

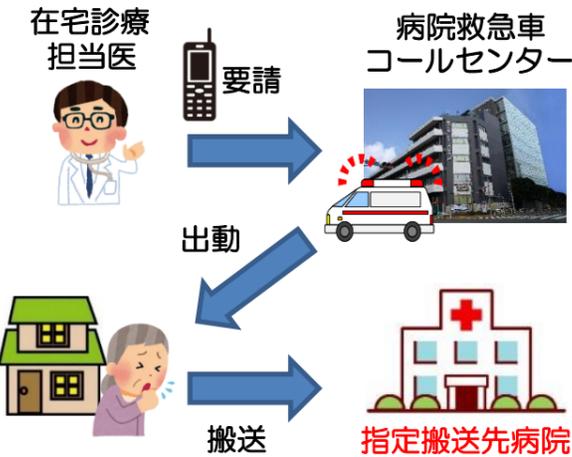


～ ご存知ですか？ 南多摩病院の病院救急車 ～

医療技術部 救急救命士

病院救急車とは

皆様は、南多摩病院の救急車をご覧になったことはございますか？
右の写真のように、マスコットキャラクター『みなみちゃん』を載せて運用しています。救急車といっても、「119番」で呼ぶ救急車とは違います。病院救急車は、八王子市医師会を中心とした『八王子市在宅療養患者救急搬送支援システム』を構築するために平成26年12月より運用を開始したものです。



近年救急車の出動件数が増加傾向にあり、中でも高齢者の搬送では「多くの持病や症状があり聞き取りに時間がかかる」「入院するベッドがない」などの理由で搬送先が決まらず、現場滞在時間の延長が深刻な問題となっています。それを受け、八王子市ではかかりつけ医師が予め搬送先の病院を決め、『まごころネット』と呼ばれる多職種連携ネットワークで患者様の情報を共有し、当院の病院救急車で搬送することで問題をカバーしています。皆様が「119番」で呼ぶ、東京消防庁の救急搬送の一端を担い、尚且つ、「時々入院ほぼ在宅」をスローガンに、患者様が住み慣れた地域内での医療が完結することを目指しています。

活動内容

在宅診療を行う医師から出動要請の連絡を受けると、乗務担当の看護師1名と救急救命士2名が現場へ出動し指定搬送先の病院へ搬送します。命の最先端で活動し、冷静かつ的確な判断で患者様の処置・搬送を行う「救急救命士」と、医師からの指示で様々な医療行為が可能な「看護師」とのパートナーシップにより、患者様への手厚いケアを実現しているのが当院の現場活動の特徴といえます。

病院救急車には、寝たままですることが出来るスクープストレッチャーや、座った姿勢のまま搬送するレスキューシート等の搬送資器材を備えています。



さらに、患者様を観察するモニター、心肺停止時に使用するAEDのほか、状態管理をするための様々な器材を搭載しています。これらを現場で活用できるよう、日々点検や訓練に励んでいます。

その他の院外活動では・・・

その他にも、『八王子市精神障害者早期訪問支援事業』での患者受診時の搬送や病院間の転院搬送、熊本地震のような災害時は、被災地における災害医療支援にも病院救急車を活用し、その効果を発揮しています。



熊本震災時救護活動

救急救命士

救急救命士とは、救急車に乗車して患者様に観察や処置を施しながら搬送するための国家資格です。これまでは、国家資格取得後の主な就職先は消防機関でしたが、最近では病院などの医療機関でも救急士が求められる事が多くなりました。当院にも5名の救急救命士が在籍しています。



南多摩病院広報誌

平成29年 11月 第16号

みなみ じゅう せい
南 十 字 星

発行・編集 / 南多摩病院 広報誌作成委員会 042-663-0111 (代表)

〒193-0832 東京都八王子市散田町3-10-1



～ あなどってはいけません！ 頭痛やめまいのお話 ～

診療部 内科 田中 雅貴

はじめに



頭痛やめまい。とてもありふれた症状ですので、これまでに悩まされたことがある方も多いのではないかと思います。頭の中で何が起きているかわからず、不安に襲われることはありませんか？



