

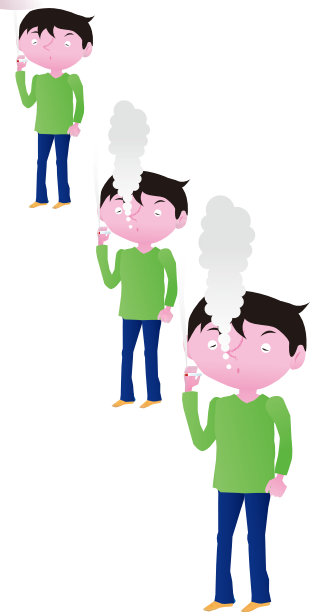
## 三たび禁煙の薦め

この5月31日、国際禁煙デーに世界保健機関(WHO)は全加盟国の政府に対し、タバコのパッケージにヤニで黒ずんだ肺や歯などの写真を印刷することをメーカーに促すように要請しました(写真)。

2005年に発効した「タバコ規制枠組み条約」ではパッケージの主要面に健康被害を説明する警告文を印刷することを義務付けています(主要面の面積の50%以上が望ましく、30%以下は不可)。また、健康に関する警告とメッセージはイラストや写真を用いて表示することが望ましいと規定していますが、警告のメッセージの有効性は表示の大きさによって高まるというエビデンスがあり、画像表示がより効果的であることも明記されています。

この様なWHOの要請に従ってヨーロッパやカナダ、シンガポール、ブラジルなど多くの国々では写真表示の警告文を採用していますが、わが国ではまだ写真の表示はなく文字による表記のみです。

わが国の男性の喫煙率はたばこ産業の調査によると、2008年に39.5%と40%を切っていますが、諸外国と比べるとまだまだ高い



の報告によると喫煙者は2.42倍インフルエンザに罹患しやすく、罹患すれば重症化することが確認されています。

医学の進歩、健康増進への関心の高まりと共にこの40年、平均寿命は延び続け、人生120才といわれるようになりましたが、折角延びた人生を精々長生きして幸せを満喫するのが良いのではないのでしょうか。

先日3月24日に神奈川県で受動喫煙防止条例案が県議会で可決成立しました。わが国にとって画期的なことですが、これで漸くわが国も禁煙先進国の仲間入りが出来たというわけで、今後の全国的な広がりが期待されます。イギリスでは大衆酒場パブも禁煙になっています。わが国も近い将来煙のない社会になって欲しいものです。

当院では禁煙外来を設置しています(水曜日午後)。喫煙者の皆さんの積極的なご相談をお待ちしています。

状況にあります。また女性にあつてはほぼ横ばい、30才台に限ると19.3%と上昇傾向にあります。欧米など先進国では1980年あるいは1990年頃から肺がんの死亡率は減少に転じ、イギリスでは肺がん死亡者が3分の2に減少していますが、わが国では今なお増加を続けています。

わが国の死亡原因の第二位はがんですが、その中でも肺がんは男性がん死亡のトップにあります。また肺がんに対する喫煙の寄与危険度は71.5%と高く、禁煙することが肺がん最大の予防策といえます。この春からメキシコ発の豚インフルエンザの世界的流行がありますが、喫煙者はインフルエンザに罹りやすい、というエビデンスもあります。日本禁煙学会

# 再び褥創について 当院の取り組み

## — 褥創治療、ラップ療法に魅せられて —

褥創についての一般的なお話は2004年7月15日号で取り上げましたが、今回は治療に焦点を当ててみました。前号で治療の方法は以前と考え方が違い消毒は必要最低限にして、湿潤環境を保つことで組織の修復を促進させることが大切だと話しました。その後、鳥谷部先生のラップ療法<sup>1)</sup>に関するビデオと夏目先生の創傷治療理論に接した時は目から鱗でした。ラップ療法を実践したところ、かなり大きな褥創が実に簡単に治ったのです。以前、褥創は消毒する。乾燥させる。ガーゼタンポンをするなどを行っていたとありますが、それはいかに間違っていた治療であるかを今では身をもって感じています。

