

兵庫県立西宮病院 地域医療連携センター便り

はまかせ

風が運ぶお知らせ便り♪

H A M A K A Z E

SEASONAL INFORMATION FROM
HYOGOKENRITSU
NISHINOMIYA HOSPITAL

2023
Vol. 40



■ Message
県西救急のご紹介

■ Information

■ 院長エッセイ「四季雑感」
“新型コロナ～あれから3年～”

■ キラリ!! 看護のスペシャリスト～Part7～
皮膚・排泄ケア認定看護師

■ 地域医療連携センターからのお知らせ

■ EBISU♥キッチン
～旬をおいしく食べよう編～ 生わかめのナムル



nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

県西救急のご紹介



救急科次長兼部長 中川 雄公

兵庫県立西宮病院の救急医療への取り組みは、1970年3月に阪神間の交通事故の増大に対処する県の施策として交通災害医療センターが開設されたことに始まり、2020年に開設50周年を迎えました。交通災害医療センターが開設された1970年の救急搬送件数は351件、そのうち外傷が65%を占め、70歳以上の症例は7%でした。2022年の救急搬送件数は4,354件と約12倍に増えてきましたが、そのうち外傷患者の割合は30%と半減し、70歳以上の症例は55%と大幅に増加しています。高齢化の進展により疾病構造は大きく変化すると共に、救急搬送件数は増大が続いています。

現在、当院では二次及び三次救急患者さんを受け入れており、救急科は当院に救急車で来院される全ての患者さんの初期診療を担当しています。2022年に救急搬送された患者さんのうち、重症患者は890名でした。重症患者の内訳では、重症外傷が最も多く、次いで、病院外心停止、重症消化管出血、重症敗血症と続いています(図1)。これらの重症患者は、救急科医師が中心となり、各専門診療科に加えて、看護師はもちろん、薬剤師や理学療法士・作業療法士、管理栄養士、病院救急救命士などの多職種と緊密な連携をとりながら初期診療から救命救急センターICUにおける集中治療を行っています(図2)。

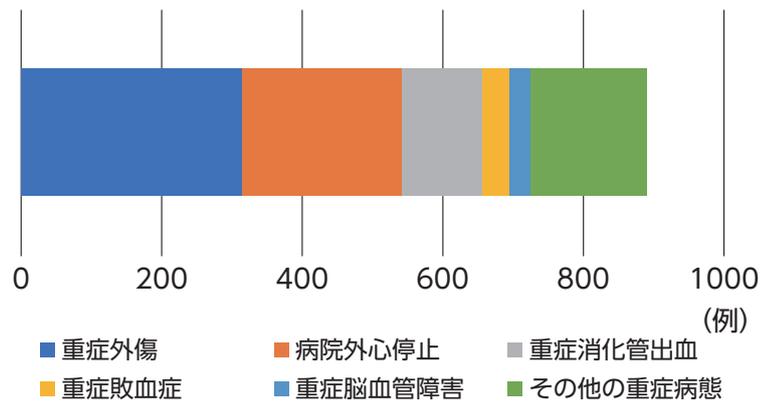


図1 重症患者の傷病内訳 (2022年)



図2 多種職による朝のICUカンファレンス



「24時間365日」ドクターカーシステムを運用

1979年12月より、救急現場からの医療開始による救命率の向上を目的として日本初のドクターカーシステムを運用しています。当初は西宮市消防局と連携して、同消防の救急車が当院の医師と看護師をピックアップして現場に向かっていましたが、現在では、緊急走行可能な2台の車両を有し、年間約600件の出動要請に対応しています(図3)。近年ではドクターカーシステムを導入する医療機関も増えていますが、24時間365日運用しているのは、阪神圏域では当院のみです。



図3 救急車タイプ(左)と乗用車タイプ(右)の2台のドクターカー

質の高い救急医療の提供を目指します



図4 救急功労者総務大臣表彰を受賞した鴻野センター長と救急科スタッフ

2023年1月現在、救急科には鴻野公伸センター長以下、10名の救急専従医と2名の救急科専攻医が所属しています(図4)。専従医のうち、救急科専門医が8名、そのうち2名は救急科指導医の資格を有しており、地域の皆様へ質の高い救急医療の提供を目指しています。



