

第10回

# ふれあいポスター展

❧ 作品集 ❧



JA広島総合病院

JA. HIROSHIMA General Hospital

令和元年度



## 第10回ふれあいポスター展に寄せて

病院長 藤本 吉範

毎年、各部署の職員が工夫をこらして作成しているポスター展も、記念すべき10回目を迎えました。継続は力なりといいますが、初回からの出展ポスター数が441件となり、たくさんのポスターを地域の皆様にご覧いただいたこととなります。これまでの最優秀作品を振り返ると栄養科と臨床研究検査科の作品が多く受賞していました。地域の皆様に身近なテーマでわかりやすく作られたポスターが支持を集めていたと感じています。

第10回目の今回は令和元年11月12日から12月27日まで開催され、35作品がエントリーされました。

今年も工夫を凝らしたポスターが多数出展され、病院の正面フロアも賑やかになりました。これまで回を重ねるごとに「立体的に」なっていましたが、今回のポスターには少し落ち着きが出てきたと感じています。

出展されたポスターを厳正に審査した結果、整形外科の「ロコモティブシンドロームって何?～運動習慣で健康寿命を伸ばそう～」が最優秀賞に選ばれました。「ロコモ」とは運動の機能低下のことで、横断歩道が渡り切れなかったり、ちょっとした荷物が持てなかったりしたときは要注意だそうです。予防としてスクワットやかかと立ち等を解説しています。

優秀賞は3つの部署が受賞しています。医局部門は消化器内科の「ピロリ菌は何しに消化管へ?」胃がんの原因の一つとされるピロリ菌が体内に発生する原因から除菌の方法までわかりやすく説明しています。看護部門は糖尿病センターの「血糖自己測定ってなに?!正しく血糖値を測りましょう」血糖の計測時に必要な器具等を写真とともに説明があり、意外と簡単に測定できそうです。コメディカル部門は栄養科の「食事で筋肉を保とう!～上手な選び方のコツ教えます～」筋肉を保つには「タンパク質」が大切で、日ごろの食事の中のタンパク質の量をグラフで示しています。タンパク質の少ない食事にはサラダチキンやサバ缶を追加するとよい食事もあるようです。筋肉を保つには、食事も大切ですが、やはり運動が大切です。

毎年、11月23日に開催しているオープンホスピタルですが、今年も皆様のお陰もあり盛大に開催することができました。オープンホスピタルにお越しいただいた地域住民の方に良いと思うポスターを投票してもらい、栄養科の「食事で筋肉を保とう!～上手な選び方のコツ教えます～」が住民投票部門の優秀賞に選ばれ、栄養科はコメディカル部門と住民投票部門でのW受賞となっています。栄養科のテーマが日常生活と身近な話題であることも評価を得た理由かと感じています。

今後も住民目線に立ったポスター作りを心がけ、地域の皆様に身近な病院として、病院のことを知っていただく努力を続けていきます。

### ◆最優秀賞

部 署	作 品 名
整形外科	ロコモティブシンドロームって何?～運動習慣で健康寿命を伸ばそう～

### ◆優 秀 賞

部 門	部 署	作 品 名
医 局	消化器内科	ピロリ菌は何しに消化管へ?
看 護	糖尿病センター	血糖自己測定ってなに?! 正しく血糖値を測りましょう
コメディカル部門	栄養科	食事で筋肉を保とう! ～上手な選び方のコツ教えます～
住民投票部門	栄養科	食事で筋肉を保とう! ～上手な選び方のコツ教えます～
ラ ッ キ ー 賞	地域救命救急センター病棟	密着、救命病棟～入室から退室まで～

◆応募総数：35作品

◆期 間：11月12日(火)～12月27日(金)

# 知って役立つ薬の知識

## 薬剤部

### 1 知って役立つ薬の知識

#### 薬剤部

##### 薬の使用・管理方法を学ぼう!

**スタート!**

<ルール>  
ルーレットを回して選んでね!  
それぞれの文章が正しいか  
確認しながらゴールを目指そう!

薬は  
コップ1杯の  
水で飲む

大きく飲みにくい錠剤は  
自分で砕いて飲む

目薬は1滴で十分!  
目薬は1滴約0.05mL  
目に保持できるのは0.02mL  
2滴入れても大丈夫!

ステロイド外用薬の使い方  
ステロイド外用薬は、厚めに塗す。  
患部に軽くのせるように薬を塗り、  
優しく伸ばして塗ろう。  
塗る量の目安は—

薬を勝手に砕いて飲んだらダメ!  
薬は色々な工夫がされているから、勝手に錠剤を  
砕くと、薬の効果が落ちたり、作用が強くなり  
するものがあるよ。  
飲みにくさを感じたら、まずは薬剤師に相談して  
ね。とろみ剤や嚥下ゼリーも有効!

よく効かせるため  
目薬は1回に  
2,3滴入れる

症状がよくなったら、  
病院で処方された毎日飲む薬を  
自己判断でやめる

こどもの粉薬は  
ミルクに混ぜて飲ませる

薬をミルクに混ぜないで! ミルク臭になっても  
乳幼児への粉薬の上手な飲ませ方は—  
2,3滴の水で練り、ペースト状にしてあげて  
すりつけ、水などを飲ませる。  
少量の水で溶かして、コップやスポイト、哺乳瓶  
の先筒で飲ませる。  
飲んだらしっかり裏めてあげてね!

「量・回数・期間」を守るう!  
医師は患者さん個々の状況に応じて薬の服用  
量・服用期間を決めているよ。  
勝手に服用を中止したり、飲む量を減らすと、  
効果が減少したり、症状が悪化することも。

薬は、薬以外のもの(お菓子  
など)と分けて保管する

薬は、  
こどもの手の届かない  
場所に保管する

薬が入っていた袋(薬袋)や  
外箱、薬の説明書を捨てる

飲み忘れ予防に  
お薬カレンダー  
を使う

大切な情報は残しておこう!  
薬袋や説明書には処方された日、用法用量、保管  
方法など大切な事が書いてあるから薬を捨てる  
までは捨てずに残しておいてね。  
一般用医薬品の外箱や説明書も大切!

病院で処方された薬は  
「その特振り」「自分専用」  
症状が似ていても原因が違うことがあり、使う薬も  
異なるよ! もちろん、同じ症状が出た人に薬をあげ  
てはいけません。他の人が使うと作用が強くなり、  
アレルギーが起ることもあるから危険!  
適正に使用しないと、もし何か起きたても副作用や  
副作用の知識外!

過去に病院で処方された薬が、  
家に残っていたら、同じよう  
な症状が出た時に飲んでいい  
と思う。

**ゴール!**

くすり  
正しく使ってこそ  
良くくすり!

今回は薬の正しい使用方法と管理のしかたについて、すごろく形式にしてまとめてみました。普段使用している薬を安全に正しく使用するための知識となればと思い作成しました。



# 免疫療法ってな～に？

## 小児科

2

免疫療法ってな～に？

小児科

先生！  
ひどいアレルギー性鼻炎で薬を飲んでも  
なかなかよくなりません。

飲み薬も点鼻薬もいろいろ試し  
ているのに・・・  
どうすればいいんだ！！

そんなあなたに朗報です！！

免疫療法をご存じですか？？

内服薬も減らせて陸上競技会  
でいい成績が取れました

症状が抑えられて勉強がはかどり、  
志望校に合格しました

免疫療法とは！？

『これは敵ではない』と教え込む根本的な治療法  
「アレルギーは敵だから攻撃しよう」とする免疫に対し  
「放っておいても大丈夫だから攻撃しなくていい」と教え込んで  
いくのが免疫療法の原則です。

警備の手薄なところから  
徐々に入りこむ

指名手配中のアレルギー

見つけたら  
やっつけるぞ！！

指名手配は解除しよう。

気づいたら周りにたくさんいた！？  
でも意外と悪い奴じゃなさそう。

食物アレルギーに対する経口免疫療法  
花粉やダニ・ハウスダストに対する舌下免疫療法  
などがあるよ！！  
特に舌下免疫療法は約8割の人に効果があるよ！！  
お気軽にご相談ください。

今回は免疫療法をテーマにポスターを作成しました。現在小児科外来では経口免疫療法、舌下免疫療法による治療を行っていますが、それを子供さんにも分かり易く理解してもらえようイラストを用いて解説しています。

# 入院から退院までの道のり

## 医療福祉支援センター 総合医療相談室



私達の業務を地域の皆様や患者さんに理解していただくため、どのように表現したら伝わるか皆で話し合いを重ねました。今後も患者さんやご家族を支え、退院後も安心して生活していただけるよう支援していきます。



# 東 4 階病棟の全体紹介

## 東 4 階病棟

# 4


### 東 4 階病棟の全体紹介

### 東 4 階病棟




こんにちは！東 4 階病棟のスタッフです。  
東 4 階病棟では、小児科、眼科、耳鼻咽喉科、そして昨年 10 月から救急集中治療科を主に受け入れています。他にも麻酔ヘルニア(外科)、眼瞼下垂(形成外科)、下部消化管大腸検査(消化器外科)等の入院や他 14 歳以下の整形外科・形成外科などの診療科の患児を受け入れています。生後数日の新生児から 100 歳以上の高齢者まで幅広い年代が過ごされる病棟です。

#### 小児科



**【主な病名】**  
・川崎病 ・てんかん  
・喘息、肺炎 ・食物アレルギー

小児は転落防止のため、主に高い欄で囲っているサークルベッドを使用しています。院内でサークルベッドを使用しているのは当病棟のみです。その他にも点滴の固定は大人と違いシーネ固定し、針先がずれないようにテープもしっかり固定しています。広島県西部地区における小児の入院が可能な施設は当院のみです。そのため小児患者さんは多方面より受け入れています。



