ふ・れあい

Human♥Communication

2015
1月・冬号

Vol.19

人と心に響き合う
清恵会グループ広報誌

FREE
ご自由に
お持ちください

特集 脳神経外科

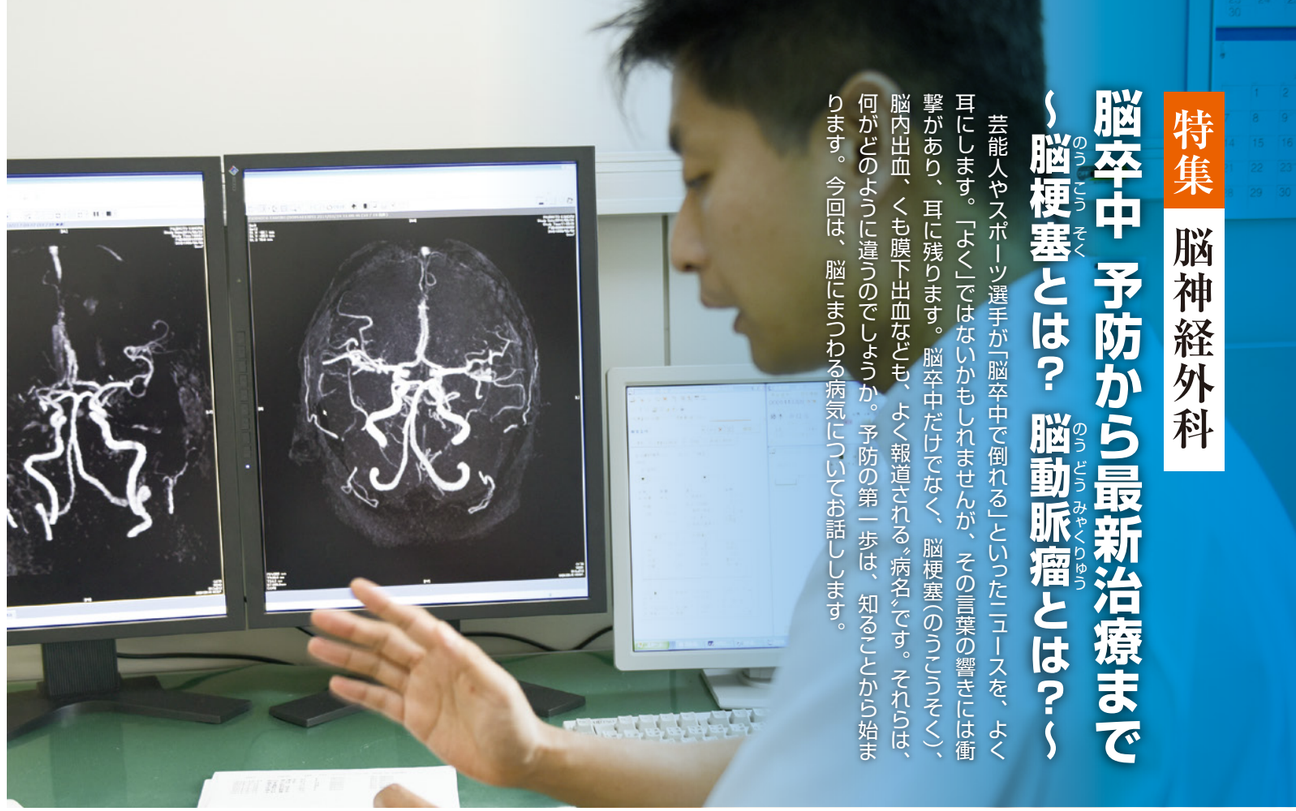
脳卒中 予防から最新治療まで
～脳梗塞（のうこうそく）とは？ 脳動脈瘤（のうどうみゃくりゅう）とは？～

健康と美容の
ワンポイント!アドバイス「マスク」

社会医療法人 清恵会

特集 脳神経外科

脳卒中 予防から最新治療まで ～脳梗塞とは？ 脳動脈瘤とは？～



芸能人やスポーツ選手が「脳卒中で倒れる」といったニュースを、よく耳にします。「よく」ではないかもしれませんが、その言葉の響きには衝撃があり、耳に残ります。脳卒中だけでなく、脳梗塞（のうこうそく）、脳内出血、くも膜下出血なども、よく報道される〝病名〟です。それらは、何がどのように違うのでしょうか。予防の第一歩は、知ることから始まります。今回は、脳にまつわる病気についてお話しします。

脳梗塞と脳出血、どちらも脳卒中です

突然に急激な症状が起こることを卒中といいます。脳卒中は、正確には病名ではなく、医学用語としては脳血管障害といいますが、ここでは、分かりやすく脳卒中と呼ぶことにします。

日本では昔から脳卒中が多く、昭和26年から昭和55年までは死因の第1位でした。現在は第4位ですが、それでも年間約13万人が亡くなっています。順位が後退したのは、脳卒中が減ったわけではありません。医療の進歩などによって、死亡する率が低くなったのです。脳卒中の治療については、後ほどお話しします。

脳卒中は、脳梗塞と脳出血の二つに大別することができます。梗塞とは、詰まって血液が通じなくなること。出血は、読んで字のごとくです。つまり、脳卒中とは、脳の血管が詰まったり破れたりして、脳の神経細胞が壊死（えし）する状態をいいます。すると、どうなるか。急に意識を失って倒れたり、手足などにマヒが起きたりします。処置が遅れると、言語障害や半身不随、視覚障害などの重篤な後遺症を残す可能性が高くなり、最悪の場合は死に至ります。

