ICT.感染防止対策室

① インフルエンザについておさらい①

飛沫感染
感染者の咳やくしゃみの際に出る飛沫に含まれるウイルスを口や鼻から取り込むことで感染

接触感染
感染者の感染したウイルスが表面に付着した手で、自身の目や鼻などの粘膜に触れることにより、ウイルスを体内に取り込むことで感染

エンベロープという**脂質二重膜**を持っている。エンベロープは脂溶性のため、エンベロープを持つウイルスは、消毒薬への抵抗力が低い。そのため…

消毒薬(アルコール)を用いての手指消毒が非常に有効!!

② インフルエンザについておさらい②

潜伏期間
(感染～発症までの期間)
1～2日

感染可能期間
(人にうつす可能性のある期間)
発症の1日前～発症後7日程

インフルエンザウイルスに感染(感染)

- 突然の高熱
- 全身倦怠感
- 関節痛、筋肉痛
- 咳
- 喉の痛み
- 鼻水

1週間程度で回復

③ インフルエンザとCOVID-19の違い

	インフルエンザ	COVID-19
発熱	高熱(38℃以上)	平熱～高熱
咳	○	○
のどの痛み	○	○
息切れ	×	○
体のだるさ	○	○
関節痛	○	○
筋肉痛	○	○
頭痛	○	○

症状は両者似ているが、インフルエンザの方が**全身症状が強い**という特徴がある!

④ 2020シーズンはインフルエンザに罹患した人が少なかった

2020-2021シーズンはインフルエンザウイルスの検出は、前年に比べ極めて少なかった。(前年度の約520分の1)
その理由は…
COVID-19対策として普及した手指衛生やマスク着用、三密回避、肉体的な人の移動の制限等の感染対策がインフルエンザの感染予防についても効果的であったと考えられる!

⑤ 2021-2022シーズンは?

日本感染症学会より、2021-2022シーズンにおけるインフルエンザに「関する提言が発表された。

- ・アジアの亜熱帯地域(バングラデシュ、インド)ではすでに流行が確認されている
- ・国境を越えた人の移動が再開されれば、世界中にウイルスが拡散される恐れがある。
- ・日本国内では、前年度(2020シーズン)に罹患した人が少なかったため社会全体の集団免疫が形成されていないと考えられる。

⑥ このことから

そのような状況下で、海外からウイルスが持ち込まれる大きな流行を起こす可能性もある。
イギリス政府は…

今年のインフルエンザは早期に流行が始まり、例年の1.5倍の流行の可能性があると、注意を呼びかけている

今シーズンは特に、インフルエンザワクチンの積極的な接種が強く推奨されている!!

⑦ インフルエンザとCOVID-19への日頃からの感染対策は共通!

インフルエンザに対する感染予防の方法は、COVID-19に対しても有効です。正しい予防方法で、「かからない」「うつさない」を心がけましょう!!

- ・こまめな手洗い、手指の消毒を心がけましょう
- ・咳エチケットを意識して、マスクを正しく着用しましょう
- ・三密(密閉、密集、密接)を避けた行動を意識しましょう
- ・室内は適度な湿度を保ちましょう
- ・十分な栄養とバランスの良い食事を心がけ、免疫力を高めましょう

⑧ 消毒や除菌効果をうたう商品は、目的にあった物を正しく選ぶ!

消毒や除菌剤を空間に噴霧する商品が増えているが、人がいる環境に消毒や除菌効果を謳う商品を使用することは、推奨されていない。(厚生労働省)

根拠のない商品には注意

正しい表示(例)

- 健康食品
- 空気清浄機
- 除菌・抗菌スプレー
- 空間除菌剤

悪い表示(例)

- 感染対策サプリメント
- ウイルスを99.99%完全に死滅!
- 様々なウイルスを一掃で破壊!
- 害にがけるだけで空間を除菌!

⑨ インフルエンザにも咳エチケットと手洗い(+アルコール消毒)を!!

咳エチケット

咳やくしゃみをするときは、肘の内側またはティッシュなどを用いて口元を覆い、周囲の人を感染させないよう注意しましょう。

⑩ 正しい手の洗い方

正しい手の洗い方

1. 流水で両手を十分に濡らす
2. 手のひら、手背、指の間、爪の間、手首をしっかりと洗う
3. 流水で両手を十分にすすぐ
4. 清潔なタオルで手を拭く

外出からの帰途後・食事前・手洗いに目に見える汚れがあるときには、洗い残しがないようにしっかりと手洗い(+アルコール消毒)を!!

注意すべき感染症はコロナ以外にも多くあり、今回はインフルエンザの対策について分かりやすく伝えることを心がけました。職員および住民の方一人一人の感染予防に少しでもお役に立てたのであれば光栄です。



耳鼻咽喉科

16

耳鼻咽喉科診療の春夏秋冬

耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科 診療の春夏秋冬

耳鼻咽喉科には季節・天候・行事などにより、よくみられる病気がいくつかあります。
「木枯らしが吹く時期になったので、鼻血の患者さんが多くなったなあ…」とか
「このごろ急に暖かくなってきたから(春の)花粉症の症状がでそうだなあ…」
「土用の丑の日のあとは うなぎの骨をのどにたてて来るんだよねえ…」などなど
そのほとんどは、日頃の注意と対応で 病院診療前に初期治療が可能です。
今回は 季節・行事に関連のある疾患について提示しています。

春 ■ 夏 ■ 秋 ■ 冬



春・秋の花粉症は有名ですが、そのほかの気候や季節・行事に関連した特徴的な耳鼻咽喉科疾患があります。今回のポスターでは、代表的な疾患を紹介し、家庭でできる対処方法をお示しました。でも最近は以前ほど季節感が少なくなっている印象です…。

“らくらく”減塩生活のススメ



栄養科

17

"らくらく"減塩生活のススメ

栄養科

《日本人の1日の塩分摂取量と目標値》



食べ方のコツ

●めん類のスープを“残すだけ”



●塩分の多い食品の頻度を“減らすだけ”



調理法のコツ

●酸味や香辛料などを“くわえるだけ”



調味料のコツ

●減塩調味料を“使うだけ”



・塩分を取り過ぎると、高血圧、心疾患、がん、腎機能低下、動脈硬化性疾患（脳梗塞、心筋梗塞など）のリスクが上がると言われています。

・なかなか減塩ができないあなたに“らく”にできる減塩のコツをご紹介します！

・現在の食事から1日 -3g を目標にできることから減塩生活を始めてみましょう！

※この表示に注目！ -1.0g

●ソースや醤油は“少しだけ”



ワンポイント

購入時は栄養成分表示に注目!!

※「ナトリウム」で表記がある場合は以下の式で計算しましょう

食塩相当量 (g) = ナトリウム (g) × 2.54

※目安として、食塩1g = ナトリウム0.4g

※ナトリウムがmg表記の場合は1000で割る

●料理別の減塩の“コツ”



●漬け物はつける時間を“短くするだけ”



●ドレッシングの種類を“変えるだけ”



ワンポイント

腎臓病のかたはカリウムに注意

例) 1gあたり～

食品	カリウム (mg)
食塩 1.0g	1.6mg
食塩 0.5g	0.8mg
食塩 0.3g	0.5mg

減塩調味料には、食塩を塩化カリウムに置きかえている製品が多いため、カリウム制限が必要な方は注意しましょう。

「“減塩”と言われても何から始めたらいいの?」「簡単にできることはない?」そんな時に役立てていただけるよう作成しました。“食べ方・調理方法・調味料”の3つのコツから手軽に減塩生活を始めていただければと思います。

リハビリって何するの？

リハビリテーション科

18

リハビリって何するの？

リハビリテーション科

病気や怪我で初めての入院、手術や治療で不安がいっぱい。
順調に治っていったとしても、すぐに家に帰れるとは限りません。
退院に向けてリハビリって何するの？について紹介したいと思います。

Q.そもそもリハビリってどんな意味？

リハビリの語源は英語の Re『再び』とラテン語の Habilis『人間らしい、できる』からきています。
病気や怪我で失われた能力を取り戻し『再び人間らしく生活できる』ことを目指します。

Q.どんな人が適応？いつからするの？

骨折や脳卒中、肺炎、心不全、外科術後さらにはICUなど能力の低下したすべての患者さんが適応となります。
安静による廃用（寝たきり）を防ぐため可能な限り早期から実施します。



術翌日、ドレーン（管）のあったまま座位訓練



多職種協力の元ICUにて人工呼吸器使用下での歩行練習

Q.どんなことをするの？

骨折後の歩行練習、脳卒中後の運動麻痺の改善、心不全後の体力の向上など、元の生活に戻る上で必要な能力は様々なため、その患者さんに合わせたリハビリを考えて行っています。
一人一人の患者さんに適したオーダーメイドのリハビリを心がけています。



膝関節の可動域訓練



手術後の患者さんに対して
免荷（足をつかない）での歩行練習



心不全発症後の体力向上訓練

Q.理学療法士・作業療法士・言語聴覚士ってどう違うの？

病気や怪我で失われた
身体機能の改善…**理学療法士**
生活動作（家事や食事・更衣など）の改善…**作業療法士**
言語と嚥下機能の改善…**言語聴覚士**
各々が連携し、元の『人間らしくできる』生活を目指します。



作業療法として
洗濯動作の実践練習



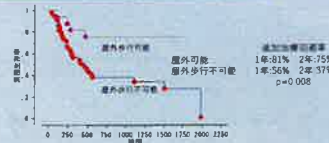
言語聴覚士による
摂食嚥下訓練

Q.リハビリをすることでどんな効果があるの？

リハビリを実施することによって、身体機能や生活動作能力の改善は勿論のこと、入院日数の短縮や生命予後の改善など、様々な効果が報告されています。



今年、当院でリハビリされた患者さんの動作能力を点数化しリハビリにより改善みられる。



閉塞性動脈硬化症患者において入院中の歩行能力の向上は追加治療のリスクを減らす。
2019年 心臓リハビリテーション学会中国地方にて発表（高橋）

この他にも当院ではがんや糖尿病、リンパ浮腫、小児など様々なリハビリを行っています。
分からないことやリハビリに不安のある患者さんはお気軽にご相談下さい。

病気の治療や手術後の患者さんで、リハビリって何するの？と不安や疑問を抱えている方が少なからずいらっしゃるので、このテーマにしました。様々な手術後どうするのなど、今後は掘り下げていけたらいいと思います。

胃の手術後の食事について ～ダンピング症状とは～



西6階病棟

19

胃の手術後の食事について ～ダンピング症状とは～

西6階病棟

胃の働きってなに??



