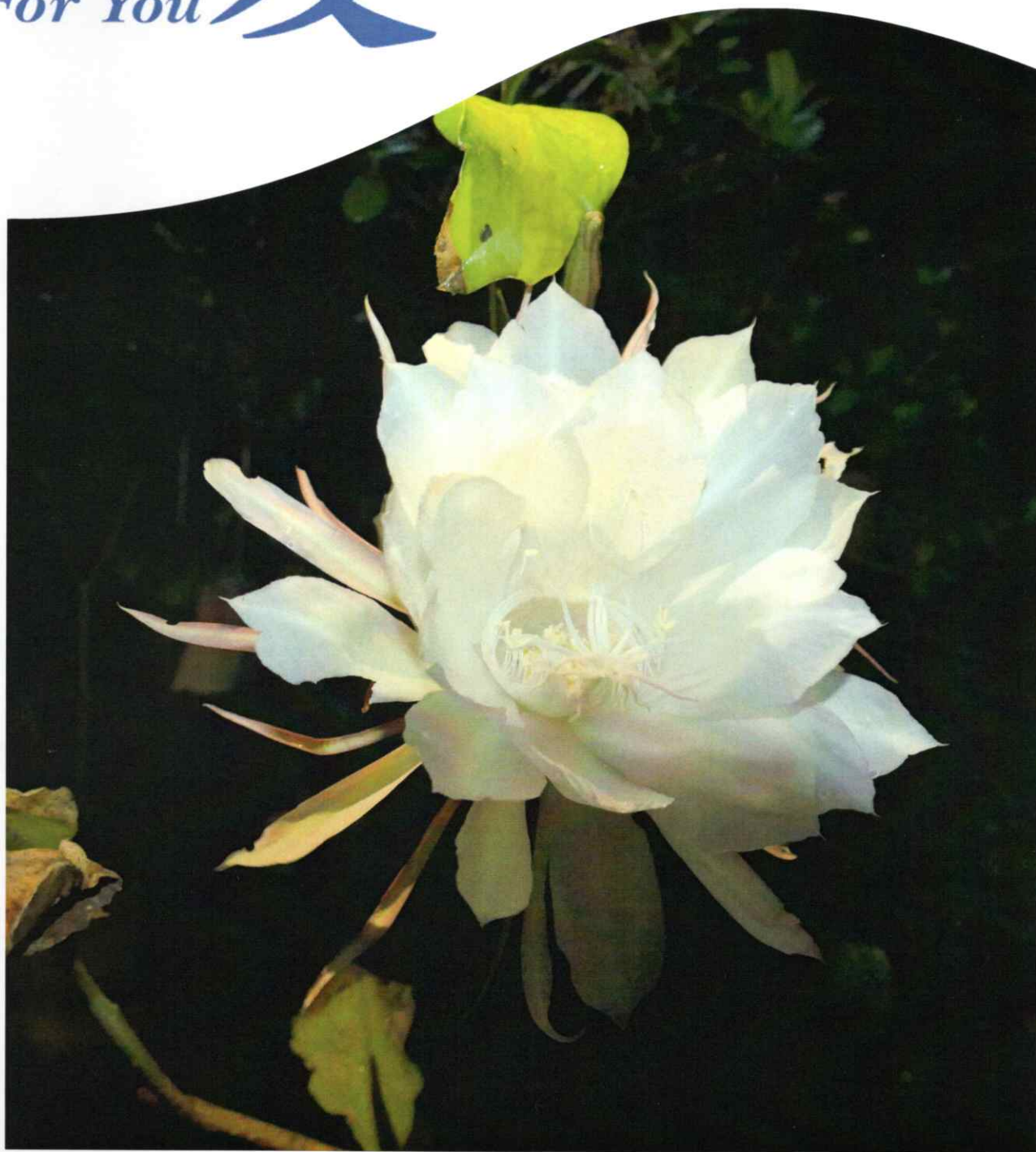


朋友

For You

沖縄セントラル病院
広報誌
2018年9月発行 Vol.37

9
月号



医療法人 寿仁会

沖縄セントラル病院

〒902-0076 沖縄県那覇市与儀1-26-6 TEL.098-854-5511 FAX.098-854-5519
URL <http://www.central.jyujinkai.or.jp/> E-mail: o-centh1@nirai.ne.jp