#### 眼科




**【主な病名】**  
・白内障 ・緑内障  
・網膜中心動脈閉塞症

白内障や緑内障の手術後は眼帯を当てた状態で翌朝まで過ごします。そのため歩行時はナースコールを押して頂き、転倒・転落予防に努めています。また、翌日に眼帯が除去された後から3種類の点眼が開始となるため、退院後迷うことなく点眼できるように色付きの点眼表を作成し点眼指導を行っています。




#### 耳鼻咽喉科




**【主な病名】**  
・がん ・副鼻腔炎  
・扁桃炎 ・突発性難聴

慢性扁桃炎や慢性副鼻腔炎等の手術の他に嚥頭がんや喉頭がん等のがん治療で入院される患者さんがおられます。基本治療は放射線療法と化学療法です。口腔内や食道に副作用が出現し食事摂取困難になることは少なくありません。そのため患者さんに合わせて食事内容を栄養士と相談したり疼痛緩和目的で薬剤師と相談したりと多職種連携が行われています。



#### 救急集中治療科



**【主な病名】**  
・交通事故による外傷  
・アナフィラキシーショック  
・意識障害

救急科は昨年度より当病棟に増えました。様々な疾患の患者さんが入院するため、患者さんそれぞれに合わせてリハビリや栄養士と看護師の相談等多職種との連携を図り、できる限り早く回復する関わりをしています。そして動くことが出来るようになった患者さんは転倒・転落に注意し関わっていく必要があります。

#### 耳鼻科処置室



耳鼻科の患者さんはここで聴診、診察があるよ！

思ったことがあればナースステーションに来てね！



ナースステーション

#### 小児科処置室



小児の採血や点滴はここでがんばろう！！

東 4 階病棟が小児科や眼科、耳鼻科だけでなく新たに救急科や他科が加わった疾患も年齢も幅広い病棟であると知っていただくことができました。来年度は、各科それぞれに対する看護をより詳しく分かりやすく紹介したいです。

画像診断部

5

あなたの首の血管、大丈夫ですか？  
～頸動脈エコー～

画像診断部

心配な方へ、頸動脈エコーについて紹介します

頸動脈エコーとは

頸動脈を超音波（エコー）を用いて視覚的にみることで、簡便に動脈硬化を診断することが出来る検査です。超音波を用いているので、CTのように被曝の心配はありません。横になった状態で、首にプローブといった機械をあて、15分程度の短時間で終わります。

なぜ頸動脈？

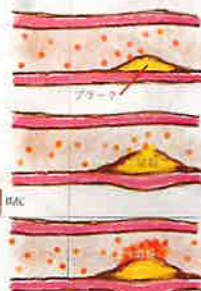
頸動脈は脳へ血流を送る重要な血管であるのみならず、全身の動脈硬化の程度を表す指標ともなるため、脳梗塞をはじめ、心筋梗塞や狭心症、大動脈解離などの命にかかわる病気を発症するリスクを予測するのに適しています。

診療の様子



血管壁と動脈硬化のメカニズム

血管壁は内皮、中膜、外膜の3層からなっており、内皮と中膜を合わせて内中膜複合体（IMC）と呼ばれます。エコー検査ではIMCの厚みを測ったり、後述するプラークのサイズや形、性状、可動性などを確かめることで、動脈硬化を評価します。

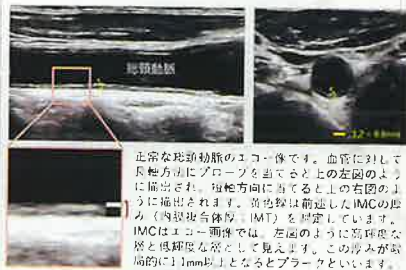


脂質や高血圧などにより内皮が傷つき、そのへ血中のLDL-C（いわゆる悪玉コレステロール）が侵入します。そこで活性反応により形成されるLDL-Cと泡沫細胞を含む柔らかい層（厚さ1mm以上の限局的な隆起）のことを「プラーク」といいます。

炎症反応が繰り返されることでプラークは大きく成長します。血中のカルシウムが沈着することで石灰化を伴うことがあります。やがて成長したプラークは破裂します。

プラークが壊れると、そこには血の塊（血栓）ができます。この栓により血流が滞ることが、形成された血栓が血流によって末梢の狭い血管に詰まることで脳梗塞などを起こすことがあります。

超音波ではどうみえるのか



1.5mm

基本的に厚みが1.5mm以下のプラークは臨床的意義は少ないとされています。この検査では、厚みが1.5mmを超えるプラークがないかを見ていきます。1.5mmを超えるプラークでは、表面の形態（凸、不整、凹凸の有無）、内部性状（均質性や不均質性）、可動性等を評価します。

特に不均形凸、低輝度、不均質、可動性を認めるプラークでは、脳梗塞発症との関連が指摘されており、「注意的プラーク」として注意深く観察することが推奨されています。

左側では内頸動脈に厚み2.0mmのプラークを認めます。

頸動脈の分布



一度、あなたの血管、みてみませんか？

今回のポスターでは、画像診断部で脳ドックの一環として行われている頸動脈エコーについて紹介しました。全身の動脈硬化の指標ともなる頸動脈を超音波で一度見てみませんか？



## 臨床工学科

6

### 人工透析の世界

#### 臨床工学科



#### 透析療法とは

腎臓の働きが悪くなると、血液のろ過が充分に行えず、水分や老廃物のコントロールができなくなった時に、その動きを人工的に代替する治療法だよ！  
この代用となる治療が、「透析療法」と「腎移植」なんだ！  
透析療法には、機械に血液を通してきれいにする血液透析(HD)と自身のお腹の膜(腹膜)を利用して血液をきれいにする腹膜透析(PD)があるよ！  
だけど、透析は腎臓の機能を回復させる治療法じゃないんだ…だから、途中で腎移植を受けない限りは生還続ける必要があるんだ!!

#### 腎臓の働き

- これが僕たちの仕事だよ!!
- 「尿をつくるよ!(老廃物を排泄する)」
- 「赤血球をつくる働きを助けるよ!!」
- 「血圧を調節するよ!!」
- 「からだで働けるビタミンDをつくり(活性化)、骨を丈夫に保つよ!!」
- 「水分や電解質(ナトリウム、カリウム、リン他)などの、からだの中でのバランスを整えるよ!!」



ビタミンDを活性化し、骨を丈夫に保つ

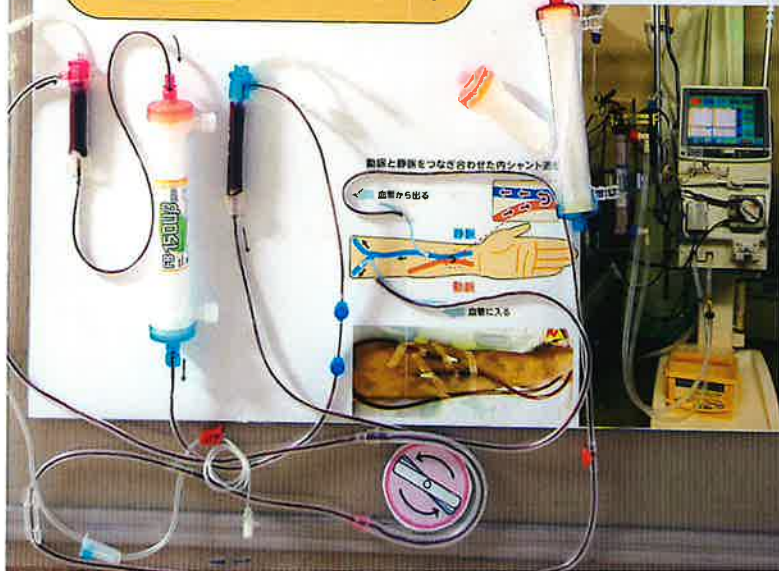
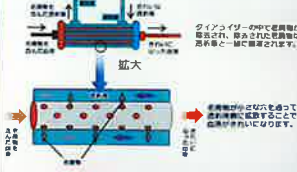
#### 腎臓が悪くなると...

「からだがかゆんだり、血圧上昇、貧血、肺水腫...といったさまざまな症状が現れ、やがて心臓の働きが悪くなったり、浮腫や呼吸困難などの尿毒症となり、放置すると死に至ることになります。」  
「腎機能の低下が進行して『末期腎不全』の状態になり、自分の腎臓で生命を保てなくなると、腎臓の働きを補うために透析療法が開始されます。」

#### 血液透析

血液透析では、血管に刺した針を通して血液をいったん体外に出し、ダイアライザーという透析器に血液を通します。この機器を使って血液の中にある老廃物および余分な水分を除去し、きれいに浄化された血液を体内に戻します。  
動脈と静脈を皮下でつなぎ合わせて(内シャント)太い血管を作り、血管に血液がたくさん流れるようにして血液を取り出します。  
この内シャントなどの血液の通り路(バスキュラーアクセス)を長持ちさせる管理も大切になります。  
頻度は週3回、1回4時間というのが標準的な回数です。

ダイアライザーとは、中空糸という髪の毛よりも細いストロー状の管がおよそ1万本束ねられて入り、中空糸の中を血液が通過し、外側を透析液が逆方向から通過します。



透析とはどういったものなのか、どうしているのか写真や実物を用いて皆さんに伝えられればと思い作成しました。実際の透析回路の貼り付け、赤色の毛糸を血液に模して回路内に入れる作業に苦労しました。