ダンピング症候群とは・・・?

- 早期** 症状: 冷汗、動悸、めまい、
腹痛、下痢
- 原因: 食物が消化されずに
一気に腸に流れ込むため
血圧低下や腸液の大量
分泌を引き起こします
- 遅期** 症状: めまい、発汗、ふるえ、眠気
- 原因: 食物の短時間の吸収により
インスリン分泌が過剰になり
低血糖を引き起こします

他にもこんな症状が!

- ◎つかえ感 ◎胸やけ ◎便秘

胃の手術

- ① 噴門側胃切除
- ・逆流しやすいため、胸やけ、胸痛などが
起きやすい
 - ・食物がとどまりやすく、流れにくい
 - ・ダンピング症候群が起きにくい
- ② 幽門側胃切除
- ・容量が少ない
 - ・食物が腸に流れやすくダンピング症候群
が起こりやすい
 - ・鉄分を吸収しにくく貧血になりやすい
- ③ 胃全摘
- ・逆流とダンピング症候群のどちらも
起こりやすい
 - ・①と②のデメリットが両方ある

ダンピング症候群の予防法

ダンピング症候群の主な原因として
早食いが挙げられます。

なるほど!!
他にも何か気を付けることはありますか?

うーん、元々早食いなんですけど…。
どんな工夫をすれば良いですか?

他には、

- ・食後 30 分はなるべく座るようにし逆流を防ぐ。
- ・1 回の食事を減らし食事の回数を増やす。
- ・脂質の少ない食事を心がける。

ということに注意してみましょう!

そうなんです。このような方法はどうでしょう!

- ・スプーンを小さなものに変える。
- ・1 口食べたら 1 度箸やスプーンを置く。
- ・1 口 20-30 回以上噛むようにする。
- ・時計が見えるようにセッティングして食事をする。

などの方法がありますよ。

わかりました、ありがとうございます!
頑張ります!

退院後

- ① 分割食: 3食+間食の計5食
② 1日の食事の目安

食品	目安量	ポイント
ごはん パン 麺類	毎食1品	・お茶漬けや麺類などは早食いに気をつけましょう
魚 肉 卵 大豆製品	毎食1品	・噛み切りにくい肉は、細かく切りましょう
野菜 海藻 きのこと	毎食1～2品	・魚はサバ、さんま、まぐろなどの青魚も食べて大丈夫です
調味料 油脂	料理にあわせて	・硬い筋の部分は繊維が短くなるように切りましょう
乳製品 果物	乳製品は1日1～2 点を目安に	・きのこや海藻は控えましょう
		・極端な薄味の調理や油ものを避けても大丈夫です
		・不安であれば油ものは少量ずつ始めましょう
		・上手く摂れない場合は間食で補いましょう
		・乳製品はカルシウム、果物はビタミンCを多く摂れます

今回のポスターは胃の術後にどのように食事を摂取しているのか、また、ダンピング症状などのリスクがあることを疾患をもつ患者様だけではなく、周囲の方々にも知っていただくことを視野に入れ作成しました。

小児科の入院の流れについて

東4階病棟

20

小児科の入院の流れについて

東4階病棟

JA花子ちゃんとお母さんは今回初めての入院となりました。
病棟ではどのように過ごすのでしょうか？

検温について

朝、昼、夜と看護師が検温に伺います。
体温計を1個貸し出していますのでお母さんが気がなった時に
熱を測り検温表に記載してください。
気になることがあればお気軽に看護師へ声をかけてください。

点滴について

子どもが点滴をする時はシーネという物で固定します。
しかし子どもは点滴をあまり気にせず行動する事が多いため点滴の
位置がずれてしまう事があります。看護師が点滴や固定している
腕に異常がないか確認します。



入院中の着替えやお風呂について

点滴をしている時は看護師が着替えをお手伝いします。
お風呂は先生の許可があれば入る事が出来ます。
それまでは温かいタオルで体を拭きます。



付き添いについて

子どもは入院しているだけで環境が変わり不安でいっぱいです。
普段から一緒に過ごしている大人の方の付き添いが可能です。
きょうだいの面会は感染の拡大防止のためお断りしています。

※付き添いの方のお食事はご家族で用意をお願いします。

入浴は病棟のお風呂を使用することができます。

※現在感染症拡大防止のため付き添いは先生の許可があり
体調が整っている方の原則1名様のみ可能です。

付き添いを交替する場合も入れ替わりをお願いします。



転倒・転落について

入院中はサークルベットという柵のあるベットを使います。

付き添いの方が目を離すときは必ず柵を上げてベッドから落ちないように
気を付けましょう。

子どもが安全に過ごすことができるようにご協力をお願いします。



普段から子どもが使用しているおもちゃなどがあれば過ごし
やすくなります。

DVDプレイヤーやタブレット端末など持参していただく事が
できます。



東4階は4つの科の混合病棟であり、小児患者を受け持つことに不安を抱いているスタッフも多いです。今回の作成において、スタッフ間での知識の共有や向上にも繋がったと考えます。今後も病棟運営に活かしていきたいです。

家に帰って何やかんやで1年が経ちました

居宅介護支援事業所

21

家に帰って何やかんやで1年が経ちました

居宅介護支援事業所

JA広島総合病院居宅介護支援事業所の利用者様をご紹介します。
ちょうど1年前、相談のため来られました。

通院も続けたいですね。
自宅での生活や介護が少
しでも楽になるように
介護保険を利用してみま
しょう！



車椅子生活となりました。
自宅で療養したいのですが
通院も続けたい。
どうしたらいいですか？

ご本人とご家族の希望を聞き取り！



- ・通院を続けたいが、熱が出たとき等の急な時に対応してもらいたい
- ・体を楽に起こせたり、通院の介助も、家族が楽になるようにしてほしい
- ・お風呂に入りたい
- ・虫歯の治療をして大好きなラーメンを思いっきり食べたい



医師の指示



異常の早期発見！
病状等心配なことが
相談できる！
床ずれ予防や褥瘡予防！



虫歯の治療も
自宅ですま
すよ！



電動ベッド
が借りれて
楽になった
なあ！

電動ベッドとエアマットのレンタル



自宅でお風呂に
入れて
気持ちがいいね

訪問入浴
サービス



通院も楽にできるね

リクライニング車椅子のレンタル



スロープのレンタル



ご自宅でサービス担当者会議を行い
支援者で情報共有を行いました。

ご本人を中心に、ご家族、ケアマネジャー、
訪問診療の主治医、訪問看護、福祉用具等、
支援者で会議中です。
(撮影者：ケアマネ)

介護保険についてのご相談はJA広島総合病院東棟2階総合医療相談室までお越しください。

介護保険のサービスで、具体的に何が利用できるかを知っていただけるように作成しました。今後も1人でも多くの方が、住み慣れた自宅で生活していけるよう支援していききたいと思います。

え!? まだタバコ吸ってるの?? やめなきゃいけないその理由

医局部門
優秀賞

呼吸器外科

22

え!? まだタバコ吸ってるの?? やめなきゃいけない その理由

呼吸器外科

現在、日本の喫煙者数は減少傾向にあります。



それさえも今のうちにやめよう
吸ってる自分には?

まあ自分は医者に直接やる
ように言われたわけでもないし
関係ないか...

健康診断でも
引っかかったことはないから
自分は大丈夫でしょ...

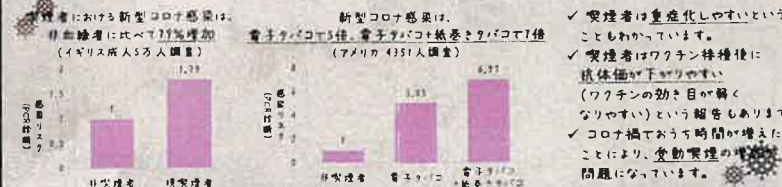
と、思っていないですか?!

