

水府病院 だより

2019年7月
夏号

地域医療連携室 Vol. 008

1. 手術室紹介

手術室スタッフは看護師4名、看護助手2名、計6名と少人数ながらも個別性のあるケアを心がけて日々業務に励んでいます。

診療科目として、外科と整形外科の手術を行っております。外科は甲状腺疾患、乳腺疾患、消化器外科疾患、腹腔鏡下手術を行っております。特に甲状腺疾患においては県内有数の手術症例数を誇っております。整形外科では粉瘤、手根管症候群、ばね指などを日帰り手術にて対応しております。その他にも大腿骨骨折等の全身麻酔管理での手術も行っております。

手術を受ける患者さまに対しては、不安や緊張を少しでも軽減できるよう術前訪問を行っております。患者さまが手術室に入られた際、少しでもリラックスできるように患者さまが希望される音楽をBGMとして流すなどの対応もしております。

また、手術室スタッフには周術期管理認定看護と特定行為看護を修習した看護師がおりますので、より専門的な術前・術中管理を提供しております。

患者さまにとって手術とは不安と緊張の連続です。「手術が決まり不安だ…」という方は、是非私たち手術室看護師にお声かけ下さい！



2. 水府病院のスタッフについて

水府病院には、専門の資格等をもつスタッフが多数所属しております。次号以降の“水府病院だより”にて紹介していきますので、ぜひご覧ください。

看護師

- ・ 特定行為実践看護師
呼吸器（人工呼吸療法に係るもの）関連、
創傷管理関連、
創部ドレーン管理関連
- ・ 周術期管理チーム認定看護師（麻酔管理）
- ・ 慢性疾患看護専門看護師
- ・ リンパ浮腫療法士
- ・ 医療リンパドレナージセラピスト
- ・ 認知症ケア専門士
- ・ 糖尿病療養指導士



リハビリテーションスタッフ

- ・ 認定作業療法士
- ・ 認知症ケア専門士
- ・ 茨城県地域リハビリテーションアドバイザー
- ・ 3学会合同呼吸療法認定士



薬剤師

- ・ 日本病院薬剤師会生涯研修認定薬剤師
- ・ 日病薬病院薬学認定薬剤師
- ・ 日本薬剤師研修センター認定実務実習指導薬剤師
- ・ 日本病院薬剤師会認定指導薬剤師
- ・ 吸入指導薬剤師
- ・ スポーツファーマシスト



3. 市民公開講座

水府病院 第6回 市民公開講座

日時：令和元年9月21日(土) 14:00~15:00
 場所：水戸市福祉ボランティア会館 ミオス 2階(赤塚駅北口)
 演題：大腸癌について(演者;牛嶋良 医師) 他



◆入場無料

お申し込みは不要です。
 ◆お車でご来場の方は、
市営赤塚駅北口駐車場をご利用ください。
 (駐車券を差し上げます)

4. 熱中症対策

熱中症を引き起こす3つの要因

- 環境** 気温が高い、湿度が高い、日差しが強い、風が弱い、閉め切った屋内、エアコンのない部屋、急に暑くなった など
- からだ** 高齢者、乳幼児、肥満、基礎疾患のある方、低栄養状態、下痢や発熱等による脱水症状、二日酔いや寝不足による体調不良
- 行動** 激しい運動や慣れない運動、長時間の屋外作業、水分補給ができない状況

熱中症を予防するには

- ◇涼しい服装
- ◇日陰を利用
- ◇帽子・日傘
- ◇水分・塩分補給



効果的な水分補給

水だけじゃダメ！汗をかくと肌が塩辛い味がすることからわかるように、汗にはナトリウムが含まれています。汗をかくと体内のナトリウムが失われてしまうので、塩分(ナトリウム)の補給も必要です。
 塩分(ナトリウム)と糖分を含んだ水分補給が効果的です。糖分を摂取すると腸からの水分の吸収が促進されます。塩分と糖分を同時に摂取することにより、ナトリウムの吸収も促進するため、より効果的です。経口補水液が手軽ですが、自分で調整するには1ℓの水にティースプーン半分の食塩(2g)と角砂糖を数個、レモン汁数滴をお好みにあわせて溶かしたもので充分です。

熱中症を疑ったら

- 水分・塩分の補給
症状がよくなったら安静にし、十分な休息をとりましょう。症状が良くならない場合は医療機関へ。
- 水分・塩分を自力で摂取できない場合
急いで医療機関を受診しましょう。
- 呼びかけに応えない場合
救急車を呼んでください。

4. 専門職が教える健康体操 **連載**

下腿(ふくらはぎ・すね)の筋力強化運動です。 ※立った状態で行うことが難しければ椅子に座って行いましょう。

 支持物につかまり、かかとを上げ、つま先立ちになるようにふくらはぎに力を入れます。	 支持物につかまり、つま先を上げて、すねの前面に力を入れます。
--	------------------------------------

それぞれ1セット5~10回として、2~3セット行いましょう。無理のないよう行ってください。

強い痛み等がある場合には中止してください。

国家公務員共済組合連合会 水府病院 地域医療連携室

〒311-4141 茨城県水戸市赤塚 1-1

TEL 029-309-5000(代表) FAX 029-309-6641(直通) <http://www.kkr-suifu.com>



平日 8:30~17:00

第1・3土曜日 8:30~12:00