脳卒中は高齢者の病気というイメージがあるかもしれませんが、近年は30～40歳代の若い層にも増えています。誰もがなり得る病気なのです。

脳卒中 予防から最新治療まで
～脳梗塞とは？ 脳動脈瘤とは?～

脳卒中の兆候と症状

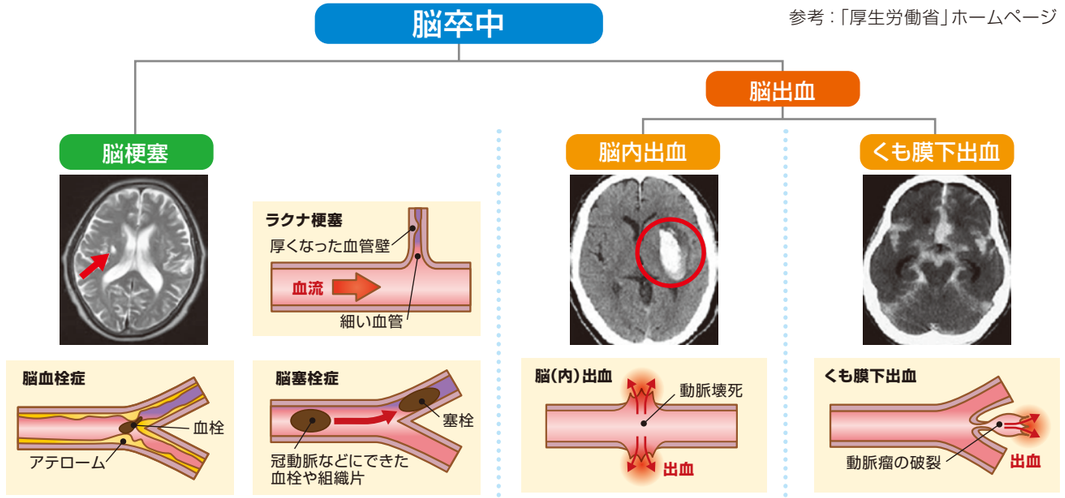
突然に倒れるとはいえ、脳卒中には兆候が見られる場合も多くあります。

脳卒中の主な兆候

- 片方の手足や顔半分にしびれやマヒを感じる。
- ろれつが回らない、言葉が出ない、話が理解できない。
- 体がふらつく、何もないところで蹴つまずく。
- 片方の目が見えない、物が二重に見える、視野が欠ける。
- 一時的に意識を失う、反応が鈍い。
- 経験したことのない激しい頭痛がする。

このような症状が表れた場合、直ちに病院で検査を受けてください。「疲れているのかな」「少し様子を見てみよう」「一晩眠れば治るだろう」は、命取りになりかねません。処置の遅れは状態の悪化に直結し、重い後遺症が残り、場合によっては寝たきり状態や死を招きます。処置が早ければ、もちろん完治する可能性が高まります。

参考：「厚生労働省」ホームページ



脳の血管が詰まる疾患で、主に次の3種類がある。

①脳の細い血管に動脈硬化が起こることによって詰まる
「ラクナ梗塞」
②脳の太い血管に動脈硬化が起こることによって詰まる
「アテローム血栓性梗塞」
③心臓にできた血栓が流れてきて脳の血管に詰まる
「心原性脳塞栓症」

脳の細い血管が破れて出血し、神経細胞が壊死する疾患。高血圧や加齢によって血管が弱くなることが、破れる原因となる場合が多い。

軟膜、くも膜、硬膜という、脳を覆っている3層の膜のうち、くも膜と軟膜の間にある動脈瘤が破れ、あふれた血液が脳全体を圧迫する疾患。動静脈奇形が出血の原因の場合もある。

くも膜下出血と脳動脈瘤（のうどうみゃくりゅう）

脳卒中の中でも、生命に関わる危険性が高いのが、くも膜下出血です。死亡数の割合としては脳卒中全体の1割ほどですが、心臓マヒなどを含めた突然死の約5％を占めます。前兆なく発症した人が半数以上とされ、社会復帰できるのは3人に1人程度です。これまで経験したことのないような激しい頭痛、嘔吐（おうと）、けいれん、意識障害などが突然に襲い、頭の痛みは〝ハンマーで殴られたよう〟だといいます。その主な原因は、脳動脈瘤（のうどうみゃくりゅう）の破裂です。

脳動脈瘤の瘤とは、つまり、コブです。脳の動脈の、ある部分がコブ状に膨らんだ状態を脳動脈瘤といいます。血管が枝分かれする部分に発生することが多く、日本では成人全体の4％前後の人に脳動脈瘤があるのではと推定されています。このコブが徐々に大きく膨らんで、ある日、突然に破裂すると、脳を包んでいるくも膜の内側に出血が広がっていきます。これが、くも膜下出血です。

