

スマイル＊ナース

No.3

5病棟
看護師 佐藤 真綾 さん

看護師になると思ったきっかけは？



中学生の頃、母から勧められたのがきっかけでした。それまでは看護師という職についてあまり知識がなかったのですが、自分なりに調べていくにつれて看護師になると思うようになっていました。

看護師として、やりがいや喜びを感じる点は？

患者さんが元気に退院していく姿を見ることが1番の喜びです。術後リハビリを頑張って笑顔で帰る姿を見ると、看護師としてその患者さんに関わったことにやりがいを感じます。

看護師になって4年目
【座右の銘】初心忘るべからず
【好きな食べ物】やきそば



患者さんと接する際に心がけていることは？

それぞれの患者さんに合った看護を提供することを心がけています。手術前後の患者さんと接することが多く、手術に対する不安や恐怖、術後の苦痛の程度など、思っていることや感じることはその患者さんによって様々です。そのため、コミュニケーションや状態観察などを通して、今どんな看護が必要であるか日々考えながら接しています。

今後の目標（取り組みたいこと等）についてお聞かせ下さい！

たくさん知識や技術を習得し、様々な患者さんに対応できるようにこれからも頑張っていきます。



TOPICS

無料送迎バスのご案内

当院では遠方からご来院される患者様のために無料送迎バスを運行しております。冬の通院にぜひご利用下さい（事前予約制）。

曜日によって運行コースが変わります。

- 【幸畑～松原～古川方面】月火木金 運行
- 【奥内～油川～新城方面】火木 運行
- 【後潟～奥内～沖館方面】月水 運行
- 【大野～浪館～三内方面】水金 運行



ご予約は ☎ 017-757-8750 まで

※バスは天候や交通状況により、遅れる場合もあります。あらかじめご了承ください。

運行ルート（バス発車時刻）の詳細については当院ホームページをご覧ください。また、総合受付でチラシを配付しています。

当法人リクルートサイトリニューアル

当法人のリクルートサイトが新しくなりました（当院ホームページよりアクセスできます）。各職種の求人情報（新卒・既卒）だけでなく、法人の紹介「1分でわかる雄心会」や現職スタッフへのインタビュー「先輩の声」も掲載しています。青森新都市病院で自分らしく働いてみませんか？ご興味のある方はぜひご覧ください。

病院見学も随時受付しています。



編集後記

新年早々、元旦に能登半島地震がありました。私も家族と実家に集まり、親戚達と楽しく過ごしていた時でしたが、地震発生時からテレビは緊急地震速報の音でニュースに変わり、緊張が走る状況。我が子初めての勇気を感じ、机の下に隠れておりました。こちらは今回被害がありませんでしたが、地震があれば倒れてしまう家具などをチェック、防災用品の確認を行いました。我が家では家具の固定をしていなかったため、そこを見直し、固定グッズを用意しています。被害がなかったからこそ、次に備えてできることをするのが大切だと思った年始めでした。（T・H）



地域連携だより「KADERU」
編集顧問 片山容一・末綱太

青森新都市病院 地域医療連携だより (かでる)

KADERU
INFORMATION FROM YUSHINKAI
AOMORISHINTOSHI HOSPITAL
2024年2月号
Vol. 32



【冬の白川郷】
撮影 工藤 明

Contents

- 冬に起こりやすい脳卒中にお気をつけください 福田 信
- 脳神経内科医が語る医学雑学 特別編
脳神経内科とは？ 布村 仁一
- 総合診療科よろず医療 第10回
日本一のがん対策・がん検診を目指して 佐々木 洸太
- スマイル＊ナース No.3
- TOPICS

もしかして 脳卒中?! ~ こんな症状があれば様子見ではなく、すぐに119番へ! ~

F ace (フェイス) 顔の歪みや 顔の麻痺	A rm (アーム) 腕や足に 力が入らない	S peech (スピーチ) 言葉が出ない ろれつが回らない	T ime (タイム) 症状に気付いたら 至急119番!
--------------------------------------	-------------------------------------	---	---

Time is Brain (時は脳なり) ... 脳梗塞の治療では発症より血行再開までの時間短縮が重要ですよ!!