西8階病棟

7

あなたの周りにこんな症状の人はいませんか  
～誤嚥性肺炎～

西8階病棟

① 食事中にムセや咳がよくみられる

② なんとなく元気がない、食欲がない、のどがゴロゴロとなる

③ 痰がよく出る、発熱している



もしかしたら誤嚥(ごえん)性肺炎かも!?  
お近くの病院へのお診をおすすめします

誤嚥(ごえん)とは...  
口から食道へ入るべき物が気管に入ってしまうこと

高齢になると...  
残っている歯が少なくなり、食べ物を嚥む力や  
気道へ食べ物が入ることを防ぐ咳嗽(せき)反射、  
唾液の分泌量、口内をきれいに保つ自浄力が低  
下します。

★ 誤嚥のリスクが高くなります! ★



誤嚥を起こすと肺炎を繰り返して  
発症する可能性が高いです。  
そのため、日々の生活での予防  
が大切になります。

当院には、呼吸器ケアリハビリ  
テーションチーム(RCT)がありま  
す。様々な職種が連携して治  
療とケアを行います。

● 食べる時は顔が上に向かない  
ように首を前に倒す姿勢を保ち  
ます。(頸部前屈)



● ムセがある場合はお茶にトロミ  
を付けたり食べ物を柔らかい  
ソフト食にしたりして調節します



● 食事前後の口腔ケア(歯磨き  
うがい)で口内を清潔に保ち、唾  
液の分泌を促します。入れ歯も  
きれいに洗きましょう。



私たちのポスターをご覧いただくことで、病院外でも肺炎の症状に気付くことができ、早期に病院受診行動をとって頂けるのではないかと考えました。早く治療を行うことで症状や治療過程が軽度で済み、重篤化を防止することができます。





地域救命救急センター病棟

8

密着、救命病棟  
～入室から退室まで～

地域救命救急センター病棟



救命救急病棟での入室から退室までを分かりやすく「すごろく」を用いて表現しました。皆さんに不動の人気を持つ「アンパンマン」を随所に用いて親しみやすくしました。



# チーム医療で下肢切断を防ぐ！！

## 東7階病棟

9

### チーム医療で下肢切断を防ぐ！！

#### 東7階病棟

# 広島総合病院

## 下肢チーム

**医師**

For the patients 「患者さんのために」  
日本一をめざして

**看護師**

私たち看護師は、外来から入院まで患者さんの療養のお世話を足の観察や処置をしていきます。チームのスタッフと協力して患者さんの生活の保障をさせていただきます。

**栄養師**

私たちは入院時、アレルギーの履歴や噛んだり飲み込みなどが難しくないか、食事の量や大きさの制限にのっとり、量役の食事を持って退院後の生活で気づけていたいただきたいことをお伝えしています。1日2回ある食事が少しでも楽しいひとときとなるようにおしています。

**退院支援看護師**

私は退院支援を担当しています。入院から離らせていただき、退院される際に在宅で安心して生活できるように地域の方とも連携とりながに連携しています。

**検査技師**

フットウェアや靴足の製作、選考をしています。フットウェアや靴履を通して、創傷・再発防止やリハビリに少しでも貢献していきたいと思っています。

**医療秘書**

足を注意してみたことはありますか？  
動脈硬化が進むと脳や心臓だけでなく、足の血管の病変(末梢動脈疾患)になることを知っていますか？  
直接、命に関わるのが少ないので、もしかしたら、心臓の病気や癌のようにあまり重要視されていないかもしれませんが、しかし、病気が進むことで足を切断しなければならなくなる大変な病気です。  
私たち「下肢チーム」は、外来から入院、検査、治療の現場で、様々な立場で末梢動脈疾患の早期発見、治療、再発予防を行い、**患者さんの足を救い生活を守るための医療**を提供します。

**薬剤師**

私が管理取り組んでいる薬は発色剤(高血圧、脳血管障害、糖尿病など)に關する薬の調整や適正使用を指導しています。動脈硬化を進行させないことで、下肢切断を防ぎたいと考えています。

**放射線技師**

**義肢装具士**

**臨床工学校士**

**理学療法士**

私たちは動脈硬化患者さんの運動療法を導いています。病院は下肢切断を防ぐだけでなく、立つ・歩くに關する下肢の機能、維持する意味も存心です。下肢機能は生命予後に關わることであり、リハビリプログラムを立案して介入しています。

足を失うことは患者さんのADL、QOLに直接影響します。医療者全員で包括的に患者さんに介入し、患者さんの生活を守るために頑張っていきます。東7階が院内のチーム医療のモデルになることを目指します！

東6階病棟

10

腎臓の働きが悪くなるとどうなるの？

東6階病棟

The posters contain the following information:

- 腎臓とは...**
  - <場所> 背のやや上部分あたりの腎臓を2つ入れて左右に1個ずつありは多。
  - <大きさ> ずらめちような感じで握りこぶしの大きさです。
  - <特徴> 最も血液の量が多い臓器の中の赤球体という赤血球の塊がミョウゴの粒をとり、老廃物を尿として排泄します。
- 高血圧は血管に負担をかり血管も傷つける**
  - 腎臓は高血圧は血管の働き
  - 高血圧 → 腎臓の働き → 高血圧 → 腎臓の働き → 高血圧 → 腎臓の働き
  - この状態が続くと、腎臓の働きが低下して全身の血液が濁ります。
- 代表的な腎臓病**
  - 1 慢性腎臓病
  - 2 急性腎臓病
  - 3 糖尿病による腎臓病
- 腎臓の働き**
  - ① 老廃物の排泄
  - ② ホルモンの分泌
  - ③ 水分の調節
  - ④ 血圧の調節
- 腎臓病になるとどんな症状が現れるの？**
  - めくもてみて尿
  - めくもてみて尿
  - めくもてみて尿
  - めくもてみて尿
- 尿検査でどうして腎臓のことが分かるの？**
  - 尿は体の中にいらなくて排出されるもの。腎臓の働きにより、尿の中に老廃物や水分が排出されています。腎臓が弱くなると、老廃物や水分が排出されず、体に溜まることがあります。
  - 尿検査で腎臓の働きが分かる。
  - 尿検査で腎臓の働きが分かる。
- こんな症状に要注意!**
  - 尿の色や量の変化
  - 尿が混濁する
  - 血尿
  - 尿に砂や石
  - 尿に血
  - 尿に膿
  - 尿に臭い
  - 尿に血
  - 尿に膿
  - 尿に臭い
  - 尿に血
  - 尿に膿
  - 尿に臭い

腎機能を守るために大切なこと、食事や生活の工夫をどうすれば分かりやすく伝わるか話し合いながら、ポスター作成を楽しく進めることができました。このポスターが生活習慣を見直すきっかけになれば嬉しく思います。



# ICUの1日

## ICU

**11** ICUの1日

ICU

**ICUってどんなところ?**  
突然入院した重症患者様や心臓や脳などの手術直後の患者様など集中治療が必要な方が入院されます。

**面会時間**について  
(11:00~11:30)  
(15:00~15:30)  
(19:00~19:30)  
※お困りのことがあれば窓口のモニターを押して下さい。

生活のリズムを整えられるよう睡眠の援助を行います。  
夜間のICUの様子

飲酒喫煙は厳禁です

ICU入室中や退室後患者さんやご家族のご迷惑はあります

CD  
テレビ視聴  
ラジオ

家族面会

**消灯** → **起床** → **洗面** → **食事** → **検温** → **休つき** → **処置検査** → **小便** → **消灯**

**ICUの1日**

後日、定期的な小手術を行い早期離床を目指します

手浴・足浴・洗髪などの清潔ケアも行っています。

ベッドサイドで24時間モニタリングし、早期発見に努めています。

(患者様とスタッフによる交換日記)  
**ICUダイアリー**を活用しています。

ICUでは医師や看護師、臨床工学者、薬剤師など、さまざまな職種スタッフが24時間体制で患者様の回復の支援を行っています。

ICUは閉鎖的空間であり、面会制限があるためご家族にとって患者さんの状況が不透明であると感じました。そのため、入院患者さんの1日の流れやICUで行っている看護についてイメージしやすいよう工夫しました。



産婦人科

12

急にお腹が痛くなったら  
～産婦人科編～

産婦人科

女性の消化器症状のない下腹部痛では、産婦人科に受診されることが多いです。中でも「突然、急激に発症する激しい腹痛」で、頻度が高く、緊急で治療の必要がある疾患を挙げました。

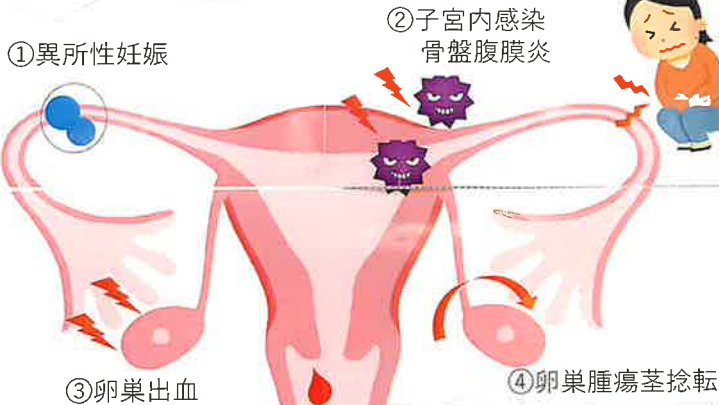


女性をみれば妊娠を疑う！

- 全妊娠の1-2%  
妊娠反応(+)で以下のいずれかを認める場合
- ①下腹部痛
  - ②血圧低下、頻脈、貧血
  - ③子宮内に胎嚢なし
  - ④腹腔内に貯留液
  - ⑤子宮外に胎嚢様構造物
- Key Word: 月経の来ない腹痛、性器出血



- <主な症状>
- ・下腹部痛
  - ・発熱、熱感
  - ・帯下の異常(色、臭いなど)
- <治療> 抗生剤  
性感染症はパートナーの治療も必要！  
不妊の原因になることも！