くも膜下出血を未然に防ぐための「ネッククリッピング術」の様子。

脳動脈にできたコブが破裂しないでいる状態を、未破裂脳動脈瘤と呼びます。脳動脈に小さなコブができただけでは、ほとんど何の症状もありません。従って、破裂する前にコブを見つけ出して治療するのが最善といえます。が、すべてのコブが破裂するとは限りませんし、どのコブが破裂するのかも残念ながら分かりません。コブを見つけても治療する必要がないとき、「知らないほうがよかった」と、あなたは思うかもしれません。そういった場合もあることを付け加えておきます。ともあれ、くも膜下出血を未然に防ぐには、脳動脈瘤を見つけて治療を行うことが必須です。

くも膜下出血を起こさないための治療法がある

脳動脈瘤の破裂を防止する治療法として広く行われているのが**「ネッククリッピング術」**です。

ネッククリッピング術

コイル塞栓術

これは開頭手術で、脳動脈瘤の根の部分（ネック）に特殊なクリップをかけて脳動脈瘤への血流を遮断します。また、比較的新しい治療法として**「コイル塞栓術」**があります。足の付け根などからカテーテルと呼ばれる細い管を血管内に挿入して脳動脈瘤まで到達させ、脳動脈瘤の中にプラチナ製のコイルを詰めて血液が流れ込まないよう塞ぎます。血管撮影室などで行われ、開頭しないで済むのが最大の利点です。

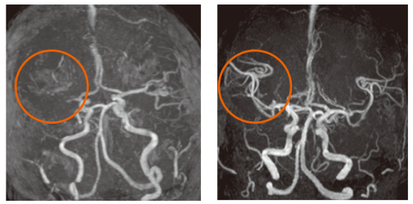
血管撮影室　写真は、血管内にカテーテルを通して造影剤を注入し、その流れをX線で撮影して、血管の状態を検査する「血管造影検査（アンギオ）」の様子。

脳卒中 予防から最新治療まで
～脳梗塞とは？ 脳動脈瘤とは?～

脳梗塞、第一のリミットは4.5時間

脳の血管が詰まることによって、脳の神経細胞が壊死（えし）する脳梗塞は、脳卒中全体の約7～8割を占めています。前述したように、脳卒中は処置や治療が早ければ早いほど有効です。例えば、脳梗塞の新しい治療法である**「t-PA静注療法」**は、発症から4.5時間以内に行う必要があります。t-PAとは薬剤の名称で、一言でいえば、血栓を溶かす薬のこと。これを開頭手術ではなく、点滴で血管内に投与して血栓を溶かすのですが、発症4.5時間以内であれば劇的な効果が期待できます。場合によっては、脳卒中で運び込まれた人が歩いて帰宅できるほどです。もちろん、4.5時間以内で早ければ早いほど、血管の再開通率は高まります。

t-PA静注療法　（脳MRA検査画像）

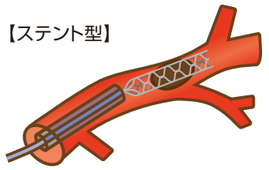


来院時　→　t-PA静注後

「血栓回収療法（カテーテル治療）」は、発症から8時間以内に行われます。カテーテル治療ですから、t-PA静注療法と同じく、開頭手術の必要はありません。簡単にいうと、カテーテルの先端にあるらせん状のループワイヤーで血管内の血栓をからめ取って回収する「Merci（メルシー）リトリーバー」と、吸引力の強いポンプに接続されたカテーテルで血栓を吸い取って回収する「Penumbra（ペナンブラ）システム」があります。また、最近はステント型の血栓回収機器も開発され、実用化されています。カテーテルの先端にある閉じたステント（金属の網目状の筒）を、血栓をからめるように開き、血栓ごと回収します。血栓回収率が高いのが特徴です。

血栓回収療法

【ステント型】



血管内の血栓をステントの網目でからめとって回収する。

以上のように、脳梗塞の治療も、前述の脳動脈瘤の治療も、先進的な医療設備と、高度な技術を習得した専門医が必要なことはいうまでもありません。

予防のための 脳卒中チェック!

- □ 運動不足である
- □ ストレスがたまっている
- □ ゆっくり休めない
- □ 完璧主義である
- □ 味付けの濃いものが好き
- □ 脂っこいものが好き
- □ 味見をせずに調味料をかけることが多い
- □ 果物を食べることが少ない
- □ 野菜をあまり食べない
- □ 60歳以上である
- □ 高血圧である
- □ 脂質異常症である
- □ 糖尿病である
- □ 家族や親戚に、脳卒中にかかった人がいる
- □ 脈が乱れることがよくある
- □ 太っている
- □ お酒をたくさん飲む
- □ たばこを吸う

「厚生労働省」ホームページより

高血圧、糖尿病、脂質異常は大きな危険因子です。また、喫煙は動脈硬化を促進します。チェックの数が多い人は生活習慣を見直しましょう。

救急からリハビリまで、トータル医療を提供する清恵会グループ

清恵会病院の脳神経外科では、脳卒中（脳梗塞、脳内出血、クモ膜下出血）や頭部外傷などを原因とする二次救急（入院や手術を必要とする状態）、三次救急（生命に関わる状態）に即応することを最優先に考えています。どのような容態の患者様にも最適な診療をスピーディーに提供すべく、私たち脳神経外科医は、24時間・365日のオンコール体制を取っています。また、神経内科専門医などの他部門・他職種とも連携を密にし、患者様の状況に応じたチーム医療を実践しています。

脳卒中で入院した場合、急性期の治療は通常1～2週間であり、特にその後はリハビリテーションによって身体機能の回復を図ります。地域連携クリティカルパス（※）を使用し、急性期から回復期を経て在宅までスムーズに移行できるよう、地域の医療機関と連携して患者様の早期の在宅復帰を目指しています。