冬に起こりやすい脳卒中に お気をつけください

脳神経外科科長
(脳卒中センター長)
福田 信 先生



脳卒中とは、脳梗塞・脳出血・くも膜下出血などの脳血管障害を総称した名称になります。当院では、年間約400名ほどの脳卒中疾患の入院があり、緊急手術からリハビリテーションまで切れ目のない治療を提供しています。脳卒中において大切なことは自分や、大切な人が脳卒中を発症したときにいかに早く脳卒中を専門とする病院へ連れていけるかで、治療が15分遅れるだけで死亡率が5%増えるというデータもあります。今回は、脳卒中全般について簡単に説明したいと思います。

◆脳卒中の特徴

青森市は、その特有の気候条件により、脳卒中のリスクが特に高い地域の一つです。青森県全体で、脳血管障害の死亡率は全国ワーストになりますが、特に60歳から70歳の年齢層では全国平均の2倍の死亡率になります。この要因のひとつとして高血圧や糖尿病などの生活習慣病の放置が挙げられます。生活習慣病の治療がなされない場合、高率に脳血管障害を引き起こします。また、青森市は世界第一位の豪雪地帯であり、冬季には運動不足や外出の減少が見られること、塩分摂取過多も生活習慣病のリスクを高める要因となります。

◆治療法

脳卒中の治療は、病気の種類で異なりますがいずれの脳卒中であっても、緊急性が求められます。「朝まで様子を見よう、」とか「救急車を呼ぶのは恥ずかしい、」といった理由で治療が遅れてしまい、時間が経ってから当院で診断がついて後悔される患者様も少なくありません。脳梗塞の場合、24時間以内であれば何らかの積極的な治療を検討します。例えば、血栓溶解療法やカテーテルによる血栓回収療法が行われます。当院では24時間体制で脳卒中治療チームが稼働できるよう待機しており、2023年は血栓溶解療法が16件、血栓回収療法が14件と県内

有数の件数を実施しています。脳出血の場合は外科的手術による圧迫除去や、くも膜下出血では再破裂防止の手術が必要となる場合があります。当院では、あらゆる脳卒中疾患に対しての治療が可能となっており、その体制を整えています。

◆予防法

脳卒中の予防には、生活習慣の見直しが重要です。バランスの取れた食事、適度な運動、ストレスの管理、禁煙、節度ある飲酒などが、脳卒中のリスクを減らすのに効果的です。特に、この時期の寒冷気候に対しては、適切な衣服を着用し、室内での軽い運動を行うことが推奨されます。気温差が大きいと脳卒中の発生率が高くなることも知られています。また、高血圧や糖尿病といった基礎疾患の適切な管理も重要です。

◆脳卒中を疑うタイミングと対処法

脳卒中を疑う症状として、片麻痺・失語・呂律不良がありますが、これ以外にも感覚の異常や急に起こる行動異常などもあります。特に心房細動などの不整脈や糖尿病・脂質異常症を持っている方がこのような症状を疑ったときはすぐに救急車を呼ぶか脳卒中医療機関を受診することが大切です。結果として違っていても構わないのです。脳卒中の治療は分単位でその予後に関わるため、少しでも早い治療開始が予後を大きく左右します。脳卒中を疑うときはすぐに脳卒中専門医のいる医療機関（脳卒中センター）を受診するようにしましょう。



連載

脳神経内科医が語る医学雑学 (全12回)

脳神経内科 部長
布村 仁一 先生



特別編 脳神経内科とは？

皆さんこんにちは。青森新都市病院脳神経内科の布村です。先日院内の他科の先生からある患者さんの診察依頼を頂いたのですが、何年も当院の複数の科を受診しておられる患者さんなのですが、脳神経内科ってところがあるのは初めて聞いた、どんな患者さんが受診しているかまったく知らないとお話を聞かされました。さすがに私もかなりショックを受けました。私がこの病院で働き始めてから4年以上が経過し、また青森県では昭和46年から私の恩師である松永宗雄、弘前大学臨床神経部門教授（昨年惜しくもご逝去されました）により脳神経内科の診療がはじまっておりもう50年以上の歴史があるにも関わらず、まだまだ知られていない診療科なのです。

実は脳神経内科はつい最近まで神経内科と標榜していました。なぜ標榜科名を変えたかと言うと、これが神経内科では一般の方々にどんな病気を診る診療科かわかりにくいのではないかと脳神経内科医の集まりである日本神経学会が考えて標榜科名を変更してみたのです。今のところ脳神経内科もなかなか理解が広まっているようには思えません…。確かに、皮膚科、眼科、耳鼻科、心臓血管外科など臓器名が入った診療科や、脳神経

