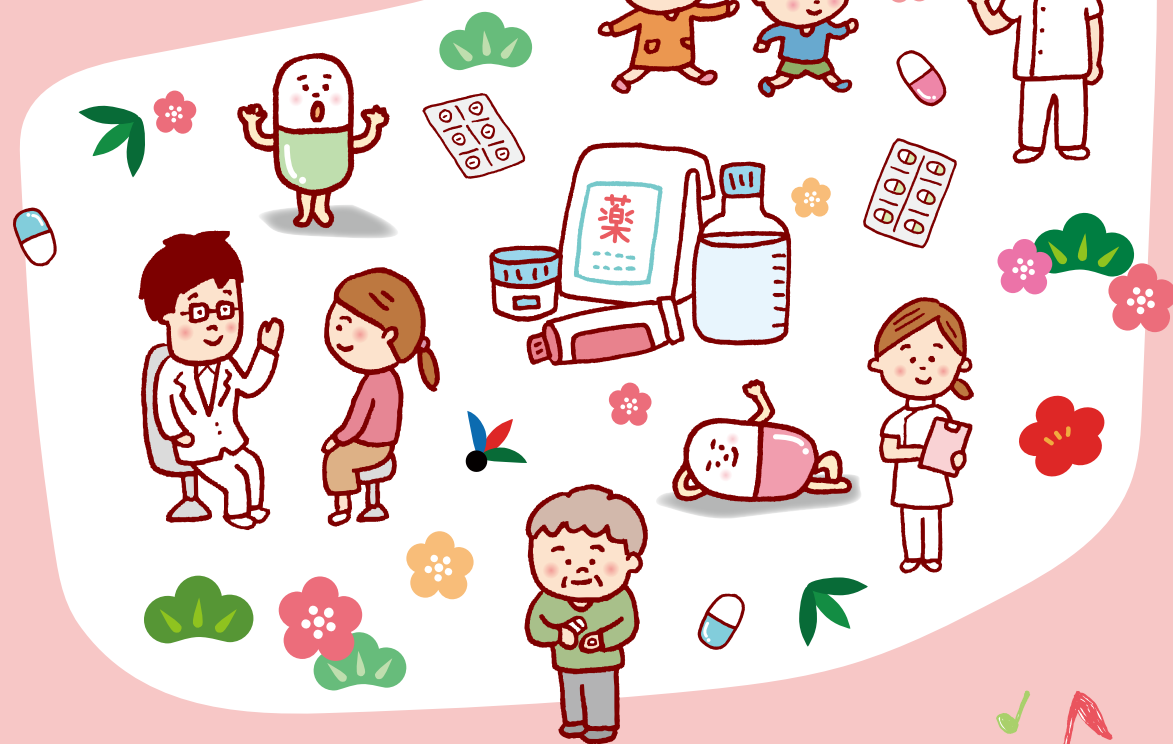


特集

今、知っておきたい 抗生物質のお話し

薬の効かない細菌を減らして、
抗菌薬を大切に使用するためには？

- 新年のご挨拶
- 日赤TOPICS
- スタッフ紹介
- 健康ワンポイントアドバイス「うつ病」



no.61
2018

第一種感染症受入訓練



EPAに基づく外国人看護師候者
看護師国家試験に合格



新入職者辞令交付式

病院機能評価受審



Bangladesh南部避難民
救援事業
救援要員(看護師)派遣
卒後臨床研修病院受審

Bangladesh南部避難民
救援事業
救援要員(看護師)派遣



伊勢赤十字病院 5周年記念植樹



平成28年度「女性が働きやすい
医療機関」認証



救護班要員任命式



中学生・高校生のための医療の
体験ツアー2017



大規模災害訓練/病院まつり



新年あけまして
おめでとうございます。

年越し参りや初詣を済ませ、気持ちも新たに新年を迎えられたことと思います。

まず、昨年を振り返り最も印象深かったお話をさせていただきます。それは、病院機能評価受審です。病院機能評価とは、日本医療評価機構という第三者機関が、患者さまが安心して治療が受けられる医療機関かどうか評価を行い、認証を付与する制度です。具体的には、患者中心の医療の推進、良質な医療の実践、理念達成に向けた組織運営などさまざまな観点を評価項目とし、病院の取り組み状況が評価されます。各評価項目別に、最高評価のS評価からA、B、Cの4段階で評価されることとなります。現在では、全国8485病院のうち約1/4の病院が受審しています。多くの病院が認証を受けていますが、その評価内容は様々であり、S評価を得ることは非常に難