木村　新

清恵会病院　脳神経外科　医長

1998年、奈良県立医科大学を卒業。奈良県立医科大学脳神経外科に入局。
2004年、奈良県立医科大学大学院医学研究科を卒業。学位取得。
2007年 ベルランド総合病院、
2008年 大阪府立急性期・総合医療センターを経て、2013年 清恵会病院。現在に至る。
日本脳神経外科学会脳神経外科専門医、日本脳卒中学会認定脳卒中専門医。

清恵会グループは、回復期リハビリテーション病棟のある複合型慢性期機能病院から、通所リハビリ施設、訪問リハビリと、リハビリ部門が充実しており、急性期から回復期の治療へスムーズに移行できるだけでなく、グループ内で情報を共有することにより、きめ細やかな治療と看護、リハビリを施すことが可能です。急性期から回復期および慢性期、自宅などでの生活期まで、トータルな医療を提供できるのが、清恵会グループの大きな特長といえるでしょう。

※地域連携クリティカルパスとは、急性期病院から回復期病院を経て早期に自宅に帰れるよう診療計画を作成し、患者様が治療を受けるすべての医療機関で共有して用いるもの。患者様にも提示・説明を行います。

新病院では「脳卒中センター」を開設予定

清恵会病院は、2015年10月1日に市立堺病院の施設後利用者として堺区南安井町に移転することが決定しています。新病院では、手術や検査に関する先進の設備機器を導入し、「脳卒中センター」を開設する予定であり、現在その準備を推進しています。実現すれば、より多くの救急患者をよりスムーズに受け入れ、より質の高い医療を提供できるでしょう。

ともあれ、脳卒中を発症しないことが一番です。高血圧、糖尿病、脂質異常など、脳卒中の危険因子のある方、少しでも不安のある方は、「脳ドック」の受診もご検討ください。

発症の予防に 脳ドック

各種検査等により、脳および脳血管に生じた異常を早期に発見することが可能です。自分の脳を知って、発症の予防に役立てましょう。

万が一、異常が発見された場合には、脳卒中を含む重大な脳疾患発症を予防する方法をアドバイスしています。

発見できる症例

- 無症候性脳梗塞
- 脳動脈および頸動脈の動脈硬化（狭搾、閉塞）
- 脳動脈瘤
- 脳血管奇形
- 脳腫瘍
- 脳萎縮　等

※詳しくはリーフレットまたはホームページをご覧ください。

脳MRI検査とは　頭蓋内の断面を映像化して、頭部の病変の手がかりを調べます。脳梗塞や脳腫瘍、脳出血などを発見できます。

脳MRA検査とは　脳血管の立体画像を描き出して、三次元のあらゆる角度から観察します。脳血管の狭窄部位や未破裂動脈瘤を発見できます。

頸部MRA検査とは　頸部（首）には、心臓から脳へ栄養や酸素を送る太い血管（頸動脈）があり、脳梗塞の大きな原因となる、頸動脈の動脈硬化の程度が分かります。

医心伝心

医の最前線から　第十九回

塩谷英一

清恵会病院 循環器科 副部長

1991年、近畿大学医学部卒業。
1991年、近畿大学医学部第一内科入局。
1996年、ベルランド総合病院。
2004年、清恵会病院。
日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医
日本循環器学会認定循環器専門医

生活習慣を改善し、ストレスを解消して、循環器疾患を予防――

狭心症には心臓カテーテル検査も

清恵会病院に勤めて、はや10年が経ちました。循環器を専門に高血圧や狭心症などの虚血性心疾患等を中心に診療しています。狭心症の症状の程度が強い患者様には、心臓カテーテル検査を受けていただき、心臓の冠動脈の血管狭窄部位にステント留置術で血管を拡張させる治療を行っています。冠動脈内の血流が良くなると胸痛症状が劇的に改善されるため、患者様に大変喜ばれています。

循環器疾患は、日々の悪しき生活習慣が原因で動脈硬化が進んで発症してしまうことが多いため、日常の診療では、食べ過ぎないこと、適度な運動をすることを指導しています。生活習慣を変えるのはなかなか難しいものですが、病気になる前に、症状が重くなる前に、少しずつでも改善することが大切です。また、西洋薬とともに、漢方薬も適宜組み合わせています。例えば、動悸や胸部圧迫感を主訴とする場合でも、不整脈や狭心症が原因の場合もあれば、ストレスや更年期症状が原因の場合もあります。不整脈や狭心症の症状は抗不整脈薬や狭心症薬で治ることもありますが、その他は西洋薬では治りません。ストレスを避ける努力をしたり、漢方薬を内服する方が効果はあります。最近はストレス社会のせいか、後者が原因で受診される人が多いようです。

ストレス解消法、私の場合

休日は、肥満と運動不足を解消するため、山登りを始めました。近郊では六甲山、年に1回程度は白馬や穂高など北アルプスにも登ります。結構きついですが、山登りは自分のペースで歩くことができ、長時間の有酸素運動になります。そして、無の境地になれる瞬間があり、頂上に立ったときの素晴らしい眺望や達成感が日頃のストレスを解消してくれます。