地域の医療機関の先生方から当院へご紹介いただいた患者さんが救急車で来院された場合は、救急科医師も専門各科と連携をとりながら対応しています。緊急度、重症度が高い患者さんのご紹介であっても救急科と専門各科が緊密に連携をとって迅速に診療にあたりますので、安心してご紹介をいただければと思います。今後とも県西救急をよろしく願いいたします。

にしびょう TOPICS

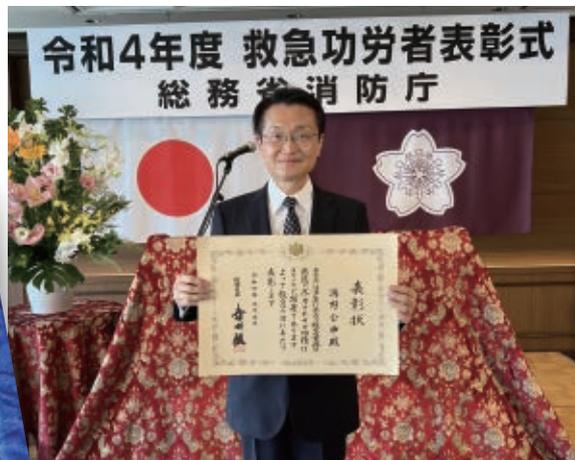
この度、当院の 鴻野 公伸 副院長兼救命救急センター長が救急功労者総務大臣表彰を受賞しました。

救急功労者総務大臣表彰の目的

救急業務の推進に貢献し、国民の生命身体を守るとともに社会公共の福祉の増進に顕著な功績があった者等を総務大臣が表彰することにより、救急業務の一層の推進に資することを目的とする。

功績概要

阪神圏域における救急医療の中核施設において、阪神大震災や JR 福知山線脱線事故をはじめとした各種災害では、被災者の救命に奔走して多大な功績を残すとともに、今もなお、救命救急センター長として救急医療体制の確保に積極的に取り組んでいる。また、阪神・丹波地区メディカルコントロール協議会会長として、病院前救護体制の充実強化を図り、地域における救急医療の発展に大きく貢献した。



令和4年度 救急功労者総務大臣表彰

日時：令和4年9月9日
場所：KKR ホテル東京
受賞者：14名 1団体

鴻野先生のコメント

このたび9月9日、令和4年度の救急の日にあたり、兵庫県知事の推薦により 救急功労者総務大臣表彰を授与されました。この栄誉は長年の阪神圏域・地域救急医療への貢献に対するものでありますが、当院救命救急センターのスタッフをはじめ、日頃からともに救急医療に携わってくださっている多くの皆様方のお力添えあつての賜物と承知しております。今後とも地元の阪神・丹波地区メディカルコントロール協議会、救急救命士の研修などを通じて消防機関や救急医療機関との連携を推進することで、社会のセーフティネットである救急医療体制を充実させるために引き続き寄与していきたいと考えています。ここに深く感謝申し上げるとともに心よりお礼を申し上げます。

目 本で初めて新型コロナウイルス感染患者（以下、新型コロナ患者）が確認されたのが2020年1月でしたが、その後間もなく当院の医師1名が新型コロナを発症し記者会見をすることになりました。当時としては、医師が感染することはまだ珍しかったのか多くの記者が集まり、会場にはテレビカメラも複数設置され、また、感染防止のため窓を全開にし、寒い中で記者会見ではありませんでしたが、矢継ぎ早に繰り出される記者からの質問に寒さも忘れて対応したことを今でもよく覚えています。あれから早3年が経過しました。この間にはワクチン接種が進み、また、治療薬も複数開発され、かつ、変異株の悪性度が低下したこともあり、政府は、本年5月8日をもって新型コロナの感染症法上の分類を現在の2類相当から5類（例：季節性インフルエンザ）へ引き下げると発表しています。2類相当の現在は、入院勧告や健康状態の報告、外出自粛要請、就業制限があり、かつ、患者の入院先は原則指定医療機関といった様々な制限がありますが、5類になるとこれらの制限は緩和され一般医療機関への入院も可能となります。また、検査や治療費、ワクチン接種に関しては、当面の間は公費負担が継続されそうな様子ではありますが、早晚通常の保険医療となり患者負担が増加するものと思われる。