議論となっています。地域の医療を崩壊させることなく、医療者の労務軽減を図ることは極めて難しく、まだまだ時間がかかりそうです。

しかし、医療情勢がどう変わろうとも、我々医療者は、常に患者さんにとって高品質という付加価値を伴った医療を提供し続け、患者さん中心の医療を求め続けなければなりません。今年は昨年よりも、来年は今年よりも良質な医療の提供に努め、広く社会に貢献していく使命があります。

伊勢赤十字病院は、この不変の真理を堅持し、職員一同持てる力を結集して地域の健康を守っていきます。最後にお正月に因んで、干支についてお話いたします。今年は戌年です。戌という漢字は滅（めつ・ほろぶ）に通じる漢字だそうです。続く亥（イ）のいのししは草木の生命力が、種に封じ込まれているという意味だ



高品質な 医療提供を 目指して

伊勢赤十字病院院長
楠田 司

しく、如何に高評価Sを獲得するかが重要となります。

当院は、昨年7月受審しており、多くの部署、部門が、新たなマニュアル作成など、今までの医療の見直しを行い、職員は遅くまで残り、準備を整えました。そして、その甲斐あって、多くの部署、部門が最高評価であるS評価を獲得し、過去3年間に審査を受けた全国251病院の中で、S評価獲得数はBest3に入りました。当院が、極めて高品質な医療を提供する施設との証を頂いたこととなります。今後もこの評価を落とすことなく、医療の質向上に努め、伊勢日赤ならではの優れた医療を提供していきたいと考えます。

さて、今日、医療・介護福祉政策が大きく変貌する中、医療界は厳しい時代を迎えています。昨年より、医療従事者の働き方・確保のあり方が話題になり、特に、医師の長時間労働の問題がクローズアップされ、対応が迫られることとなり、全国的な

そうです。続く子（ネ）のねずみになると、この草木から芽が出るということとなります。「戌」というのは、既成の概念を壊して次に進む新しいステップと捉えることができるでしょう。良き伝統は受け継ぎつつも、旧態依然とした価値観は壊し、常に成長し続ける伊勢赤十字病院であるようにと心より思います。

今後とも伊勢赤十字病院にご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。



特集

世界中で話題に！ 今、知っておきたい抗生物質のお話し

作成…伊勢赤十字病院 感染対策チーム

現在、世界中で抗菌薬が、乱用されており、薬の効かない細菌の増加が問題となっています。以前は、抗菌薬のことを抗生物質と呼んでいましたが、菌による感染症を治すお薬なので、抗菌薬と呼ぶようになりました。

このまま抗菌薬を乱用し続けると2050年には、薬の効かない細菌（耐性菌）による感染症で亡くなる方の数が、がんで亡くなる方の数を上回るとWHO（世界保健機構）が発表しています。

