

■ カリ取って集めておくと便利！

最近ニュースで取り上げられることが大きくなっていますが、いよいよ今年も熱中症の季節がやってきました。熱中症とは日射病や熱射病の総称で、高温にさらされる、あるいは運動等で体温が上昇し、体温維持のためのメカニズムがうまく働かなくなつておこる病気です。症状は、軽度の熱中症では、めまいやふくらはぎの痙攣やこむら返り、頭痛や吐き気などが現れます。

重度の熱中症では、意識障害や体のひきつり(けいれん)なども起こり、命に関わる場合もあります。熱中症の対策のポイントとしては、のどが渴いていないなくともこまめな水分補給をオススメします。水分補給には0・1～0・2%の食塩と糖分を含んだ水分が有効であり、主にスポーツドリンクなどが手軽で効果的です。

あとは、部屋の中を涼しくするようなクーラーや、だれなどの活用も良いかもしれません。

ですが、いつでも熱中症様の症状あれば、救急センターの受診を勧めます。

(県立中部病院 救急センター 木全)

第2回

熱中症

健康 あるある

救急対応



ちゅうぶ Show

-水の神さまからのメッセージ-

「ちゅうぶshow」では中部病院ならではの取り組みをこっそり紹介します。

八重山歳時記



八重山歳時記



県立八重山病院 渡口直子 特派員

八重山病院から車で5分：パンナ一岳にほたる街道がある。森が暗闇に包まれる頃やエヤミメボタルの光のシヨーが始まる。すみかの枯れ葉の下からはい出してきて、まるで森の光のジュウタンを敷き詰めたような幻想的な輝きです。石垣島は4月中旬～5月下旬で日没の約30分しか光らないボタルですが、数千から数万匹の群れとなつて輝くたまに潤っていくと神様は言っています」とありがとうございました。知り合いは「中部病院はますます潤っていくと神様は言っています」とありがたいお言葉を頂きました。水の神様は、この場所には「水神様」の札を立て、地球に生まれ育った幸運に、あらためて思いを寄せるとともに水への感謝も忘れないようにしていきます。

八重山歳時記

沖縄県立中部病院へのお問合せ

〒904-2293 沖縄県うるま市宮里281

TEL: 098-973-4111(代)

FAX:[代表]

098-973-2703

[地域連携室]

098-982-6568

沖縄県立中部病院

検索

ホームページ <http://www.hosp.pref.okinawa.jp/chubu/>

ゆい ちゅうぶ

第2回

健康あるある 熱中症



当院で、5月21日「ふれあい看護体験」を実施しました。今年度は、中部地区の高等学校6校から男子1名を含む17名が参加してくれました。ほとんどの学生が将来看護師への夢を抱き、体験を通して学ぶ姿勢はイキイキとしてました。今回の体験が看護職への憧れだけでなく将来の進路決定に役立ってほしいと思います。

pickup!

第2回

放射線治療

[地域連携室便り]
[ぱっかりナースのスリム化プロジェクト]

pickup!

第2回

放射線治療

文:知名 定彬

放射線治療とは?

細胞が、放射線(X線「エックス線」、γ線「ガンマ線」、電子線など)の影響を受けると、DNAの破壊や切断が起こります。がん細胞は正常な細胞よりも放射線の影響を受けやすく、また、放射線によって傷つけられたとしても、正常な細胞は損傷を修復させる力が、がん細胞よりも強く、がん細胞よりも生き延びることができます。放射線治療はこのような作用を利用して、できるだけ正常な細胞への影響を抑えながら、よりがん細胞にダメージを与えることでがんを治療していきます。

がんの種類によって、放射線治療の効果(効きやすさ、治りやすさ)は大きく異なり、治療の部位によって副作用の起こり方も様々です。がんの状態、体調やこれまでの治療の内容などをもとに、放射線治療を行うかどうか、また、どのようにしていくかについて検討されます。

放射線治療は、がんを治すことを目的として単独で行われることもありますが、薬物療法(抗がん剤治療)や手術などの他の治療と併用して行われることもあります。手術との併用では再発を防ぐために手術の前後に行われたり、脾臓がんなどでは手術中にがんに放射線を当てることがあります(術中照射)。この他、骨に転移したがんによる痛みを和らげたり、神経を圧迫してしひれや痛みの原因になっているがんを治療するときにも行われます。