黄体期  
(月経開始前2週間以内)に多い  
外傷、性交渉後の下腹部痛  
超音波検査で、卵巣の黄体や腹腔内液体貯留あり  
多くは疼痛コントロール+安静  
大量出血の場合は手術必要

のたうち回る痛さ、  
痛み止めが効かない・・・  
超音波・CTで血流の有無、  
腹腔内液体貯留、腫瘍内出血など  
6cm以上の卵巣腫瘍は捻転しやすい  
治療は原則手術



- ★女性の急性腹症の正しい知識、適切な対応を！
- ★年に1回の子宮頸がん検診を受けて  
婦人科疾患の早期発見・早期治療をはかりましょう
- ★気になることがあれば、ご相談ください！



医療関係者以外の一般の女性及び男性の方にも産婦人科の急性腹症を知っていただきたく作成しました。より多くの方にご覧いただくと幸いです。



整形外科

13

ロコモティブシンドロームって何？  
～運動習慣で健康寿命を伸ばそう～

整形外科

ロコモとは、運動器の障害のため移動機能の低下をきたした状態をいいます。

骨折・骨粗鬆症

関節の歪性

神経の圧迫



正常と比べて骨がもろく、骨折しやすい状態になっています



正常と比べて膝の関節がすり減り、骨が虫歯のようになっています



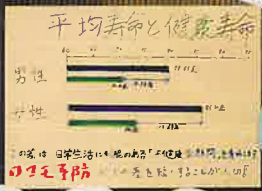
正常と比べて神経が圧迫されて下肢のしびれや痛みを生じます

これらの変化は  
運動不足や  
食生活が原因で  
若い年代から徐々に  
と進んでいきます



**ロコモ度テスト 立ち上がりテスト**

- 40cmの高さの箱を用意して左右の足に立ち上がり3秒間保持
- 1つから、片足ずつ同様を3回



女性 46歳  
男性 30歳  
大阪全国平均を下回っている!!



近年、健康寿命が高齢化に伴い話題となっています。そこに深く関係があるのがロコモであり、地域住民の皆様にも少しでも興味を持ち、理解を深めていただけるよう分かりやすくイラストを用いてポスターを作成しました。



西4階病棟

14

お腹のあかちゃんの歩み  
~あかちゃんってすばらしい~

西4階病棟

お 腹 め く っ て

- 2か月
  - 心拍が確認できる
  - 手足、目、耳の原型ができる
- 3か月
  - 心臓の音が聞こえる
  - 手足の形がではじめる
  - まぶた、くちびるができてくる
- 4か月
  - 胎盤が完成する
  - 男の子か女の子かわかる
- 5か月
  - 羊水を飲み込む
  - おしっこをする
  - 指しゃぶりをする
  - うぶ毛がはえる
- 6か月
  - 爪、髪、毛、まつげ、まゆげがはえる
- 7か月
  - 耳が聞こえる
  - 目が見えはじめる
  - 羊水の味がわかる
- 8か月
  - しゃっくりをする
  - うんちを作る
- 9か月
  - 呼吸ができる
  - 腹の質が発達する
- 10か月
  - 外での生活ができるようになる

ココロを押してネ

お腹のあかちゃんの心臓の音です

1分で110~160回!  
大人の2倍!

胎児はお腹の中にいる10ヶ月の間に様々な成長をします。心臓ができたり、呼吸の練習をしたり、飲む練習もします。そんな胎児の素晴らしい成長、生命の神秘が少しでも伝わればという思いで作成しました。



歯科口腔外科

15

お口からの健康法  
～歯ッピー・ライフ～

歯科口腔外科

わたしたちが毎日無意識にしている「噛む」という行為。これは単に食べ物・栄養をからだに摂り入れるためだけではなく、実は健康寿命を延ばすために重要な行為なのです。

**硬いもの、噛めていますか？**

- ①歯と口の病気を防ぐ  
噛むことで唾液が分泌され、口腔内が浄化され、むし歯や歯周病を防ぎます。
- ②全身の病気の予防  
認知症・動脈硬化（心疾患）  
糖尿病・リウマチ  
腸炎の低体温、早老・肺炎の予防になります。
- ③発音・表情の改善  
口周りの筋力を使うことで発音・表情がよくなり美しく見えます。
- ④肥満を防ぐ  
よく噛むことで満腹感が得られ、食べ過ぎを防止します。
- ⑤運動力の向上  
転倒防止や「火事場の勇気力」が発揮できます。
- ⑥消化に良い  
口は消化管の一部です、噛んで唾液が出ることで胃腸の負担を減らし消化を助けます。

しっかり噛めるといいことがたくさん！

**あてはまる人は要注意！！**

- ✓硬い物が噛めなくなってきた
- ✓歯が抜けたままのところがある
- ✓入れ歯があていない気がする
- ✓むし歯、歯周病を放置している

噛めないままにしておく・・・ → 筋力（噛む力）がますます衰える → 口腔機能の低下 → 食事の量が減る → 低栄養状態になる

最終的には要介護状態に・・・！

・食べこぼしが増える  
・むせる  
・食品を噛めない  
・飲み込めない など

いつまでも自分の歯で噛むために

**毎日のセルフケアをしっかりと行いましょう**

むし歯や歯周病の原因となる歯垢。きちんと磨いているつもりでも自己流の磨きつき結果的に磨き残しになっている場合があります。歯ブラシだけでなく、歯間ブラシやフロス（糸ようじ）の使用も必要です。

**歯科医院に定期的に通いましょう**

むし歯も歯周病も早期発見が大切です。入れ歯が合わない場合も調整してもらいましょう。また、自分では磨けていない歯垢や歯石も専用の機械で除去し、自分にあったブラッシング方法もアドバイスしてもらえます。

**8020運動って知っていますか？**

「80歳までに20本歯を残そう」という運動です。自分の歯が20本未満になるとうまく食べられない、滑舌が悪くなる、表情が乏しくなるなど、QOL（生活の質）が大きく下がってしまいます。80歳になっても自分の歯でしっかり噛めるように今残っている歯を大切に守っていきましょう。

健康な生活を送るためのポイントの一つに、歯と口の役割があります。例えば「噛む」という行為は単に栄養を取り入れるだけではなく、認知症予防・体力向上・肥満防止・表情が良くなる等の健康寿命を伸ばす役割もあります。

放射線科

16

ラジエーションハウス  
心臓検査編  
放射線科

**検査の裏側紹介**  
こんな人が検査しています

**胸部X線撮影** 心臓の大きさ・肺の状態を確認

【診療放射線技師の役割】

- 患者様の症状に合わせた精度の高い検査、安全な検査を目指しています。
- 各検査の専門性を追求した勉強や資格取得により検査の質の向上に努めています。

検査マンモグラフィ師撮影認定技師

**CT検査** 心臓の血管の石灰化や狭窄の程度を画像化

造影剤を用いて、息止め（約10秒）をしている最中に撮影します。撮影した画像は、専用ワークステーションを用いて病気のある箇所を分かり易く画像編集をしています。

X線CT認定技師

**核医学（RI）検査** 心臓の筋肉（虚血）の状態を画像化

RI（アイソトープ）薬品と心臓の負荷薬を用いて検査をしています。大きな装置が動きますので、安全面の配慮や患者さんの状態を見ながら検査をします。

核医学専門技師

**MRI検査** 心臓の筋肉（虚血・炎症）の状態を画像化

超伝導磁石と電磁波を利用した検査です。狭い装置に入るので、検査の安全性に注意しています。また検査中、画像を確認し必要な撮影を追加することで、より精度の高い検査を目指しています。

磁気共鳴(MR)専門技術者

**心臓血管検査・治療** 心臓の血管を透視画像で確認・ステントなどを用いた治療

カテーテル（細いチューブ）を用いた診断・治療をします。担当者は検査の補助と放射線の被ばくの管理をしています。

放射線管理士

過去のポスター展では検査の内容や結果画像についてのものを扱っていましたが、今回は同年に漫画からドラマ化されたラジエーションハウスを参考に放射線科のスタッフ紹介をテーマにポスターを作成しました。



# 17

## 「おなかのヘルニア」あれこれ

### 外科

#### ①そけい部ヘルニア

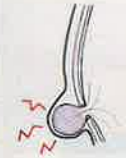
ヘルニアの語源は、ラテン語の「飛び出す」という意味です。



そけいヘルニア：男性に多い  
大腿ヘルニア：女性に多い(とくに多産、やせ型)



そけいヘルニアのはれが急に硬くなり、押さえても引込まなくなることがあり、お腹が痛くなったり吐いたりします。



これをヘルニアの**嵌頓(かんとん)**といい、**急いで手術をしなければ、命にかかわることになります。**

そうなる前に手術をうけましょう

#### こんな症状ありませんか？

- ☑ 足の付け根に柔らかい膨らみが出てくる
- ☑ 手で押し込んだり、横になると消えてしまう
- ☑ なんとなく下腹部に違和感や不快感がある
- ☑ 下腹部にときどき刺し込むような痛みがある
- ☑ お腹が張っているような感じがする

チェックが多いほど、そけいヘルニアの可能性は高くなります。

#### 治療方針

・ **痛みがなく、横になると自然にひっこむ男性**  
専門とする医師と相談の上、経過観察可。  
ただし、多くは、痛みなどのため、いずれは手術が必要となるとされる。

