

ご自由にお持ち帰り下さい

心のふれあいを大切に



広報誌スワン

# Swan



2019年10～12月 **秋号**



看護師（病棟）

**田中睦美さん**

～地域に信頼される  
医療を目指して～

南部病院・スワンクリニック

# 食物アレルギーとはどんな病気？

スワンクリニック小児科・アレルギー科 小笠原 奈緒子先生

私たちの体には、有害な細菌やウイルスなどから体を守る“免疫”という働きがあります。食物アレルギーは、この免疫が無害なはずの食べ物に対して過敏に反応して、体に様々な症状を起こすことをいいます。

## 症状は…

食物アレルギーの典型的なタイプは、原因食物を摂取してから通常2時間以内に出現します。全身の複数の臓器に症状が起こることをアナフィラキシーといい、アナフィラキシーに血圧低下や意識障害をともなう場合をアナフィラキシーショックといいます。



### 皮膚・粘膜症状

皮膚・かゆみ 赤み 腫れ じんま疹  
眼・かゆみ 充血 涙目  
口腔・唇や舌の違和感 腫れ

### 消化器

腹痛 下痢 吐き気 嘔吐  
血便

### 呼吸器症状

鼻汁 鼻づまり くしゃみ 咳  
息苦しさ のどが締め付けられる感じ  
ゼイゼイ ヒューヒュー



### 神経症状

元気がない ぐったり  
意識もうろう 頭痛  
めまい 尿や便を漏らす

### 循環器症状

脈が速い 触れにくい  
不規則 手足が冷たい  
唇や爪が青白い  
胸痛 血圧低下

### 全身症状

アナフィラキシー

## どんな検査があるの？

食物アレルギーは、病歴などのくわしい問診や各種のアレルギー検査をもとにして診断されます。

### 1 血液検査（抗原特異的IgE抗体検査）

血液の中にアレルギー反応を引き起こすIgE抗体が、どの食物に対してどれくらいあるか調べます。但しこの検査だけで食物アレルギーは診断できません。

### 2 皮膚テスト

皮膚にアレルゲン液を少量たらし小さな傷をつけます。15分後に皮膚に出た赤みや腫れの大きさを判定します。

### 3 食物経口負荷試験

アレルギーが疑われる食物を一定の間隔で食べてみて、症状が出るかどうか調べます。食物アレルギーの確定診断と、安全に摂取できる量が決められます。スワンクリニックでは予約制で行っております。

## 食物アレルギーへの対応は

### 正しい診断に基づいた「必要最低限の原因食物の除去」です

必要最低限の除去とは、実際に食べて症状が出る食物のみを除去し、食べても症状が出ないものは除去しないという考え方です。“念のため”“心配だから”と、必要以上に除去する食物を増やさないことが大切です。

検査から原因と疑われる場合には、食物経口負荷試験で診断を確定します。原因食物でも症状が誘発されない“食べられる範囲”までは食べることができます。食べられる範囲の量は除去する必要はなく、むしろ積極的に食べるようにします。それによって食品の選択が広がり、調理などの負担も軽減されます。

## アレルギーは治るの？

子供に食物アレルギーが多いのは、消化機能が未熟でアレルギーの原因であるタンパク質を小さく消化することが出来ないのがひとつの要因と考えられています。そのため、成長にともなって消化吸収機能が発達してくると、原因食物に対して耐性（食べられるようになること）となる可能性が高いです。卵・乳・小麦などは入学前に8割程度は反応を起こさなくなる“耐性化”がみられます。

