

発行：余市協会病院
 発行日：平成 27 年 6 月 1 日
 発行人：吉田 秀明
 編集人：広報委員会
 お問い合わせ：0135-23-3126



「看護副部長就任のご挨拶」

今年看護副部長に就任

皆さん、はじめまして。今年の 4 月 1 日より看護副部長に就任いたしました田所 亮一(タドコロ リョウイチ)と申します。前向きな看護部長にパワーをもらい、共に看護部の中心として役割を果たそうか模索しているところです。

看護師として

当院に入職する前は札幌市内の総合病院で約 16 年、看護師長、医療安全管理者をしておりました。看護師になったきっかけは、20 数年前、バックパッカーとしてアジアを放浪していた時のことです。たまたまインドのマザーテレサの家でボランティア活動をしたことがきっかけでした。当時、ボランティアスタッフは食事(もちろんカレー)がタダで食べることができ、食事目当てで活動をしていました。

ところが、数ヶ月が過ぎる頃から、どうしようもなく不遇な境遇にあっても自分らしく生きようとする人達や認知症の人達に対して、常に寄り添い、一人一人と向き合い、共に喜び、悩み、悲しむシスター(マザーテレサの家で働く人達)の誠実な姿が素敵に見えてきました。その後、日本へ帰国し看護師という職業を選ぶことになりました。誠実に向き合う姿勢は、今も自分の原点であり大切にしていることです。

これからの目標は・・・

病院を取り巻く環境は日々変化しております。そのなかにあって看護師には、幅広い知識と専門的知識を統合し確かな技術を基に、個々の患者さんに合わせた看護ができる看護師を育成し、患者さんの関わりを通し「看護の充実感」を感じられるように育成していきたいと思います。余市町の海や山がとても豊かで温かい人々の中で、看護師が看護に誇りを持ち、笑顔で生き生きと働き続けられる職場作りに取り組んでいきたいと思っています。

また、師長はみんなスタッフの前では頑張っているんです。病棟や外来を背負って孤独な想いをしているのが師長という役割だと思うので、認定看護管理者としてもそんな師長たちの想いを聴いて、支えられる存在になっていきたいと思っています。

ご迷惑をかけることもあると思いますが、今後ともよろしくお願いいたします。 **看護副部長 田所 亮一**



研修医リレーコラム72「下痢について」

こんにちは。手稲溪仁会病院研修医 2 年目の関谷翔と申します。あと 1 週間で研修が終了するというタイミングで書かせていただいています。余市での 1 か月はあっという間でしたが、優しい先輩医師・コメディカルの方に支えられて忙しくも楽しい 1 か月となりました、ありがとうございました。

今回は下痢をテーマに挙げました。多くがウイルス性の良性疾患が原因の中、注意しなければならない下痢の原因とは何でしょうか？

- ・そもそも、ちょっと柔らかい便は全て下痢なのでしょうか？下痢は厳密には「1 日に 6 回以上で 200g/日」と定義されています。たった一度水っぽい便が出ても、本当は下痢とは言わないんですね。定義が重要というよりは、下痢をした時は「どのような便が(色、血の有無など)、どのくらい出て、1 日何回あったか？」を確認することが重要になります。
- ・下痢が起こる原因も様々です。食事量が多くて糖分が腸から吸収され切らずに便に多く含まれると、水分も多く便に含まれることで水っぽい便になります。牛乳を飲み過ぎて下痢になるのも同じ理由です。また、ウイルスが産生する毒素が原因で腸管の粘膜からの分泌が多くなる「分泌性下痢」もあります。ホルモンの異常などこの分類に入ります。その他には炎症性腸疾患や大腸がん、睡眠不足やストレスなどが誘因になることもあります。
- ・大きく大腸に原因がある下痢と小腸に原因がある下痢があります。一般的に水っぽい下痢で、吐き気を伴い、腹痛が軽度のものは小腸で分泌が亢進しているもので、ウイルス性が大多数を占め、あまり心配はありません。逆に大腸が原因の場合は便に血が混じったり、腹痛がとても強かったり、発熱を伴ったりします。この場合は原因検索をしっかり行う必要があります。
- ・子供の下痢ではどのようなことに注意すればよいのでしょうか？食べ過ぎたすぐ後に下痢をして、そのあと問題がない、下痢をして腹痛が治った、などでは飲水を促して様子をもても大丈夫。注意するのは、
 「下痢が数時間から 1 日続く」→子供は脱水になりやすい
 「元気がない、を越えてぐったりしている」
 「泣いても涙が出ない、おしっこの量・回数が少ない」→すでに脱水の傾向がみられる
 「真っ黒な便・赤い血の混じった便が出る」→腸重積など重篤な原因の可能性あり
 以上を認める場合には、早めの受診を心がけましょう。



- ・一般的にウイルス性の胃腸炎で下痢をする場合は少し食事をお休みしてしっかり水分が摂れていれば特別な治療は必要ありません。ただ、まわりの家族への感染を広げないための工夫は必要になります。排便後の手洗いや、子供のおむつは封をしてしっかり処理など、まわりにうつらないような心がけもお忘れなく。以上下痢に関するコラムでした。

手稲溪仁会病院 研修医 関谷 翔



救急件数 (5月) 外来受診276件 うち入院40件 救急車来院69件 うち入院20件