・ **痛みがあったり、戻りにくい男性**  
・ **女性(大腿ヘルニアが多い)**  
**かんとんの可能性が高いため、手術が必要。**



#### 手術の方法

##### ①そけい部切開法

当院では、病態により、適切な術式を選択します。

##### ②腹腔鏡手術



ヘルニア(腹壁の孔)を確認。

メッシュで孔を覆います。

#### ②臍ヘルニア(出べそ)



そけい部ヘルニアよりも、**かんとんの危険が極めて高い**ため、**手術の必要があります。**

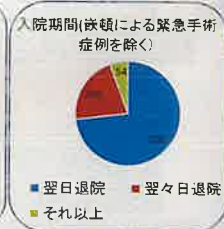
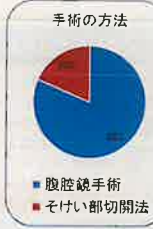
臍部腹壁の欠損部(ヘルニア)が1cm以上あれば、腹腔鏡手術で、メッシュで覆います。



ヘルニア

メッシュ

#### 当科でのそけい部ヘルニア手術データ (2013.9月~2019.9月 計1081人の患者様)



#### ③腹壁瘢痕ヘルニア

過去に腹部手術を受けた患者様におきます。縫合した筋膜が離開し、脱腸となっています。メッシュで修復します。



ヘルニア



メッシュ

消化器外科医が治療するおなかのヘルニアは、「そけいヘルニア」や「腹壁ヘルニア」です。これらの病態、治療法を当科のアピールポイントを含め、一般の方々に分かりやすく伝えることを目標に作成しました。





# 19

## 突発性難聴

## 耳鼻咽喉科

### 音の伝わり方

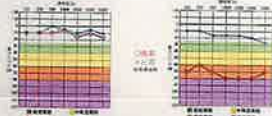


外界の音が入る（外耳）  
 鼓膜が振動する（中耳）  
 3つの骨（錘骨、砵骨、杓骨）の連動で音を伝える（内耳）  
 内耳の毛細胞が音を感知し、視神経を通じて脳に伝えます。

### 突発性難聴について

突発性難聴は、原因不明の急激に発症する高度感音難聴です。  
 原因としては、ウイルス、循環障害、自己免疫、等の説があります。  
 一般的に有名なストレス説に関しては、科学的には証明されていません。  
 1万人に2.7人の割合で発症するといわれています。

### 難聴の確認のためには聴力検査が必要です



突発性難聴の場合は、図2のように片側の聴力が低下することが多いです。

### 突発性難聴の治療②

#### 高気圧酸素療法

血管に酸素を溶かし、多くの酸素を内耳に送る治療です。  
 一部の施設で行えないことが残念ですが、当院では施行可能です。（入院必要）  
 適応に關しては、耳鼻科医にご相談ください。



### 突発性難聴は良くなる？

標準的な治療を行うと、3人に1人は良くなる、3人に1人は少し良くなる、9人に1人は良くならない、といわれています。  
 早期治療を行うと、聴力が改善する可能性が高くなります。  
 改善のためには、できるだけ早期の加療が望ましいです。（発症後1週間以内の治療開始が目標です）



### 突発性難聴の症状

1. 突然の難聴
2. 耳鳴り（約90%）
3. 耳が詰まった感じ（約60%）
4. めまい（約30%）

### 突発性難聴の治療①

ステロイド投与（内服、点滴、腔室内投与）  
 ステロイドは内耳に対する保護作用があるといわれています。  
 内服、点滴投与の場合は、血糖上昇、免疫低下（肝炎ウイルスの活性化による肝炎リスク）、胃潰瘍等の合併症が出ることがあります。  
 体の状態を考慮し、入院して点滴するか、通院で内服加療するか決定します。

### 突発性難聴の治療③

血管拡張剤、ビタミン剤なども使用します。

突発性難聴と診断されても、後になって他の病気が難聴の原因とわかることもあるため、必要に応じて頭部MRI検査なども行います。

### 耳鼻科受診、問診、鼓膜チェック、聴力検査で突発性難聴と診断



ポスターを作成することで再度勉強し直すこともあり、突発性難聴についての理解を深めることができました。

# GOGO! W5 medical staff

## 西5階病棟

20

GOGO! W5 medical staff

西5階病棟

**看護師**

科長  
地域連携相談員

主任・副主任

Aチーム

Bチーム

**医者**

院長

**薬剤師**

**栄養士**

**医療事務**

今回のポスターを通じて伝えたかったことは、医療スタッフの顔写真を職種ごとに提示することで病棟の雰囲気を知ってもらうことです。笑顔の写真にすることで明るい環境で看護を提供していくイメージを持っていただければと思います。



東5階病棟

21

まって！その症状、危険かも！？

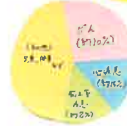
東5階病棟

脳卒中は、日本人の死亡原因

第3位!!



きれいな血管



日本の死亡原因



脳卒中の発症割合



皆さんは、その症状を放置していませんか？  
もしかして、脳梗塞の前ぶれかも...



**FAST**

脳卒中のサイン

**F** (Face)

顔の片方がゆがむ



**A** (Arm)

片腕が上がりにくい



**S** (Speech)

言葉が出てこない  
呂律が回らない



**T** (Time)

何時何分に発症したかが重要!!!



脳出血などのゴミが詰まった血管

これらの症状が出ててもすぐに消えてしまうこともあり、  
“気のせいだ” “疲れたせいだ”と放置するケースが多いです。  
しかし、それらは本格的な脳梗塞のサインかもしれません。

迷わず

すぐに**119**番

脳梗塞には前駆症状がある場合もあり、それに気づくことで麻痺などの後遺症を残さず生活してほしいという思いと、普段との変化に一早く気づき早期発見、治療するための行動を伝えるためにポスターにしました。

# ケアマネジャーは地域包括ケアの要です

## 居宅介護支援事業所

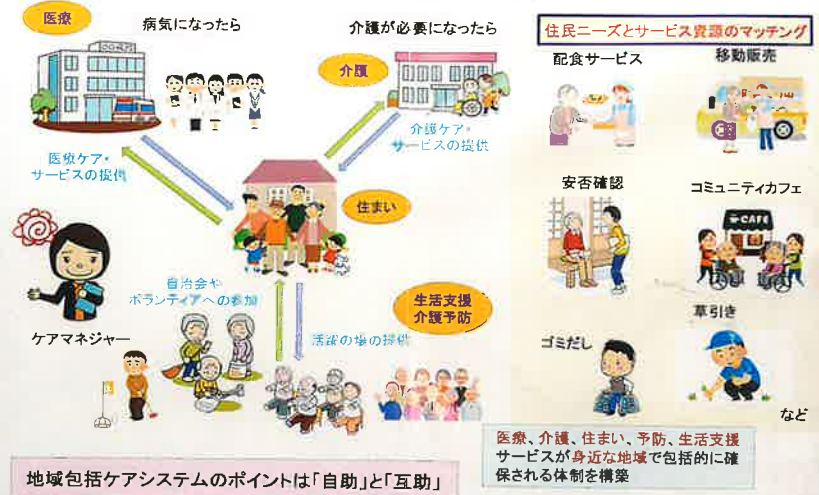
# 22

## ケアマネジャーは地域包括ケアの要です

### 居宅介護支援事業所

地域包括ケアシステムとは 高齢者の暮らしはどう変わる？

高齢者になっても、住み慣れた地域で、自立した生活を最期まで送ることができるように、必要な医療、介護、福祉サービスなどを一体的に提供し、すべての世代で支え、支えられるまちづくりをすることです。そのためのしくみを「地域包括ケアシステム」といいます。



地域包括ケアシステムのポイントは「自助」と「互助」



※ 全ての中心は「自助」

健康で自分らしく暮らしていきたいという気持ちと、実際に健康管理を行い、自立して生活を送ることができるように、自分自身を大切にしながら生活するという心構えと行動が大切。

#### ケアマネジャーの役割

利用者とサービスをつなぐコーディネーターの役割を担い、地域包括ケアシステム実現のための要になります。  
利用者・家族のQOLを高められるよう、ケアの方向性と、必要な社会資源の組み合わせを考え抜き、提案し、調整することです。地域に必要な社会資源開発の提案も、していきたいと考えます。

地域包括ケアの確立において、居宅介護支援事業所(ケアマネジャー)は、地域における重要な社会資源の一つです。医療連携や多職種連携に努めながら、住み慣れた地域で尊厳ある生活を継続できるよう支援します。



# もしもの時のACP

## 東3階病棟

もしもの時のACP  
東3階病棟

もしも、何かあつた時どうするかを考えてます

### この病棟は心不全の方に、ACPを呼びかけています。

(アドバンスケアプランニング)

#### 心不全とは

心臓が悪いため息切れやむくみが起こり、だんだん悪くなり、生命を脅める病気で、  
 <代表的な自覚症状>  
 動悸、息切れ、呼吸困難、むくみなど

#### ACP/人生会議

自分の考えを伝えられなくなったときに備えて、どのように最期を迎えたいか、あらかじめ話し合い考えておく過程のことです。

大切にしたい事

自分の回りのことは自分でやりたい

家族の思いはどうか？

なるべく自然な形で逝くようにしたい

自分の意思を周囲に思いを伝えておこう...

家族や身近な人への思いを伝えよう

当院では話し合った結果を電子カルテの掲示板に記載してスタッフ間で共有しています。  
(家族の同意を得て)

ACPは何度書きかえてもかまいません。自分で意思決定できるうちに、“よりよく生きる”について一緒に考えてみませんか？医師や看護師、その他スタッフみんなであなたをサポートしていきます!!