ユートピア沖縄

〒902-0064 沖縄県那覇市寄宮2-1-18 TEL.098-854-5551 FAX.098-851-9026
URL <http://www.utopia.jyujinkai.or.jp/>

クリニック絆

〒902-0064 沖縄県那覇市寄宮2-1-18 TEL.098-854-5531

Contents



表紙の花／月下美人
撮影地／中頭郡西原町
撮影時期／平成30年8月
撮影者／鈴木秀幸（総務課）

STAFF

広報委員

- 株木 暁夫
- 鈴木 秀幸
- 蔭山 美成
- 新崎 貢
- 高良 圭一
- 有銘 恭子
- 黒潮 和利

1 高気圧酸素治療とは

臨床工学技士 宮崎 大樹

3 担当医からひとこと

理事長 大仲 良一

4 実習奮闘記 ～リハビリテーション科～

5 おしえて薬剤師さん②「薬を飲み忘れたら」 交友会 ボウリング大会

EVENT REPORT

6 第44回那覇ハーリー

4階病棟 桃原 智美

わたしの本棚 Vol. 6

7 『いのち抱きしめて』 田沼 祥子 NEWS BOX ー情報の玉手箱ー

4階病棟 具志堅 美雪

シリーズフローゲン⑧

8 猫背予防の助っ人「フリーモーション」

フローゲン 垣花 小和子



第44回那覇ハーリー 平成30年5月5日



高気圧酸素治療とは

沖縄セントラル病院

臨床工学技士 宮崎 大樹

高気圧酸素治療について、その名前や存在は知っていても実際にはどのようなものなのかわからないという方に少しでも高気圧酸素治療を知って貰えれば幸いです。

[概要]

高気圧治療装置を用いて高気圧環境下に患者様を収容し高濃度酸素を吸入していただくことにより、諸種の病態の改善を図る治療法です。

適応疾患は様々で、主に減圧症の際に活躍する治療法で、その他にもスポーツ外傷の回復を促進させる目的でも行われています。

[治療の原理]

(1) 加圧による物理的効果

減圧症ではこの物理的効果により、窒素気泡や血液内に流入したガスの縮小・溶解および循環障害の改善の効果を有します。

(2) 動脈血酸素量の増大効果

高気圧酸素治療下では、動脈血の酸素加効果により酸素運搬量を増大させ、末梢組織への酸素供給量を増加させます。この効果により、抗浮腫・創傷治療の促進・不活性ガスの洗い出し・酸素毒性を利用した殺菌が見込めます。

[装置]

高気圧治療装置には2つのタイプがあり、第1種装置と第2種装置とに区分されます。沖縄セントラル病院に設置されているのは

第2種装置にあたります。

せっかくなので第2種装置にフォーカスをあてて違いを説明すると、第1種装置は1人用なのに対し、第2種装置は一度に多人数を収容することが可能です。必要に応じて、医師、看護師あるいは患者様の家族などが付き添うこともできます。また、2室構造になっており、隔てられた部屋ごとに圧力を変動させることが可能なため、治療途中でも1人は装置内に残して1人は装置外に出すこともできます。さらに、メディカルロックという小さな扉があり、その扉から医療機器、物品、薬剤の搬入も可能です。

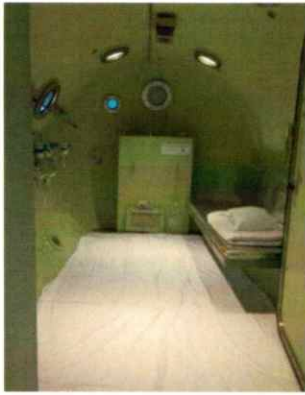
ちなみに、高気圧治療装置を設置している施設は8ヵ所で、第2種装置を保有している施設は沖縄セントラル病院を含めて3ヵ所しかありません。