ここでは、タバコの健康被害と
最新の話題についてご紹介します。

タバコとの関連が指摘されている疾患・症状
こんなにあります。

肺癌 悪性腫瘍に占める喫煙者の割合は約8割	気管支炎 慢性気管支炎、急性気管支炎	口唇がん 口腔がん 喉頭がん 舌がん 咽頭がん 食道がん	肺がん 肺がん 肺がん 肺がん 肺がん 肺がん	心臓病 心臓病 心臓病 心臓病 心臓病 心臓病	糖尿病 糖尿病 糖尿病 糖尿病 糖尿病 糖尿病	認知症 認知症 認知症 認知症 認知症 認知症	骨粗鬆症 骨粗鬆症 骨粗鬆症 骨粗鬆症 骨粗鬆症 骨粗鬆症
消化器 消化器 消化器 消化器 消化器 消化器	泌尿器 泌尿器 泌尿器 泌尿器 泌尿器 泌尿器	皮膚 皮膚 皮膚 皮膚 皮膚 皮膚	免疫系 免疫系 免疫系 免疫系 免疫系 免疫系	神経系 神経系 神経系 神経系 神経系 神経系	生殖系 生殖系 生殖系 生殖系 生殖系 生殖系	運動系 運動系 運動系 運動系 運動系 運動系	感覚系 感覚系 感覚系 感覚系 感覚系 感覚系

タバコと新型コロナウイルス感染症



タバコとSDGs*



タバコの価格



自分のこと、家族のこと、地球のこと、お金のこと...この現状でも、あなたはまだタバコを吸いますか?
タバコをやめられない喫煙者のみなさんは、タバコによる最大の被害者です。
当院では、タバコをやめたいあなたの気持ちを応援し、禁煙を推進していきます。

禁煙を呼びかける上で、新しい情報を取り入れつつ、喫煙者が禁煙したいと思ってくれるよう、気持ちに寄りそう言葉を選びました。背景はタバコの有害さを表した色にし、読みやすいフォントにこだわりました。



地域救命救急センター外来

23



～これであなたも、命が救える～



地域救命救急センター外来

倒れている人を見つけた! どうする!?

1

意識がないぞ!!

わかりますか!?
わかりますか!?

POINT

両手で「両肩」を叩こう!



① 誰かきて下さい

② 119番通報して下さい

③ AEDをもってきて下さい

2

POINT
呼吸は「胸が上っているか」で確認しよう!! 分からなかったら呼吸をしていないと判断しよう!

呼吸してない!!
脈が触れない!!



3

判断に迷う時は心停止と考えよう!

POINT

脈は「のどぼとけから1-2cm横に指を3本あてて」確認しよう!

「心臓マッサージ」
ただちに胸骨圧迫を!!

POINT

胸骨圧迫をするときは、乳首と乳首の間に手を置いてね!

POINT

AEDで電気ショックをするときは必ず体から離れましょう!

マスクや布で鼻と口を覆おう!



POINT

胸骨圧迫は1分間に100~120回の速さで行います!
深さは5~6cmで
もしもしカメよ、カメさんよの「リズム」に合わせよう!!

倒れている人を助けられるように、心臓マッサージやAEDの使い方を分かりやすく表現しました。手作りにこだわり、フェルトを使用して温かみのある物に仕上げました。皆さんにたくさん見てもらいたいです。

東7階病棟

24

腎臓の代わりになる透析について知ろう!
~ライフスタイルに合わせた透析の選択~

東7階病棟

透析って何?

透析は腎臓の代わりとして体の中の老廃物や余分な水分を尿としてではなく血液を介して除去していく治療です。

★ 腎臓の機能:老廃物を尿として排出する

血液透析とは?

腕に血液の出入り口(シャント)を作り、そこから全身の血液を身体の外に出して機械の中で血液を濾過し綺麗な血液を身体に戻す方法です。

例) Aさんの透析ライフ ★:透析日

月	火	水	木	金	土	日
★		★		★		

週に3回通院が必要
1回の治療で4~5時間



腹膜透析とは?

お腹の中に透析液を入れて、体内で血液を浄化する方法です。透析液を出し入れするためにカテーテルと呼ばれるチューブをお腹に埋め込む手術が必要です。

例) Bさんの1日

例) Cさんの1日 ★:透析



1日に3~5回透析液を交換
1回の交換にかかる時間は約30分



寝ている時間を利用して透析液の交換を自動的に行う



透析の種類は
医師と相談したうえで



1人1人のライフスタイルに合わせて選択できます。

透析は個々の日常生活に合わせて選択できること、透析のある生活について伝えることを意識して作成しました。多くの伝えたいことを簡潔な文と図で表現することに苦戦しましたが、腎内も加わり、透析について学ぶ良い機会となりました。

臨床研修科

25

酔いつぶれて運ばれたらどうなるの？ 急性アルコール中毒の対応

臨床研修科

お酒が美味しい季節です！

コロナが少し落ち着き、今年もそろそろ忘年会シーズン。仲間と久々に飲み交わす一杯はきっと最高ですね！
そんな中、残念ながら酔いつぶれて倒れて救急搬送される方もおられます。
ここでは、夜間・休日の救急外来で初期対応に当たっている研修医から、急性アルコール中毒（かもしれない）患者さんへの
どのような流れで診療するのか、どんなことに気を付けているのか説明させていただきます！

① 原因を突き止める以前に、命の危険を示すサインはない？

- 救急車で搬送される患者さん全員に、まずはすぐに対応すべき命の危険が差し迫っていないかを確認します。
- 会話ができるか、自分の名前や誕生日がわかるか、呼吸は速くないか、手首の脈は触れるかなどなど…気道（口鼻から肺までの空気の通り道）や呼吸はおかしくないか、血液はちゃんと回っているか、意識はどれくらい悪いのか、尿意はないか…などを素早くチェックします。



「おはようございます！」と挨拶しても反応がありません。

① 息からお酒の匂いがする ② 白目の充血 ③ 嘔吐があった

これらのうち2つ以上があれば、私たちは意識がおかしい原因はアルコールかも？と考えます。
しかし、これはあくまで疑う入り口にすぎず、原因がアルコールと決まったわけではありません。
具体的には、以下のような疾患がないか確認したり、問診・検査を追加して、本当に他の原因がないか調べていきます。

② 意識がもうろうとしている原因は、本当にお酒？

■ 飲んだお酒の量を調べる ■ 採血で血中アルコール濃度を測定する

お酒の強さと同様に個人差はありますが、血中アルコール濃度と症状、飲んだお酒の量は、大体下の表のような関係があります。
飲んだ量やアルコール濃度の他に意識状態が悪い…というときは、他に原因があるかも？という手がかりになります。

症状	血中アルコール濃度	だいたいの飲酒量
ほろ酔い期	通常ほとんどなし	日本酒 1~2合 ビール大瓶 1~2本 ウイスキーシングル 2~5杯
軽い酔い期	0.05~0.1%	日本酒 3合 ビール大瓶 3本 ウイスキーシングル 6~7杯
強い酔い期	0.1~0.15%	日本酒 5合 ビール大瓶 5本 ウイスキーシングル 8~9杯
亢進期	0.15~0.3%	日本酒 7合 ビール大瓶 8本 ウイスキーシングル 10杯
昏睡期	0.3~0.4%	日本酒 1升以上 ビール大瓶 10本以上 ウイスキーボトル 1本以上
最悪期	0.4%以上	

適切な飲酒量ってどのくらいですか！
・ お酒が抜けるのにだいたい3~4時間かかると言われています。

これ以上飲むと翌日に残るといわれています。



- ケガがないか確認する ▶ アルコール中毒で搬送される患者さんの半分は体のどこかにケガを負っているといわれています。
・ 特に頭のケガは意識状態に直結するので髪の毛をかき分けて念入りに探します。
- ・ 意識を失う前後の一瞬始終を目撃している方がいれば「本当にどこもぶつけないか」繰り返し確認します。
- ・ 飲酒量の前に意識回復に時間がかかる場合は、頭のケガを疑ってCTを撮影することもあります。

その他、アルコール中毒かも？と思っても確認すべき疾患

- ・ 低血糖
- ・ ウェルニッケ脳症（ビタミンB1不足）
- ・ アルコール性ケトアシドーシス
- ・ アルコール離脱症候群
- ・ 敗血症（感染から臓器の機能が障害を受けた状態）
- ・ 消化管出血
- ・ 心筋梗塞
- ・ 脳卒中
- ・ 薬物中毒

日頃からお酒をたくさん飲んでいる方は要注意！

突然降りかかる怖い疾患が
たまたま飲酒直後に発症した可能性も…

急性アルコール中毒の治療法は？

▶ 特別な治療法はありません！

- アルコールを体外に強制的に排出する方法や、アルコールの濃度を下げる特効薬はありません。
- 点滴を行う場合がありますが、あくまで脱水状態を整えるためです。点滴で薄めても意識が戻るのが早まることはないと言われています。
- 慎重に様子を見ながら、アルコールが代謝されるのを待つしかありません。

③ どんな状態になれば帰宅できるの？

▶ 残念ながら意識が回復するまでは家に帰れません…

- ・ 意識がもうろうとして受け答えが難しい状態では正しい診察ができず、重大な疾患の見逃しにつながります。
- ・ それまでは入院し、意識が回復するまで慎重に様子を見ることになります。
- ・ 習慣的にたくさんお酒を飲んでいる方は、入院して急にお酒をやめると震えや脱力などの症状が起こるため、普段のお酒の量を確認してお薬を出して予防します。

まとめ

- ・ 意識混濁の原因を考える前に、命の危険を示すサインがないか患者さん全員について確認しています。
- ・ 急性アルコール中毒？と思っても他の可能性をひとつひとつ確認し、診断を決めつけないように気をつけています。
- ・ 急性アルコール中毒に特別な治療はなく、慎重に様子を見ながら回復を待つのが唯一の方法です。