私達の病棟では、心不全の患者様を対象にACPを進めています。いざ、どうしたいのかと考えると難しいですが、ACPというものがあることを認識していただくと嬉しいです。

# 24

## 夜の広島総合病院

### 臨床研修科

JA広島総合病院には年間約4000台もの救急車が来ています。夜間に救急車を引き受ける場合は、当直帯の医師や看護師、薬剤師、検査技師など多職種が**1つのチーム**になって患者様1人1人に接しています。そんな救急外来での救急車対応の一部を紹介します。



#### ①17時會

17時に当直担当の医師・看護師・薬剤師・検査技師が集まり、手術室・カテーテル室の状況や血液製剤など薬剤の在庫について確認します。ここから当直が始まります。

原因をつきとめるため  
だったらエコーでも  
なんでも使えるものは  
使います。



#### ⑤カルテ記載

診察終了後も仕事はまだあります。次回診察時も情報共有できるようにカルテに今回の情報をまとめます。



今回紹介したものは救急外来でのほんの一部にすぎません。分からないことがあれば気軽に聞いてください。また救急車を呼ぶべきか困ることがあった場合には救急相談サービス(#7119)まで相談してみてください。

#### ②救急要請

救急隊から連絡があればすぐに情報を共有して、救急車を待ち構えます。



#### ③救急車到着

ドキドキしています。



#### ④診察

救急車が到着したところから診察は始まっています。どこが痛いのか、何がしんどいのか、怖い疾患は隠れていないか、問診をしっかり行います。



#### ⑥カンファレンス

朝は毎日カンファレンスがあります。入院された患者様の情報を皆で共有し、今後の方針について話し合ったり、当直中の反省を行います。



今回ポスターを作成するにあたり、一般の方があまりご存知ないであろう“病院の夜の姿”をテーマに制作しました。私たちがどんな時でもベストを尽くして医療に従事していることを理解していただき、患者さん達に安心して生活していただけたら嬉しいです。



# 虫垂炎について知ろう！

## 西6階病棟

25

虫垂炎について知ろう！

西6階病棟

虫垂炎は虫垂内部で細菌が繁殖して発症する腹腔内感染症です！  
症状が軽い場合は点滴治療で治ります。

**症状**  
腹痛・吐き気・嘔吐  
右下腹に痛みが移る

早めを受診してください！！

※発見の遅れに要注意！！！！  
特に乳幼児・高齢者・妊婦  
⇒診断の遅れから虫垂に穴が開いてしまい、  
緊急手術の可能性が・・・

長い間、役割がはっきりしない臓器と言われていた虫垂。  
近年では、たくさんの免疫細胞が住んでおり、お腹の調子を調整している可能性があると言われていた。

腹腔鏡下虫垂切除術  
～手術後1日目～

水分も食事もできます！

しっかり歩いてください！

シャワーも入れますよ！

景ご飯からですよ。  
無理せず食べてください！

痛み止め適量なく使ってください。

傷口はあまり目立ちません★

ポスター展を通じて、改めて虫垂炎という病気について調べ直すことにより、理解を深めることができました。虫垂炎についてや手術後の経過について分かりやすくまとめられたと思います!!

西7階病棟

26

もっと知りたい!! 胃ろう造設

西7階病棟

胃瘻ってなに？

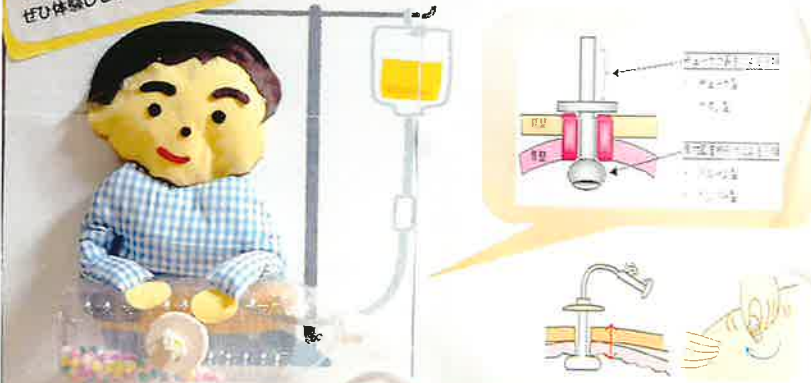
内視鏡を使って胃に直接、栄養を入れるための短いチューブを留置すること！

胃瘻を作るとこんないいことが！

- |                                   |   |                                   |
|-----------------------------------|---|-----------------------------------|
| 自発的にご飯が食べられない人<br>食道や胃噴門部が狭窄している人 | → | 十分な栄養がとれる                         |
| 誤嚥性肺炎を繰り返している人                    | → | 肺炎が防げる                            |
| 長期間の経鼻経管栄養をしている人                  | → | 不快感がなくなる<br>嚥下訓練が行いやすい<br>お風呂に入れる |

注入方法

チューブの接続をぜひ体験してみてください！



トラブル

皮膚トラブル(バンパード)皮膚癌群、胃瘻のまわりがあかくなったり、膨らんできたら注意！

胃瘻を作ってもお家で一緒に暮らせます！

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <p>☆毎日の観察</p> <p>胃瘻カテーテルが回転するか、上下に持ち上げてゆとりをもって動くかどうかを確認してください。</p> | <p>☆お手入れ</p> <p>毎日ティッシュや、ウェットティッシュ、ぬるま湯などで胃瘻のまわりをきれいに拭きましょう。</p> | <p>☆排便管理</p> <p>排便確認をすることは大切です。排便状態が悪いときには先生に相談しましょう。</p> |
|--|--|---|

胃ろうについて皆さんに少しでも知ってもらい、身近なものに感じてもらえるように選びました。実際のPEG物品を使用し、イメージしやすいようにしました。胃ろう患者さんは施設で生活されることが多いですが、家で生活することもできます。



# こういう時は迷わず救急へ

## 救急・集中治療科

# 27

## こういう時は迷わず救急へ

### 救急・集中治療科

中々、救急車出動件数は増えています。そのため救急隊の現場到着時間も少しずつ短くなっています。しかし、そのうちの約半数は入院を必要としない軽症患者。

そうはいつでも、突然異いかかる体調不良、むやみに救急車を呼ぶべきじゃないのはわかるけど、逆にどんな時に救急車を呼んだらいいのかわからない！

そんな皆様の素朴な疑問に、私たち救急医が丁寧にアドバイスさせていただきます。



現場到着までに10分かかっている。一見早そうに見えるけど、一刻を争う人にはもっと早く到着したい。

図：年間救急車搬送台数・現場到着所要時間

#### 発熱編



- ✓ 息が苦しい。
- ✓ 反応が鈍い、会話が噛み合わない。
- ✓ 立てない、動けない。
- ✓ 食事や水分が摂れない。
- ✓ 寒気やふるえがある。
- ✓ 逆にのどの痛みや鼻水、くしゃみが全部揃ったら風邪であることが多いです。



#### 発熱編

#### 胸痛編



- ✓ 痛みが突然発症して持続する。
- ✓ 手足が冷たい。
- ✓ 違う部位まで痛みが走る。
- ✓ 痛みが移動する。
- ✓ 息が苦しい。
- ✓ 逆に押して痛い、息を吸って痛い痛みは緊急度が低いことが多いです。

#### 頭痛編



- ✓ 今まで経験したことのない人生で最大の痛み。
- ✓ 痛みで目が覚めるなど突然痛み出す。
- ✓ 最近頭を打ったエピソードがある。
- ✓ だんだん痛みがひどくなる。
- ✓ 痙攣や手足の動かしにくさを伴う。
- ✓ 肩こりを伴う片側の頭痛や、風邪や飲酒後などの経験のある頭痛は緊急でない可能性が高いです。

愛と優しさの救命救急センターを目指しています。



ただし、これらは該当しなくても決して軽症とは言えないので、もし判断に迷った場合は#7119に相談してください。



当院の救急車搬入件数は年々増加しており、来年度より休日夜間診療所も当院に移設されます。救急患者がますます増加することが予想されるため、待ち時間も増加すると思われませんが、迷わず救急へ受診してください。



## 糖尿病センター 療養相談室

**28**  **血糖自己測定ってなに?! 正しく血糖値を測りましょう** 

**糖尿病センター 療養相談室**

**自宅で簡単! 5秒で血糖自己測定!!**  
**血糖自己測定**について、みなさん知っていますか?  
 糖尿病患者さんが、自分で血糖値を測定することを言います  
 自宅で簡単に血糖値がわかるため、糖尿病治療の強い味方となります

- どんな人が血糖値を自分ではかるの?** 赤ちゃんのために、血糖値をよくしないこと
- インスリン注射やGLP-1受容体作動薬を使用されている方
  - 妊娠後に糖尿病と診断された方
  - 糖尿病治療中で妊娠を希望される方
  - 実施については、主治医から説明されます



**いつ測定すればいいの?**  
 主治医と相談して、いつ測定するのか、基本のタイミングを決定します  
 例: 1日おきに毎食事前・眠前、3日に1回 朝・夕など  
 その他以下の場合には、血糖値をできるだけ測定しましょう  
 ◆低血糖・高血糖 ◆よく運動したとき ◆旅行に行ったとき  
 ◆病気で体調不良のとき(シックデイの時) など

血糖自己測定のメリット		血糖自己測定のデメリット
低血糖や高血糖の対処ができる	幅広い年齢の方に使いやすい	指先に針を刺すため痛みがある
小さく軽いため持ち運びしやすい	日常生活の中で血糖値を確認できる	血糖自己測定器は、少ない血液で血糖値が測定できます。少しでも痛くないように工夫できるので、看護師と相談しましょう



糖尿病患者さんが血糖自己測定を行うことで、糖尿病の自己管理に役立てることが最も大切なこととなります。このポスターでは、血糖自己測定のことを糖尿病患者さんはもちろん、多くの方に正しく知っていただくことを目的に作成しました。



## 手術室

# 29

### 手術室の1日

### 手術室



手術室の入口の風景だよ

OP室、てどんなところ??

場所: 西棟 3階

部屋数: 9部屋

スタッフ人数: 49人

診療科: 頭の先から足の先まで!