第2種装置



メディカルロック



主室内の様子



副室内の様子

[治療行程]

実際にはどのように治療行程が進んでいくのかというと、患者様には治療開始時間よりも少し早い時間に来ていただき、化学繊維では静電気により火災が発生する可能性があるため、病衣（綿100%）に着替えて準備をしてもらいます。準備ができ次第、携帯電話等の電子機器、カイロなどの発火する原因のある物を持っていないかを確認してから装置内へ入室していただき治療を始めていきます。

治療時間105分、設定圧力2.8ATA（絶対気圧）というプログラムで行っていきます。最初に15分かけて圧力を上げていきます（基本的にはプログラムにより決められた速度で上げていく）。この時重要になってくるのが耳抜きです。この耳抜きができないと痛みにより治療を行うことができないため、患者様には最初の15分間耳抜きを行っていただきます。どうしても耳抜きが難しいという場合は、一旦プログラムを停止して手動によりゆっくり上げたりなどして対応していきます。

加圧が完了すると、ここから60分間は圧力の変動は無いので、リラックスして過ごしてもらいます。

75分経過したら、30分かけてゆっくりと減圧していき、もとの大気圧まで戻して患者様に問題が無ければ治療終了です。

※高気圧検診も行っていますが検診の場合は所要時間90分、設定圧力3ATAという全く違うプログラムで実施していきます。

[臨床工学技士の業務]

臨床工学技士が高気圧酸素治療の業務にどのように携わっているのかを紹介したいと思います。

まずは正常に稼働するか確認するために、約30分掛けて始業点検を行います。高気圧治療装置はいくつもの機械が組み合わさってできているため、機械室に行き、コンプレッサーやボイラー、装置本体の電源を入れていき、様々な配管のバルブやレバーを開閉していきます。これらの作業を約50項目あるチェックリストにチェックを入れつつ進めていき、最後に15分のテストパターンによる試運転を行い問題が無ければ始業点検を終了します。



コンプレッサー



ボイラー



高気圧治療装置の電源

新患が来た場合は装置に入室する際の注意事項や装置内から外界への意思疎通の取り方を説明して装置へ案内します。



装置内のマイク



装置外のマイクとスピーカー

治療が開始すると、患者様の状態をモニターで観察しつつ、経過時間ごとに治療経過票へのチェック、患者様に合わせた換気量や温度の変更、エアブレイク（患者様が酸素中毒にならないようにするための操作）などの操作をしていく。

治療が終わると装置内の清掃や備品の片付け、チェックリストに従い終業点検を行っていき、問題が無ければ高気圧酸素治療の業務は終了です。



担当医からひとこと

高気圧酸素療法(HBO)について

脳神経外科医
大仲良一 理事長

高気圧酸素療法は、我が国では昭和30年代に低酸素症の新しい治療法として彗星の如く登場し、たちまち世界の注目を集めるに至った。

高気圧酸素療法は大気圧よりも高い気圧環境を人工的に作り、その中に収容した患者に疾病に応じた一定時間高濃度の酸素を吸入させる特殊な治療法である。

同一温度のもとでは気体の液体への溶解量は気体の圧力に比例するというHenryの法則を応用したものであり、気圧の変化は諸々の物理学的な変化、現象を惹起し、時には装置内の患者に重篤な危害を及ぼす事も否定は出来ない。従って治療に当っては生体に与える影響を熟知した上で万全を期して行わねばならない。

高気圧酸素療法は高気圧環境を幅広い疾患の治療に利用しようとする治療法であるが、人工的に造られた高い気圧環境内で、生体に純酸素を投与



モニター画面



換気量や温度はタッチパネル操作

し異常に高い酸素分圧の動脈血をつくることによって各種の低酸素障害を改善しようとする治療法である。

低酸素症とは、諸々の原因によって生体の器官、組織へ十分な酸素の供給が阻害された結果発生する諸々の器官機能の病的な状態をいい、呼吸器、循環器、代謝等の機能障害によって発生する。