紅葉の名所、上高地涸沢（からさわ）にて

Nurse Face（ナース・フェイス）

私の看護、私の思い

妹野 奈津子
清恵会向陵クリニック　外来透析室
看護師　臨床指導者

じっくりと向き合う透析看護

外来透析を専門とする清恵会向陵クリニックに勤務しています。

私の主な仕事内容は、通院しながら透析治療を受けられる慢性腎不全の患者様の看護です。安全に、安心して透析治療を受けていただけるように、看護チームだけでなく医師や臨床工学技士と連携して日々の業務にあたっています。

透析を受ける患者様は身体への不安に加え、水分制限や食事療法、週3回の通院など身体的・精神的な苦痛を抱えておられます。向陵クリニックでは、そんな一人ひとりの患者様とじっくりと向き合い、長く密に関わっていきます。

水分制限が上手くいかず体重が増えてしまう患者様には、「どこがいけなかったのか」「どうすればいいのか」、制限するばかりでなく、「できること」を一緒に考え、自己管理できるように指導しています。

患者様の話に耳を傾け、相手の立場に立って考え、支えていくことにやりがいを感じています。今後も、患者様が自分らしく生活を送るためのサポートができるように、知識・技術を高めていきたいと考えています。

小さい頃から、手に職を持つことの大切さを教えられて育ちました。母の思いもあり、看護師という職業に憧れを抱くようになって、いつしか目指すようになりました。私がこうして働くことができるのも、家族の理解と助けがあるからこそ。家族への感謝も忘れず、仕事と育児を両立していこうと思います。

クローズアップ！ 清恵会の仕事見せます

vol.6　医療機器のスペシャリスト“ME”

臨床工学技士（ME=メディカルエンジニア、またはCE=クリニカルエンジニア）は、医療機器の専門医療職です。医師や看護師、各種の医療技術者とチームを組んで行う治療や検査から、機器の修理まで、多種多様な業務に関わっています。

今回は、清恵会病院の医療機器管理業務についてご紹介しましょう。

主な業務

- 生命維持管理装置の操作（血液透析や血漿交換などの血液浄化装置や人工呼吸器など）
- 血管撮影室での検査・治療に対する医師の補助、装置の操作、緊急時の補助循環装置やペースメーカーなどの操作
- 病院内の医療機器の管理業務

◀**人工呼吸器**を装着している患者様のところへ行き、**装置が安全に使用されているか、装置に異常がないかなどを確認**します。

▲**手術室**には大小合わせて数多くの医療機器が存在します。手術の内容により使用される機器は多種多様であり、**手術が安全かつ円滑に行われるように**、その**手術室内で使用前点検や機器の操作**を行っています。

さらなる専門性

特定の分野において資格を持つMEもいます。専門知識と技術を生かし、同僚のMEや他の医療職と協力して、より効果的な医療を実践します。

清恵会病院のMEには現在、透析技術認定士が2名と、三学会合同呼吸療法認定士が3名います。

日々進歩する医療機器の使用にあたり、安全性と信頼性を維持し、患者様への質の高い治療を行えるよう、MEはチーム医療に欠かせない専門スタッフとして活躍しています。

MEによる医療機器の管理業務

病院内のさまざまな分野で用いられる**医療機器を安全に使用できるように、機器の性能を維持するために、ME室で機器の保守・点検を行っています。**また、医療機器管理をPCソフトによる一括管理で行い、効率的で適切な運用ができるよう努めています。

保守・点検

病棟に貸し出していた機器がME室に返却されると、“返却後点検”を行い、安全に使用できる状態にします。

修　理

病棟での使用時や点検時に**異常や故障があった場合、ME室で修理を行います。**より高度な技術を学ぶために各機器のメーカー主催のメンテナンス講習会にも参加しています。

生命（いのち）をまもる　医療をつなぐ

地域医療ネットワーク

清恵会病院と共に地域の医療を支え合う
医院・クリニックをご紹介します。

誠心誠意をもって患者様第一の診療を

医療法人 大貴会 ほり泌尿器科クリニック

堺市北区中百舌鳥町2-39
クリスタルなかもず502
☎072-253-7890

●診療科目／泌尿器科
●診療時間／9:00～12:00･16:30～19:30（水曜は夜診あり～21:00まで）※木曜･土曜は午前診のみ
●休 診 日／日曜、祝祭日
●開 院 年／2004年
●ホームページ／http://www.hori-hinyoukika.com/

人に優しい、最善の治療をモットーに

平成16年4月2日より中百舌鳥駅前で泌尿器科専門のクリニックとして開業しています。院長である私、堀大輔は京都大学を卒業後、地域の一線級の基幹病院で非常に多数かつさまざまな外来・入院・手術症例を経験してきました。これまでに培ってきた技術を役立て、常に最新の知見を導入しつつ、患者様のご希望に十分配慮した「人に優しい、最善の治療」をモットーとして診療に当たっています。

高齢者から子どもまで、男性も女性も

泌尿器科というと、一般的には「痛い、恥ずかしい、高齢者、性病」といったイメージが強く、受診しにくい科の一つと感じておられる方が多いかもしれません。ですが、よほどの必要性がある状況を除いて、いきなり痛い検査や恥ずかしい検査を行うことはありません。そして、泌尿器科にも多種多様の疾病が存在し、高齢者から子どもまで、男性だけでなく女性も多数来院されます。また、近年泌尿器科的疾病が増加してきています。どんなささいなことでも、どうぞお気軽に当院にご相談ください。