(脳神経、呼吸器、心血管、皮膚、泌尿器、産婦人科、  
眼、耳鼻咽喉科、外科、乳腺、整形、形成、口腔科)



入室 から 退室 までどうなるの??



① 入室

名前を言ってもらい、腕のバーコードを読みとることで患者誤認を防ぎます。



②

本人確認ができたら廊下を進み手術が行われる部屋に入ります。



③ 導入

ベッドに横になってから体に器械をつけていき、器械をついたらはいはい全身麻酔をかけ手術開始です。



④ 退室

手術終了後、手術のベッドからスリッカーに移り病棟からの退室を待ちます。



手術室は閉鎖空間なので、手術を受ける患者さんが手術室の環境をイメージしにくいと思い、今回のポスターを作成しました。

臨床研究検査科

30

ようこそ検査室ワールドへ Part9 “あなたの肺は大丈夫ですか？”

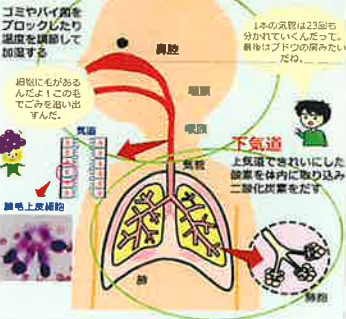
臨床研究検査科

人の体に存在する数十兆個の細胞が働き続けるためには、呼吸によって空気から酸素を取り込み、同時に二酸化炭素を放出することが不可欠です。この呼吸に関係する器官を総称して呼吸器系といいます。ここでは、検査科で行っている呼吸器系に関する検査を紹介します。

ところで呼吸器とは？

上気道・下気道に分かれています

上気道は高性能加温エアコン



あなたの肺はどうですか？

いっぱい息を吸ったりはいたりすることで肺の病気(状態)を調べることができます！

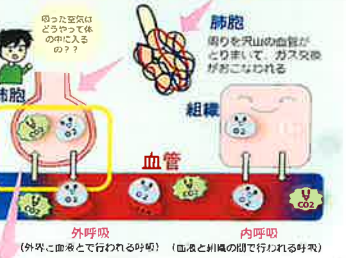
肺活量(スパイロ)

検査の内容に合わせて吸って～はいて～と声かけをします。一緒にがんばりましょう！

ゆっくり息をはく検査ではどのくらいの空気が出入りするかをみる！(拘束性障害)



一気に息をはく検査では空気が出るときの抵抗をみる！(閉塞性障害)



機能的残気量検査

息を全部はいた後に肺の中に残る空気の量(残気量)を調べる検査です。検査用のカスを吸って検査します(検査時間は約10分)

呼吸抵抗検査

気道の空気の通りにくさを調べる検査です。マウスピースをくわえて普通の呼吸をします



肺拡散能検査

肺から体内への酸素の取り込みやすさを調べる検査です。検査用のカスを吸って検査します(検査時間は約5分)



血液ガス検査

血液を調べることでお体の状態がわかるんだよ。血液中に含まれる酸素や二酸化炭素の量、PHを測定する検査なんだ。

0.1秒単位には、酸とアルカリのバランスを調つことが大切だよ。

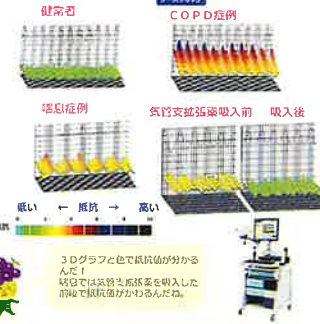
血液は弱アルカリ性 PH 7.35~7.45

酸性と二酸化炭素の量で判断の検査が分かんた。

二酸化炭素が血液中にたまることで酸性に(高二酸化炭素血症: 高炭酸血症)逆に減るとアルカリ性(低炭酸血症)になり直す。二酸化炭素は肺の調節に、酸素は腎臓の調節につかわれるんだ。

慢性閉塞性肺疾患 COPD 過換気症候群

一度こわれてしまった肺はもとはには戻りません。肺を健康に保つためには、タバコの煙に肺をさらさないことが重要です！！



肺を健康に保つためには、一日も早く禁煙しましょう！！

肺の検査は数字ばかりで分かりにくく、検査もしんどいし苦手だと言われる方が多いのですが、肺の機能的状態を知るには必要な検査です。検査をする患者様に少しでも理解して頂けるよう工夫して作りました。

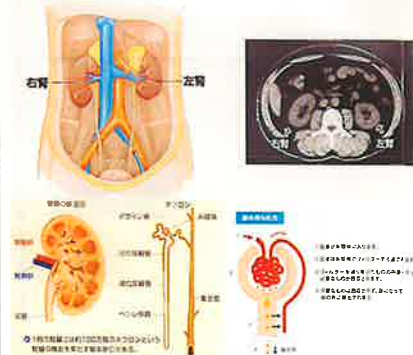


# 31

## 慢性腎臓病について

### 腎臓内科

#### 腎臓の位置と形



#### 腎臓が悪くなると



#### CKDステージ

CKDステージ	CKDステージ1 CKDステージ2	CKDステージ3	CKDステージ4	CKDステージ5
推定GFR値 (mL/分/1.73m <sup>2</sup> )	90以上 60~89	30~59	15~29	15未満
腎臓の働き	正常	軽度低下	中度低下	重度低下
症状	ほとんどない ● 尿が臭い ● 尿が血を帯びる ● 尿が砂を落とす	● 尿中に尿酸も トイレットに行くと ● 血圧が上がる ● むくみが出る	● 尿が少くなる ● 尿が臭くなる ● 尿が血を帯びる ● 尿が砂を落とす	● 尿が少くなる ● 尿が臭くなる ● 尿が血を帯びる ● 尿が砂を落とす
治療法	生活習慣	食事療法	薬物療法	透析療法・腎移植などの準備

#### 慢性腎臓病 (CKD) とは？

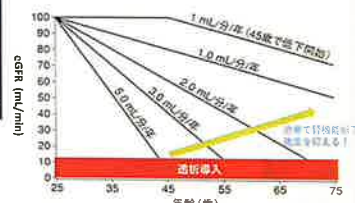
下記のいずれか、または両方が3か月以上続いている状態

- ① 腎障害  
タンパク尿（微量アルブミン尿を含む）などの尿異常、画像診断や血液検査、病理所見で腎障害が明らかである状態
- ② 腎機能の低下  
血清クレアチニン値をもとに推算した糸球体濾過量（eGFR）が60mL/分/1.73m<sup>2</sup>未満の状態

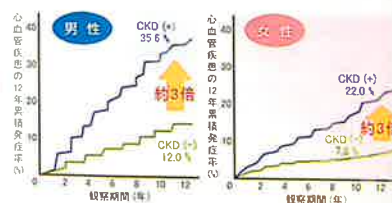
#### CKDの原因を調べるには？



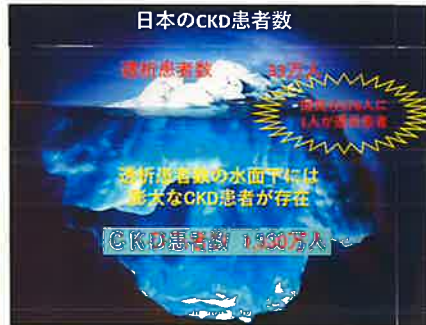
治療介入して透析を防ぎたい！！



#### CKDの問題は腎臓だけじゃない！？



ご不安な方はぜひご相談ください！！



#### CKDの原因



近年、慢性腎臓病という概念が注目されています。しかし、医療関係者も含め、その重要性に関する理解は十分ではありません。今回、一般の方向けに包括的な内容でポスターを作成し、腎臓病についての啓発に努めました。



## 消化器内科

# 32

## ピロリ菌は何しに消化管へ？

### 消化器内科

#### ピロリ菌って何？

ピロリ菌とは、ヘリコバクター・ピロリという名前の細菌です。ヘリコとはらせんという意味であり、胃粘膜に生息するらせんの形をした細菌です。子供の頃に感染し、一度感染すると多くの場合、除菌しない限り胃の中にすみつけます。

#### ピロリ菌はどうやって感染するの？

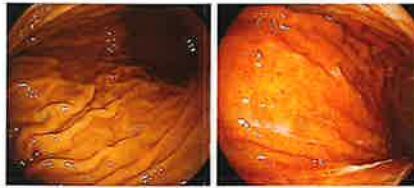
ピロリ菌は、ほとんどが幼児期に口から入ることで感染すると言われています。幼児期の胃の中は酸性が弱く、ピロリ菌が生きのびやすいためです。上下水道の完備など生活環境が整備されていない生水や、すでに感染している大人から子供への食べ物の口移しなどが感染経路として考えられています。

#### ピロリ菌に感染するとどうなるの？

ピロリ菌が胃の粘膜に感染すると、粘膜に炎症が発生し、表面が萎縮し、胃潰瘍などの原因になります。粘膜が萎縮した状態が長く続くと、癌化が始まります。ピロリ菌を除菌すると、萎縮の状態の改善が期待できます。

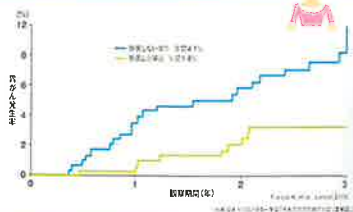
正常な胃

ピロリ菌が感染した胃



除菌することで  
胃癌の発生率が  
3分の1に！

#### ピロリ菌除去後の胃がん発生率



#### ピロリ菌はどうやって検査する？

下記のような検査で調べることができます。



尿素呼吸検査



血清抗体測定



便中抗原検査

#### 除菌しよう！ピロリ菌

ピロリ菌の除菌療法は、1種類の「胃酸の分泌を抑える薬」と2種類の「抗菌薬」の合計3剤を服用します。1日2回、7日間服用する治療法です。およそ75%から90%除菌できると言われています。