低酸素症の原因としてHb量の減少(貧血、大量出血等)、赤血球Hbの酸素飽和度の低下(呼吸器系の障害)、心不全、末梢循環障害及び組織の中毒性病変(薬物中毒)等をあげることができる。

また低酸素による障害の発生から、高気圧酸素療法の開始までの時間によって、その成果が左右されるのである。特に神経系組織は低酸素性障害に対する回復可能な制限時間限度が極めて短いとされる。従って可逆的な範囲内で障害を食い止めるには緊急的な治療の開始が一つの鍵といわれる。

治療に当っては高い気圧環境自体が異常環境であり、高気圧酸素治療の場合は更に生体を高気圧酸素環境という異常環境に二重におくことになる訳で、このような特殊性を有する高気圧酸素療法にあっては、医師をはじめ担当技師には安全管理が強く求められるのである。

因みに当初は潜水、潜函等による障害者を対象としたものであったが、近時保険適応による下記疾病、症状の治療にも拡大されている。

+ 救急的適応疾患 +

1. 急性一酸化炭素中毒
2. ガス壊疽の重症感染症(慢性髄膜炎・蜂窩織炎・化膿性関節炎・壊死性筋膜炎)
3. 急性脳浮腫(頭部外傷・開頭術後・急性脳血管障害)
4. 急性脊髄麻痺(脊椎外傷・脊椎脊髄術後)
5. 急性動脈・静脈血行障害
6. 急性心筋梗塞
7. 重症外傷性挫滅創及び循環障害・コンパートメント症候群
8. 重症空気塞栓症
9. 腸閉塞
10. 重症熱傷・重症凍傷
11. 網膜動脈閉塞症
12. 重症低酸素性脳機能障害
13. 突発性難聴
14. 顔面神経麻痺
15. 減圧症
16. 糖尿病性足病変
17. 難治性潰瘍(褥瘡)
18. 腰部脊椎管狭窄症
19. 放射線照射による晩期障害

当院リハビリテーション科では、年間数名の長期・短期臨床実習生を受け入れており、実際の現場で学生指導を行い、県内のセラピスト育成に尽力しております。



沖縄リハビリテーション福祉学院
理学療法学科 夜間部4年
金城 豊さん

沖縄リハビリテーション福祉学院 夜間部4年の金城豊です。今回の実習では長期実習Ⅰ期として5月9日から7月14日までの9週間お世話になります。

今回の実習では沖縄セントラル病院の先生方に、各患者様に沿った治療内容への考え方や関わり方、また、患者様退院後の予後・予測に至るまで、治療技術だけでなく各患者様に対する理解の深さ、他職種との連携、カンファレンスへの参加など、多くの事を得る機会を与えて頂き、机上では学ぶことの出来ないとても有意義な実習期間を過ごすことができています。

技術・知識ともに、まだまだ至らない点が多くお手数おかけしますが、先生方、患者様のご協力の下、学習出来ていることに感謝し、患者様に心身ともに寄り添える理学療法士を目指して日々努力していきたいと思ひます。



琉球リハビリテーション福祉学院
理学療法学科 昼間部3年
藤本 将さん

今回、長期実習として6月25日より8月10日までの34日間、お世話になっております、藤本将と申します。今回私が沖縄セントラル病院を実習地として希望した理由は将来回復期病院で働きたいと思っており、実習地に選択しました。

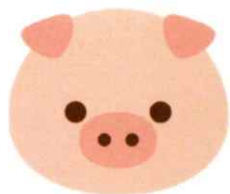
実際に患者様と関わりながら、セラピストの先生方は、患者様の心身機能や活動能力を最大限に活かすアプローチや患者様の訴えに沿ったアプローチなど患者様と良い信頼関係を築けていると感じました。

今回の実習では机上では学ぶことの出来ない、治療技術やリスク管理などより多くの知識を吸収していきたいです。充実した実習になるように精一杯頑張りたいと思ひますので、ご指導・ご鞭撻の程、宜しくお願ひします。