新型コロナに関しては、季節性インフルエンザのように効果の優れた治療薬がまだなく、感染力が強いことも考え合わせると今まで新型コロナ



患者の診療を行ってこなかった一般医療機関には、今後かなり困難な対応が求められることになると思います。更に、新型コロナ感染を伴う救急患者への対応は、そうたやすいことではありませんし、入院調整において行政・保健所の関与が今後薄くなると、患者の救急搬送等で種々の困難が生じる可能性もあります。また、病院を運営する側としては、ヒト・モノ・カネの負担が大きい新型コロナ診療への財政的支援がこの先どうなるのかも大変な関心事です。

3年経過し、それなりにウイルスへの付き合い方を社会は学習したとは思いますが、ただ、新型コロナは、決してまだ侮れるウイルスではありません。5類になると行動制限やマスク着用義務も緩和されるので、社会経済活動が活発になる一方、更なる感染蔓延も懸念されます。スペイン風邪（本当の発生地は、スペインではなく米国カンザス州）は、発生後約3年で終息しましたが、新型コロナは3年過ぎた今日も未だ終息せず、まだまだ長い戦いが続きそうです。本当にしぶといウイルスです。

兵庫県立西宮病院長

野口 眞三郎



宮水発祥之地

私は、4年前に兵庫県立西宮病院に赴任し間もなくして、「宮水」のことを知りました。西宮市が条例まで制定して「宮水」の保全のため努力している姿には、多少の不便は度外視しても伝統を守り子孫へ継承する住民の決意が感じられました。ただその後、この条例のため冬場のある時期は建設工事を行うことができず、そのため西宮の統合新病院（県立西宮病院と西宮市立中央病院が統合され 2026年に新病院が開院予定）の工期が延長するのを知りました。「宮水」の清らかさには程遠い「淀川の水」で育ったせいでしょうか、統合新病院整備の当事者としては、当初、若干複雑な気持ちにはなりましたが、日本の宝である西宮での酒造りのためなら多少の工期延長は致し方ないと今は十分納得しています。

