やすらぎ通信

第 129 号（令和 4 年（春号）4 月 1 日）　発行：大阪急性期・総合医療センター

卯月（うづき）： April

水仙/スイセン

＜目次＞

以心伝心～リレーエッセー～　・・・P. 1
ドクターコラム　・・・P. 2
管理栄養士のコーナー　・・・P. 3
今月のきらりさん　・・・P. 4
おしらせ　・・・P. 5
今月の風景　・・・P. 9
編集部局より　・・・P. 9

以心伝心

リレーエッセイ

穏やかな春の陽気に導かれ、新年度がスタートしました。就職や進学などで、新たな環境に踏み出された方も多いと思います。初々しい新人さんの姿は、初心を思い出させてくれます。そこで今回は、私を今の仕事へと導いてくれたきっかけについて、お話ししたいと思います。

私は、外国人患者さんの受診をサポートする仕事を担当しています。

幼い頃から海外の言語や文化、社会に興味を持っていた私は、大阪外大でドイツ語を専攻し、副専攻語として韓国・朝鮮語を学びました。この仕事につながる大きなきっかけとなったのは、大学2年生の時に受けた在日外国人の保健・医療サポートに関する授業でした。この授業では、言葉の壁により適切な医療が受けられず、亡くなられた方がいることを知り、強い衝撃を受けました。この衝撃が原動力となり、大学での学びを医療の現場で還元したいという思いを抱くようになりました。

こうして大阪府立病院機構に就職した私は、平成28年から当センターで外国人患者さんの受診をサポートする仕事に携わるようになりました。奇しくもこの頃は、全国的に在留・訪日外国人が増え始め、医療通訳者や外国人患者受入れ医療コーディネーターの必要性が高まり始めた時期でした。外国人患者さんの受診のサポートというと、通常の対応＋αの手厚いおもてなしをイメージする方もおられるかもしれませんが、言語や文化・制度の違いによるミスコミュニケーションを防ぎ、安全で円滑に対応できるようにすることが目的です。当センターで通訳を希望される患者さんは年々増えており、昨年度は1,200件を超える通訳依頼に11言語41名の通訳者さんにご対応いただきました。急な依頼や様々なケースにも快く対応してくださる通訳者の方々、患者さんの受入れにご協力いただいている院内スタッフや院外関係者の方々には、この場をお借りして、心より感謝申し上げます。

学生時代には、これほどまでに多国籍の患者さんと関わることになるとは、想像もしていませんでした。私の専門言語を使う機会は多くはありませんが、ヨーロッパとアジア、両方の社会や文化を学んだこと、多様な価値観に触れたことは、今の仕事の基盤となっています。また、外国人医療に携わる多くの方々との出会いに支えられ、言語や国籍に関わらず誰もが安心して受診できる環境作りに取り組むことができています。

春は出会いの多い季節。みなさまにとって素敵な出会いがありますように。

（事務局　永尾 真美）

脳卒中は待ったら負け

脳卒中や心臓病など循環器系の疾患（血管の病気）は、突然症状がでることが多い病気です。とくに脳の血管が詰まったり、破れたりする脳卒中（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血）は、症状が出現したときには、一刻を争って脳卒中を専門に扱っている脳卒中センターがある病院を受診しないといけない病気です。脳へ流れる血管が詰まって起こる脳梗塞は、時間が経つと脳の神経細胞が気絶している状態からすぐに死んでしまって、その機能が戻らなくなりますが、速やかに治療を開始し血流を回復できれば元の状態に戻れる場合があります。待ったら負けです。

■どんな症状が脳卒中？

それでは、どんな症状が出現したとき脳卒中を疑えばいいでしょう。FAST という脳卒中の症状とすぐ受診を促す標語があります。「脳卒中？顔（Face）、腕（Arm）、言葉（Speech）で、すぐ受診（Time）」の頭文字をとっています。

F:顔は、いーと言ってもらって片側の口角の動きが悪い。
A:腕は、両方の手のひらを上に向けて同じ高さに挙げてもらうと片方だけ下がる。
S:言葉は、「今日は天気がよい」と言ってもらった時に、呂律がまわっていない、言葉が出ない。
T:これらの症状がひとつでも突然に起こったら、脳卒中を発症している可能性があるので、すぐに症状が改善したとしても、救急車を呼んで“一刻も早く”脳卒中専門病院で診てもらうこと、時間が短いことが大事だ、ということを表しています。

