

えがお EGAO

5

2016 May
Volume 37



- それってホントに頻尿
おしっこ小話アレコレ・・・・・・・・・・・・・・・・・・角田 俊雄
- 多い日も安心&安全
♪一人のヒヤリ～はみんなのヒヤリ～♪・・・・・・・・・・高橋 砂智子
- お知らせ
外来診療担当医一覧、新入医師紹介

それってホントに頻尿

皆さん、夜眠られてから何回トイレに行かれますか。お若い方であれば朝までないでしょうし、ご年配の方でしたら夜 1、2 回トイレに起きる人がいると思います。年を重ねてくると睡眠が浅くなったり、膀胱の能力が低下することで夜トイレに起きることがあります。中には 4、5 回トイレに行く人もいます。そのような方が夜間頻尿を主訴に当院を受診されます。



病的かそれとも正常か？

一回一回の量がおちょ一杯程度しか出ないのは病的な出方ですし、1 回に 150-300ml 程度出ているのであれば必要な尿であると判断します。また、起きたついでなのか、尿意が強くて起きてしまうのかは大きな違いがあります。おちょ一杯分しか出ず、夜全然眠れない人は過活動膀胱など頻尿を引き起こす疾患が隠れ

ている可能性があります。過活動膀胱であれば膀胱の過敏性を抑える薬を飲んで治療を行います。しかし、必要なおしっこを無理に薬で抑えてしまった場合、おしっこが留まる時間が長くなり、膀胱炎や腎盂腎炎などの尿路感染症のリスクになってしまいます。



多尿の原因には恐ろしい病気も

夜、一回の尿の量がしっかり出ていて回数が多い方は夜間頻尿ではなく、夜間多尿という状態になります。夜間多尿の原因としては心不全、糖尿病といった病気が関わっていたり、加齢による腎機能低下のため安静に寝ている夜の方がよく作られるため、尿が多くなるといったものがあります。

夜間の尿が多い人は夕方以降は少し水分を控えてみるなど、少し生活習慣を見直してみるだけでも違うかもしれませんよ。

膀胱炎で熱が出るの？

基本的には膀胱炎だけでは熱は出ません。腎臓にまで炎症が波及した場合に熱が出ます。膀胱炎の症状としては排尿時痛、残尿感、頻尿などがあります。炎症がひどい場合は血尿が出る場合もあります。ちなみに女性は男性より尿道の長さが短いため、女性の方が



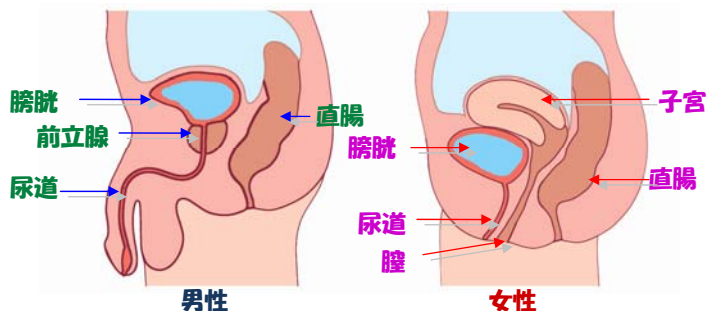
泌尿器科 角田俊雄

皆さん、こんにちは。昨年 10 月に赴任してきた泌尿器科の角田です。せっかく皆さんと良い関係を築き始めていたところで、まさかの転勤となってしまいました。皆さんの尿路が健やかであることを願っています。

- 性格：前向き、マイペース
- 趣味：ソフトテニス
- タイプ：美味しそうに食べる人

膀胱炎になりやすいです。また男性の場合は、排尿痛があり発熱がある時は前立腺炎の可能性も疑われます。予防法としては、陰部を清潔に保つこと、おしっこを我慢しすぎないこと、水分をしっかり摂って尿をつくり洗い流すことで膀胱の中に尿が溜まったままにしないことが重要です。また膀胱炎を繰り返される方の中には膀胱結石や腫瘍などがあるケースもあるので、一度泌尿器科への受診をお勧めします。

男女の尿路の違い



風邪薬も関係するんですよ

皆さんは風邪薬をうまく飲めているでしょうか。安易に予防だと思って市販の風邪薬を飲んではいないでしょうか。その中には鼻水や咳を抑える薬剤が入っていますが、副作用で尿が出にくくなる場合があります。特に前立腺肥大症のある男性が風邪薬を飲んで尿が出せなくなり、下腹部がパンパンに張ってしんどくなった状態で泌尿器科を受診されるケースも少なくありません。安易に風邪薬を飲む習慣のある方は見直した方がよいでしょう。

お世話になりました。

以上、普段の生活にも少し関係するような泌尿器科の豆知識でした。少しはお役にたったでしょうか。半年間という短い間でしたが本当にお世話になりました。また戻ってきた際には温かく迎えていただけたら幸いです。



医療安全対策は義務化されてますよ～

こんにちは、医療安全管理担当の高橋です。「何それ？」と思われる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。簡単に言うと、『患者様の安心・安全な病院環境を整える』部門です。1999年に患者取り違え事故、同年別施設で消毒薬の誤注射事故が起きました。これらの事例では、共にチェックする機会があったにもかかわらず、関係者の思い込みや、システム上の問題からエラーが発生しています。また当時、病院の隠蔽体質も問題視されました。



そこで、2001年より厚生労働省は、それまでの事故を教訓に、医療安全対策を義務化いたしました。

なぜ間違いは無くならないの？

私たち人間は完全に間違いをなくすことができません。ここで、病院という環境の中でエラーにつながる人間の特性を少し紹介します。

24時間稼働してある病院において、その中で働く職員は夜間勤務などがあり、体内時計の乱れが生じます。それに加え肉体的・精神的な疲労が合わさることで、本来の意味とは違う勝手な解釈をし、思い込みをしてしまう場合があります。そういった悪条件が重なった時にエラー発生の可能性が高くなります。