キラリ!! 看護のスペシャリスト

~part 7~

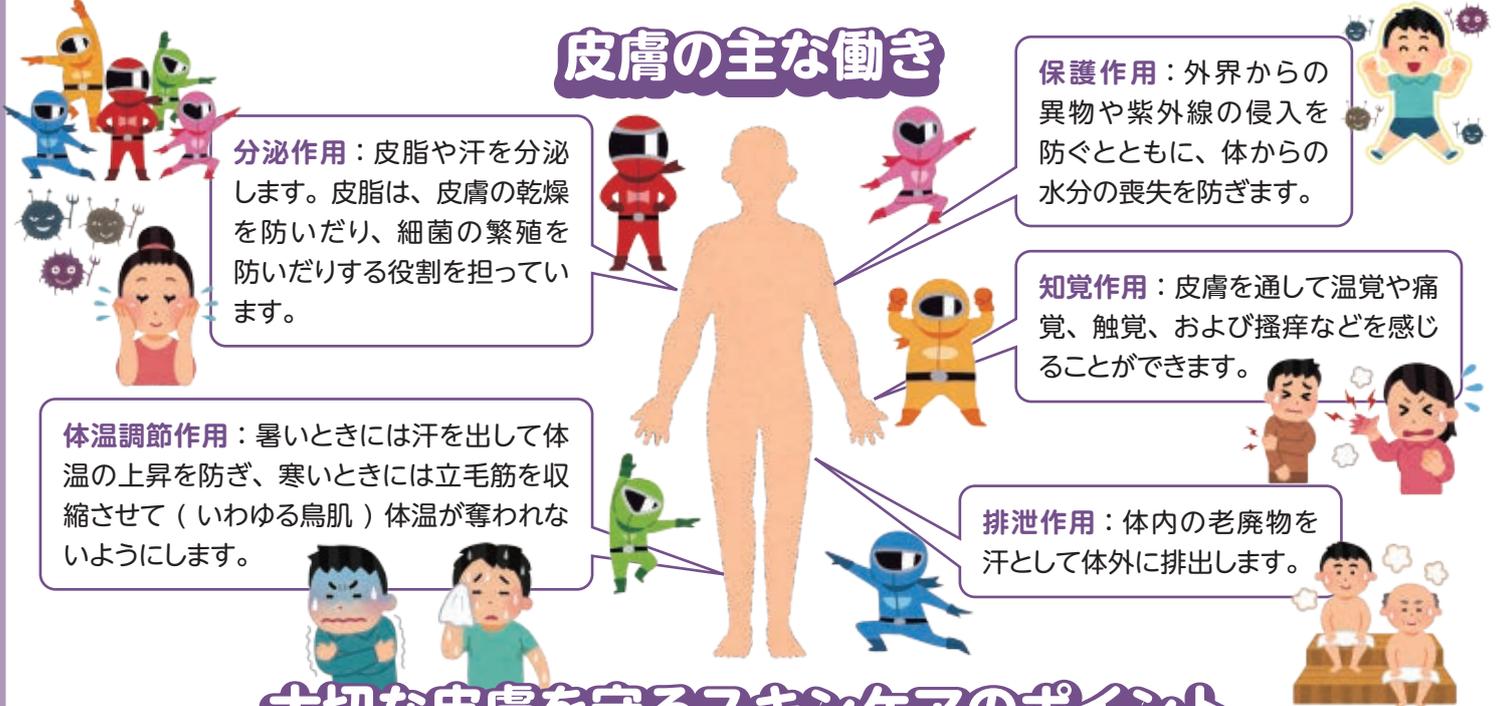


「毎日のスキンケアが大切」という言葉をよく耳にします。しかし、皮膚がどのような働きをしているのかよく知らないという方は多いのではないのでしょうか。今回は「皮膚とスキンケア」についてお話します。

皮膚・排泄ケア認定看護師 仲西優美

皮膚は、日本人の成人の平均で約 1.6m² の面積（およそ畳 1 枚分）、体重の約 16%もの重量を占める、人体最大の臓器です。そんな皮膚の働きは多岐にわたります。

皮膚の主な働き



大切な皮膚を守るスキンケアのポイント



洗浄

～皮膚を清潔に保つ～

洗浄は皮膚の表面についた刺激物（油汚れ、皮脂、排泄物）を除去することが目的です。ポイントは洗浄により皮脂を除去しすぎないようにすることです。入浴は 38～40 度程度のぬるめのお湯にし、長湯は避けましょう。低刺激性、弱酸性のボディソープを使用し、しっかり泡立てて、やさしく洗いましょう。



保湿

～皮膚に潤いを与える～

保湿をすることにより角質の間の隙間を埋め外的刺激から予防します。1 日 2 回以上を目安に保湿剤を塗りましょう。入浴後 15 分以内に塗ると効果的です。手のひら 2 つ分の範囲に保湿剤を塗る量の目安は、容器入り軟膏ならグリーンピース 2 個分、チューブ入り軟膏なら人差し指の第一関節分、ローションタイプなら 10 円玉 1 個分です。コロナ禍以降、アルコールで手指消毒を行う機会が増え、「手荒れ」を起こしやすい状況です。手指の保湿を行った後にアルコール消毒を行うことで「手荒れ」を軽減できます。ローションタイプの保湿剤ならベタつきも少ないです。



保護

～刺激を避けて皮膚を守る～

過度な紫外線は皮膚に悪影響を及ぼします。紫外線防御には日焼け止めが有効です。日焼け止めは「SPF」と「PA」という指標で表示されています。日常生活では SPF は 20～30、PA は +++ 程度で十分とされています。『SPF や PA が高ければよい』というわけではなく、大切なのは『こまめに塗り直すこと』です。日焼け止めは、クレンジングを使って擦らず優しくマッサージするように落としましょう。

※SPF：波長 290～320nm の紫外線をどれだけカットできるかの指標

※PA：波長 320～380nm の紫外線をどれだけカットできるかの指標

スキンケアは毎日の継続が重要です。できることから始めていきましょう

地域医療連携センターからのお知らせ

CTの検査部位に胸腹部が追加され、「Thinスライスデータ」の選択が可能となりました

診療所の先生方からのご要望を受け、放射線検査依頼用「診療情報提供書」の様式を変更いたしました。検査別に依頼項目を整理し、検査部位の選択肢拡大とCT検査時における「Thinスライスデータ」の選択が可能となりました。