※上記文章は、実習期間中に執筆していただきました。

薬を飲み忘れたら

沖縄セントラル病院 薬局



お薬って、ついつい飲み忘れちゃうんだよね～
気付いた時にまとめて飲んでもいいのかな？

忘れたからといってまとめて2回分飲むのは止めましょう。処方薬は飲み忘れた場合の対応をあらかじめ処方医に確認しておきましょう。市販薬は次に飲む時間に近い場合は、飲み忘れた1回分を抜いて次の分を飲み、次回までに時間がある場合は気付いたらすぐ飲み、次回に飲む時間を少し遅らせて飲むようにしましょう。

目安として

- ☆ 1日3回服用の場合は4時間以上
 - ☆ 1日2回服用の場合は6時間以上
 - ☆ 1日1回服用の場合は12時間以上
- 空けてから飲むと良いと言われています。

但し、薬によって例外もあり、たとえば糖尿病の薬は食事をしないのに飲んでしまうと低血糖を起こすことがあり危険です。薬は多種多様ですので、注意が必要です。

飲み忘れ防止を気に掛けて、いろいろ工夫してみてください。

お薬を飲むタイミングを習慣化したり、お薬を飲んだらカレンダーに記録したりして、飲み忘れ防止に気を付けよう！



大会1日目（平成30年7月14日）

【男子】

1位	浜元 邦彦	（薬局）	285点
2位	島袋 慶信	（放射線科）	266点
3位	喜納 信	（ユートピア）	257点

【女子】

1位	松田 雅子	（医事課）	316点
2位	平良 栄美子	（財務部）	294点
3位	桑江 光江	（医師事務）	238点

大会2日目（平成30年7月21日）

【男子】

1位	比嘉 隆司	（リハビリ）	350点
2位	照喜名 大輝	（リハビリ）	300点
3位	宮森 仁	（リハビリ）	298点

【女子】

1位	西平 扇姫	（2階病棟）	269点
2位	中村 さとみ	（地域連携室）	249点
3位	川端 麻紀	（2階病棟）	246点

会場：スポーツワールドサザンヒル

第44回 平成30年5月5日



那覇ハーリー

4階病棟
桃原 智美

「那覇ハーリー」は、沖縄で行われるハーリー行事の中でも、最大規模といわれ、ゴールデンウィークの観光名物でもあり、沖縄を代表する行事です。

「那覇ハーリー」の起源については諸説あり、中国の”爬竜船”をまねて造られ、那覇港で競漕したとの話もあるそうです。一時、途絶えたこともありましたが、本土復帰記念事業として、1975年沖縄海洋博開催を機に復活したとの話です。

この沖縄の代表行事に、”沖縄セントラル病院&ユートピア沖縄”チームが、毎年

参加していることを、皆様ご存知ですね！！（素晴らしい〜♡）

「参加することに幸福あり！？」との精神と二男の希望もあり、親子で初ハーリー船の乗船・競漕体験をさせていただきました。沖縄の海はエメラルドグリーンで、海風も心地よく、楽しく（笑）漕ぐことができました。成績については・・・さておき、初夏の祭りを満喫することができました。

那覇ハーリー



snapshot

那覇港新港ふ頭



Vol.6

わたしの本棚



4階病棟 具志堅 美雪

私がこの本と出会ったのは今から15年前のことです。この本は、一市民である著者の夫が進行性の難病になり、心身の重い障害と共存しながらも、13年間家族と共に在宅介護に取り組んだ姿を描いた闘病記です。

当時私の父は、脳梗塞を患い介護を必要とされる状態でした。できれば自宅で介護してあげたい...私たち家族は誰もがそう思いました。しかし、そう思っても、在宅介護の大変さは経験のない者にはわかりません。覚悟して始めたとしても、現実には想像を超えてしまいます。介護する側が追い詰められないためには経験者の声を聞くだけでも、それは実感できるのではないかと思います。この本を手にしたのです。

すでに父は、病気の進行に伴い気管切開、在宅酸素、胃瘻造設になり寝たきりの状態でした。在宅診療と訪問看護を受けながら24時間の介護生活が始まったのですが、現実には想像を絶するものでした。私と妹は看護師として働いていましたが、先のない介護に戸惑い、家族は不安を抱いていました。