2016年に開催された伊勢志摩サミットでも、耐性菌対策の議論がされ、世界中で抗菌薬を正しく使い、薬の効かない細菌を減らすための活動が広がっています。



ABX配布用「抗菌薬啓発週間ポスター」

薬の効かない細菌を減らして、 抗菌薬を大切に使用するためには？

①風邪には抗菌薬を使用しない。

風邪はウイルスによる感染症であることがほとんどです。抗菌薬は、細菌にしか効果がないので、風邪には抗菌薬は効きません！

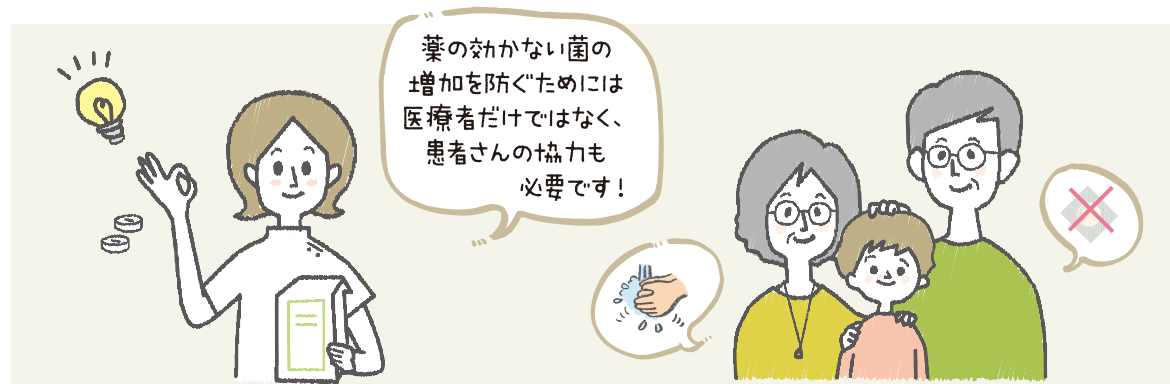
②抗菌薬は、医師から処方された時のみ飲みましょう。

人にあげたり、飲まずに保管したりしてはいけません。

病院でもらった抗菌薬が残っていたり、知人から抗菌薬をもらったり

③手洗いは、感染症の予防のために重要です。

しっかり手を洗うことにより、多くの細菌を取り除くことができます。風邪やインフルエンザは、咳などからうつると思われがちですが、実は手にくっついた細菌をから、うつることがほとんどです。感染対策の基本であり、一番大切なのは手洗いです！
帰宅時、トイレの後、ご飯の前は必ず手洗いをしましょう。



TOPICS
01

中学生・高校生に「がん教育」を実施

がんは三重県内の死亡原因第1位

三重県内のがんによる死亡者数は年間5000人を超えています。がんは重要な健康問題の一つとなっています。そこで、がんは罹患しない、あるいは罹患しても死に至らないようにするためには、生活習慣の改善などによる予防等



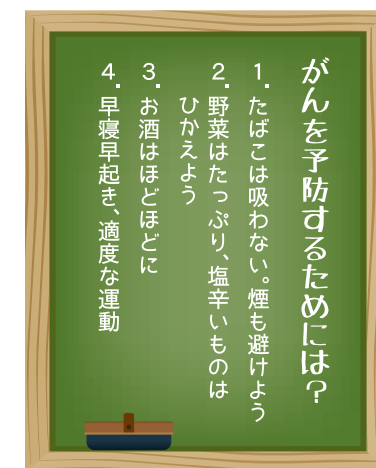
について意識向上を図る必要があります。とくに児童期からのがんに対する正しい知識の普及を図ることが重要です。

毎年、「医療の現場体験ツアー」を実施

今年度は51名の中学生と123名の高校生が参加しました。今回は「がんについて知ろう」というコーナーを設け、がんの知識について副院長（小児科）東川正宗先生からお話をいただきました。参加した生徒たちは、自分や家族の生活習慣を見直すきっかけとなり、検診の大切さを理解してくれたようです。

がんを予防するためには？

1. たばこは吸わない。煙も避けよう
2. 野菜はたっぷり、塩辛いものはひかえよう
3. お酒はほどほどに
4. 早寝早起き、適度な運動



参加者からの感想

「カップラーメンには塩が多いので気を付けようと思いました」
「がんはやつぱり怖い病気だけど、予防もできると知れたので、ならないよう将来たばこやお酒はひかえ、塩分をとりすぎないように心掛けていきたいです。」
「最後のがんの話もとてもタメになったと思います。」
「がん予防教室もイラストがあり、分かりやすく教えて頂き良かったです。ありがとうございました。」



TOPICS
02

バングラデシュ南部避難民救援事業

救援要員として看護師を派遣

伊勢赤十字病院では、日本赤十字社バングラデシュ南部避難民救援事業に救援要員として藤田了子看護師を派遣することとなり、10月17日院内で出発式を行いました。

避難民が急増し健康被害も

ミャンマー連邦共和国ラカイン州で発生している混乱に伴い、隣国であるバングラデシュ人民共和国へ流入する避難民が急増しています。現地では食料や安全な水、住居用ブルーシートなどの物資が不足し、居住環境が窮乏している状況です。医療面においては、下