兵庫県立西宮病院のホームページの地域連携からのお知らせの中にある「診療情報提供書やそれ以外の各検査に必要な文書」のPDFを印刷して、FAXしてください。

第27回県民公開講座が配信中です

今回の県民公開講座は、「進化する糖尿病の治療」をテーマにWeb配信しています。

視聴期間を3月27日(月)までにしていますので、どしどしご視聴ください。

〈ご視聴はこちらから〉

STEP1 URLを入力またはQRコードを読み込んでください。

URL:<https://vimeo.com/782749906>

STEP2 パスワード: **WS12345** を入力し、「送信」をクリックしてください。
(スマートフォン用サイトは「アクセス」をクリックしてください。)



EBISU♥キッチン

～旬をおいしく食べよう編～

鮮やか緑♪生わかめのナムル

BY 栄養管理部

材料 分量(4人分)

生わかめ	100g
顆粒だし	2g
濃口醤油	5g
胡麻	適量
ごま油	1cc



茹でると鮮やかな緑色に!

● 1人当たり栄養価

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
21kcal	0.6g	0.4g	1.1g	0.5g

わかめ・海藻類は身体に良い?

海藻類は、カリウムや、ヨウ素、食物繊維が豊富に含まれています。

それらの作用により、生活習慣病の改善や整腸作用、胃粘膜の保護など身体に良い効用があります。

しかし、腎機能が低下し血中カリウムが上がりやすい方や甲状腺の病気がある方は、病気を悪化させることがあるため、食べ過ぎには注意が必要です!

(管理栄養士: 高橋 千恵)

管理栄養士による栄養・食事相談を月～金に予約制で行っています。ご希望の場合は、主治医又は看護師、管理栄養士までお申し出ください。

編集後記

編集室



いつもはまかぜをご愛読いただきありがとうございます。今回は救急科をメイン特集としてご紹介させていただきました。迅速かつ質の高い救急医療の提供を目指す東西救急科について、みなさまに知っていただける機会となれば幸いです。今年度もはまかぜを計4回発行させていただきます。ご愛読いただきましたみなさまにつきましては、厚く御礼申し上げます。また、来年度も東西の最新情報を続々と発信できればと考えておりますので、今後ともよろしく願っています。

(はまかぜ編集委員)

今が旬!カロリーoffでミネラルたっぷりの生わかめを使った料理を紹介します。

作り方

- わかめを葉の部分と茎の部分に切り分けます。
- 今回は葉の部分のみ使用。サッと茹でて冷水にさらします。
- ザク切りにして、余分な水分をふき取ります。
(味を食材に入りやすくするために)
- ボウルにわかめを入れて、顆粒だし・濃口醤油・胡麻を混ぜ合わせます。最後にごま油をいれて出来上がり♪

☆茎の部分は、千切りにして、佃煮や煮物にするとおいしいです。

☆大人の方は、ねぎ・針生姜・七味で味にアクセントをつけても美味しくいただけます。



わかめの豆知識

旬……2月～5月です。

料理…茹でる(サラダ、酢の物)・炒める(野菜やちりめん等)・煮る(若竹煮、おでん)など、料理のバリエーションが豊富です。

調理上の注意点…加熱しすぎると食感や風味を損ないます。水洗いをしすぎると食物繊維(アルギン酸カリウム)の栄養を失ってしまいます。乾燥わかめを使う時は、戻し時間が長いとズルズルになるので注意。

保存方法…生は、2～3日の間に使い切ってください(傷みやすいため)。お店で売っている量が多く使いきれない時は、湯通ししてカットしてから小分けにして冷凍すると3週間くらい日持ちします。

(調理師: 北川 伸江)

HAMAKAZE

2023.40
Vol.40

兵庫県立西宮病院

〒662-0918 兵庫県西宮市六湛寺町13番9号
TEL:0798-34-5151(代表) FAX:0798-23-4594
地域医療連携センター TEL:0798-34-5174(直通)
FAX:0798-34-4436
E-mail: chiiki-kn@hp.pref.hyogo.jp

nishihosp.nishinomiya.hyogo.jp

2023.3 発行