逆に、症状が軽いからと様子を見てしまい、実は怖い病気だったなんてことも！今回は、そんな頭痛やめまいに関してお話させていただきます。

頭痛編



頭痛は、ほとんどの方が経験したことがあると思います。その多くは命に関わらない頭痛ですが、一部には放っておくと命に関わる危険な頭痛があります。これを区別することはとても大事なことです。頭痛には、大きく分けて「一次性の頭痛」と「二次性の頭痛」があります。

「一次性の頭痛」とは、いわゆる頭痛持ちの患者様によくみられる頭痛で、“片頭痛”や“緊張型頭痛”などが代表的です。

「二次性の頭痛」とは、脳などの病気によって生じる頭痛で、右のイラストにもありますように、脳腫瘍や脳内出血・くも膜下出血など、中には怖い病気もあります。

患者様の9割が一次性の頭痛ですが、二次性の頭痛の中には、命に関わる病気があることを忘れてはいけません。

二次性の頭痛で疑われる病気



二次性の頭痛が疑われる特徴

1. 突然に生じた
2. 今までにこんな頭痛は経験したことがない
3. いつもの頭痛と様子が異なる
4. 頻度と強さが増していく
5. 50歳以降に初めて経験した
6. 癌や免疫不全などの病気がある
7. 発熱や吐き気、後頸部の張り感がある
8. 麻痺や歩行障害、言語障害、物が見えにくいなどの神経症状を伴う
9. 会話が支離滅裂になる、認知症の傾向があるなどの精神の症状を伴う

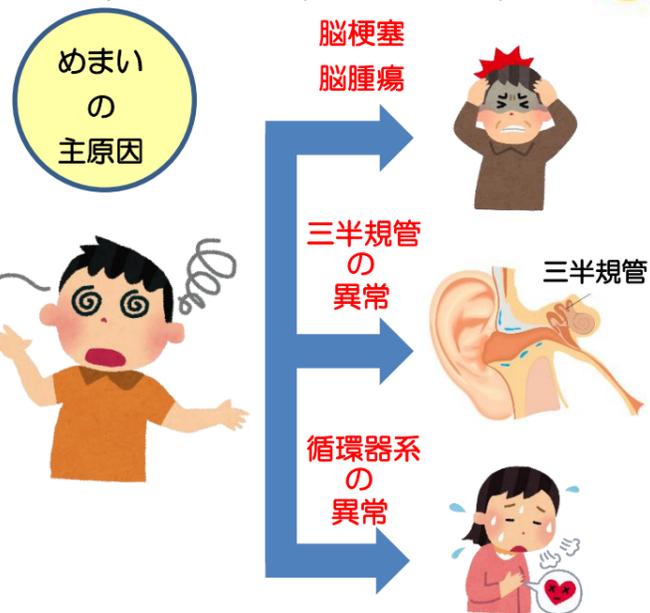


神経内科専門医
田中 雅貴 医師

めまい編

めまいの感じ方は、「自分の身体が回っている」「景色が回っている」「雲の上を歩くようにふわふわする」など、様々です。

めまいの原因としては、第1に良性発作性頭位めまい症や、メニエール病など耳（三半規管）から生じるめまいがあります。第2に脳腫瘍や脳梗塞・脳出血など脳から生じるめまい、第3に貧血や起立性低血圧・不整脈など循環器系に由来するめまいがあります。その他にも頸椎症や疲労・ストレスに由来するめまいなど、原因は多岐にのびます。原因の多くは命に関わらないものです。しかし、頭痛と同様に中には命に関わる病気が隠れていることもあり、注意が必要です。