これらに加えて、両眼が同じ方向を向いている（共同偏視）場合は、脳に流れる太い血管が詰まっている可能性があり、とくに脳卒中センターでの緊急治療の必要性が高い症状と言えます。その他にも、急にバットで殴られたような激しい頭痛を感じた場合は、くも膜下出血を起こしている可能性がありますので、すぐに救急車で受診することが重要です。

■脳卒中センターではどんな治療が受けられる？

脳の血管が急につまった脳梗塞の場合、その詰まった血管の部位をすぐに CT などの検査で見分けて、カテーテルでその血管を通す治療ができる場合があります。脳の血管が破れる脳出血やくも膜下出血では、出血した血の固まりを取り除く手術や血管が破れたところにある動脈瘤を血管のなかからコイルで詰めたり、開頭してクリップで挟んだりする手術があります。これらの緊急治療が 24 時間 365 日できる病院が脳卒中センターを持っている病院です。救急隊は、近くの搬送できる脳卒中センターを知っていますので、迷わず 119 番することが緊急治療を”一刻も早く”受けるために重要です。大阪急性期・総合医療センターは、府内の脳卒中センターの中でも中心的役割を担うコア施設に認定されています。

（脳神経内科　主任部長　坂口　学）

岡田靖　総監修　脳血管救命センター物語　メディカルレビュー社　2003

管理栄養士のちょっとおいしい話

春に旬を迎える食材が収穫される時期。
春の食材で料理を作り、春の味覚を楽しみましょう。
春野菜をたっぷりの料理をご紹介します。

絹さやと長芋の彩り炒め

材料	1人前	2人前
絹さや	30g	60g
長芋	35g	70g
にんじん	20g	40g
むきエビ	50g	100g
きくらげ	3g	6g
調味料		
ごま油	大さじ1/2	大さじ1
酒	大さじ1/2	大さじ1
塩	小さじ1/6	小さじ1/3
鶏がらスープの素	小さじ1/4	小さじ1/2
黒コショウ	少々（エビ用）	少々（エビ用）

調理手順

1、絹さやは筋を取る。
2、にんじんを薄切りにして、長芋を色紙切りにする。
3、きくらげはぬるま湯に１０～１５分浸して戻し、水気をきって固い部分はちぎり取る。
4、エビの背に切り込みを入れて背わたを取り、黒コショウをふる。
5、フライパンに半量のごま油を入れて熱し、エビを入れてさっと炒め、取り出す。
6、残りのごま油を入れて熱し、きくらげと長芋を入れてさっと炒め、絹さや、にんじんと調味料を加えて強火で一気に炒める。
7、火を止め、5を加えて混ぜる。

栄養量	1人前
エネルギー	156kcal
たんぱく質	11.9g
脂質	7g
食物繊維	2.9g
食塩	1.3g

文責：管理栄養室

今月のきらりさん

令和４年の４月からは、自分の持ち味を生かした看護、すなわち“きらりと光る看護”を行っている当センターの看護師又は病棟を紹介させていただきます。

12 階西病棟　北田 享代

私が勤務する回復期リハビリテーション病棟は、急性期病棟での治療が落ち着いた脳や脊髄に疾患がある患者さんが自宅退院できるように、他職種と共同しながらリハビリテーション看護を行なっています。

脳や脊髄に疾患があると今まで普通にできていた排尿や排便がとても難しくなります。尿の管を抜いたあとは、尿が出にくかったり、排尿後に膀胱内に尿が残っていたり、何回も尿意を感じトイレに行きたくなることもあります。膀胱に尿が残っていると感染を起す可能性がありますし、頻尿で高齢の患者さんはトイレの行き帰りに転倒する危険性があり、睡眠の妨げにもなります。そのような時は薬の調整で尿を出やすくしたり、反対に膀胱に尿をためる薬で排尿回数を減らしたりすることで、自宅での生活が安全に送ることができます。