最近では、「陽子線治療」「重粒子線治療」新しい種類の放射線を使用した治療も行われています。

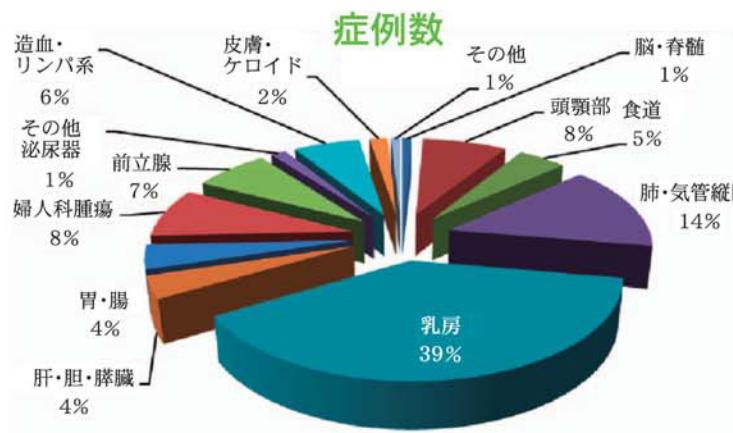
また、放射線治療の利点は、1日数分間、何回かにわけて治療部位に放射線を照射するため、日常生活を送りながら実施できることです。

放射線治療部門

当部門では、昨年度350症例、月当たりになると30症例前後、さまざまな症例に対して放射線治療を行っています。

グラフに表示されている通り、乳房に対する割合が約40%と最多となっており、次いで肺・気管縦隔が約14%占めています。

最近では、前立腺や頭頸部に対する高精度放射線治療も増えてきています。



(地域連携室 仲地 聰)

「ハーリー鉦が鳴ると梅雨が明ける」
「ギラギラした太陽、陽射しが
Tシャツを貫いて皮膚を焼く。
晴れてかわいて限りなく青い空。
やけどしそうに熱くて、
でもなんだかうれしくて
飛び跳ねてしまう砂浜。
甘く塩辛い海の水は遠くあをい。
夏が来る。」

カラ一が際立つ3人の元でときには右往左往しながら日々懸命に職務をこなす若いスタッフたち。当院にとってまた地域の皆さんにとって役立ち、必要とされる地域連携室でありたいと考えます。

冷静な状況分析と的確な判断をもとに仕事をこなす神谷はがん診療に係わる多岐多様な課題に取り組んでいます。

地域連携室長の翁長は若いスタッフの話に耳を傾けやる気を引き出しまどめる姐御肌。

ノビー」まではまだ数日あり、レーダーによる雨雲の動きを見るとしばらく雨が続きそうです。新年度に移行してすでに2ヶ月、中部病院地域連携室は新たなメンバーを加えて再スタートをきました。

整形外科医を経てリハビリテーション科医となり地域連携室長を兼任することになった仲地の口癖は「私はいつたい何屋さん?」

地域連携室長の翁長は若いスタッフの話に耳を傾けやる気を引き出しまどめる姐御肌。

ノビー」まではまだ数日あり、レーダーによる雨雲の動きを見るとしばらく雨が続きそうです。新年度に移行してすでに2ヶ月、中部病院地域連携室は新たなメンバーを加えて再スタートをきました。

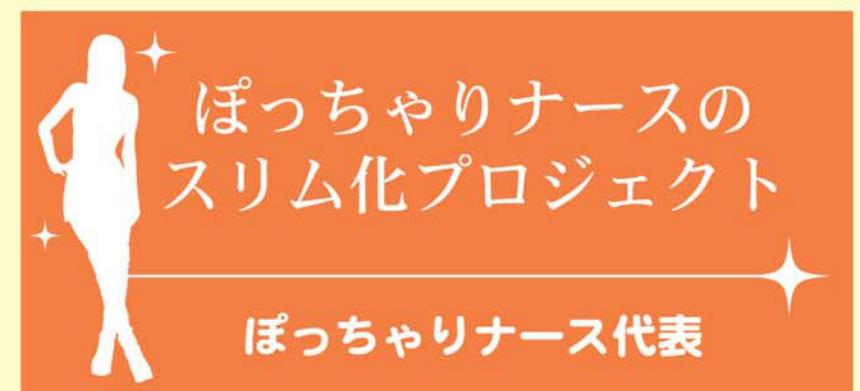
整形外科医を経てリハビリテーション科医となり地域連携室長を兼任することになった仲地の口癖は「私はいつたい何屋さん?」

地域連携室便り

この拙文を書いている今、「ユッカノビー」まではまだ数日あり、レーダーによる雨雲の動きを見るとしばらく雨が続きそうです。

新年度に移行してすでに2ヶ月、中部病院地域連携室は新たなメンバーを加えて再スタートをきました。

整形外科医を経てリハビリテーション科医となり地域連携室長を兼任することになった仲地の口癖は「私はいつたい何屋さん?」



沖縄県では、「すべての県民が生き生きと自分らしく、ここに豊かに生きていくため」をスローガンに、健康おきなわ21プロジェクトを掲げ様々な取り組みがされています。

沖縄は、肥満県とも呼ばれ全国1位の肥満大国です。この中部病院の昨年の定期健診結果でも、肥満と判定された職員は約55%です。

そこで、院内で健康チェックをしながらスリム化プロジェクトチームを立ち上げました。「ぼっちょりナース」モニターとし、チーム一丸となって取り組みます。次回は、その取り組み状況を報告します。