Recommended one book

『いのち抱きしめて
在宅介護13年』田沼 祥子
日本評論社いのち
抱きしめて
在宅介護13年

その頃、この本と出会い、どういう姿でもいいから生きていてほしい、それは生活を共にしてきた人でなければわからぬことであり、家族で築いてきた生活の延長として介護を引き受けようと思うようになったのです。病む人と一緒に暮らすことは苦しい事も多いですが、生きていてくれば、介護する家族は苦しみに勝る楽しさや喜びも日々味わうことができるのです。

この本と出会えたことで、3年間の在宅介護は貴重な経験であったと思います。辛く苦しい中でも、関わり続けることを支えているのは家族であり、使命感や義務だけでは決してできるものではなく、本人と関わる中で得られる充足感を持てることが大切です。

これからの時代、急速に加速しつつある少子高齢化社会において、在宅医療のニーズが増大していきます。しかし、在宅医療を普及させるためには、在宅医療のデメリットである家族の負担や不安をいかにして減らすかが重要になってくるでしょう。

NEWS
BOX

LINE UP

—情報の玉手箱 NEWS BOX—

◎医療安全勉強会



平成30年6月19日(火)

6月19日病院長による医療安全勉強会が全職種対象で開催された。インシデント報告書から共通点と原因を検討し、対策する事で、再発防止につなげられる。その重要性を再確認出来る会となった。

◎禁煙セミナー開催



平成30年7月20日(金)

7月20日製薬会社、専門医主催で禁煙指導勉強会が開催された。禁煙は年間12万9千人の死亡に関連する。心疾患への影響と禁煙できないのは意志の強さではない事を確認しながら進められた。

フィットネスマシンを紹介します

series **Frohgen**
フローゲン ⑧

猫背予防の助っ人

フリーモーション



フリーモーションの特徴

両手でグリップを握り、背すじを伸ばして、前かがみにならないようにします。その時に視線をななめ上にすると姿勢が良くなります。

腕を両脇にあてるようにすると、ウェストのひきしめにもなりますし、姿勢も良くなって猫背の予防になります。

★ワンポイントアドバイス★

四十肩や肩こりがある方は、片手ずつでも肩を回したり、動かすことができます。軽く動かすことによって、肩の可動範囲が広がり、回復も早くなります。



メディカルフィットネスセンター
「フローゲン」トレーナー
垣花 小和子

【プロフィール】

至学館大学短期大学部卒

【実績】

ハンドボール西日本大会出場(1997年)

【職歴】

健康増進センター

おきなわ社会保険センター

【ひとこと】

肩こりや猫背の予防になるので、軽く肩まわりを動かして下さいね



丁寧な指導でトレーニング効果アップ！



上半身を鍛えて目指すは逆三角形▽



最後はストレッチで身体を伸ばします♪



フローゲンを体験して

社会人になると運動する機会が少なくなり、体重の増加、体力の低下を気にする事が多いです。初めてマシンを使用する事で、自分の体の硬さや個人的な能力がどのくらいなのかをトレーナーの方から丁寧に指導してもらう事で怪我を予防しながら、継続して運動が出来る事に魅力を感じました。

4階病棟

宇地原 翼さん

フローゲンとは

フローゲンは漢字で「不老源」と書きます。これは「毎日の運動は不老(若さ、元気)の源」であるという大仲理事長の考えから生まれた造語です。

また、その名前には「運動を通して健康の発信源で在りたい」というスタッフの願いも込められています。



フローゲンでは、入会前に運動体験ができる一回500円のワンコインお試しコースがあります。興味のある方は直通☎854-5541または内線502まで連絡をお待ちしています！