痢、発熱、呼吸器・皮膚疾患、一般外傷など健康被害が報告されています。

バングラデシュ赤新月社（※1）は地元行政や他の援助団体との連携のもと、懸命な救援活動が行われておりますが、避難民は現時点において50万人を超える状況であり、現地での生活支援や傷病者に対する医療提供の不足が続いています。

各国赤十字社と連携した国際救援活動

日本赤十字社では、国際赤十字・赤新月社連盟の要請を受け、先遣隊による現地調査を実施し、現地の医療ニーズに対応するべく、医師、

救援金 100万円

急増する避難民の衛生環境の不備や食料・水不足が深刻化する現状を踏まえ、下記のとおり救援金の受け付けを行っています。皆さまの温かいご支援をよろしくお願い致します。

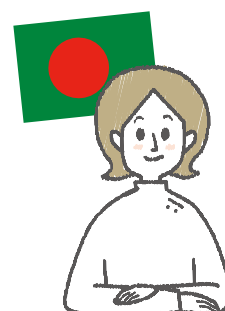
救援金受付名 「バングラデシュ南部避難民救援金」

- 1、受付期間
- 2、協力方法

平成29年9月22日（金）から平成30年3月31日（土）
〈日本赤十字社「バングラデシュ南部避難民救援金受付」〉で検索いただくか、下記バーコードを読み取りご確認ください。



無事任務を全うできるようにと、藤田看護師にはお守りが手渡されました



看護師、薬剤師など計14名を第1班の救援要員として派遣し、各国赤十字社と協力して医療支援活動を行っています。
藤田看護師は救援要員として、医師、看護師、薬剤師、こころのケア要員など計13名から編成される第2班の一員として現地へ医療支援活動に向かいました。
当院では、これまでも2010年のハイチ大地震によるコレラ対策活動、2014年のウガンダ北部の医療支援など、世界各地の国際救援活動に医師・看護師等の職員を派遣しています。

※1：イスラム圏の赤十字社。

1年目研修医
川村 公平



研修医 インタビュー

● オフの過ごし方は？
初めて暮らす伊勢の街に対する興味から、散策をすることが多い。

● 働き始めて、「この仕事でよかった」と実感することはありましたか？
医師になりまだ半年ですが、ご指導いただく先輩医師の方々、多職種の医療スタッフの方々とともに診療に携わることによりやりがいを感じます。しかし、同時に責任を伴う仕事であると実感し、引き締まります。

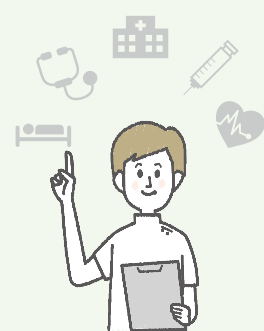
● 医師になろうと思ったきっかけは？
医師である祖父や母の背中を見て育ちました。祖父や母が、患者さんやそのご家族に向き合う姿を幼いころから間近で見る機会が多かった私は、医師という職業に興味を持つようになり、いつしか志すようになりました。
地元である三重県のみならず、豊富な診療科数を誇る当院ならば、充実した研修を行えると考え、現在に至ります。

● 将来どのような医師になりたいですか？
患者さんやそのご家族は、様々な不安を抱えて来院されているように感じます。その声を耳を傾け、信頼関係を築けるようになるため、より一層研修に精進していきたいと考えます。

● 研修医の紹介をしてくださいます。

当院には現在、医師2年目18名、医師1年目17名、歯科医師1年目1名、計36名の研修医が在籍しており、その数は県下屈指です。三重県のみならず、全国各地から研修医が集まっています。

中南海地区の基幹病院である当院において、2年間の臨床研修のみならず、救急医療、地域医療等に携わることで、医師として必要な診療能力を身に付けられるよう、日々切磋琢磨しております。



臨床経験(5)年目
小川 晃宏



薬剤師 インタビュー

● 薬剤師になろうと思ったきっかけは？
小中学校の頃から、将来は医療の現場で働きたいと思っていました。薬剤師という職業に出会ったのは、かかりつけのお医者さんに併設する調剤薬局の薬剤師さんでした。もともとは調剤薬局の薬剤師を目指して薬学部に進学しましたが、大学時代に県外の病院での実務実習を経て病院ではたらく薬剤師に魅力を感じ、今に至ります。