社会医療法人清恵会とのかかわりについて

清恵会病院には、診療技術・人格ともに素晴らしい先生が各科に多数在籍しておられ、泌尿器科以外の領域で患者さんが来られた際には、自信をもって受診をお勧めすることができ、とても助かっています。また、CTやMRIなどの画像機器・診断のレベルも非常に高く、検査の際にも力をお借りしています。今後も病診連携のもと、切磋琢磨させていただきたいと考えています。

▲院長の堀 大輔先生

▲専門病院クラスの機能を持つレントゲンシステム。空の絵も楽しい

0歳児から、おじいちゃんおばあちゃんまで

すぎうら内科小児科クリニック

堺市堺区向陵中町3-4-20
☎072-257-8100

●診療科目／内科、小児科、呼吸器科、アレルギー科、腫瘍内科
●診療時間／月曜～土曜 9:00～12:00、16:30～19:00（小児科は18時まで）
※ただし木曜の午前･土曜の午後は休診。水曜･金曜の午後は小児科のみ休診。
●休 診 日／日曜、祝祭日
●開 院 年／2010年
●ホームページ／http://www3.ocn.ne.jp/~sugicli/

内科と小児科の2診体制で、ご家族を診療

当クリニックの特色は、内科と小児科の2診体制であることです。例えば、赤ちゃんとお母さん、おばあちゃんとお孫さんなど、ご家族一緒に受診されたときに、内科と小児科それぞれの診療を提供できることです。また、内科を担当します院長は呼吸器科が専門でもあり、内科・小児科ともに、喘息やアレルギー疾患の患者さんを多く診療しています。小児科では、新生児から3歳ぐらいの小さな患児が多いことも特長の一つです。

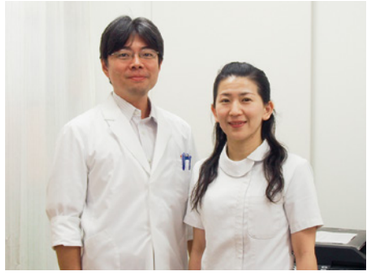
より良い医療をご提供するために

医療の世界は日進月歩です。医学的常識、標準的な治療法は年々進歩しています。不勉強であることは、患者さんに対して不誠実だと考えています。より良い医療をご提供するために、クリニック開業後も、内科担当の院長は和泉市立病院で、小児科担当の副院長は近畿大学堺病院で、外来診療や検査手技の向上に努めています。

▲玄関を入って正面に受付。右が内科、左が小児科。患者同士の感染を予防するよう工夫された空間レイアウト。

清恵会とのかかわり

清恵会病院まで5分とかからない徒歩圏内に、当クリニックは位置します。CTやMRI、内視鏡検査、エコーといった種々の検査をお願いしたり、入院をお願いしたりと、お世話になっています。清恵会病院の特長として、検査だけでも引き受けてくださっていますので、患者さんは重複する診察を受ける必要がなく、スムーズに検査依頼をすることができ、とても助かっています。



▲院長の杁浦孝宗先生と副院長の杁浦裕子先生

10th Anniversary

おかげさまで、清恵会三宝病院は10周年

三宝病院開設10周年
記念行事準備委員会

清恵会三宝病院が複合型慢性期機能病院としてこの三宝地区に開設されたのが平成16年11月1日。昨年、病院開設10周年をむかえました。

この10年の間、堺市や大阪市南部、泉州地域などの急性期病院からご紹介の患者様の受け入れを行ってきました。また、病院の運営においては地区の方々からさまざまなご支援をいただいてきました。これら多くの方々への感謝を込めて、11月1日(土)・8日(土)の両日、「清恵会三宝病院開設10周年記念」の行事を開催しました。

1日は、職員による記念植樹を行いました。植樹した「ユズリハ」の木は、春に新葉が出て古い葉とかわり成長していくことから、「新旧相〝譲り〟ながらも永久(とわ)に繁栄する」との願いを込めています。

午後は、日ごろお世話になっている関連施設・機関の方々をお招きし、記念講演と当院のご案内、懇親会を行いました。記念講演では、日本初の漫才によるセミナーを行っている「Wマコト」のご両人により、「『なんでやねん力』を身につける」をテーマにお笑いを交えた講演を行い、大盛況をいただきました。

8日は、地域の皆様や入院患者様、通所リハビリテーションの利用者様に楽しんでいただける催しを行いました。

正面玄関前ではスイーツや新鮮野菜の移動販売を行い、多くの近隣の方々にご利用いただきました。病院内では縁日で子どもたちに楽しんでもらい、地域の方々には健康チェック・栄養指導・介護相談などをご利用いただきました。特設ステージでは錦西小学校音楽隊の演奏、ボランティアの方々による大正琴の演奏とマジックショー、そしてAED講習(心肺蘇生とAEDの使い方)を実施しました。入院中の患者様には、ちんどん屋さんが各病棟を回り、独特の行進曲と演歌、踊りで楽しい一日を過ごしていただきました。

今後とも、いろんな方々への貢献ができる病院であるよう、「ユズリハ」のごとく次から次へと受け継いでまいります。

※「10」をアレンジした記念ロゴマークは、病院職員に公募してできました

学生たちの未来 先生たちの今

清恵会グループには、二つの医療専門学院があります。
夢と希望と決意を胸に、明日の医療界を目指して毎日頑張っている学生たちがたくさんいます。その学生たちをサポートする先生たちもまた、情熱と愛情と使命感に溢れています。そんな学生と先生の学院生活をご紹介します。