カンファレンス中のメンバー

結局は“安全なんて存在しない。エラーは起こるもの。”と言い切る人もいるかもしれませんが。けれども、尊い命を預かる医療現場では、あってはならないことなのです。

リスクマネジメントが重要です。

当院においては、2002年より現在の先駆けとなる医療安全活動が始動しました。2006年には院長の直属下の部門として確立され、現在は、河内医師を室長とし、薬剤管理者、医療機器管理者、感染管理者、事務局、医療安全管理者の6名で構成され、医療安全管理チームとして活動しています。

現在は、全職員を対象に、ヒヤとした体験やハットした事例をレポートにし、48時間以内に提出してもらいます。提出されたレポートは、安全カンファレンスを行い、起こった原因などの分析をし、対策案を検討します。それらを元にした研修会の実施や、院内新聞を作成す

ることで、全職員で様々な体験を共有し、事故防止につなげるシステムをとっています。

多い日も安心&安全！

現在、我々は「ひとりのヒヤリはみんなのヒヤリ」をスローガンに、下記の4点を重点的に取り組んでいます。



対策済シリンジとリストバンド

- ①誤認防止：名前を本人または家族に名乗ってもらう。
- ②転倒防止：履きなれた、滑りにくい履物を利用する。
- ③思い込み防止：ダブルチェック。指差し呼称の徹底。
- ④再発・未然防止：リスクの把握・分析・評価

また病院のシステム面での取り組みとしては一昨年より電子カルテの導入を行いました。それに伴い責任の所在が明確となり、データ分析などに非常に役立っております。また入院患者一人一人にリストバンドを装着していただくことで、人間の目と機械の目で患者間違いをチェックしています。



安全対策に命かけてます！

最後に、「なぜ、私達はこの仕事についているのか」と聞かれたら、やはりそれは「患者様の為になりたい！」からでしょう。患者・家族、同僚を含め、周囲の人々を気遣う「思いやりの心」であり、困っている人に気づき、何が出来るかを考え、行動することが我々の使命と考えております。



安全管理看護師 高橋砂智子

外来診療担当医一覧

診療科	受付時間		月	火	水	木	金
	午前	午後					
内科	8:30 ～ 11:00	科 に よ っ て 曜 日 、 時 間 が 異 な り ま す	八木・酒井	仙波(英)/酒井 ・仙波(尊)	仙波(尊)・八木・中 野・酒井	中野・田中・酒井	田中・酒井・仙波 (尊)
循環器科			高橋・上村(奇数 週)	上村・高橋	川上	榎本・上村	大蔵(偶数週)・榎 本(奇数週)
総合診療			越智	古川(第1火曜日)	休診	休診	本田・片山
皮膚科			松田	松田	松田	松田	松田
泌尿器科			武田	井出	武田	柳原	井出
耳鼻咽喉科			佐々木	佐々木	佐々木	佐々木	佐々木
歯科口腔外科			合田(予約制)	休診	中城(予約制)	休診	浜川(予約制)
小児科	8:30～ 11:30		楠目・渡邊・ 城賀本(偶数週)	徳田・ 専門外来(予約制)	楠目・渡邊・ 慢性外来(予約制)	徳田・ 健診・予防接種(予約制)	渡邊・徳田・ 田代(奇数週)
外科	8:30 ～ 11:00	なし	的場・渡邊・古谷	的場・古谷	中津・渡邊	的場・古谷	中津・渡邊
整形外科			温泉川・徳本・濱西	堀田・徳本・岡本	濱西・岡本・温泉川	岡本・濱西・堀田	徳本・堀田・温泉川
脳神経外科			河内	休診	河内	休診	田川/山下 (隔週)
眼科			依光	依光	依光	休診	休診

●担当医は変更になる場合がございます。

ホームページアドレス <http://yawatahama-cgh.jp/>

●受付時間は各診療科によって異なりますので、詳細につきましては当院(Tel.22-3211)へお問い合わせください。

新入医師紹介

四月から八幡浜へやってきました！宜しくお願い致します。

泌尿器科 井出健弘



今治出身の井出です。八幡浜は、魚が新鮮なので楽しみです。少しでも市民の皆様のお役に立てればと思っております。いつでも気軽に
ご相談下さい。

- 趣味: マラソン
- 幸せな時: 晴天
- 性格: ゆっくり・マイペース

内科 中野憲仁



地元八幡浜出身の中野です。地域の医療に貢献できるよう全力で取り組んでいきたいと思っておりますので宜しくお願い致します。

- 趣味: 柔道
- 性格: やさしい
- 好きなタイプ: やさしい人＝妻

整形外科 徳本真矢



松山出身の徳本です。皆様にとって最善の方法を一生懸命考えたいと思っております。まだまだ未熟者ですが宜しくお願い致します。

- 趣味: マラソン・能楽
- タイプの人: スポーツ好きな人
- こだわっている物: ヨーグルト



西条出身の田中です。八幡浜の第一印象は地元より都会な気がします。まだまだ勉強中ですが、地域の皆様のお役に立てるよう頑張ります。

- 趣味: バイク・カラオケ・マンガ
- 好きなタイプ: ペースが合う人
- 至福の時: 満腹の時、特技(大食)

内科 田中徹也



山口からやってきました中津です。第二の故郷八幡浜へ又帰って来ることになりました。宜しくお願い致します。

- 趣味: サッカー・登山
- 性格: おっとり・やさしい
- 好きなタイプ: 八幡浜の人＝妻

外科 中津宏基

新しい仲間が増えました。
宜しくお願い致します。



JOY 伊井かおり