おわりに

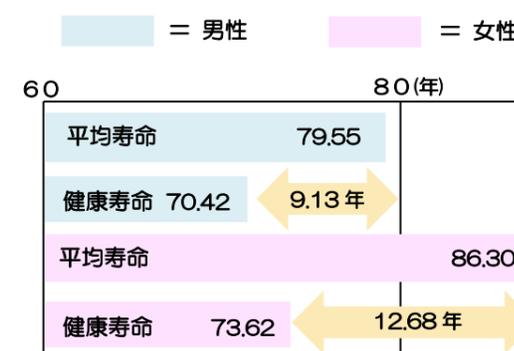
頭痛やめまい、これらの症状は患者様の生活に大きく影響します。“軽微な症状だから病院へ行くほどでもない”と、様子を見てしまうことが危険なこともあります。今回お話をさせて頂いたように、頭痛やめまいの症状が軽くても重病な可能性はあります。命に関わる症状ではないと確認するためにも受診してください。原因によって治療法も異なります。ご不安に思っている方もいらっしやうと思いますので、症状でお悩みの方は外来へお越しください。脳腫瘍や、くも膜下出血の原因となる脳動脈瘤は、早期発見早期治療が重要ですので当院の脳ドックもご利用ください。



～ 元気に年をとろう！ “老年症候群” の予防 ～

医療技術部 リハビリテーション科

皆様、健康寿命という考えがあるのはご存知ですか？心身ともに自立し、健康的に生活できる期間の事を言います。右図のように日本における平均寿命と健康寿命の差は、男女ともに約10年あります。つまり亡くなるまでの10年間は、ベッドで寝たきりになったり、車椅子で生活されているなど介護が必要な方が多いです。ピンピンコロリという言葉がありますが、誰もが元気に歳を取りたいと思っています。そのためにはどうしたらいいのでしょうか？



65歳以上の介護原因ベスト5

- 第1位 脳血管疾患（脳卒中）
- 第2位 認知症
- 第3位 高齢による衰弱（体力低下）
- 第4位 骨折・転倒
- 第5位 関節疾患（関節の痛み）

老年症候群



健康寿命を延ばすポイントは老年症候群の予防です。老年症候群とは認知症や転倒、関節痛、尿失禁などいわゆる「年のせい」と言われている明確な病気ではないけれど加齢による機能低下の事を言います。

初めは日常生活への影響は小さいですが、症状が重なる事で徐々に日常生活活動を低下させてしまい、介護が必要となる原因にもなってきます。2016年厚生労働省の発表の資料によると、介護原因の2～5位が老年症候群にあたります。



老年症候群の予防

それでは、老年症候群を予防する3つの方法をお話します。

1. 会話

友人と会話をしたり、地域の活動に参加して社会と繋がる事です。



2. バランスのとれた食事

一人暮らしだから、面倒だからといって、栄養バランスを考えない、偏った食事を取ることは控えましょう。



3. 運動

1日60分週2～3回の頻度、ウォーキングであれば7000歩が目安になります。運動するきっかけを作れない方は、地域の介護予防教室に参加するのも良いと思います。運動の効果に年齢は関係ありません。体力に自信のない方ほど効果的です。



チェックしてみましょう！

- 痛みを理由に、家族や友人の誘いを断ってしまう
- ふらつくため、壁や家具につかまって歩いてしまう
- もの忘れが多く、同じ会話を何回もしてしまう
- お茶や味噌汁などでむせてしまう
- くしゃみで尿漏れがある

✓ が一つでもついた方は、老年症候群の予防が必要です！

元気に年をとる3つのPoint

- 1 自分の状態を知る
- 2 運動する仲間を作る
- 3 運動を継続する



平成30年3月10日（土）
第23回南多摩病院公開講座を開催します

① 乳がんを知る

～今、聞いておくべきこと～（仮題）
日本乳癌学会認定医 吉田 宗生 医師

② 乳がんと生きるということ
外部講師によるインタビュートーク

お問い合わせは南多摩病院医療連携室まで
TEL 042-663-0111（代表）
皆様の参加を心よりお待ちしております！！



時間：14時～16時
場所：南多摩病院
8階会議室

（注意）公開講座は毎回好評をいただき、満員御礼となっております。定員に達しますと締切期日前に受付を終了する場合がございますのでお申込はお早めをお願いいたします。なお、当日は駐車場のご用意がございませんので、予めご了承ください。