そして、お酒は適切な量で態度を持って楽しみましょう！



第5波が終わり、だんだん飲み会が復活し始めた時期に頂いた企画だったこともあり、アルコール中毒をテーマにしました。しかしその後第6波が訪れ…アフターコロナの飲み会では飲まれないう程々をお願いします！

西8階病棟

26

コロナに負けるな！感染対策しよう！

西8階病棟

～免疫力を高めて健康的な毎日を過ごしましょう～

食 免疫力を高める食事

肉・魚・卵・大豆製品



タンパク質は体の細胞や免疫物質を作るために必要な成分。不足すると体全体の健康的な免疫力が下がってしまいます。タンパク質をとることで免疫の動きを維持できます。

緑茶・ココア・赤ワイン・果実



抗酸化物質であるポリフェノールが多く含まれています。白血球の働きを高め、健康的な免疫力を整えて健康を維持します。

緑黄色野菜



緑黄色野菜には、ビタミンA・C・Eが豊富です。ビタミンAは健康的な免疫力を高める働きがあります。

きのこ



きのこには食物繊維に加え、βグルカンという成分が含まれています。βグルカンは健康的な免疫力を整える働きがあります。

発酵食品



納豆や漬物、ヨーグルト、みそ、しょうゆといった発酵食品には腸内の善玉菌の増加と悪玉菌を抑制する働きがあります。

睡 睡眠で免疫力アップ

- ①お風呂のお湯はぬるめに！冬は38度～40度
お湯に浸かることで体温が上昇すると血液が全身に循環し、血液と免疫細胞の循環がよくなります。
循環前はリラックスして過ごす
カフェインレスの温かい飲み物や、目を温めたりするのも効果的です。
- ②室内環境を整える
夏場は25～27℃程度、冬場は17～20℃程度、かつ湿度を50%程度に保ち、乾燥を防ぐようにしましょう。布団の中も温めておくとも良いです。



運 運動が大切！

- ①ウォーキング
免疫力アップには、じんわりと軽い汗をかく程度の軽い有酸素運動がおすすめです。
1日8000歩ほど歩くのが理想です。
- ②下半身の筋力トレーニング
おすすめはスクワットです。
- ③上半身のストレッチ
上半身の筋肉をほぐす運動も取り入れて全身で免疫力アップをめざしましょう。ストレッチにはリラックス効果もあるので、副交感神経を優位に導くことができます。



人それぞれ体調は異なります。自身の体調にあった、食事・睡眠・運動を見つけるための参考にしてみてください！

今回のポスター作成では、シンプルな内容で要点がわかりやすくなるように心がけました。

ラジエーションハウス ～マンモグラフィ編～

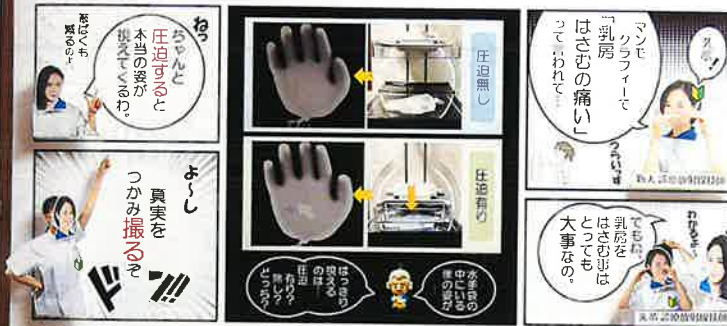
放射線科

27

ラジエーションハウス
～マンモグラフィ編～

放射線科

真実をつかみ撮る！ 圧迫編



見えない病を診つけだす！ トモシンセシス編



マンモグラフィー検査における乳房圧迫の必要性を、ドラマで話題になった「ラジエーションハウス」を通じて地域の皆様にお伝えしたかった。

術後の痛みへの対応について ◇術後鎮痛あれこれ◇

手術を受ける時に気になることのひとつが術後の痛み
麻酔科医は術後患者様がなるべく痛みなく過ごせるように様々な鎮痛方法を考えています

①硬膜外麻酔による硬膜外自己調節鎮痛法 (patient-controlled epidural analgesia : PCEA)

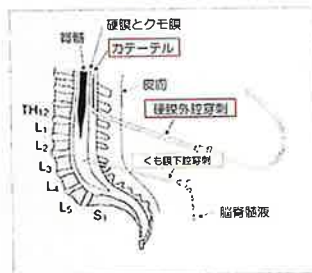
- ・手術を始める前に手術室で背中からカテーテルという細い管を入れます。管は脊椎の中にある脊髄のすぐ近くの硬膜外腔という場所に入っており鎮痛薬を投与することで傷の痛みを和らげることができます。
- ・主にお腹や肺の手術で使用します。
→消化器外科、呼吸器外科、泌尿器科、産婦人科など



術後は鎮痛薬が入ったポットをカテーテルに繋がせます。持続的に投与できますが、痛み時にはご自身でボタンを押すと追加投与もできます。過剰投与にならない様に安全装置が付いています。

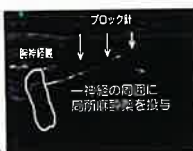
★脊髄くも膜下麻酔

- ・麻酔方法の一つに脊髄くも膜下麻酔があります。脊髄の中にある脊髄液が満たされている所に細い針で麻酔薬を入れ、感覚を麻痺させることで痛みを感じなくさせる、いわゆる下半身麻酔です。この麻酔は3～6時間効いているため術後もしばらくは痛みを感じません。
- ・泌尿器科の短時間の手術や婦人科手術で行います。
- ・時間が経って薬の効果が切れた後は飲み薬などで対応していきます。



③末梢神経ブロック

- ・神経の走行に沿って主に局所麻酔薬を投与し、その領域の痛みをとる方法です。麻酔の範囲は硬膜外麻酔や脊髄くも膜下麻酔より狭く、必要最小限に留められることが特徴です。
- ・通常は全身麻酔と併用して手術後の鎮痛として利用します。全身麻酔で入眠した後に超音波（エコー）などで周辺の解剖を確認しながら行います。



主に整形外科の手術で行います。上肢の手術では首の横側や脇の下、鎖骨の近くから、下肢では足の付け根や膝裏から注射することが多いです。

②経静脈的自己調節鎮痛法 (intravenous patient-controlled analgesia : IV-PCA)

- ・鎮痛薬が入った特殊な機械を点滴に繋ぎ、血管内に投与する方法です。
- ・①が適用外の場合に使用します。
→脊椎の手術、血液さらさらの薬を飲まれている方、手術中に術式変更となった場合など



①同様、鎮痛薬の持続投与に加えてご自身で追加投与できるボタンが付いています。こちらも安全装置付きです。

吐き気があることがあるので日頃から乗り物酔いしやすい方は麻酔科診察の際にお伝えください。吐き気予防をしておきます。

⑤点滴 内服・坐薬など

- ・①～④の方法にさらに点滴などで鎮痛薬を投与することもあります。手術の終わりの頃や術後何日間も続けて投与します。
- ・術後水が飲めるようになれば内服もできるので痛み時に適宜内服してください。ただし、どの薬も用法用量が決まっているので正しく守って使用しましょう。



これらの方法を術式や患者様それぞれの状態に合わせて選択しています
患者様が安心して手術を受けられる様に麻酔科医は術後鎮痛も工夫しています
その他にも麻酔のことで気になることがあれば麻酔科診察の際に何でも聞いてください♪

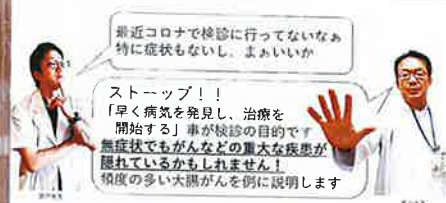
術後診察の際に、多くの患者さんが術後の傷がどの程度か、痛い時はどのようにしたら良いのか質問されるので、ポスターを見ていただいても安心してもらえたらと思います。

外科

29

500円で大腸がんが見つかるかも!?
- アフターコロナだからこそ検診に行こう -

外科



・サイズが小さい
→無症状の事が多い



→検診(便潜血など)を
きっかけに見えされる



・にじむ血が多くなる
→下血、貧血



・がんが通り道を狭める
→便が流れなくなる
→腹痛、嘔吐



→何らかの症状を
きっかけに見えされる

大腸がん治療で大事なのは
症状が出る前に発見し、がんを取りきる

・大腸内視鏡や手術で
がんを取りきる



・内視鏡治療は
大腸の内側から
がんを切除できる

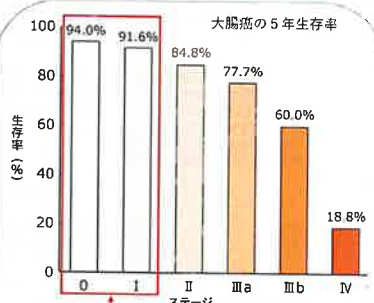
→手術に比べて体への
負担が少ない
(きずの痛みがない、
入院日数が短い)

・転移がなければ手術で
がんを治す事もできる

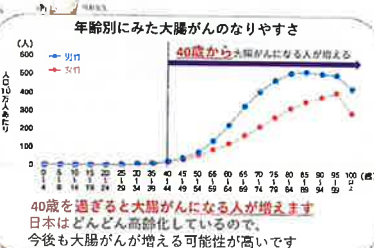


・転移があれば、がんを
取りきれない事もある

→抗がん剤治療を
お勧めする事もある



・適切に治療した早期大腸がんの予後はよい!
→がんを治しきることができる
・検診で早期にがんを発見できると、少ない負担で
治療ができて、転移や再発の可能性が低くなります



廿日市市は便潜血検査を
通常の検診料金に**±500円**で
受けることができます!
(※40歳以上の方のみ)
痔や裂肛も出血するから
便潜血が陽性になってしまいます
その時は大腸内視鏡をすれば
がんの有無が分かります

検診で分かるのは「今、がんがある可能性が高いか低い」
今年大丈夫でも、来年にがんができることもあります
検診は、ぜひ毎年受けてください!



