



KOHASU-KUN

# こはすくん

高知大学 病院広報

70号 発行日/平成27(2015)年8月20日  
 うちの病院 ここがスゴイ! Part.66  
 新病棟のここがスゴイ②  
 ヘリポートの運用開始  
 熱中症について  
 お仕事紹介 精神科 作業療法士  
 ●4コマ漫画「こはすくん」第31回  
 平成26年度 患者さんからのご意見について  
 院内散歩 ●セタコンサートを開催しました

うちの病院  
ここが  
スゴイ!

Part.66

新病棟のここがスゴイ②

## ヘリポートの運用開始



**第**二病棟屋上に待望のヘリポート(正式名称:飛行場外離着陸場)が設置され、4月1日から運用を開始しました。

運用開始に先立ち、3月20日に運航訓練を実施しました。この日は高知県の[ドクターヘリ][消防防災ヘリ][警察ヘリ]の3機の協力により、本院の多くの医療スタッフも参加して、模擬患者の搬送や離着陸訓練を行い、運用に支障のないことを確認しました。

**原**則として、ヘリの運航範囲は高知県全域です。運航条件は昼間有視界飛行で、運航時間帯は8時30分から日没20分程度前まで、ヘリポートへの進入経路は障害物のない東からと南からの2方向となりました。患者搬送の実績は7月14日時点で17件あり、主に病院間搬送です。主な搬送元はあき総合病院や幡多けんみん病院です。

**ド**クターヘリの利用は、搬送元病院が当院の受入診療科の了解を得た上で、管轄の消防署へ連絡し消防署からヘリ基地病院へ出動を要請します。ただし、ヘリポートを有する病院の場合は、直接基地病院へ出動を要請することができます。なお、当院の救急受入対象は、①心肺機能停止、②脳卒中疑い、③心筋梗塞(急性冠症候群)疑い、④妊産婦・新生児、⑤小児 などとしています。今後受入件数の増加が見込まれますが、安全に十分留意の上実施していきます。

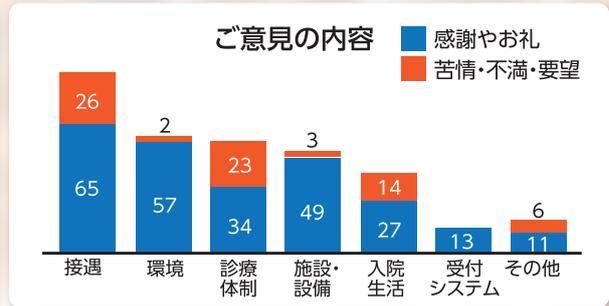
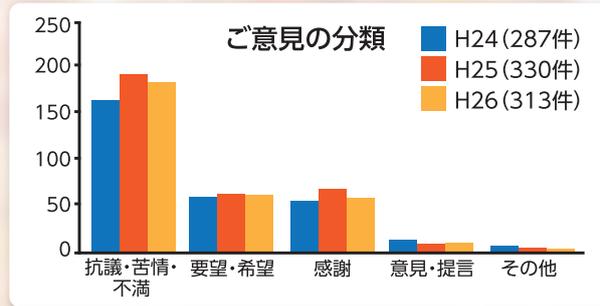


### ヘリポートについて

- 【仕様】
- 名称: 高知大学医学部附属病院ヘリポート (屋上型プラットホーム式)
  - 種類: 飛行場外離着陸場 ■地上高: 35m
  - 構造: 着陸帯の架台は鉄骨造、着陸帯の材質はアルミ合金製ヘリポート
  - 着陸帯: 幅21m×長さ21m
  - 強度: 機体全備重量9.0tまでのヘリコプター (利用できるヘリコプターは国内に配備されている全てのドクターヘリコプター・消防防災ヘリコプター・警察ヘリコプターです)
- 屋上ヘリポート階には災害時等にも対応できるよう、医療ガス・無停電電源コンセントを備えた処置室(緊急シャワー室)を設置しています。また、階下には手術室、集中治療室、救急部があり、高知県の地域災害拠点病院として、被災患者さんの緊急処置ができるようになっています。

# 平成26年度 患者さんからのご意見について

平成26年度に病院に寄せられたご意見についてお知らせします。本院では皆様からのご意見やご提案を真摯に受け止め、日々改善を行っているところです。いただいたご意見に対して改善された点などホームページ(患者さんの声)にも掲載しておりますが、ご意見を分類しましたのでご覧ください。