褥創は局所の圧迫による循環障害が原因です。だから褥創治療のポイントが局所に圧迫を起さないようにすることが大切です。圧迫を取り除いても退色しない発赤や浅い浸出液の少ない褥創はフィルム材で覆い、あとは圧迫を避ければよいでしょう。長期臥床者に起る褥創は仙骨部、

周囲から出ていきフラットの紙オムツが吸収してくれ、自然にドレナージ効果<sup>3)</sup>が得られます。

褥創で気をつけなければならぬのは褥創とその周囲に発赤と熱感のある場合です。これは褥創感染の兆候であり発熱を伴うこともあって、黒色ないしは黄色の痂皮の深部に膿瘍を形成していることがあります。ただちに切開する必要があります。切開すると膿が排出してきます。抗生剤の注射の数日間併用がいるかもしれませんが、よく洗浄しておく事が大切です。また、風呂やシャワーによる清潔保持と血液循環の改善を図ります。褥創の創面も洗い流します。褥創の表面からはMRSAなどの病原菌が多く検出されますが、感染の原因とはなっていないのが殆どです。褥創の創面にインジンなどの消毒を行うことは無意味で、むしろ創傷治療を妨げているということが最近やっとわかってきました。

褥創で気をつけなければならぬのは褥創とその周囲に発赤と熱感のある場合です。これは褥創感染の兆候であり発熱を伴うこともあって、黒色ないしは黄色の痂皮の深部に膿瘍を形成していることがあります。ただちに切開する必要があります。切開すると膿が排出してきます。抗生剤の注射の数日間併用がいるかもしれませんが、よく洗浄しておく事が大切です。また、風呂やシャワーによる清潔保持と血液循環の改善を図ります。褥創の創面も洗い流します。褥創の表面からはMRSAなどの病原菌が多く検出されますが、感染の原因とはなっていないのが殆どです。褥創の創面にインジンなどの消毒を行うことは無意味で、むしろ創傷治療を妨げているということが最近やっとわかってきました。



1) ラップ・サランラップ

2) デブリートメント：壊死組織を除去すること。

3) ドレナージ：閉じられた腔にたまった滲出液・膿・血液などを排出すること。排液法。

4) NST：栄養サポートチームの略

(褥創・NST委員会委員長

末友 祥正)



# ふれあい看護の日

近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの生誕を記念して1990年より5月12日が看護の日と制定されています。今年も全国各地で多彩なイベントが開催されました。

当院でも5月12日(火)に大分県立大分雄城台高校から7名の高校生を迎え「ふれあい看護体験」実習が行われました。看護体験を終えての皆さんの感想です。



\*患者さんとの会話が難しかったのですが、食事介助や血圧測定など普段出来ないことを体験することが出来て、看護師になりたいという気持ちが強くなりました。



\*話すことが難しい患者さんにも、笑って話しかけたり触れたりして、看護は治すだけでなく患者さんとのコミュニケーションをとることも大切なのだと気付きました。今日の体験は自分の将来にすごく役立つものになると思いました。

\*「患者さんにしてあげること、自分たちも助けられている」との言葉がすごく心に残っています。感謝しながら関わっていくことが必要だと学びました。



わずかな時間の中でしたが、体験実習を終えて看護という職業にいろいろな思いを感じられたようです。将来、看護職を目指すきっかけになればと思いました。高校生の皆さんお疲れ様でした。