● 現在、どのようなお仕事をされていますか？
院内の2階にある調剤室で患者さんのもつに届ける薬品の調剤を行っています。ほか、1日の半分以上の時間は内科病棟の専任薬剤師として勤務しています。患者さんをお持ちになったお薬の確認や注射薬の無菌調製をサテライトファーマシーで行うほか、抗がん剤治療を行う患者さんを中心に治療の説明・副作用の確認などを行っています。診療チームの一員として医師・看護師やその他のメディカルスタッフとともに診療支援にあたっています。

● 仕事のやりがいを教えてください。
病棟の薬剤師、という存在が徐々に患者さん・その他医療スタッフに認知

されつつあることで、患者さんからも名前を覚えていただくことが増えてきました。薬剤師が依頼した薬で患者さんが良くなること、「来てくれてありがとう。」と言ってくれたことは、病棟での仕事を行っていく上で励みになっています。

● 薬剤師の紹介をしてくださいます。

当院では30名を超える薬剤師が勤務しており、それぞれが専門性を持って業務に励んでいます。入院ベッドの数は県下有数の大きさですが、すべての入院患者さんに薬剤師が関わる、を基本方針として日々患者さんのもとに向かっています。入院・外来を問わず困ったことがありましたら、お薬のことは薬剤師にご相談ください。



健康ワンポイント
アドバイス

増加するうつ病

精神疾患の患者さんは年々増えていきます。厚生労働省はH25年度から従来の4大疾患（がん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病）に新たに精神疾患を加え、5大疾患として特に重点的に対策を取り組むべきものとなりました。今回はその中でも特に社会問題となつていくうつ病についてご紹介します。

うつ病とは

うつ病は、様々な要因によつて脳の働きにトラブルが起きた状態であると考へられており、気の持ちようで解決するものではなく治療が必要な病気です。

一般的に「うつ病」と聞くと、こころの不調と捉えがちですが、身体にも様々な不調が現れます。特に高齢の方の場合は身体の不調が前面に出る場合が多いと言われており、うつ病の症状を見逃さないことが重要です。

うつ病の治療には薬物療法や精神療法等があります。また、休息をしっかりととり、こころと身体を休めることが大切です。

うつ病と身体の病気

身体は病気がうつ病は併存することが多いと言われています。疾患によってその割合は様々ですが、例えばがん患者さんの場合は4〜7%の割合でうつ病が認められ、糖尿病患者さんの場合はうつ病がある割合が糖尿病ではない方の約2倍多い等といったことが指摘されています。持病があると「病気のストレスで元気がないだけだろう」等と見過ごされてしまいがちですが、そのままにしていると身体は病気がうつ病がお互いに悪影響を及ぼしてしまいます。気になる症状があつた際には早めにかかりつけの医療機関や精神科・心療内科などに相談してみることをお勧めします。



うつ病



こころの症状

- ☐ 気持ちが沈む、感情がわからない、憂鬱な感じ
- ☐ 趣味に関心が持てなくなる、テレビや新聞を見る気にならない、楽しいと思わない
- ☐ 集中力が落ちる、考えがまとまらない
- ☐ やる気がでない
- ☐ 物事を悪い方向に考えてしまう
- ☐ 自分には価値がないと感じたり、自分を責める
- ☐ イライラしたり落ちつかない
- ☐ いっそのこと消えてしまった方がましだと思う など



身体症状

- ☐ 眠れない（起床時間よりも早く目が覚める、寝つきが悪い、途中で何度も目が覚める）、眠りすぎてしまう
- ☐ 食欲がない（または食べ過ぎてしまう）、体重の著しい減少（または増加）
- ☐ 全身の倦怠感、疲れやすさ
- ☐ 便秘や下痢
- ☐ 吐き気
- ☐ 痛み（頭痛、腰痛など）
- ☐ めまい、耳鳴り
- ☐ 動悸、発汗 など