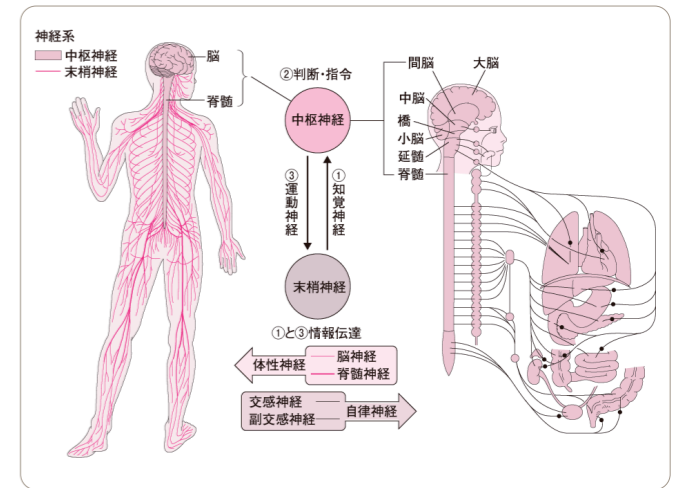
外科、整形外科、消化器内科、外科、循環器内科などどんな病気の人が受診されるかイメージできると思いますが、脳神経内科？と言われてもピンとこないかもしれません。

基本的に私たち脳神経内科医は、脳や脊髄、末梢神経（神経系と言います）の異常を扱います。これらの臓器に問題がおきると、何が起きるのか？東大神経内科の初代教授の豊倉康夫先生がすごくわかりやすく説明されています。我々が朝起きて顔を洗って、着替えをして、食事をして仕事に行く、家事をする、こういった何気ない日常のすべてのことが、神経系が正常に働いていないとできないのです。今まで問題なくできていた日常動作に支障があればぜひ脳神経内科を受診して頂ければと思います。具体的には脳神経内科の扱う範囲は広く、頭痛、めまい、しびれ、てんかん、認知症、脳卒中、パーキンソン病をはじめとした神経難病、筋性疾患や末梢神経

疾患、場合によっては悪疾患や膠原病などでも神経系に影響を与えることがあります。現在日本神経学会の会員医師は9000人、そのうち専門医は5000人います。青森県には専門医は34人、ここ数年若手の脳神経内科医が増えてきており、今後ますます皆さんのお役に立てる診療科になると思います。どうか気になる症状があれば気軽に相談してください。



日本神経学会のロゴ



総合診療科 よろず医療嘸

第10回 日本一のがん対策・がん検診を目指して



総合診療科 医長
佐々木 洸太 先生

青森県のがん死亡率、平均寿命は毎年のように全国最下位ですが、これは高齢者の問題ではありません。人口割合などから計算された指標に基づいた順位で、若い世代や子供達、働き世代のがん死亡率や健康寿命の問題です。1月21日に宮下青森県知事も参加したがん対策連携シンポジウムに招待をいただき、参加いたしました。

がん検診は住民（大きな集団）の死亡率を下げる、“社会的な課題”を解決するための“税金を投入した対策”です。やみくもに検診を多く行い、10万人に一人の病気など珍しい病気の発見に多額の税金を投入したり、命にかかわらない病気を早期発見・早期治療に繋げたりしても、“税金の使

い道”として良いとは言えません。「がん検診を受けること」は、若い世代にとっては「与えられた“健康財産”」です。検診を受けずに放置すると、“病気という悪魔”があなたの健康財産を蝕み、どんどん借金（不健康）が積み重なっていきます。返せる金額（健康負担）は個人差があり、気がついた時には返せない借金になっていて、早く亡くなってしまいかもしれません。がん検診について、若い世代（20-50代）であればあるほど、今一度考えていただければ幸いです。

青森県におけるがん検診事業の実施に関する要綱等について
https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/ganseikatsu/gan_youkou_aomoriken.htm
(2024年1月25日アクセス)



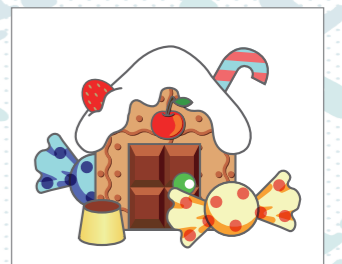
2024年1月21日
弘前大学創立50周年
記念会館にて



パネリストの
齋藤博先生と筆者

頭の体操 まちがいさがし

上の絵と下の絵にはちがうところが7つあります。さがしてみましょう。



※解答は次号vol.33 (2024年4月号)に掲載します