・当院の大腸がん手術は年間約150件です
・ほとんどの手術をキズの小さい腹腔鏡で行っています
・痛みも少なく、術後の入院生活を少しでも楽に過ごせる
よう、日々工夫と研鑽を重ねています

進行がんの患者さんが増えていると実感しております。大腸が詰まって食事が摂れず辛い思いをされる方が一人でも減ってほしいと願い、ポスターを作成しました。コロナ後に楽しい思い出を作れるよう、検診を受けてみませんか?



東5階病棟

30

what's 脳?

東5階病棟

前頭葉

～働き～

手足の運動、発語をつかさどる

～症状～

🌟 フローカ失語

他人の話している内容は理解できるが、自分の考えを言葉にすることができない



🌟 麻痺

例) 左側の脳が障害されると右側の足に麻痺がみられる

側頭葉

～働き～

耳から聴こえてくる音や言葉の識別

認識を行っている。また、海馬という場所で新しい記憶を保持する働きをしている。

～症状～

🌟 ウェルニッケ失語

他人の話す内容理解が会話のチャットができない

🌟 記憶障害

新しい記憶保持ができず直近のことをすぐ忘れてしまう

頭頂葉

～働き～

感覚野と視覚・聴覚からの情報を集約して、運動イメージや空間認識を統合する。

～症状～

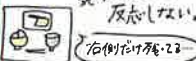
🌟 感覚障害

しびれなどの感覚が鈍くなる。



🌟 半側空間無視

片側の存在に気づかない。反対側は気づく。



後頭葉

～働き～

目で見た情報を

まとめ、空間や位置情報を認識する。耳側目

～症状～

🌟 同名半盲

損傷を受けた後頭葉の反対側の視野が消失する。

半側空間無視と違い、眼球を動かすことで代償できる。



大脳は中枢神経のなかで最大の器官。

運動、精神機能、言語、感覚、記憶、さらには自律神経機能や内分泌機能など、多くの働きをつかさどっている。

異変に気づいたら早期受診、治療を!!!

病棟同期とポスター作成をして、脳への理解や知識が深まりました。また、チームとしての団結力を感じました。今回の作品では、真ん中に立体の脳を作り、それぞれの脳の部位の働きが分かるように工夫しました。

带状疱疹

皮膚科

31

带状疱疹

皮膚科

带状疱疹って？

- ・水痘・带状疱疹ウイルスというウイルスによる皮膚の病気です。
- ・水痘（いわゆる みずぼうそう）に感染後、ウイルスはその人の神経に潜んでいます。そして免疫力が落ちたときに再び活動を始め、神経を伝って皮膚に到着し、带状疱疹として発症します。



どんな症状？

- ・体の片側半分に痛み・赤み・水ぶくれができます。
- ・痛みが出た後に皮疹が出ることが多いです。
- ・免疫が低下していると、全身に水疱ができたり（汎発疹）、顔にできると顔が動かしづらくなったり、陰部にできるとおしっこがしづらくなる場合もあります。



人にうつるの？

- ・発疹が出ている間にみずぼうそうにかかったことがない人やワクチンを接種していない乳幼児と接触すると、うつる可能性があるので注意しましょう。



痛みが続く？

- ・带状疱疹が治っても痛みが続く“带状疱疹後神経痛”になる方がいます。
- ・60歳以上、痛みや皮膚症状が強い方はなりやすいので注意が必要です。
- ・治療法としては痛み止めの内服や神経に効く注射を行う場合がありますが、**完治することもあります。**

治療法は？

- ・抗ウイルス薬の投与です。軽症なら内服薬、重症なら点滴で治療をします。
- ・水疱が破けて浸出液が出る場合は軟膏で処置します。
- ・発症から1-3週間程度で水疱がかさぶたになって、赤みが引いてきます。



予防法は？

- ・80歳までに3人に1人が带状疱疹にかかると言われており、50歳以上で発症する割合が多いです。
- ・そのため50歳以上の方を対象に2種類の带状疱疹ワクチンが任意接種で接種できます。
- ・発症予防や症状が軽くなる場合があり、興味がある方はお近くの病院で相談してください。

带状疱疹かな？と思ったら

- ・带状疱疹ではなるべく早い治療が重要です。
- ・ピリピリした痛みや皮疹を自覚したらお近くの病院で相談してください。
- ・免疫力が低下したときに発症しやすいので、規則正しい生活を心がけましょう。

高齢者において带状疱疹は多く見られるため、たくさんの方に皮膚についてや、痛みが続く可能性があること、予防接種があることを知ってほしかったです。

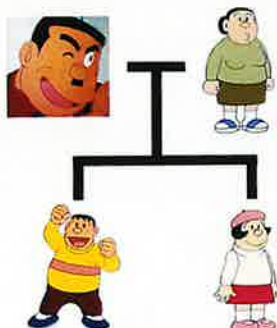
32

乳がんと遺伝のはなし

乳腺外科

遺伝とは

親から子へ、性質や特徴が、
伝わる現象のこと。似る??



例えば 血液型

お母さん お父さん
A型 (AA) B型 (BO)



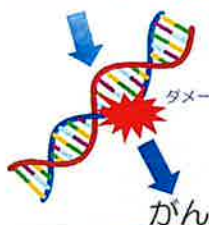
体型・食生活・生活習慣・性周期
も似てしまいますね。

乳癌になり
やすいかも
肥満 アルコール
喫煙 糖尿病
早い初経 遅い閉経

乳癌になり
にくいかも
定期的な運動
大豆食品 乳製品

がんは 細胞の設計図 (遺伝子) の異常の蓄積

環境要因
アルコール・喫煙など



ダメージを修復する
遺伝子BRCA1/2
に異常があったら
ダメージが蓄積

家族歴と乳がん 家族歴のない人と比べると

血縁者	1.9倍
親・姉妹・子	2.1倍
母	2.0倍
姉妹	2.3倍
娘	1.8倍
母と姉妹	3.6倍
祖母・孫・おば・姪	1.5倍

BRCA遺伝子は調べ られますか?

血液検査でしらべることが
できます。

HBOC (遺伝性乳癌卵巣がん症候群)

BRCA1/2遺伝子の病的な変異に
よる病気

50%の可能性で子に受け継がれる



生涯で乳がんになる
可能性が増加



どんな人がBRCA遺伝子 を調べた方がいいで すか?

- ・若くして乳がんになった人
- ・トリプルネガティブ乳癌
- ・家族に乳がん 卵巣がん
膵臓がん 前立腺がん
男性乳がん

詳細は 乳腺外科・
遺伝子診療部へどうぞ

ポスターを外来に掲示し、継続して患者さんに乳癌と遺伝について情報提示いたします。

東3階病棟

33

私の心づもり

東3階病棟

もしもの時のこと 考えてみませんか？



あなたが自分の考えを伝えられなくなった場合に
備えて、ACP の手順に沿って、今の希望や思いを
整理してみましょう。

Step1

希望や思いについて話
しましょう。

今のあなたの考え方を示し
ておくことは、将来ご家族な
どがあなたの気持ちを考え
て判断するのに役立ちます。

アドバンス・ケア・プランニング(ACP)とは
これから受け取る医療やケアについてあなたの考
えを家族や医療者と話し合い文書化する手続の
こと

Step5

考えを「私の心づもり」
に書きましょう。

話し合ったことは記録として残し
ておきましょう。希望や思いは時
間や健康状態によって変わる可能
性があります。その都度「私の心づ
もり」を見直してかまいません。

ACP
(アドバンス・ケア・プランニング)

Step2

健康について学び、
考えましょう。

医師とあなたの健康について
相談することも大切です。病気
がある場合には、将来どうなる
か、どのような治療ができるのか、
その治療でどうなるのか学び
ましょう。

Step4

希望や思いについて
考えましょう。

医療や生活に関する希望や思いを
家族・代理人や医療者と話し合
いましょう。しっかり話し合うこ
とで、お互いの理解が深まること
でしょう。

Step3

あなたの代わりに伝え
てくれる人を選びましょう

予期しないできごとや突然の病
気で自分の希望を伝えることが
できなくなるかもしれません。
自分で判断できなくなった時に、
あなたの代わりに伝えてくれる
人を選んでおくことが大切です。

東3階病棟での取り組み

当病棟では心づもりのハン
フレットを設けています。
介入が必要な方には医療
者間で情報共有を行い、本人
の希望に沿った医療を提供
できるように取り組んでい
ます。