またトイレに行くことが難しくても、オムツや夜だけ使用する尿の管など、その患者さんに合った一番良い方法を考えていきます。

次に排便について考えると、自分でトイレに行って排便できない人は何らかの排便コントロールが必要になってきます。便失禁の後始末は患者さんや御家族にとって負担が大きく、社会参加のブレーキになってしまいます。特にベッド上で排便処置が必要な場合、在宅では短時間の訪問看護で排便処置ができなければなりません。前日に何の薬を何時にどれだけ飲めば、決められた時間以外に便失禁がなくなるのか、入院中から色々試みることによって便失禁を予防し、在宅での介護負担を軽減できるように努めています。

コロナ禍で面会制限が続く中、家族に会えないことで認知面の低下が見られる患者さんが多くいます。家族は「せめて一人でトイレに行けるようになって欲しい」と希望されますが、動きにくいところや麻痺が残っていても、慣れ親しんだ環境で生活することで精神的に安定し、福祉サービスを受けながら生活することができます。

「トイレに行けない」から自宅へ帰れないのではなく、「トイレに行くのが難しくても」自宅で安全に無理のない生活が送れるよう、リハビリ病棟のスタッフと一緒に考えていきましょう。

新型コロナウイルス感染症対策

ご来院について、当センターから3つのお願い

① 不織布マスクの着用

感染対策を徹底するため、マスクは不織布マスクのご使用をお願いいたします。

② 来院時は体温チェックと手指消毒の徹底を

ＡＩ体表検知カメラを正面玄関からアトリウム、夜間通用口付近、南館入口付近、時間外救急受付付近に設置し、検温と手指消毒、マスクのセルフチェックをお願いします。

③ 面会は原則全面禁止

入院患者さんへの面会を禁止させて頂いております。主治医など、病院から来院をお願いした場合に限り、代表１人が面会が可能です。

入院中の荷物の受け渡しについて

洗濯物等の荷物の受け渡しは中央館１階エレベータホール前にてご対応いたします。
南館の方は、総合案内または守衛室にお声かけください。

対応時間：
午後　３時～５時
（土日祝含む）

待合での混雑回避に便利！

診療状況が、インターネットでわかる！

当センターのホームページ、または下図 QR コードより、現在の診療状況が確認できるようになりました。

当センターにご来院後、再来受付機にて受付をお済ませいただき、**受付票を確認しながら、①診療科を選択、②診察室を選択していただくと、診療状況がご確認いただけます。**
待合での混雑緩和のためにも、ぜひご利用下さい。

会計の待ち時間短縮にはメディカルゲート受付へ

クレジットカード登録でキャッシュレス決済

ご利用のメールアドレス、クレジットカードを登録することで、診察が終われば、会計を待たずにお帰りいただける診療費後払いサービス（メディカルゲート）を導入しています。
お申し込みにはスマホ・パソコンなどインターネットにつながる機器、クレジットカードが必要です。（公費対象の方はご利用いただけないことがあります。）
詳細は、本館１階「メディカルゲート受付」までお問い合わせください。

入院や、検査にかかる費用が気になったら・・・

医療費の決済方法と、医療費のお見積もりについて

決済方法

現金
各種クレジットカード
デビットカード（窓口対応）

医療費のお見積もり

ご入院申し込み時に予め標準的な治療を行った場合の概算費用、患者総合相談窓口でCT、MRI、RI、エコー検査など検査の概算費用をお知らせするサービスを行っています。ぜひご利用ください。

9診療科の診察予約が電話で変更できます

下記の 9 診療科を対象に、電話で診察時間の予約の変更ができるよう「診察予約変更センター」を設置しています。なお、このサービスは初診に関しては行っておりませんので、ご注意いただきますようお願いします。

電話番号:06-6692-1201 より、予約変更センターにご連絡をお願いします。

対象診療科

呼吸器内科	消化器内科	糖尿病内分泌内科
皮膚科	形成外科	腎臓・高血圧内科
脳神経内科	脳神経外科	耳鼻咽喉・頭頸部外科

当センターの取り組みについて

病状説明（インフォームド・コンセント）の実施時間

医師をはじめとする病院職員の長時間労働が社会問題となっており、厚生労働省から全ての医療機関に対し、労働時間短縮に向けた取り組みが求められています。

そのため、当センターでは、提供する医療の質や安全を維持しつつ、「働き方改革」の趣旨に基づき、職員の労働時間短縮に向けた取り組みの一つとして、緊急でない患者の病状説明（インフォームド・コンセント）等は、原則、平日の診療時間内に行うことにしております。なお、診療上、主治医が判断した場合は、この限りではありません。より良い医療を提供するため、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

