

ご自由にお持ち下さい。

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.

najyodasu なじょだす

Vol.46

 日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

盛岡赤十字病院広報誌 vol.46

【なじょだす】(岩手の方言)

相手の健康を気づかうなど、「いかがですか」の意味。
当院のシンボルツリーのコナラの木は、正面玄関前にそびえ立ち、
訪れる人々に「なじょだす」と語りかけているかのようです。



救急法、ぼくもやってみたよ！

特集

新しいCT装置のご紹介
9月9日は救急の日

● 連載 リハビリテーション技術課のご紹介

● 連載 健康応援レシピ

● 連載 医訪人 研修医

新しいCT装置のご紹介

新しいCT装置を導入しました。
装置の性能が上がったこと、
新たに使えるようになった機能をご紹介します。

放射線画像診断技術課
佐々木 駿

■ 撮影時間の短縮

CT検査とは体を輪切りにしたような画像を撮影し、体のいろいろな部位を詳しく見ることができる検査です。画像がブレないように、患者さんに息を止めてもらうことや動きを止めてもらうことが必要になるため、ご協力をお願いしています。新しい装置でも同様のお願いをしていますが、以前の装置と比較して撮影の時間が1/2程度に短縮されました。これにより、患者さんの負担軽減や息止めの途中で息が続かなくなってしまうことも少なくなっています。

■ 検査室内の様子



検査室内の様子

写真では分かりづらいかもしれませんが、検査室は木目調の壁や淡いピンク色の床など柔らかい雰囲気となりました。検査に来る方は様々な不安があると思いますが、それが少しでも和らげば良いと考えています。

■ ドーナツ型の装置の穴が大きく



以前よりも楽に通れます

CT装置はドーナツ型の機械で、ドーナツの穴を通るときにX線を体に当てて、画像を撮影します。このドーナツの穴のサイズが以前の装置よりも大きくなりました。腕をバンザイの状態で撮影する場合に肩が痛くてあまり上がらない患者さんでも、楽に機械を通れるようになりました。また、閉所恐怖症の患者さんの窮屈感も低減できると考えております。

■ 体内金属への新しい機能

次は技術的なこともお話ししたいと思います。現在は医療の高度化や高齢化により、体内に金属が挿入されている患者さんを撮影する機会が多くあ

ります。金属の素材によっては、画像に悪影響を及ぼし診断ができなくなる場合があります。説明だけでは分かりにくいので、カボチャで実験してみました。まずはカボチャをCTで撮影した画像とカメラで撮影した画像を見比べてみます。



CTで撮影した画像(カラー表示)

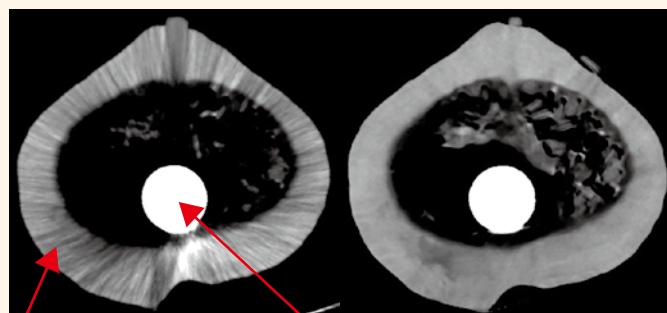
カメラで撮影した画像

左がCTで撮影してカラー表示にした画像、右がカメラで撮影したカボチャの画像です。種の部分やカメラの画像では分かりにくい凹凸まで描出できています。

次に、このカボチャに金属を挿入して撮影してみます。

〈これまでのCT装置〉

〈新しいCT装置〉



金属による悪影響

綺麗な画像

実の部分

金属

CT（輪切り）の画像です。左は実の部分全体的にシマシマの線が入っていますが、これが金属による悪影響です。右の画像の方が綺麗に見えます。このように、新しいCT装置は金属による影響をほとんど受けない機能を搭載しております。ちなみに、X線は検査の時しか出ていませんので、食べても何の問題ありません。カボチャは後でおいしく頂きました。



■ AI（人工知能）機能の搭載

実は、撮影した画像はコンピュータで見やすいように作り直して画像にしています。その過程は複雑なのですが、コンピュータの性能がどんどん上がっており、最近話題のAIを搭載した画像作成ができるようになりました。これは、少ないX線でも綺麗な画像を作成してくれる優れもので、X線の被ばく量を大幅に少なくすることができます。これは県内でもまだ数施設しか稼働していない最新の機能になります。

まだまだ紹介しきれない機能もありますが、みなさまの検査のお役に立てるように、新しい装置の性能を最大限発揮して検査していきたいと思っています。



私たちが検査します！
不安や分からない事などありましたら、
お気軽にお声がけください。

9月9日は救急の日

毎年恒例、救急の日。今年も9月7日～11日までの1週間、1階待合ホールにて、救急法指導員による心肺蘇生法講習、幼児安全講習、外科医師による「外傷について」の講演会が行われました。

実際に人形を使って心肺蘇生をしてみた方からは、「乳幼児の胸部を押すのってちょっと怖いな」とか「思っていた以上に力があるんだね」といった声が聞かれました。

「知っている」だけでは「いざ」という時に体が動きません。自分の体で何度も体験してみることが大事です。また機会がありましたら、ぜひみなさん体験してみたいはいかがでしょうか。



いちじきゅうめいしよち ビーエルエス 一次救命処置 (BLS)