医療法人 寿仁会

沖縄セントラル病院

理事長 大仲 良一 院長 島袋 洋



オンリーワンを目指し、地域と共に半世紀。

基本理念

- ・ ひたすら病める人々のために
- ・ 健全なる人々の更なる健康増進のために
トモ
- ・ 集いし職員の生涯修養の館たらんことを

地域の皆様の笑顔と健康のために



ガンマナイフセンター



メディカルフィットネスセンター



高気圧酸素治療センター



健康管理センター



医療技術部 部長
我謝 光茂

人間は何歳まで生きられるだろうか？

世界一長生きした人間として、ジャンヌ・ルイーズ・カルマン（フランス人女性）がギネスブック認定で122歳164日。人間の細胞は日々分裂を繰り返し、新しく生まれ変わりその細胞分裂の限界が50回程度で、年数にすると120年前後と考えられるそうです。

日本の平均寿命は男性80.98才、女子87.14才（2016年調査）で、男女とも世界2位となっています。「平均寿命」ではなく、健康上問題が無く日常生活を送れる期間「健康寿命」を延ばすことが大事です。

「健全なる人々の更なる健康増進のために」

当院では、更なる健康増進のために「健康寿命」を延ばせるように、検診・人間ドックで担っています。

■ 一 般 診 療 体 制 表

診療科	AM/PM	月	火	水	木	金	土
脳神経外科	AM	島 袋	大 仲	島 袋	大 仲	島 袋	大 仲
	PM	島 袋	大 仲	島 袋	大 仲	島 袋	大仲(江頭)
内科 1	AM	石 田	石 田	石 田	石 田	石 田	石 田
	PM		井 戸				石 田
内科 2 (総合診療)	AM						
	PM	藤 倉		藤 倉	藤 倉	藤 倉	
心療内科	AM	石津医師 完全予約制(不定期 月1～2回)					
	PM						
外科	AM						
	PM	長島※1		長島※1	下 地		
循環器内科	AM		鈴木(第2・4)	鈴 木			
	PM	鈴 木				鈴 木	
整形外科	AM	平	平	守 屋	守 屋	平	琉 大
	PM	平	平	守 屋	守 屋	平	守 大
皮膚科	AM				琉 大		
	PM						
リハビリテーション科	AM			江 頭			
	PM						
歯科	AM	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程
	PM	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程		當間・仲程	

※1 外科・専門外来(乳腺外来・甲状腺外来・禁煙外来)

■ 特 殊 診 療 体 制 表

診療科	AM/PM	月	火	水	木	金	土
高気圧酸素治療	AM	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲
	PM	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲
ガンマナイフ 治療・外来	AM					森(第2・4)	森(第2・4)
	PM					森(第2・4)	森(第2・4)

■ 健 康 診 断 ・ 精 密 検 査

診療科	AM/PM	月	火	水	木	金	土
健診・人間ドック	AM	大仲・井戸	大仲・井戸	大仲・井戸	大仲・長島	大仲・井戸	大仲・井戸
航空身体検査	AM	大 仲	大 仲	大 仲	大仲・長島	大 仲	大 仲
高気圧検診	AM	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲	大 仲
内視鏡検査	AM	長 島	長 島	長 島	下 地		
乳がん検診	AM	長 島	長 島	長 島	長 島		

■受付時間 / 午前 8:30 ～ 12:30 午後 13:30 ～ 17:30

■診察時間 / 午前 9:00 ～ 13:00 午後 14:00 ～ 18:00

直通電話のご案内

◎ガンマナイフセンター (098)854-5516

◎医療福祉課 (098)855-7200

◎メディカルフィットネスセンター「フローゲン」 (098)854-5541



■編集後記

暑さが続いていますが、皆さまどうお過ごしでしょうか。
私を含め新入職の方々は仕事に慣れ始め、気持ちに余裕が出始めてきていると思われます。病院のイベントとしてボウリングに参加し、少しでも早く打ち解けていけたらいいなと思っておりました。いいスコアを出す人が多く盛り上がり、普段話す機会の少ない方との会話もでき楽しい思い出となっております。次回は、ビーチパーティもあるので楽しみにしております。私たち広報委員は、院内でのイベントや病院の魅力を今後も朋友を通じて皆様にお伝えしていきます。

広報委員 新崎 貢