

レントゲンやCTの被ばくってどれくらいなの？

被ばくには様々な単位が出てくるので解説を交えながら被ばくについてお伝えしたいと思います。

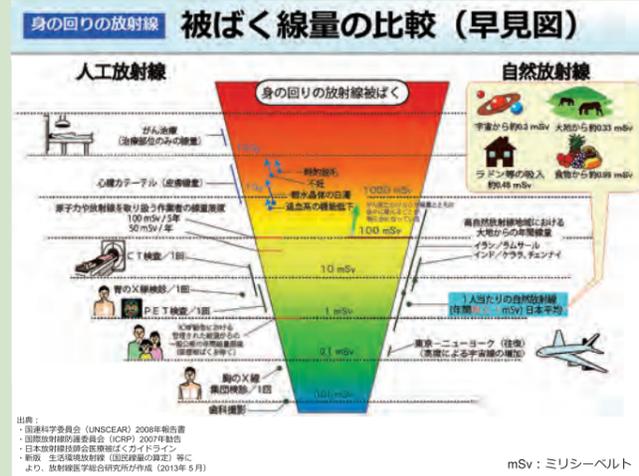
放射線に関する単位にはベクレル、グレイ、シーベルトの3つがあります。



分かりやすいよう雨に例えてみます。人に当たって濡らした水の量(グレイ)が同じでも、小雨よりも大雨の方が痛く感じるように、人に与える影響(シーベルト)が異なります。

次に検査による被ばくについて解説します。健康に影響を与えるとされている放射線の数値は100mSvとされていますが、胸部のレントゲン検査では約0.05mSv、CT検査では約7~10mSvとなっています。

簡単ではありませんでしたが、皆さんの参考にして頂けたら幸いです。



ゆい ちゅうぶ

2023 vol.83

謹賀新年



画：下地恵美 (栄養管理室長)

Q U I Z 最近話題の『亜鉛』とは？

突然ですが、クイズです!! みなさんは、ご自身の体の中に何種類のミネラル(必須微量元素)があるかご存じですか？

- ① 9種類
② 5種類
③ 7種類
正解は、① 9種類です。

ミネラル(必須微量元素)の9種類の中でも今回は、「亜鉛(Zn)」について取り上げたいと思います。

体内にある必須微量元素は、全部で9種類あり、鉄・亜鉛・銅・セレン・リン・モリブデン・クロム・コバルト・マンガンで、生命維持活動にとって必要不可欠です。

亜鉛について

- Q1.どんな物質?
Q2.どうやって体に取り入れるの?
Q3.どんな食べ物に多いの? (100g当たりの含有量です)

- Q4.1日の推奨摂取量はどのくらい?
Q5.どうやって体内の亜鉛の量を調べるの?
Q6.体内から不足したら体はどんな状態になるの?
Q7.体内に過剰ある場合、体はどんな状態になるの?

文 検査科 町田

pick up! NSTが栄養管理をサポートさせていただきます

表紙 令和5年 新春管理者一同

A day in the life of... ~心臓血管外科医師の一日~
各部署の紹介 - 血液浄化センター -
コメディカルワンポイントアドバイス ~放射線技術科~
エンタメ - 最近話題の『亜鉛』とは? -



pick up!