食物除去のポイントは次ページをご覧ください

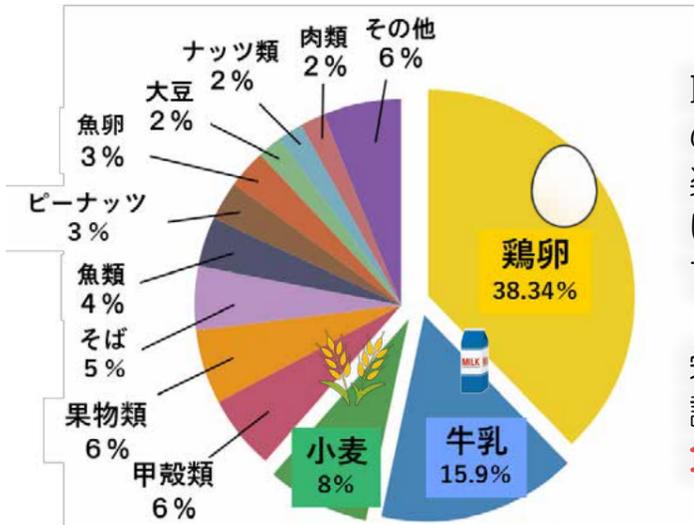


# 栄養科より

管理栄養士 角沢



## 食物アレルギーの原因食物の内訳



原因食物は年齢によって割合が変化します

栄養指導では、単に食物除去や栄養摂取の方法だけでなく、患者さんやご家族の疑問や悩みを軽減し、「**食べること**」を楽しめるような支援ができるよう、正しい知識に基づいた指導を心がけております。

また、入院患者さんへの食事提供では、栄養科職員でもアレルギーに対しての知識や情報の共有を図り、「**安全でおいしい食事**」の提供に取り組んでいます。

## 食物除去のポイント

### 卵アレルギーの場合

〈食べられないもの〉

鶏卵と鶏卵を含む加工食品、その他の鳥の卵

- ・マヨネーズ
- ・菓子類（クッキー、ケーキ、アイスクリームなど）
- ・練り製品（かまぼこ、はんぺんなど）
- ・肉類加工品の一部（ハム、ウィンナーなど）
- ・麺類

### 鶏卵の代わりに…

鶏卵の代用として、肉、魚、大豆製品、乳製品などでタンパク質をしっかりとりましょう

### 小麦アレルギーの場合

〈食べられないもの〉

小麦と小麦を含む加工食品

- ・パン、うどん、麺類、マカロニ、スパゲッティ、麩、餃子の皮、市販のシチューやカレーのルー
- 菓子類（ケーキ、クッキー等）、調味料の一部 など

### 小麦の代わりに…

主食はごはんを中心に、米のパン等も利用してエネルギーをとる。米粉や、あわ、ひえなど雑穀の粉などを利用し、メニューの幅を広げる

加工食品は、原材料を確認しましょう



# 令和元年度 子ども職場参観日



青森県では、子ども達に周囲の大人の働く姿を見せる「こども職場参観日」をすすめています。この企画は社会的・職業的自立に向け、家庭や身近な地域で、子どもたちが「働くことや生きること」について考える機会をつくっていくものです。今年度は8月に実施し、小・中学生49名が当院を訪れ、職場参観や仕事体験をしました。

【内容】・病院見学、体験学習

（薬剤科での調剤体験、検査科でスライム作り、リハビリ体験、手術室体験、看護体験、患者体験（車いす、高齢者疑似体験等）、栄養士さんと学ぶ食育、野菜当てゲーム等）



点滴を作ったよ

CTの中に入ってみました

鶏肉を電気メスで切る体験ですニャ

心電図の検査体験よ

子ども参観日を通して、大人の働く姿や地域の仕事への理解と大切さを感じてもらえればと思います。将来の夢や仕事について考える機会になれば幸いです。また来年もぜひ来て下さいね。

# 三戸消防署 1日救急隊長



田中看護師

今年は、田中看護師が三戸消防署にて1日救急隊長に任命されました。消防署内の見学や説明を受け、三戸地区の消防について勉強してきました。



1日救急隊長  
たなか むつみ  
田中 睦美さん



救急活動訓練の様子



救急車の救急資機材点検業務の視察

# 三戸消防署 ✨ 南部病院合同研修

救急の日にちなみ、今年も三戸消防署様と合同で研修を行いました。小笠原理事長より「医師の働き方改革」についての講義、次いで救急隊からは「患者搬送の症例」を発表していただきました。