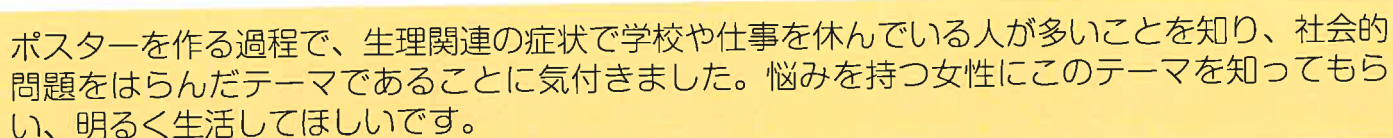
あなた。
医療。

心づもり



広島県公式ホームページ: ACP(アドバンス・ケア・プランニング)を支援する会(県)の普及促進 ➡ <https://www.pref-hiroshima.jp>

身近に感じにくいACPをポスターを通じて自分の事として考えるきっかけになればという思い
で作成しました。伝わりやすい文章や構成を考えるのに苦労しましたが、協力して完成できて良
かったです。



大腸憩室出血ってなんだろう？

西7階病棟

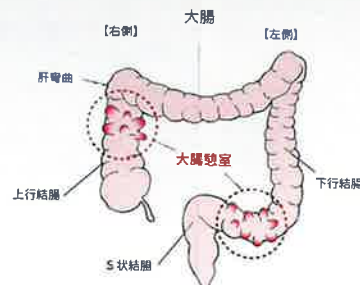
35

大腸憩室出血ってなんだろう？

西7階病棟

★憩室ってなに？

消化管の壁の一部が外側に押し出されて風船・ポケット状に膨らみ突出していること。



★原因

高齢
食物繊維の摂取不足

便秘

排便時のいきみ

大腸内圧の上昇

憩室形成

★症状

下血(肛門から血液が流れ出す状態)
血便(便に新鮮な血液が混じったもの)

腹痛

あり…虚血性腸炎

なし…憩室出血

再発しやすい!!!

★治療

内視鏡的止血術、絶食+点滴による腸管安静

★予後

止血1年後の再出血率…20~35%

★予防

食物繊維の多い食事により便秘を予防する
下剤による便秘コントロール



消化器内科病棟では、大腸憩室出血で入院される方も多く、患者さんから憩室とは何かという質問を受ける場面もあったため、このテーマに決めました。ポスター作成を通し、疾患について学びが深まるよい機会となりました。



認知症ケアチーム

36

入院しても安心
認知症ケアチームがサポートします!!

認知症ケアチーム

J A広島総合病院へ入院

〈認知症のAさん〉

身体の苦痛
による恐怖心

知り合いが
いない孤独感

状況が分から
ない不安

病棟からチームへ相談

このままでは、安心して
治療を受けてもらえません。

主な相談内容

- ・混乱して落ち着かない
- ・寝られない
- ・食欲が湧かない
- ・食欲がない
- ・コミュニケーションが難しい

薬剤師
薬の調整
をします

認知症ケアチーム

管理栄養士
食事の内容と
環境を整えます

医師
身体の不調
を緩和します

作業療法士
現在ある
機能を最大限
引き出します

MSW
安心して
できる退院後の
生活を支援します。

認知症看護認定看護師
認知症により入院生活で
困っていることを解決します

安心してください、認知症ケアチームがサポートします! 認知症により何に
困っているかチームで話し合い、本人に寄り添ったケアを病棟と協力して考えます。

チームと病棟でカンファレンス



〈認知症のAさん〉は記憶障害により
現状が理解できず混乱しています。
自由に生活できないことも苦痛です。

病棟で個性を踏まえたケア

Aさんこんにちは!
私は看護師の〇〇です。
肺炎で入院していますよ。

〈認知症のAさん〉

気分転換に
一緒にお散歩
しませんか?

演歌が好きと伺い
ました。一緒に
聴きませんか?

退院後の生活が不安な場合

認知症初期集中支援チームに紹介



認知症により
退院後の生活
が心配です。

↑廿日市野村病院でカンファレンス

認知症初期集中支援チーム



地域でも安心して
過ごすことが
出来るよう
サポートします!

- ・自宅訪問
- ・適切な医療/介護
へつなげる

※廿日市在住の方がご利用いただけます

安心して退院できる場合

Aさんは安心して
元の生活へ戻ります!



認知機能が低下した高齢者の方は入院により、様々な不安を抱えることになります。安心して入院生活を送ることができるよう、多職種で協力して安心できる療養環境を整えていることを知っていただきたくて作成しました。

がんゲノム医療を知ろう！ ～これからのがん治療～



病理研究検査科・がんゲノム医療事務局

37

がんゲノム医療を知ろう！ ～これからのがん治療～

病理研究検査科・がんゲノム医療事務局

がんは、さまざまな遺伝子の変異が積み重なることで発症

変異の現れ方は人それぞれ

➡

一人一人の遺伝子変異に応じた治療法に着目

ゲノム

遺伝子をはじめとした遺伝情報の全体のこと。体をつくる設計図のようなもので、一人一人違う

遺伝子

たんぱく質の構造を決める情報が書かれた部分

「がん遺伝子パネル検査」

…遺伝子を解析し、がん治療の選択肢を広げる

ポイントはココ

- 一度の検査で、多くの遺伝子検査が可能
- 患者さんのがん細胞の特徴に合った薬を探せる可能性が出る
- このため副作用が少なく、効果が期待できる

これまでの治療

がんゲノム医療のイメージ

医療体制を拡充

治療

臓器ごとに抗がん剤を使用

標準的な治療を行う

遺伝子検査

臓器ごとはなく遺伝子の変異に応じて抗がん剤を使用

効果が期待できる薬が見つかる可能性がある

治療

遺伝子検査が保険適用へ

対象は 肺がんや胃がんなどにかかり、再発や進行して標準的な治療で効果がなかった患者

検査・治療方針を決定できる病院の増加へ

中核拠点病院 全国12カ所
人材育成・研究開発、遺伝子検査、治療方針の決定、治療

拠点病院 全国33カ所
人材育成、遺伝子検査、治療方針の決定、治療

連携病院 全国185カ所
遺伝子検査、治療

当院は、2021年4月から連携病院となりました。

当院の取り組み

遺伝子パネル検査を行うためには、検体の品質が重要になります。病理検査室では、推奨されるホルマリンへ変更、摘出臓器の固定時間の管理を行い、検体の品質管理に努めています。

また、速やかに検査が行えるようゲノム診療用病理組織検体取扱い規定に則り、体制整備を行っています。

がん遺伝子パネル検査に興味を持たれた方は、主治医へご相談ください。

当院でも、がん遺伝子パネル検査ができるようになりました。患者さんだけでなく、医師にも出検できるようになったと知ってもらえればと思い、作成しました。

訪問看護ステーション

38

訪問看護師密着24時

訪問看護ステーション

訪問看護師の1日

8:30 出勤 申し送り

8:50 訪問



いってまいります!

訪問看護師は
点滴・症状観察・傷の処置
などいろいろとやるらしいぞ!!
スクープだ!!

こんなことやってまーす!!

12:00 お昼休憩

13:00 訪問



点滴



シャワー浴



内服管理

16:30 ミーティング

今夜、お看取りに
なりそうですね。



〇〇さん、お食事とれているかな?
お薬ちゃんとのめているかな??

本日訪問された利用者さんの状態をスタッフ間で
情報共有しているそうです。

ドクターへ報告しておきましょう。

17:00 退社 休日・夜間専用のPHSを持ち帰り、
いつでも出動できるよう待機しています。

訪問カバンの中身を大公開!



カバンの中は・・・
カルテ・タブレット・体温計・血圧計・聴診器・酸素飽和度計
消毒・手袋・エプロン・アイガード
消毒・ガーゼ・点滴セット・血糖測定器
などが入っているようだ!!

利用者が住み慣れたおうちで
安心して過ごすことができるよう
たくさんのお道具で準備されている
そうだ!

詳しくは東城2階
医療福祉支援センター内
厚生連広島訪問看護ステーション
へ行ってみよう!

患者様や御家族はもちろんのこと、医療従事者にも訪問看護を周知していただき、廿日市や佐伯区の在宅医療に貢献したいという気持ちを込めて作成しました。

糖尿病センター療養相談室

39

持ってますか？ 災害用リュック

糖尿病センター糖尿病療養相談室



皆さん、災害時の準備はできていますか？
災害時に必要な物であっても個人が持つには限界があります
ひとりが一つのリュックを準備しましょう

薬・注射

災害時でも、糖尿病の治療は続けることが大切です。
48時間の為めに、すぐに受診できるわけではありません。
お薬手帳や糖尿病手帳は必ず持っておきましょう。
血糖コントロールが乱れやすいため、高血糖・低血糖に注意が必要です。低血糖時に併発するものを準備しましょう。

★関係品も忘れずに準備しましょう
・インスリン注射・GLP-1受容体作動薬
・針・アルコール綿・針破棄容器
・血糖測定器・穿刺器具・穿刺針・センサー



衛生

避難所での生活やストレスで、抵抗力が弱くなります。
高血糖になりやすく、虫歯や歯周病、虫刺されやケガなどから感染症をひきおこすことにも注意が必要です。

★災害時だからこそ、気をつけましょう
・手洗い・うがいをして、マスクを装着する
・アルコール消毒をする
・足に傷ができないように室内履きを準備する
・ハンドクリームを準備し、手足に塗布し保湿する
・歯磨き、歯垢洗浄をしましょう（滅菌歯磨きは水が不要なので災害時には便利です）