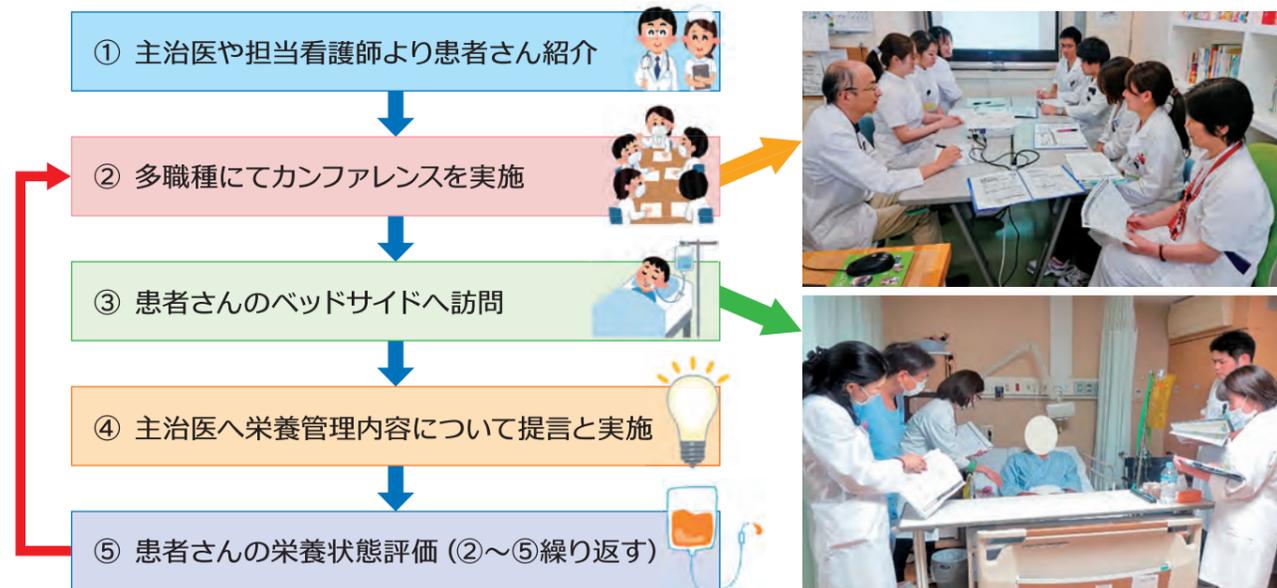
NSTが栄養管理をサポートさせていただきます (NST: Nutrition Support Team)

～当院は、日本臨床栄養代謝学会認定のNST稼働施設です～

NST (栄養サポートチーム) の紹介

当院では、入院時にすべての患者さんに対して医師・看護師・管理栄養士が栄養評価を行っています。低栄養の状態、またその危険性は高くないか、下痢や床ずれ、飲み込みでムせることはないか、検査値等をもとに総合的に評価し栄養管理を行います。中でもさらに専門的な栄養管理が必要な場合にはNST (栄養サポートチーム) がサポートを行います。

NST介入の流れ



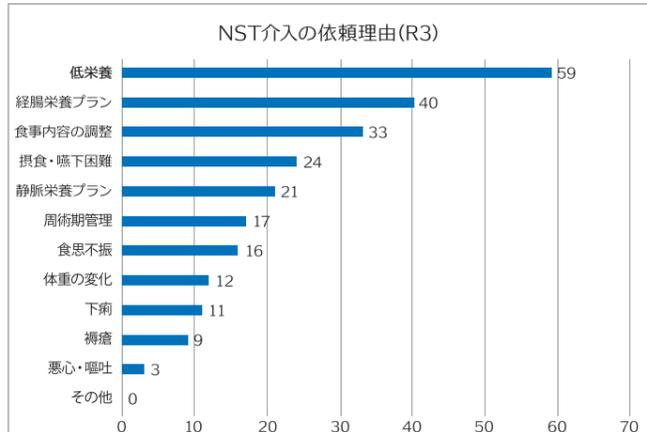
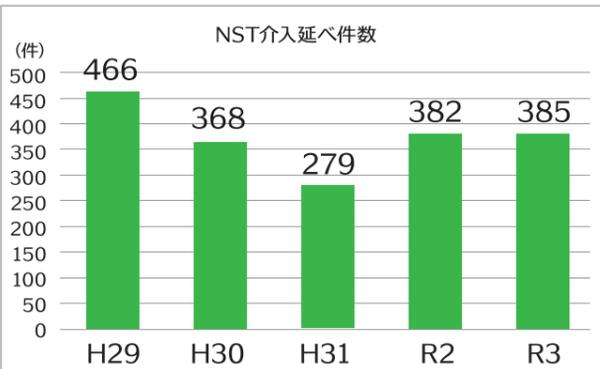
NSTの歴史・当院の活動内容