## 医師の働き方改革について考える

小笠原理事長



会場の様子

国では医師の働き方改革を推し進めているが、現状では、外来、入院、検査、手術、時間外の救急対応等あり、時間を短縮するだけでは解決しない。難しい問題ではあるが、医師の業務改善や、医師数の調整等の準備をしっかりと行った上で改革を行わないと、救急医療を皮切りに地域医療の崩壊を招くと思われる。

## 救急現場の症例 消防署 救急隊



質疑応答の様子

地域の皆さんが安心して暮らせるよう、これからも消防署と病院が相互に連携を図り、地域医療を支えていきたいと思っております。

資機材の点検や救急活動訓練の見学をさせて頂き、救急隊の皆さんが地域の人々を救うために、いかに迅速に行動しているか、学ぶことができました。私も看護師として救急隊と協力し、適切な医療の提供に努めたいと思いました。

# 第61回 全日本病院学会in愛知

会期 2019年9月28日(土)・29日(日)  
会場 名古屋国際会議場



全日本病院学会が愛知県名古屋市で開催されました。

参加者は**3,500名**を超え、今後の我が国の医療を考える特別講演をはじめ、地域医療構想や医師の働き方改革に関するシンポジウムなど多彩なセッションが行われました。

当院より

**2題発表しました**



事務主任 事務次長 社会福祉士 病棟看護主任  
(左から) 榎 宮森 金澤 青木

システム管理者 作業療法士 外来看護師  
佐藤副院長 新井田 石渡 渡邊

## 1 演題名 「重症度、医療・看護必要度の整合性を目指した医事課の取り組み」

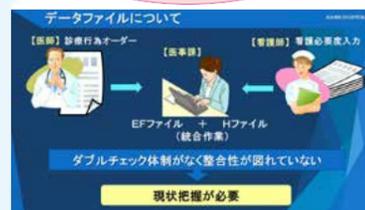


事務部 医事課主任  
**榎 礼**

重症度、医療・看護必要度は入院料を決定する重要な指標となってきた現在、当院で評価している重症度、看護必要度は適正に評価されているのか、コストの面と比較した結果を紹介した。その結果、コスト漏れを防ぐことができ、看護必要度も適正に評価されることにつながった。

**感想**

今回、はじめて全日本病院学会への演題提出をすることになりました。この学会に向けて、様々な方のご協力をいただき、充実した発表内容を作り上げることができました。学会当日は、緊張しましたが練習を重ねた結果落ち着いて発表することができ、とても安心しました。学会発表という貴重な体験をすることができ自分自身プラスになったと思います。ありがとうございました。



## 2 演題名 「電子カルテ障害発生時の対応手順作成と訓練

～患者への影響低減を目指して～



システム管理者  
**新井田直哉**

電子カルテにシステム障害が発生し使用できなくなった場合でも診療ができる体制作りへの取り組みを紹介。

対応マニュアルを作成し訓練を実施。その後のアンケートで出た意見を取り入れながら完成度をあげた。また、障害発生中でも持ち運び可能な状態で電子カルテを参照できる仕組みを検証・構築。結果災害時に院外でも活用できる形となった。

**感想**

今回は貴重な体験をさせていただき、ありがとうございました。院内での予演会などでたくさんの方から意見・指摘をいただいたおかげで、一人で考えていたものよりもとても分かりやすく見やすい資料になりました。発表当日は緊張しましたが、一緒に行った方からさりげない気づかいをいただいたこともあって、なんとか練習通りにできました。今回得ることのできた経験を、自分だけでなく周りにも伝えられるよう理解を深め、今後に生かしていきたいと思えます。