運動

災害発生時は避難所や車中泊などで過ごすことになり、地べたや硬い床、車のシートで寝ることになります。体を動かさないと高血糖、エコノミー症候群（長時間同じ姿勢で過ごす、血液の流れが悪くなり血栓ができること）をおこしやすくなります。

これらを予防するために1日2〜3回は軽い運動を行いましょう。ラジオ体操やストレッチ、ウォーキングなど、自分の体の状態に合わせてください。



食事

避難所では、1日2食になったり、献立は特に菓子パンなどが多く、バランスの良い食事は摂れません。ある程度は自分で非常食を準備しておきましょう。

最近では、水で戻す食事もあります（炊き込みご飯等）。また、タンパク質やミネラルを多く含む食品は、非常時には損ににくいので、工夫して準備しておくことも重要です。1年に1回食べて、新しくしておくこともよいそうです。



一般的に必要なもの

災害時には、どんなものが必要でしょうか、一般的に必要なものをまとめてみました。個人差もあり何を優先的にするか迷いますね、事前に家族で話し合い準備しておくことがよいですね。



世界中で災害が発生し、災害時の備えが必要とされています。しかし糖尿病患者さんについては、なかなか目にするのが少ないと感じていました。糖尿病患者さんに、災害の備えについて考えていただきたいと思い、作成しました。

がん検診を受けましょう！

健康管理センター

40

がん検診を受けましょう！

健康管理センター

受診控え、していませんか？

2020年に日本で新たにがんと診断された人は、前年と比べて6万人減少したと発表されました。高齢化に伴い増加傾向にあるがん患者数が実際に減少したのではなく、コロナ禍における検診控え・受診控えの影響が大きいとみられているようです。当センターのがん検診においても同様の傾向が見られ、受診者の減少に伴い2020年度のがん発見数は14人で、前年度と比較して15人減少しています。

2019年度、2020年度の当センターにおけるがん検診受診者数、がん発見数比較					比較		
検診・検査	2020年度		2019年度		受診者数	がん発見数	
	受診者数	がん発見数	受診者数	がん発見数			
胃がん検診	胃透視検査（胃バリウム検査）	920	0	944	0	-24	0
	胃内視鏡検査（胃カメラ検査）	2063	2	2325	6	-262	-4
肺がん検診	胸部レントゲン検査	4009	0	4273	2	-264	-2
	肺CT検査	116	0	141	1	-25	-1
大腸がん検診	便潜血検査	3413	7	3795	11	-382	-4
乳がん検診	乳房X線検査（マンモグラフィ）	1031	2	1121	2	-90	0
	乳房超音波検査（エコー検査）	51	0	37	0	14	0
子宮がん検診	子宮頸部細胞診	902	0	945	0	-43	0
前立腺がん	前立腺腫瘍マーカー（PSA）検査	426	3	509	7	-83	-4

がん検診を受けましょう！

日本人が一生のうちにがんと診断される確率は、男性65%、女性50%となっています。およそ2人に1人ががんと診断されることになります。胃がん、大腸がん、肺がんは患者数・死亡数ともに多くを占めています。最近では、すい臓がんでの死亡が増加傾向にあります。

2018年の日本人のがん患者数順位		
1位	2位	3位
男女 大腸がん	胃がん	肺がん
男性 前立腺がん	胃がん	大腸がん
女性 乳がん	大腸がん	肺がん

2019年のがん死亡数順位		
1位	2位	3位
男女 肺がん	大腸がん	胃がん
男性 肺がん	胃がん	大腸がん
女性 大腸がん	肺がん	すい臓がん

※国立がん研究センター統計

がん治療は早期に始めるほど生存率が上がる傾向があります。がん検診の目的は、がんを早期発見し、適切な治療を行うことでがんによる死亡を減らすことです。厚生労働省は「がん検診などの受診は、不要不急の外出にあたらぬ」として受診を勧めています。定期的ながん検診を受けましょう！！

国が推奨するがん検診

- 胃がん検診
 - 胃透視検査（胃バリウム検査）
 - 胃内視鏡検査（胃カメラ検査）
- 肺がん検診
 - 胸部レントゲン検査
- 大腸がん検診
 - 便潜血検査
- 乳がん検診
 - 乳房X線検査（マンモグラフィ）
- 子宮頸部細胞診

市町村の集団健診や
当センターの人間ドックで
受診できます

当センターで
受診できるものです
お気軽にご相談ください

人間ドックなどのオプション検査の一例

- すい臓がん…すい臓MR検査
- 肺がん…肺CT検査
- 乳がん…乳房超音波検査（エコー検査）
- 前立腺がん…前立腺腫瘍マーカー（PSA）検査

要精密検査になったら受診しましょう！

「要精密検査」とは、「がんの可能性があるので詳しく検査を受けましょう」ということです。健診結果書のコメントに「精密検査を受けましょう」と書かれていれば、健診結果書と紹介状を持って早めに医療機関を受診しましょう。

当院はがん診療拠点病院です！

がん検診の目的は、がんを早期発見し適切な治療を行うことで、がんによる死亡を減らすことです。厚生労働省は「がん検診などの受診は不要不急の外出にあたらぬ」として受診を勧めています。がん検診を受けましょう！

栄養サポートチーム

41

困っている患者さん・ご家族を
栄養サポートチームが支えます

栄養サポートチーム

栄養サポートチーム(NST)は多様な職種スタッフが専門的な知識を持ち寄り、患者さんの治療が円滑に進むように栄養面からサポートを行うチームです。



患者さん

「私が食べられなくなると、
病気の回復が遅れていますが、
がんばってご飲食しよう。」
と、言われました。

栄養士さんと看護士さんが
色々工夫してくれそうですが、
どうやっても
食べる量は増えません。

栄養が足りない

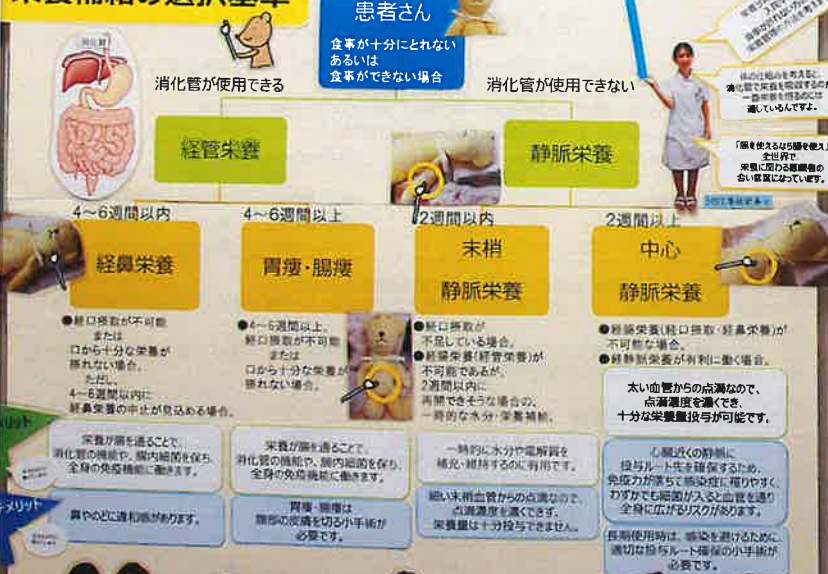
「あなた、
可哀想です！
点滴で栄養を
補ってください。」

「おさんは、
食事が摂れない状態です。
栄養を補うために、
食からチューブを入れて
栄養を摂る方法があります。」

患者さんのご家族 主治医

病気が悪化

栄養補給の選択基準



私たち栄養サポートチームは、チーム回診・カンファレンスを通して、
患者さん一人一人に適した栄養管理を行えるよう活動しています。

栄養サポートチーム (NST: Nutrition Support Team)

口から食べることが難しい時、栄養投与ルートをどうするか迷う場面をよく見ます。経腸、静脈栄養それぞれの欠点や利点を知ること、患者さんに一番合った方法を考えてもらうきっかけになればと思い、作成しました。

43

ラジエーションハウス

画像診断部

Radiation House



放射線診断科（当院の画像診断部）ってご存知ですか？

1895年に、ヴィルヘルム・レントゲン博士（ドイツの物理学者）がX線を発見したことをきっかけに、1970年代初期にはCT、1970年代後期にはMRIが発明され、世界中に普及しました。
今ではCTやMRI以外にも様々な画像検査があり、読影（画像を読むこと）に特化した分野が放射線診断科です。

放射線診断科の役割① 読影

皆様はCT検査やMRI検査を受けたことがありますか？

院内で実施されたほとんどの画像検査は主治医と放射線診断科によりダブルチェックされています。
様々な診療科と連携しながら、患者様の診断や治療方針に関わっています。

偶然に癌が見つかる？

放射線診断科は症状とは関係ない部位も含めて、撮像された範囲に異常がないかすべてチェックします。
たまたま癌が見つかることもあるため、早期発見や治療につながるように努めています。



放射線診断科の役割② IVR

IVRとはInterventional Radiology（画像下治療）の略で、その名の通りX線などの画像を用いながら治療することで、1980年代にアメリカで始まり、世界中に広まった技術です。

手術とは異なり、基本的には麻酔の必要はなく痛みも少ないため、患者様の負担が少ない治療法です。

肝癌はIVRで治療できる？

肝癌の治療は手術だけでなく、IVRのひとつであるTACE（肝動脈化学塞栓療法）という治療ができる場合があります！

主に足の付け根の動脈（大腸動脈）からカテーテルを挿入します。次に癌細胞が栄養を受けるための動脈（栄養血管）までカテーテルを進めます。そしてカテーテルから抗がん剤を流し、塞栓物質でフタをすることで癌細胞を死滅させます。