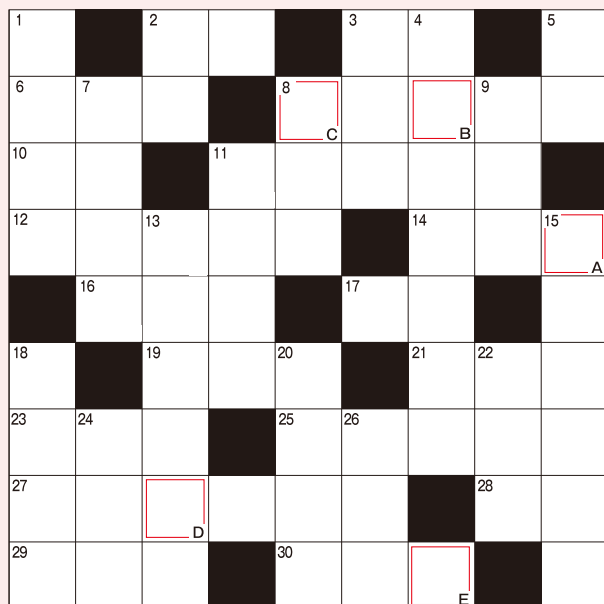
タテのカギ



- 1 これで恋を占うこともあります。
- 2 かわいい子にはさされた方がいらしい。
- 3 温めるタイプと冷やすタイプがあります。
- 4 ドラマDr.コトーで知られる様になりました。
- 5 先日ママになりました。
- 6 卓球少女福原○○。
- 7 アクションシーンには必須。
- 8 布団、枕などがこれ。
- 9 空気を入れたと水にプカプカ浮きます。
- 10 泳げない人にはあると便利。
- 11 裸の付き合いができる場所。
- 12 最近めっきり減ってしまいました。
- 13 鍵を無くさないように付けておきましょう。
- 14 コンサートとも言います。
- 15 伊勢市にある内宮の別宮○○○○の宮。
- 16 もっともオススメは、
- 17 水などを含んで口や喉をすすぐ。
- 18 建築工事などで、その工事の発注者のいい。
- 19 おせちや茶わん蒸しなどに使われる野菜。

ヨコのカギ

2. お正月はこれをあげて遊んだものです。
3. iPhoneがあなたの質問に答えます。「Hey ○○」と呼びかけてみてください。
6. 一富士 二鷹 三○○○。
8. 手術の時に第一術者となる人。
10. ほんのわずかなお金のこと。○○一文。
11. 冬場には羽根を休めます。
12. 最近はいろいろなものにつけて、参考にしたりします。順位。
14. 高く突き出た大きな岩のことをこういいます。
16. 荷物がたくさん入ります。○○○バッグ。
17. インドネシアの楽園。久しぶりに噴火が起きました。
19. 昔の人は夜、星を見て調べたそうです。
21. 日本の映画は邦画。外国の映画は？
23. 刻み煙草をつめて吸う道具
25. 日本の義務教育の学校。小学校の次は？
27. 「サオリーナ」はこの方に因んで名付けられました。
28. 海生軟体動物の一種。墨を使ったパスタ料理もあります。
29. キリシヤ文字の「μ」
30. 映画をフランス語で言うとは？



解答欄

A
B
C
D
E

A～Fをつなげてできる言葉を答えてください。
（答えヒント：お正月に貰うと嬉しいもの）

〈病院の理念〉

人道に基づき
赤十字病院として
質の高い医療を提供します

〈基本姿勢〉

1. 赤十字精神のもと、患者さまと協働し、患者中心の医療を実践します。
2. 地域の医療・介護・福祉機関と連携を深め、地域完結型医療を目指します。
3. 地域基幹病院として、救急医療、急性期医療に注力します。
4. 医療安全、感染管理に努め、医療の透明化・標準化に取り組みます。
5. 医の倫理に則り、患者さまを尊重し、権利を擁護します。
6. 医療の質を高めるための改善活動を継続して行っています。
7. 国内外での救援活動を赤十字の一員として推進していきます。
8. 人材育成に努め、全人的医療が行える職員を養成します。
9. 職員のライフスタイルを尊重し、満足度の高い職場環境を実現します。
10. 健全経営に努め、いつまでも必要とされる病院を目指します。