子育てをしながら、夢に向かって

第2看護学科　39期生
山本美紀

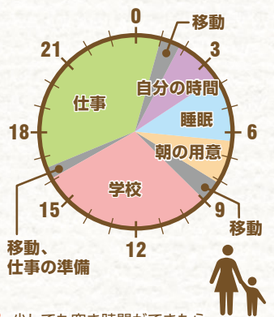
学生

医療系の職業に昔から憧れていましたが、行動には移せていませんでした。出産を機に、看護師という職業に一層魅力を感じ、いつかなりたい、かなえたい夢になっていました。けれど、子育てをしながら専門学校に通うことに不安を覚え、何年も夢を諦めてきました。そんな折、久しぶりに再会した子育て中の友達が、清恵会医療専門学院に入学したことを知り、私も頑張ってみようと決意しました。

現在は、薬理学や精神保健、社会福祉、老年看護、母性看護など、さまざまな勉強をしています。私は、清恵会で学びながら准看護師として普段は病棟で働いています。ここでは、学んだことをすぐに現場で生かすことができるため、より理解を深めることができ、実践的な技術を身に付けることができると思います。

クラスメートの年齢層は幅広いですが、皆とても仲良く、楽しい学校生活です。勉強、仕事、家庭と、毎日がハードスケジュールですが、夢に向かって、充実した日々を送っています。

学校後、夜勤がある日のスケジュール



少しでも空き時間ができたら、子どもと遊んだり、自分の好きなことをしてリフレッシュしています!

学生たちの高い実践力を養うために

先生

第2看護学科　教務主査補佐
大久保 光枝

清恵会医療専門学院には、家事や育児をこなし、仕事をしながら資格取得を目指す学生も多いため、私たち教員は、一人ひとりに対する細かい目配りが必要です。学生が発するさまざまなサインを見逃さず、時間をかけて対応するよう努めています。実習先では病棟師長をはじめ多くのスタッフの力を借り、連携を取りながら、学生たちが自己成長できるような環境づくりを心がけています。清恵会では、学生のより高い実践力を養うために、教育現場と医療現場が互いに協力し合っているという点が、他にはない強みだと思います。

入学当初、まだ自分の看護観をぼんやりとしか語れない学生たちが、成長するにつれ、それを明確に語れるようになります。指導に携わる者としての喜びとやりがいを感じる瞬間です。

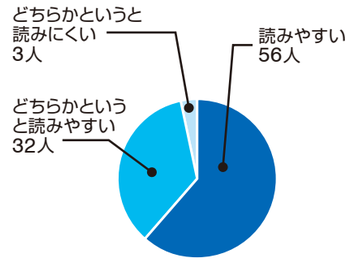
今の学生たちは、インターネットを通じた情報収集に長けているので、知識欲が満たされやすい反面、得た情報を疑問を持たずに吸収してしまいがち。常に疑問を持ち、それを解決する思考過程を磨くことが重要です。入学願書に多くの人が書いている「患者さんの気持ちに寄り添える看護師になりたい」という初心を忘れず、自己研鑽してほしいと思います。

Topics　広報誌「ふれあい」読者アンケート結果発表

広報誌「ふれあい」Vol.16で、読者の皆さまにアンケートを実施しました。
ご協力いただき、ありがとうございました。結果をお知らせいたします。

実施期間：
2014年4月15日～6月30日
回答数：91件

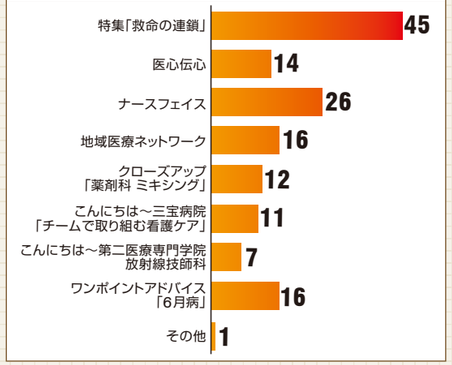
今号の広報誌「ふれあい」Vol.16は、どのように感じられましたか



ご感想（一部抜粋）

- 冊子が手頃な大きさで絵や図が多くありわかりやすい
- AEDの使用方法の説明はとても役にたちます。イラストを見て、なるほどと、より理解できました。使用した方がいいけれど、難しそうだという気持ちは皆さん持っていると思いますので、この冊子は保存して急なときの為、保管しておきます。（特集「救命の連鎖」について）
- 育児中ママの思い等、共感できて自分もがんばろうと思いました。（ナースフェイスについて）
- 我が家にはvol.1からずーっとファイルしています。父が入院した時、不安で落ち込んでいた時に主治医の先生が特集に出ておられ、記事を読んで安心する事が出来ました。色々ありましたが、三宝病院でリハビリも受け、現在も元気で過ごしているので、「ふれあい」に感謝です。

今号で興味をお持ちになった記事に丸をお付け下さい（複数回答可）



ご意見・ご要望（一部抜粋）

- 病院の案内だけではなく、病気の予防や注意なども書いてほしい。
- 余り頑張らないで、もう少し間をとったマンガ（イラスト）的の方がなじみやすいのでは?（情報量の質問で「多すぎる」を選択した理由として）
- 他の雑誌でH27年には清恵会が移転とのことを拝見しました。いつごろでしょうか。そして歯科とか皮膚科等、科が増えるのでしょうか?