◀車椅子で診察を待っていただくための優先スペースを、内科外来・整形外科外来に表示しました。ご協力をお願いします。



◀外来のご案内を玄関ホールに配置しました。ご利用ください。



◀清掃中に運搬車を廊下に置くときは、清掃していることが分かるよう表示しています。

皆様からのご意見やご提案をいただき、もっとよい大学病院となるよう改善に努めてまいります。今後もたくさんのご意見やご提案をいただきますようお願い致します。



## 七タコンサートを開催

6月27日(土)、高知大学医学部附属病院では、恒例の「七タコンサート」を開催しました。

このコンサートは、7月7日の七タに先がけ、入院患者さんに少しでも七タの行事を楽しんでもらおうと催されるもので、今年は高知大学医学部合唱団、医学部ダンス部が出演しました。



医学部合唱団



医学部ダンス部



ご意見・ご感想は  
こちらまで  
どしどし  
お寄せください。



[郵送先]  
〒783-8505 南国市岡豊町小蓮  
高知大学医学部・病院事務部  
総務企画課調査・広報係  
TEL.088-880-2723 (直通)  
■ ホームページ  
<http://www.kochi-ms.ac.jp>  
■ メールアドレス  
[kms-info@kochi-u.ac.jp](mailto:kms-info@kochi-u.ac.jp)

高知大学医学部附属病院  
KOCHI MEDICAL SCHOOL HOSPITAL  
〒783-8505  
高知県南国市岡豊町小蓮185-1  
TEL.088-866-5811 (代表)  
TEL.088-866-5815 (時間外)

# 熱中症について

救急部

**熱** 中症は、体内での熱の産出と熱の放散のバランスが崩れ、体温が著しく上昇した状態をいいます。

身体への熱の出入りに関係する気象条件としては、①気温(周囲の空気の温度)、②湿度(空気に含まれる水蒸気量に関係)、③風速、④放射(輻射(ふくしゃ))熱(太陽からの日射、地表面での反射、建物からの輻射など)があります。気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日射・輻射が強いといった条件は、いずれも身体からの熱放散を妨げるため、熱中症の発生リスクを増加させます。

なかでも熱中症の発生に最も関与する気象要素は「気温」で、高温に伴う死亡率、入院患者の増加が数多く報告されています。

**気** 温に次いで重要なのは「湿度」であり、同じ「気温」でも湿度が高いほど危険度が高く、また、身体が暑さに十分慣れていない時期には、より低い温度でも熱中症が発生するので注意が必要です。熱中症の発生ピークは、梅雨明け直後、あるいは梅雨明け前の連続した晴

天で、梅雨明け前後の暑さに最も注意が必要です。

熱中症予防のための指標ですが、日本では気温、湿度、風、日射・輻射の気象条件を組み合わせた指標として、暑さ指数(WBGT:Wet Bulb Globe Temperature、表を参照)が推奨されています。暑さ指数の実況推定値・予測値は、環境省熱中症予防情報サイトなどで公開されているので、チェックしてみたいでしょうか。

**で** は、どのような人が熱中症にかかりやすいのでしょうか。若

年男性ではスポーツ時、中壮年男性では労働時の労作性熱中症の発生頻度が高いとされます。スポーツおよび労働による労作性熱中症は、屋外での発症頻度が高いものの重症例は少ないです。

高齢者では男女ともに日常生活のなかで起こる非労作性熱中症が多く、屋内での発生頻度が増加しています。また重症例が多いことも特徴です。特に屋内で発症する非労作性熱中症は高齢の女性、一人暮らしの方に多く、精神疾患、高血圧、糖尿病、認知症などの基礎疾患を有する

表) 暑さ指数と活動の目安 日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針」、日本体育協会「熱中症予防のための運動指針」をもとに作成

暑さ指数 WBGT(°C)	乾球温度(°C)	温度基準	注意すべき生活活動の目安	熱中症予防のための運動指針
31	35	危険		運動は原則中止
28	31	厳重警戒	全ての生活活動で起こる危険性	厳重警戒 激運動中止
25	28	警戒	中等以上の生活活動で起こる危険性	警戒 積極休息
21	24	注意	強い生活活動で起こる危険性	注意 積極水分補給
				ほぼ安全 適宜水分補給

方も重症化しやすいとされるため、本人・家族の方は注意しましょう。高齢者になるほど熱に対する感受性、体温調節能、活動レベルが低下し、基礎疾患を有する頻度が高いことから、屋内発症、重症例が多いと考えられています。