NSTの活動は1960年代にアメリカで始まり、日本でNSTが普及し始めたのは1998年と言われています。当院では、2005年からNST活動を開始し、メンバーは、医師・歯科医師・看護師・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師・言語聴覚士・歯科衛生士など専門知識を有する職種にて構成されています。

NSTから主治医へ栄養管理内容の提言及び実施、患者さんの栄養状態評価を繰り返しながら、個々の治療効果を高め早期回復・退院に繋げる目的にチーム活動を続けています。



活動実績



「栄養管理」は治療の根本になるものです。栄養が足りず、体力や免疫が低下した状態では、どんなによい治療を行ってもその効果は十分に発揮できません。NSTは患者さんの回復を促進するだけでなく、生活に寄り添った支援を可能にすることが期待されます。今後も、院内においてNST活動を充実させ患者さんの回復に貢献させていただきます。

第25回

A day in the life of ○○○ ～病院で活躍する職員の日～

心臓血管外科 医師の一日

心臓血管外科では、主に心臓・大血管系の疾患 (弁膜症、狭心症、大動脈瘤など)、末梢血管疾患 (閉塞性動脈硬化症、下肢静脈瘤など) の患者さんに対する手術治療を行っています。急性大動脈解離、大動脈破裂などの緊急疾患にも24時間体制で対応しています。命に直結する疾患を扱うため手術は緊張感がありますが、瀕死の患者さんが術後に劇的に回復する経過に立ち会うことができ、非常にやりがいのある仕事だと感じています。

心臓血管外科医師
伊志嶺 徹

7:30 カンファレンス

↓写真:朝のカンファレンスでは手術予定の患者さん、入院中の患者さんについての情報共有、治療方針の確認などを行っています。



8:30~ ICU回診

↓写真:心臓・大血管の手術後の患者さんはICU (集中治療室) に入室します。毎朝、集中治療科の先生方とICUの患者さんの治療方針について話し合います。



9:00~ 手術、外来



↑写真:病棟回診の風景
まずは電子カルテで患者さんの状態や検査結果を研修医と確認し、その後実際に患者さんを診察します。

当科では月、水、金曜日は手術日で、火、木曜日が外来日となっています。手術日は手術を行うメンバーは朝一番で手術室に入り、その他のメンバーで病棟・ICUの患者さんを回診、診察します。外来日は外来担当スタッフは外来業務を行い、その他のメンバーで回診を行います。



↑写真:外科研修医に指導しながら末梢血管の手術を行っているところです。



←写真:心臓・大血管の手術を行っているところです。心臓外科医だけではなく麻酔科医師、看護師、臨床工学技士など多職種で構成されるチームで手術を行っています。

17:00~ 業務終了

緊急手術や術後管理、学会の準備などで夜遅くまでかかることもありますが、業務が終了すれば帰宅となります。

第14回

各部署の紹介 血液浄化センター ってなかに?



透析室医師・看護師、臨床工学技士(ME)さんや栄養士さんとも協力をして患者さんが安心、安全に血液透析、腹膜療法を受けられるように頑張っています!!

●透析療法ってなかに?

腎臓の機能が低下してしまった人が腎臓の代わりに体内の血液を人工的に浄化(きれい)にする治療です。



血液透析とは週 2 ~ 3 回病院で機械を使って治療を受けることです。

腹膜透析とは自分のおなかの中に透析液を入れて自宅でできる治療です。

●治療方法は どうやって決めるの?

腎サポート外来では患者さんの生活に合った治療提供をスタッフと一緒に考え、サポートします!!

10月から新しい仲間
伊是名先生



毎朝ラジオ体操でスタート



腎サポート外来



透析室で働く医師・看護師・MEメンバー