出血はIVRで止められる？

交通外傷などにより骨折部や臓器の損傷部から大量出血することがあります。

そんな時に手術をしなくても、IVRで出血を止められることがあります！主に大腸動脈からカテーテルを挿入し、出血部位を探します。出血部位が分かれば、その血管にカテーテルから塞栓物質を流して出血を止めることができます。手術より簡単でかつ早く出血を止められます。



放射線科は患者様との直接の関わりが少ないため、普段どのようなことをしているのか知っていただく機会になればと思い作成しました。少しでも興味を持っていただければ幸いです。

あなたはどこでどのように過ごしたいですか

緩和ケアチーム

44

あなたはどこでどのように過ごしたいですか

緩和ケアチーム

あなたが人生で最も大切にしていることは何ですか？

どこでどのように過ごしたいですか？

どのような医療・ケアが受けたいですか？



「緩和ケアが受けたい」例えば・・

自宅で療養したい

- ・住み慣れた家で過ごせる
- ・家族やペットと一緒にいられる
- ・病院のようなルールがなく自分のペースで過ごせる
- ・好きなタイミングで好きなことができる
- ・コロナ禍が自由に家族に会える

自分で受けたい在宅サービスが使える

- ・訪問診療・訪問看護・訪問リハビリ
- ・24時間電話対応の事業所で相談ができ安心して過ごせる



「緩和ケアが受けたい」例えば・・

緩和ケア病棟

- ・全個室（無料、有料）、仕切りのある多床部屋のところもあります
- ・ペットの面会、ペットセラピー
- ・お酒を飲む
- ・お茶を点てる
- ・ミニキッチンがある
- ・映画や音楽鑑賞
- ・花や野菜を育てる
- ・音楽・情報ボランティア
- ・花火やお月見など季節行事の開催



（病棟や施設によって内容は異なります）

アドバンス・ケア・プランニング（ACP）とは

- ・人はそれぞれ人生観や思いに基づく人生設計を考えています。
- ・医療についても同じことが言えます。
- ・これから受ける医療やケアについて、あなたの考えを家族や医療者と話し合っておくことで、あなたの希望や思いが医療やケアに反映されるでしょう。
- ・その手順をアドバンス・ケア・プランニング（ACP）と呼びます。

どんな利点があるのでしょうか？

- ・あなたが自分の考えを伝えられなくなった場合に備えて、前もって受ける医療に対する希望を、家族や医師に伝えておくことは重要なこと。
- ・明日がどうなるのか誰にもわかりません。
- ・将来の健康がどうなるのかを予測もできません。
- ・将来自分自身で判断できなくなったとしても、準備をしておけば、受ける医療に対するあなたの希望をみんなに知ってもらうことができます。
- ・あなただけでなく、家族などあなたに代わって医療を選択しなければならない人にも安心をもたらす手段となる可能性があります。

（資料：日本緩和医療学会）



いつ始めるのが良いのでしょうか？

- ・今から始めましょう。
- ・判断能力に影響するような災害に直面したり、重い病気にかかる前に話し合うことが重要です。
- ・受けるかもしれない医療について、自分がどう考えているかを知ってもらっておくことは、将来あなたの代わりに意思決定をしなければならない人にとって、混乱や迷いを避けることで済む可能性があります。

（資料：日本緩和医療学会）

このようなパンフレットを広域県地域保健対策協議会が作成されています。
ご興味がある方は、東横2階 がん相談支援センターにお越し下さい。



からだところの苦痛の緩和に関わるチームがあります

JA広島総合病院緩和ケアチーム

人生の最期はいつ訪れるか？その時どうしたいか？どこでどのように過ごしたいかを考え、その思いを家族など親しい人に伝えておくことは大切なことです。地域の方に考えるきっかけになればと思い作成しました。

45

ICUの1日とICUダイアリー

ICU

<ICUってどんなところ？>



生命の危機的状況にある患者さんや
生命維持装置を必要とする患者さんの
治療、看護を24時間行っています。



ベッドは8床
あります。



<ICUの1日>

起床

体ふき

ごはん

リハビリ

検査

消灯



挿管中、生命維持装置を
使用中などお伝えいか
必要な患者さんに看護師が
口腔ケアや清拭などの
看護ケアを実施します

↑挿管中の口腔ケア実施中



↑機械を運搬しています

言語聴覚士さんが
飲み込みの確認をして
食事開始になります。



↑足浴の様子

理学療法士さんと
協力をして
リハビリをします。



↑理学療法士の様子



↑理学療法士の様子



↑消灯後のICUの様子

夜は電気を消しますが
機械がたくさんあるので
真、暗にはなりません。

<ICUダイアリー>

患者さんの日々の変化を
お伝えできるようICUダイアリー
という日記をつけています。

患者さんのなごみのものが
あればお待ちしております。



多くの方にとってICUはイメージしづらい場所だと考えたため、ICUについてイメージしやすいよう、多くの写真を使用して作成しました。また、多くの人の目にとまるよう、様々な色を使ってカラフルにしました。

その膝の痛み、我慢しないで !!

整形外科

46

その膝の痛み、我慢しないで !!

整形外科

変形性膝関節症ってどんな病気？



膝の軟骨がすり減り、
組織の変性（多くは骨変形）
を伴う関節の炎症が主病態です。
動作時に膝に痛みを感じ、
歩行や立ち座り、階段の昇降など、
日常生活におけるいろんな下
半身動作に支障をきたします。



危険因子



原因や危険因子について

一次性
加齢 肥満 職業
生活環境 遺伝など

二次性
炎症性 腫瘍性
外傷 壊死性など



✓主な症状



✓レントゲンでの重症度分類



✓自宅でできる運動療法

○太ももの前を鍛える

- ・巻いたタオルの上に
片方の膝をのせる
- ・膝でタオルを床に
押しつける (3~5秒)



- ・椅子に浅く座る
- ・片足を10cm程あげる
(3~5秒)



○股関節の外側を鍛える

- ・横向きに寝て、上側の膝を
伸ばし10度くらいあげる
(3~5秒)
- ・ゆっくりおろす



手術適応

当院では全人工膝関節置換術を
おこなっています



よく耳にする変形性膝関節症ですが、早期から保存加療を行うことで、進行を遅らせることができることを伝えたかったです。

編 集 後 記

令和4年1月、第12回目となる「JA広島総合病院ふれあいポスター展」が開催されました。

病院1階ロビーに病院各部門からそれぞれの部署のアピール、病気の説明、健康に関する知識等趣向を凝らした46作品のポスターを掲示しました。各ポスターは来院された方々の投票と、院内のアカデミック委員会等の選考メンバーにより厳正に審査され、最優秀賞には地域救命救急センター外来の作成した「～これであなたも、命が救える～」が選出されました。倒れている人を見つけた場合の対処法について、呼吸・脈拍の確認法や、心臓マッサージの部位・力加減・速さ、そしてAEDの使い方を、立体的なイラストを用いて分かりやすく伝える作品となっています。医局部門優秀賞は呼吸器外科の「えっ!?まだタバコ吸ってるの?? やめなきゃいけないその理由」が受賞となりました。タバコの健康被害についてのデータや「タバコと新型コロナウイルス感染症」や「タバコとSDGs」など最新の話題について紹介しています。看護部門優秀賞は西6階病棟による「胃の手術後の食事について～ダンピング症状とは～」が受賞となりました。胃の手術後に発症しやすいダンピング症候群について、退院後の食事で気を付けること等の予防法について詳しく説明しています。コメディカル部門優秀賞には栄養科作成の「“らくらく” 減塩生活のススメ」が、住民投票部門とのダブル受賞となりました。塩分を取りすぎると、高血圧、心疾患、がん、腎機能低下、動脈硬化性疾患のリスクが上がると言われていますが、現在の食事をちょっと変えるだけで“らく”に減塩する為の「食べ方のコツ」「調理法のコツ」「調味料のコツ」がつかめる作品となっています。チーム部門では認知症ケアチームによる「入院しても安心 認知症ケアチームがサポートします!!」が受賞しました。高齢化が進むなか認知症高齢者も増えていますが、そのような方が入院するにあたり、恐怖心や孤独感などの不安を抱えたままでは安心して治療が受けてもらえません。そこで医師、薬剤師、認知症看護認定看護師、作業療法士、管理栄養士、MSWなど多職種によるチームが患者さん一人一人に寄り添ったケアを実施し入院中から退院後の生活まで安心して過ごすことができるよう活動していることが分かる作品となっています。

例年11月23日に病院内でゲストの楽器演奏や医師による講演会、内視鏡体験コーナーなど大々的に開催していました「オープンホスピタル」は、残念ながら今年度もコロナ禍の影響で中止となりました。来年度こそはコロナ禍が落ち着き、イベントを再開できますことを祈っています。

最後に事務局である教育研修課、アカデミック委員会の委員等この企画にご協力いただいた皆様方に心から感謝を申し上げます。

アカデミック委員会
副委員長 川上 多聞

第12回 ふれあいポスター展

発行年月日 令和4年3月

編 集 広島県厚生農業協同組合連合会広島総合病院
アカデミック委員会

発 行 広島県厚生農業協同組合連合会広島総合病院
〒738-8503 広島県廿日市市地御前1丁目3番3号
電 話 0829-36-3111