医療相談コールセンター（地域医療連携センター）

患者さんやご家族などからの医療や病院利用に関するご相談に、看護師が電話で応じさせていただく「医療相談」コールセンターを開設運用しております。

医療相談専用電話:06-6692-2800
06-6692-2801

月曜日～金曜日　　午前 9 時～午後 5 時（年末年始、土・日・祝日除く）
相談対象：医療相談を希望されるご本人若しくはご家族等

広報のおしらせ

大阪府市共同 住吉母子医療センターの情報誌「きらり」を、 4、8、12 月に発行しております。これからママになる方への情報や、子育てに関するギモンを医療機関ならではの目線で発信しております。医師や看護師に聞いてみたい子育てに関する質問も募集しております！バックナンバーはコチラ

住吉母子　きらり 検索

当センターでは、大阪急性期・総合医療センター公式 Facebook ページを開設しております。各診療科のページもありますので、ぜひチェックしてみてください。アカウントをお持ちでない方でもご覧いただけます。

大阪急性期 Facebook 検索

やすらぎ通信はメルマガで「やすらぎ通信」はメルマガでも配信しております。ご希望の方は、当センターホームページの「メールマガジン申込」からアドレスを登録していただきますようお願いします。

大阪急性期 メルマガ 検索

駐車場について

当センターの駐車場は有料となっています。
　ご利用時間　：　２４時間（北側駐車場は閉鎖しています。）
　ご利用料金　：　１時間３００円
次のいずれかに該当する方は、駐車料金が「割引」又は「無料」になります。
該当する方は、必ず院内の所定の場所で「割引手続き」をお済ませください。
なお、駐車料金の精算は「事前精算機」をご利用ください

300円／1日1回	無料
●当日受診された方 ※ ~~●入院患者さんのご家族の方~~ ●当センターからご家族に来院をお願いした場合	●身体障がい者手帳をお持ちの方 ●精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの方 ●療育手帳をお持ちの方 ●障がい者自立相談支援センター、障がい者自立センターに相談、面接、訓練等で来られた方 ●血液提供などで当院から要請があった方

割引手続実施場所

＜病院利用者＞

●平日（９時～１７時３０分）
・総合案内
・本館、南館及び障がい者医療・ﾘﾊﾋﾞﾘﾃｰｼｮﾝｾﾝﾀｰの会計窓口（会計時に限る）
●土日祝及び夜間（１７時～翌朝９時）
・守衛室
・救急外来窓口（会計時に限る）

＜障がい者自立相談支援センター利用者＞
＜障がい者自立センター利用者＞

・各センター事務所（利用時に限る）

※現在は、新型コロナウイルス感染症対策のため入院患者さんへの面会を禁止しており、ご家族等駐車場利用カードを発行していないため、入院患者様のご家族への減免処理は行っておりません。

【釜房湖：宮城県】

釜房湖周辺は、中間に半島を持つことで二つに分かれた奥行きの広い形状をなしており、周囲の影が四季折々に美しく映え、湖畔から見る蔵王連峰の遠望は素晴らしいの一言に尽きます。景観、自然環境に恵まれ、都市部からの交通の便も良いことから、国営公園の条件に適合しているとして、「みちのく杜の湖畔公園」として認定され、町内のみならず地域観光のシンボルだそうです。

編集部局より

読者の皆様からも、今後の表紙と「今月の風景」を飾る写真の投稿をお待ちしております。ご投稿いただける方は下記宛先までお送りください。

【宛先】kyuseisogo@opho.jp

【注意事項】

・投稿写真はご自分で撮影したオリジナルの作品に限ります。
・タイトル、撮影日時、場所についてのコメントをメール本文に記載ください。
・作品は著作権、肖像権を侵害するおそれのないものに限ります。

自然災害など不測の事態の際は、診療の状況等の重要なお知らせをホームページで行う場合がありますので、適宜、ご確認ください。