## 新入職員の紹介

今年の5月～6月に入社した新入職員をご紹介します。どうぞ温かいご指導、ご支援をよろしくお願いいたします。



**川口 美恵**  
(看護部)

できるだけ早く仕事を覚え、よりよい看護が提供できるよう努力していきたいと思います。



**首藤 亜沙美**  
(看護部)

早く仕事を覚えて、皆さんの力になれるよう頑張りたいです。



**藤野 けい子**  
(看護部)

安全面に留意し、信頼されるよう頑張ります。



**中島 理恵**  
(看護部)

常に笑顔で日々の仕事を頑張ります。



**吉居 香**  
(医療福祉地域連携部)

早く仕事を覚えて、組織の一員として働けるよう努力と笑顔を大切に頑張ります。

## 作りま専科

## トマトとオレンジのジャム

## 材料(出来上がり500g)

|        |          |
|--------|----------|
| トマト    | 3個(600g) |
| オレンジ   | 2個       |
| グラニュー糖 | 200g     |
| レモン汁   | 大さじ2     |



## ☆ワンポイントアドバイス☆

トマトの旬は6月～8月です。昔からトマトが赤くなると医者が青くなるといわれるくらい様々な効能があります。

トマトに含まれるリコピンは老化防止の効果があるほか、夏の紫外線にさらされる肌の美白効果も期待できます。カロテン、ビタミンA、C、E、ビタミンB群も含まれています。また、ルチンという物質には血圧を下げる作用があるのですが、塩分の入ったトマトジュースを飲むのではあまり効果が期待できなくなるため、塩分を添加していないものがよいでしょう。

## 【作り方】

- ① トマトは皮を湯むきにする。ヘタをとってザク切りにする。
- ② オレンジはワタの部分も含めて厚めに皮をむき、薄皮から果肉を切り離す。薄皮に残った果汁は絞る。
- ③ ホウロウの鍋にトマト、オレンジ、絞った果汁を入れてグラニュー糖の半分を加える。
- ④ 中火にかけて、焦がさないように木べらで時々鍋底から混ぜて20分間煮る。
- ⑤ 残りのグラニュー糖、レモン汁を加え、とろみがつくまで4～5分煮る。
- ⑥ 熱いうちに、熱湯消毒した瓶に詰め、ふたをして逆さまにし、空気を遮断する。冷蔵庫で6か月間は保存できる。

## 【トマトの皮の湯むき】

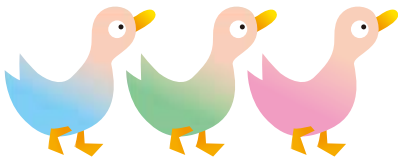
トマトのヘタの部分にフォークを刺して、小鍋に沸かしたお湯に浸けると皮がパチッと割れ、簡単にむくことができます。

## お盆診療のお知らせ

8月13日(木)、14日(金)、15日(土)  
は通常どおり診療いたします。

お盆休みはございません。

診療予約専用電話  
097-545-4890



『旅'08』後藤 美代子 様



『よろこび』森 和美 様

## アートのボランティア

アートのボランティアの方々のご協力により、病院内に絵画や写真作品を常時展示しています。皆様、ご来院の際はどうぞご鑑賞ください。

## 編集後記

近頃、公の場で喫煙している姿を見ることが少なくなってきました。喫煙場所の制限など、全国的に禁煙の波が広がっているのではないかと感じます。

しかし、そのたばこ自体に関しては依然手軽に手に入るような状況にあると思います。警告文の表示されているパッケージが店の陳列棚に並んでいるのは異様な光景です。(上土井)

## 医療法人 大分記念病院

## 基本理念

- 1) 私達は患者の皆様を中心とし、病院各部門が一致協力しチーム医療を行うことで、患者の皆様の満足と幸福に貢献することを目標とします。
- 2) 私達は地域社会の一員として、地域の健康増進と幸福の追求に貢献するために努力します。
- 3) 私達は病院の発展と安定とによって、地域社会の医療連携の一翼を担うことを目指します。

## 基本方針

- 1) 高水準の専門医療技術をもって、患者の皆様の治療に当たります。
- 2) 患者の皆様立場に立って、信頼と安全の確保に全力を挙げます。
- 3) 患者の皆様との心のふれあいを大切に、心のかもった医療サービスに努めます。

大分記念病院ホームページはこちらから

大分記念病院

検索

簡単になりました