胃癌は原因がピロリ菌と判明しており、除菌により予防できる数少ない癌の一つです。そのため、多くの皆様に知っていただきたく作成しました。ピロリ菌の形を模した人形と共に、ぜひ覚えていただけたら幸いです。



## 訪問看護ステーション

# 33

## 訪問看護ステーションへようこそ

### 訪問看護ステーション

あなたらしく、  
住みなれた家で過ごしませんか



#### 訪問看護ってなにをするの？

住み慣れた家で安心して過ごせるよう、看護師がご自宅に訪問し症状の観察や医療処置などのお手伝いをします。

異常があった場合は速やかに医師へ報告し、不安なく過ごせるようお助けいたします。

#### ・病状の観察

- ・人工肛門の管理や指導
- ・入浴介助などの清潔援助
- ・在宅医療の管理
- ・床ずれ予防・処置
- ・在宅での看取り援助
- ・・・など



気管切開や胃ろうがある方の処置や、自宅での点滴も行います

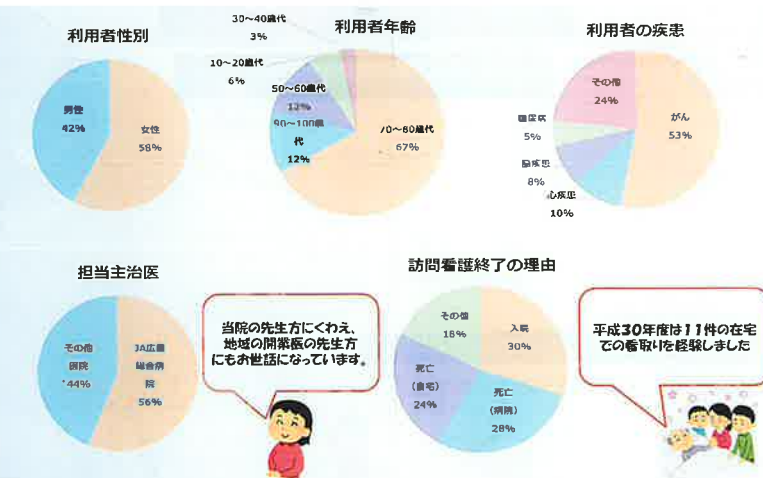
#### JA 太郎 さんの場合（※一例としての架空の事例です※）

JA太郎さんは外来通院で化学療法をしています。一ヶ月に一度受診していますが、化学療法の副作用で食欲が落ちたり、吐き気が出たりして、自宅での生活に不安がありました。

そこで、週一回訪問看護を利用することにしました。看護師による症状の観察と、必要な時に自宅での点滴を行い、自宅での療養を続けることができています。



#### 平成30年度の当訪問看護ステーション利用状況



#### お問い合わせ

厚生連広島訪問看護ステーションまでお問い合わせください。対象エリアは廿日市市、西区、佐伯区等です。詳細はご相談ください。

東棟2階泌尿器科前 医療福祉支援センター内

電話：0829-36-3111（代）、8：30～16：30



訪問看護ステーションってJAにあるんだ、何やってるの？と聞かれることが時々あるので、紹介を兼ねてポスターを作りました。気軽に利用していただけると、とっても嬉しいです。

リハビリテーション科

34

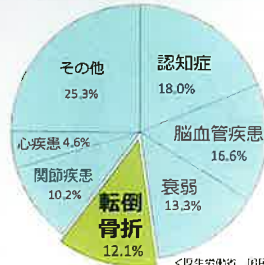
意外と多い！自宅での転倒  
～あなたの家は大丈夫？～

リハビリテーション科



高齢化が進み介護が必要な高齢者が増加しています！

<介護が必要となった原因>



<厚生労働省 国民生活基礎調査(2016)>

60歳以上では 10人に1人  
85歳以上では 5人に1人  
転倒している！！



転倒は他人ごとではない

事故によるものでは  
転倒が一番大きな原因！

<転倒した場所>



<内閣府 高齢社会白書(2016)>

実は・・・

キケンなのは **家の中**



あなたの家にこんなところはありませんか？

**床に置いてある荷物**

Point  
・床に物を置かない

**玄関・敷居の段差**

Point  
・手すりの設置  
・スロープの設置

**めくれた絨毯マット**

Point  
・滑り止めマットを活用する

**脱げやすいスリッパ**

Point  
・かかとのある  
ルームシューズを使用する

**むき出しのコード**

Point  
・コードにカバーをつける  
・不必要なコンセントは抜く

ここに挙げたのは一例です。  
家に帰ったら危険な箇所を見直してみましょう！

転倒により要介護や寝たきりになってしまう方は多くいらっしゃいます。自宅内の環境を見直すことで転倒を防ぐことができるため、少しでも多くの方に関心を持って頂きたいと思い作成しました。



がん相談支援センター

35

「がん」になってもあきらめないで  
~がん治療と仕事の両立をお手伝いします~

がん相談支援センター

治療と仕事の両立

①

治療しながら  
仕事は続けら  
れるかな？

② 相談

③

相談してよかった！  
がんと言われても  
私は1人じゃなかったあ~

④ 復職

がんになっても働きやすい職場

よくあるご質問

- ・会社にどのように伝えたらよいか悩んでいる
- ・利用できる制度を知りたい
- ・復職や転職が出来るのか不安 など

両立支援コーディネーター

患者さんを中心に企業、医療機関との間で情報を共有し、仲介・調整の役割を担う



業内図 医棟2F



地域がん診療連携拠点病院

がん相談支援センター

☎738-8503 廿日市市地御前1丁目3番3号  
広島総合病院 医療福祉支援センター内  
☎0829-36-3270(直) <http://www.hirobyo.jp/>



がん患者さんの約3人に1人は、若い世代と言われていました。現在は働きながら治療を継続できるようになりました。しかしながら、復職には色々な手続きが必要になります。その際は是非、がん相談支援センターにご相談くださいv(^^)



# JA広島総合病院オープンホスピタル



藤本病院長あいさつ



ヴァイオリンコンサート



おもちゃづくり



内視鏡シミュレーター体験



もちつき大会



公開講座



## 編 集 後 記

令和元年となり、心新たに「第10回JA広島総合病院ふれあいポスター展」が開催されました。この小冊子はそのポスターの記録集です。

毎年12月には病院の創立記念パーティーが大々的に開催されます。今回で10回目となるJA広島総合病院ふれあいポスター展はもう病院の定例行事として定着していますが、各ポスターは厳正なる審査を受けて、最優秀ポスターと各部門の優秀ポスターが決定され、この場で発表されることとなっています。今回の最優秀賞は整形外科の作成した「ロコモティブシンドロームって何？～運動習慣で健康寿命を伸ばそう～」が受賞しました。医局部門優秀賞は消化器内科の「ピロリ菌は何しに消化管へ？」、看護部門優秀賞は糖尿病センター療養相談室による「血糖自己測定ってなに?!正しく血糖値を測りましょう」、コメディカル部門優秀賞は栄養科の制作した「食事で筋肉を保とう！～上手な選び方のコツ教えます～」と決定しました。住民投票部門優秀賞は、栄養科の上記ポスターが選出され、ダブル受賞となりました。さらにラッキー賞は、地域救命救急センターによる「密着、救命病棟～入室から退室まで～」と決定しました。これらのポスターは、各部署が自分たちの仕事に誇りを持って、住民の皆様にわかりやすくさまざまなテーマで作成したものです。病院では地域との連携を深めるためにさまざまな試みをしていますが、このポスター展はその大きな柱のひとつとなっています。

令和元年11月に、第10回JA広島総合病院オープンホスピタルが開催されました。オープンホスピタルとふれあいポスター展は連動した行事で、JA広島総合病院が地域に根ざしたこの地域の住民のためにと開催してきたもうひとつの行事です。このオープンホスピタルには多くの近隣住民の方々が来院され、これらのポスターをご覧になります。イベントも盛りだくさんです。オープニングセレモニーでは、廿日市市在住の天才中学生バイオリン奏者、安塚かのんさんの華麗なメロディーが来場者を魅了しました。引き続いて地御前町内会の皆様のご協力で餅つき大会が行われ、ほかほかのお餅が皆さんにふるまわれました。他にも病院内のあちこちが賑わっていました。医療相談コーナー、血管年齢測定、骨密度測定、佐伯中央農協の農産物即売会、などなど盛りだくさんでした。体験型のイベントでもある胃内視鏡シミュレーター体験も好評でした。また、市民公開講座として当院乳腺外科主任部長の大原正裕先生による「みんなで知ろう、乳がんのこと」にも多くの方が参加され、講演後には多数の質問がありました。

今回のオープンホスピタルに院内外からご支援ご参加いただき、それぞれのイベントを盛り上げていただきました全ての皆様に心より感謝いたします。当日のラジオ生中継をいただいた「FMはつかいち」、お野菜の提供をいただいたJA共済ふれあい広場の皆様にも感謝申し上げます。また、このイベントに計画段階から当日の準備・撤収まで多くの方々の熱意と献身があったことを忘れるわけにはいきません。事務局はもとより、アカデミック委員会、地域医療連携室、看護科、栄養科、健康管理課、臨床検査科、薬剤部、放射線科、内視鏡センターの皆さん、健康相談にご協力いただいた先生方に感謝とねぎらいを申し上げます。

最後に、当日の一般来場者の皆さんからのアンケート結果では、当院への感謝の言葉とこのイベントを続けてほしいとの要望が大多数であったことに意を強くして次回に向かっていきたいと思えます。

アカデミック委員会  
委員長 徳毛 宏 則

---

## 第10回 ふれあいポスター展

発行年月日 令和2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

---