アンケートのご意見欄には励ましのお言葉もあり、うれしく思っております。皆さまの貴重なご意見は、今後の広報誌づくりに大いに参考にさせていただき、一層充実した内容をお届けできるよう取り組んでまいります。

広報委員会 委員一同

～その7～

「マスク」

清恵会病院　看護部
医療安全感染対策室
感染管理認定看護師
山 本 真 紀

マスクで何ができる?

- 風邪やインフルエンザなど、外からの感染を予防できます。
- 風邪やインフルエンザにかかってしまったとき、家族や周囲の人への感染が防止できます。
- 特に冬季の乾燥した冷気の中、喉の湿度や温度を上げてくれる効果があります。
- 花粉やホコリなど、アレルギー物質の侵入を防ぐことができます。

マスクの種類と選び方

マスクには、いろいろな種類があります。近年、さまざまな感染症が流行するたびに、年々種類が増えています。種類によって用途や目的が変わりますので、正しいマスクをしっかりと選びましょう。大きく分けて、マスクは**家庭用・医療用・産業用の3つの用途**のものがあります。ここでは、家庭用マスクの特長について説明しましょう。

家庭用マスクとは?

風邪のときや花粉対策、保温・保湿などの目的で日常生活に使われるマスクです。素材、形、サイズなど、バリエーションも豊富。フィルターの性能と通気性のバランスが良いので、長時間快適に使用できるのが特長です。
最近では、医療用のサージカルマスクも家庭用として普及しつつあります。

家庭用マスク かたちの種類

①立体型

- マスクの端と顔の間に隙間ができにくい。
- マスクと口元の間に大きな空間があるため、息苦しさや話しづらさがあまり気にならず、口紅も落ちにくい。

②プリーツ型

- ひだが伸縮するので、口を動かしてもマスクがずれにくい。
- 値段が比較的安い。

③平型

- 平面的なためやや話しづらい。
- 小さな粒子をさえぎることができない。
- 保湿力や保温力が高い
- 乾燥した空気から喉を守り、顔の冷えを和らげてくれる

不織布：使い捨て
※小さい粒子をさえぎることができる

ガーゼ
洗濯して繰り返し使用可能

インフルエンザなど感染防止には、不織布で医療用のものを選びましょう。

マスクの着け方

マスクは、ただ着けるだけでは意味がありません。
正しく装着すると、マスクの機能を十分に発揮することができます。

① 鼻と口をきちんと覆う（あごまですっぽりと）。
② 顔の形に合わせて密着させる。
※隙間があるとマスクをしていても、細菌やウイルスが入ってきます。

冬季は風邪やインフルエンザなど感染症がはやります。正しいマスクを選び、正しく着けて感染を予防しましょう。

ふれあい　vol.19（2015年1月15日発行）　編集・発行 社会医療法人 清恵会 広報委員会 大阪府堺市堺区向陵中町4丁2番10号 TEL.072-251-8199（代表）

清恵会グループのご紹介

清恵会病院
急性期機能病院

〒590-0024　堺市堺区向陵中町4丁2番10号

清恵会向陵クリニック
人工透析外来

〒590-0024　堺市堺区向陵中町6丁2番11号

清恵会三国丘クリニック
専門外来【予約制】

〒590-0024　堺市堺区向陵中町6丁4番10号

清恵会本部

〒590-0024　堺市堺区向陵中町4丁4番4号

いずれも ☎072-251-8199(代)

清恵会訪問看護ステーション
訪問看護・訪問リハビリテーション

〒590-0024　堺市堺区向陵中町4丁4番4号

☎072-257-6074

清恵会医療専門学院
看護師・准看護師養成校

〒591-8031　堺市北区百舌鳥梅北町2丁83番地

☎072-259-3901

清恵会第二医療専門学院
理学療法士・診療放射線技師養成校

〒590-0026　堺市堺区向陵西町4丁5番9号

☎072-222-6226

清恵会三宝病院
複合型慢性期機能病院

〒590-0903　堺市堺区松屋町1丁4番地の1

☎072-226-8131(代)

さんさんデイケア三宝
通所リハビリテーション

〒590-0903　堺市堺区松屋町1丁4番地の1

きらきら訪問リハ三宝
訪問リハビリテーション

清恵会三宝病院　介護事業部

☎072-225-0066

ケアプラス(照恵商事株式会社)
居宅介護支援・訪問介護・福祉用具貸与

〒590-0024　堺市堺区向陵中町6丁6番25号 神田ビル2階

☎072-259-4622

清恵会グループの
WEBサイトもご覧ください

http://www.seikeikai.or.jp/　清恵会　検索

2015年10月1日
清恵会病院・清恵会三国丘クリニックは診療機能を統合し、市立堺病院跡地へ移転いたします。

現行の診療機能はそのまま移行いたします。

新 住 所：堺市堺区南安井町1丁1番1号　（市立堺病院跡地）
アクセス：南海高野線堺東駅 徒歩18分、南海バス 市立堺病院前

三国ヶ丘駅・堺東駅・新病院の無料巡回バスを運行します

移転に関する情報は、Webサイトなどで随時ご案内いたします。
お問い合わせは、清恵会病院 地域連携室へ TEL 072-251-8199（代）

ふれあい　社会医療法人 清恵会