

発行:余市協会病院

発行日:平成 31 年 2 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

VOL.176 2月号

はつらつ Plus



渡辺事務部長着任のご挨拶

11 月 22 日付けで事務部長に就任した渡辺義一(よしかず)です。以前は関東の病院グループで、病院・介護施設の運営に携わってきました。

この余市という新しい土地で職員の皆さまと一緒に協会病院に貢献できるよう、頑張っ
て参りますので、どうぞよろしくお願い致します。

院内研修・講演会開催



「がん看護における看護倫理」

北海道大学病院 がん看護専門看護師 石岡明子先生
がん患者さんに寄り添う看護を学びました。(1 月 16 日)

「看護研究とは」

北海道大学大学院保健科学研究院教授 矢野理香先生
日頃の看護を振り返り、学び、次の看護につなげるための
看護研究を学びました。(11 月 22 日)

地域の人々に寄り添った看護が出来るように、今後も研鑽
していく次第です。

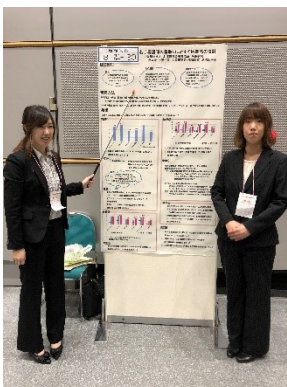


患者さんや家族から相談を受け、問題を解決できるように支援し、より良い医療と看護につな
げていきます。気軽に声をかけて
下さい。正面玄関から入ってすぐ
のカウンターです。

毎週 月・水・金

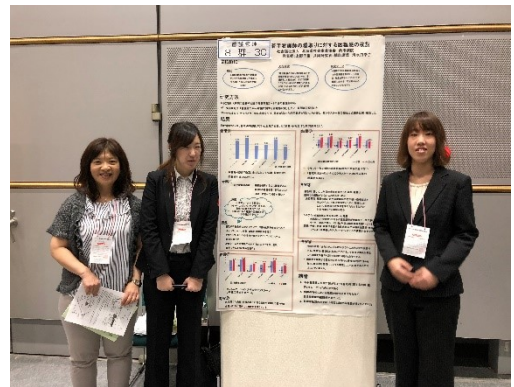
9:00~11:30

暮らしの「看護相談」オープン



2018 年 6 月 24 日北海道看護研究学
会(札幌コンベンションセンター)に参加
しました。

発表は第 1 病棟です。自分達が日頃
実践している看護を振り返り発表するこ
とはとても良い経験となりました。今後
も継続したチャレンジをしていきます！



看護研究学会発表

研修医リレーコラム 107

「心筋梗塞、どうして起こるか知っていますか？」

こんにちは。斗南病院から来ました初期研修医の田中秀五と申します。12月の1か月間、余市協会病院で研修をさせていただきました。様々な経験を積ませていただき、感謝の念が絶えません。

今回は皆さんもよく聞いたことがある病気、「心筋梗塞」についてまとめてみました。とても怖い病気だということは皆さんご存知でしょうが、どうしてこんなことが起こるのかご存じない方も多いかもしれません。

心筋梗塞とは

「梗塞」とは血管が詰まることを言います。つまり心筋梗塞とは、心臓の筋肉に酸素や栄養を運ぶ血管(=冠動脈と言います)が詰まってしまい、心臓の筋肉が死んでしまう病気です。心臓の筋肉が死んでしまうと心臓の機能が下がり、全身に血が送れなくなってしまいます。

どうして冠動脈が詰まるの？

たばこや塩分の取りすぎによって高血圧であったり、不摂生な食事で血管の中にコレステロールが溜まってしまうと血管がどんどん硬くもろくなり、血管の壁の中に脂肪が溜まっていきます。この状態を「動脈硬化」と言います。どんどん脂肪が溜まってもろくなった壁がついに破けてしまうと、破けた部分を修理しようとして血の塊(=血栓)が出来てしまいます。この血栓によって血管が塞がってしまうのです。

心筋梗塞には前触れがある！

完全に血管が塞がってしまうと「心筋梗塞」になってしまいます。しかし少しでも開通していれば、酸素や栄養がなくて苦しんではいますがまだ心臓の筋肉は動くことができます。この状態を心筋梗塞の一つ前の段階の「狭心症」と言います。

狭心症の症状とは？

- 胸(肩まで広がることも)が締め付けられるような圧迫感
- ストレスを感じる、もしくは運動をした時に感じる
- 安静にしていると治まる

以上の3点が特徴です。もしもこれらの症状が、次のように変化した時は注意が必要です。

- 安静にしているでも症状が治まらない
- 安静時にいきなり5分以上続く症状が出現する
- 症状の持続時間がどんどん長くなる

これらの症状が現れたということはあと一歩で完全に冠動脈が詰まり心筋梗塞になってしまうというサインです。すぐに病院に行きましょう。

心筋梗塞にならないためには？

冠動脈が詰まってしまうのが心筋梗塞ですので、動脈が詰まらないようにすることが予防になります。血管を詰まらせるリスクは以下のようなものがあります。

高血圧・コレステロール高値・血糖が高い(糖尿病)・喫煙・肥満・運動不足

これらは動脈硬化を促し、心筋梗塞のみならず脳梗塞のリスクにもなります。また年齢が上がるにつれてリスクはどんどん増していきます。もしもリストの複数の項目に当てはまる方は一度医療機関を受診されてみてはいかがでしょうか。

今回のまとめを皆様の健康な生活にお役立ていただければ幸いです。

斗南病院研修医 田中 秀五



救急件数 (12月)

外来受診289件 うち入院35件
救急車来院80件 うち入院28件