きょうこつあっぱく しんばいそせい (シービーアール)とエーイーディー
胸骨圧迫のみの心肺蘇生 (CPR)とAED

入門編

「人が倒れている」近づくその前に

- 周囲の安全を確認する (2次事故防止)
- 傷病者の状態を確認する (大出血の有無など)

① 反応(意識)を確認する ② 協力者を求める

- 肩を叩いて、声をかける
- 119番通報
- AEDの手配

③ 呼吸の確認

- 10秒以上かけないで、胸とお腹をみて、普段どおりの呼吸があるかを確認する
- ※死戦期呼吸を普段どおりの呼吸と間違えないようにする
- ※判断に自信が持てないときは胸骨圧迫を開始する

④ 胸骨圧迫

- 「胸骨の下半分※」を垂直に押し下げる
- ※目安は胸の真ん中
- 圧迫の深さは「約5cm」
- 圧迫の速さは「1分間あたり100～120回」
- 圧迫は「強く・速く・絶え間なく」を意識す



⑤ AED

- 電源を入れる
- 音声に従う
- 電極パッドをはる
- ショックボタンを押す



じんこうこきゅう
※人工呼吸ができる場合は、胸骨圧迫30回と人工呼吸2回を繰り返す ※人工呼吸ができない場合は、胸骨圧迫のみを継続する

リハビリテーション技術課のご紹介 首から上のリハビリって??

こんにちは。言語聴覚士の佐藤です。院内では“ST（スピーチセラピスト）さん”と呼ばれることが多いです。首から上のリハビリを行う職種で、当院では脳血管疾患によるコミュニケーションの障害（失語、構音、高次脳機能などの障害）を担当しており、脳外科・脳神経内科での仕事がメインです。臨床では、脳ミソおもしろー！すごー！！と叫びたくなることも多々あり、不思議な世界にハマり15年です。個室で訓練をすることが決められており、みなさんの目に触れることがなく、何をしているのか謎に思われることもしばしばです。

さて、突然ですが、30秒間何回もツバを飲んでください。

「(ゴクン、ゴクン、ゴクン・・・)」

何回ゴクンできましたか？ こちらはRSSという嚥下（飲みこみ）評価のひとつです。3回以上であればOK。2回以下であれば嚥下障害が疑われますよ。いかがでしたか？ 嚥下領域も大切な仕事のひとつです。安全に口から食べられるよう、評価や訓練も行っております。（佐藤恭子）



言語訓練 はやくちことばを使用



嚥下評価 聴診器でのどの音を確認

健康応援レシピ 39

「野菜」旬のもの・身近なもの!!

私たちの体調は、季節の変化に強く影響を受けます。体が冷えて血液循環が滞ったり、暑くて汗をたくさんかいたり、乾燥して空咳が出たり、皮膚がカサカサになったり……。季節の野菜は、それらの症状を緩和する力を持つものが少なくありません。人間も野菜と同じ命あるものとして、同じ自然環境の中で育った野菜の力をいただくことで、体調を整えることができます。

日本の旬の野菜

春

春キャベツ・にら
たけのこ・新玉ねぎ
アスパラガス



夏

トマト・きゅうり
ピーマン・なす



秋

きのこ・人参
青くび大根・山芋



冬

白菜・かぶ・ねぎ
ほうれん草
ブロッコリー



野菜は毎食、**手軽に**食べる習慣をつけましょう。例えば・・・



肉料理にレタスやキャベツを
ちぎってそえる。



ブロッコリーなど、少量の水を加えて
軽く**電子レンジ**にかけて蒸し、
お好みのドレッシングをかけて食べる。



すでに切ってある市販の
サラダ用の野菜等を利用し
スープにして食べる。

毎日のことだから、手間を省いて「楽」に野菜を摂りたいですね!! [栄養課 管理栄養士 藤原]



研修医
成澤 将大

はじめまして。晴れて研修医となり盛岡赤十字病院で働くことになりました、1年次研修医の成澤将大と申します。現在6か月目となり、循環器内科で必死に足掻いております。今回広報にて自分の意見を話せる機会をいただきましたので、医師として、また一人の社会人として、6か月間働いた感想や考え方の変化などをお伝えできたらと思います。

初めの1か月はコメディカル研修にて多職種の仕事を拝見させていただき、まだ学生のような、ふわふわした気持ちで過ごしていました。

医師としての仕事を本格的に学び始めたのは5月の外科からでした。莫大な知識量と手術の仕事量で目が回る思いをしたのを覚えています。6月には当直が始まり、急に机上の知識から人に向ける知識へとシフトしなければならず、頭の切り替えが上手くいかず焦燥感ばかりが募りました。仕事後に専門書で勉強をしたり、同期とどういう患者がいたか話し合ったりと、できる範囲で仕事に追いつけるように学んでいきました。そして、今では新しい診療科で新しい知識を学ぶことで一つ一つできることが増えていくことを実感し、それを当直や午後診で発揮できることにとてもやりがいを感じています。患者一人の診断と治療まで自分の力で導くことができた時は、達成感や高揚感、そしてやっと医師としてのスタートラインに立てた様に思います。これから一人前の医師となれるようにより一層励みたいと思います。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

盛岡赤十字病院

〒020-8560

岩手県盛岡市三本柳6地割1番地1

Tel.019-637-3111 Fax.019-637-3801

広報誌「なじよだす」Vol.46 令和2年10月1日発行

編集／発行 盛岡赤十字病院広報委員会

杉村 好彦、小田切宏恵、田中 陽子、川村美奈子
高橋 正見、浅沼 祥加、梅村 景太、佐々木恵美
小笠原和頼、法領田浩輔、原崎沙由里、齊藤 純子

盛岡赤十字病院

検索