今後も学会発表を継続し、業務改善および職員の自己研鑽に励み、地域医療に貢献できるよう努めていきたいと思えます。

# 新入職員のご紹介

## 看護師

あきやま しほ  
**秋山 志歩**

好きな言葉は「一期一会」です。



## 看護師

よない みき  
**米内 実希**

地元の医療に貢献したいと思い、南部病院に入職させて頂きました。誠心誠意努めてまいります。



## 看護補助者

おいほ まみ  
**老久保 真美**

分からない事が多いですが、ご指導頂き頑張りたいと思います。



## 看護師

くどう ゆか  
**工藤 由佳**

患者様の思いを大切に、スタッフからも信頼される看護師になれるよう知識・技術を磨く努力をしていきたいと思ひます。



## 調理師

やまみち ゆうや  
**山道 祐也**

初心を忘れず、一つ一つ覚えていきたいと思ひます。



## 臨床検査技師

とみおか なおみ  
**富岡 奈緒美**

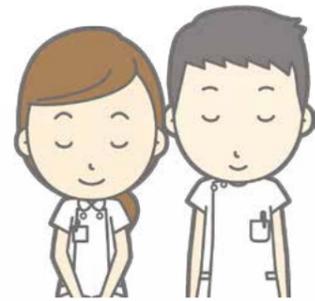
まだまだ分からないことだらけですが、精一杯頑張ります。見かけたら気軽に声をかけてください。



## 栄養士

かわい なつき  
**川井 捺綺**

好きな言葉は「不撓不屈」です。一生懸命頑張ります！



# 南部病院・スワンクリニック

## ～職員募集～

ご応募お待ちしております。

病院見学も行っています。  
お気軽にメールまたはお電話ください。



募集職種	・薬剤師 ・看護師 ・准看護師 ・診療放射線技師 ・臨床検査技師 ・社会福祉士 ・介護福祉士
採用人数	若干名
応募資格	・免許を有する方 (薬剤師、看護師、准看護師、診療放射線技師、臨床検査技師、社会福祉士、介護福祉士) ・新卒者(2020年4月採用予定)
雇用形態	正職員またはパートタイマー職員
応募方法	以下の書類をお送りください。 書類選考の後、追ってご連絡いたします。 1. 履歴書(写真貼付)※メールアドレスをご記入ください。 2. 卒業見込証明書(新卒者のみ)
応募書類送付先	〒039-0105 青森県三戸郡南部町沖田面字千刈 52-2 社会医療法人博進会 南部病院 採用担当 千葉伸也
応募に関する問い合わせ先	南部病院 採用担当 千葉伸也、佐々木御也子 TEL 0179-34-3131 FAX 0179-34-3130 E-mail kanri@nanbu-hp.or.jp



南部病院



スワンクリニック

## ～看護奨学生募集～

当院では、看護学校への入学を希望する方、または、在学中の方を対象に**奨学金**を貸与しています。

### 募集要項

期間	学校等の学則に定める正規の在学期間
返済	学校を卒業後、看護師免許を取得し、奨学金を受けた期間、当院に勤務した場合は返済を免除します。
問い合わせ先	南部病院 看護管理室 看護部長 佐々木 TEL 0179-34-3131 FAX 0179-34-3130 email kanri@nanbu-hp.or.jp

看護師への道  
目指してみませんか?



令和元年度

# インフルエンザ予防接種 お知らせ

**10/21** からインフルエンザの予防接種を開始します

対象は **6ヶ月児～**（南部病院では小学生～）

回数 **1回** ※ **13歳未満の方は2回**

料金 **1回目 3,000円 2回目 2,000円**

1歳から高校3年生までと65歳以上の南部町民の方は町からの補助がありますので窓口でのご負担は**1,000円**となります。

**ご家族皆様の接種をお勧めしており料金を低く設定しております。**

皆様に接種することにより接種できる年齢ではないお子様や免疫不全の方などを守ることにつながります。是非ご検討ください。

詳しくはHP または掲示板をご覧ください。

**ご家族どうぞ**

## 小児科よりお知らせ

※小児は母子手帳もご持参下さい

※小児科で、高校生以上の方も接種できます

※中学生以下の方は保護者の付き添いが必要です



**スワンクリニック**

電話 **0179-23-0805**

**南部病院**

電話 **0179-34-3131**



社会医療法人博進会

<http://nanbu-hp.or.jp>

広報誌スワンは、当院ホームページにも掲載しております