また、屋内環境について、近年では所有率の高いエアコンの設置使用状況でみると、若年者では使用者が多かったものの、高齢者では使用者が少なく、設置しているにもかかわらず使用を控える傾向にあることが分かりました。エアコンの未使用者および非設置者の重症度は高いことが報告されています。近年、温暖化および高齢化、核家族化といった社会背景から高齢者の日常生活における非労作性熱中症は増加傾向にあります。エアコンの適切な使用を促すことも含め、熱中症になりやすい高齢者に対する効果的な予防策を各家庭でも講じる必要があります。

**熱** 中症の症状としては、めまい、失神(立ちくらみ)、生あくび、大量の発汗、強い口渇感、筋肉痛、筋肉の硬直(こむら返り)、頭痛、嘔吐、倦怠感、虚脱感、意識障害、痙攣、せん妄、小脳失調、高体温等の諸症状があります。これらの症状があれば熱中症を

疑うことが重要で、早期認識・早期治療につなげることが大切です。

では、熱中症の予防・治療には、何をすればよいのでしょうか。熱中症治療ガイドラインでは塩分と水分の両者を適切に含んだもの(0.1~0.2%の食塩水)を摂取することが推奨されていますが、現実的には市販の経口補水液が望ましいでしょう。下痢や嘔吐などの症状があっても、水分や電解質の吸収力を高める特性があります。通常の水分・電解質補給であれば市販のスポーツドリンクでも十分ですが、スポーツドリンクは塩分量が少なく、糖分が多いことを認識しておく必要があります。糖尿病がある方は注意しましょう。また、梅昆布茶や味噌汁などもミネラル、塩分が豊富に含まれており熱中症の予防に有効とされています。

熱中症は予防が最も重要であることは疑う余地がないですが、加えて早期認識、早期治療で重症化を防ぐことが大切です。正しい知識があれば予防することができます。熱中症を知り、自分でできる熱中症対策を心がけましょう。



## お仕事紹介

### 精神科 作業療法士

作業療法とは、Occupational Therapyといい、病院や施設内では略してOTとも呼ばれ、本院では2名の作業療法士が精神科に勤務しています。精神科での作業療法士は、うつ病や統合失調症など、精神疾患を患った方、またそれらの疑いがある方々を対象に、手工芸やレクリエーション等の作業活動を通して、心身共に健康で自分らしい生活を送っていただけるように援助しています。

#### 【作業療法士が作業と捉えるもの】

- 1 仕事** 働くだけではなく、自分自身に必要なこと(たとえば、食事などの日常生活で行う行為)も仕事と捉えます。
- 2 休息** 精神疾患を患ってしまうと、病気になる前にできていたことを同じように行おうとしても、うまくいかないことが多く、根を詰めてやり過ぎてしまう傾向があり、上手に休めなくなることがあります。そのため、夜間の睡眠がとれなくなったり、生活リズムが崩れたりしてしまいます。
- 3 遊ぶ** 楽しむために行動する、余暇活動を通して日々の生活に潤いを与えることが必要だと思います。治療の中で休息や遊びがあるというのは「ん?」と思われる方もいると思いますが、それが精神科でのリハビリの一つ、作業療法です。私達は自然と余暇を取ったり、趣味活動を通してストレスを解消したり、次への活力を養ったりしていると思います。しかし、病気になるとそういったこともできなくなってしまうので、それらをできるように、そしてこの「遊ぶ」という行動から自信を付けられるようにします。

精神疾患を患ってしまった方は、ここで述べた3つのバランスが崩れてしまいます。そのため、その方にあった治療を作業療法士と共にっていきます。

#### 【作業の効果・メリット】

- 活動することで体力や集中力が向上する
- できた事を評価されて自信がつく
- 決まった時間に起きる・食事や薬をきちんと摂る等、日常生活をより良くする方法を身に付けられる
- 人の話をきちんと聞く、人に話しを上手く伝える方法を身に付ける
- 作業に集中することで、ストレスとなる事から一時的に開放される

具体的には、手工芸、縫い物、絵画、ヨガ、園芸等いろいろと行っています。しかし、ただ行うだけで病気が良くなる訳ではありません。目的をもって行うことが大事です。例えば、コミュニ

ケーションが苦手で、人と関わる事が出来ないという方がいたとしましょう。その方がただ作業を行っていても、変化は少ないと思います。何が苦手なのか、何ができないのか作業療法士と面接を行い、目的・目標を共有していく作業を初めに行います。そこから、できていなかった部分をできるように患者さんと協業していきます。作業療法は集団で行われる事が多いので、その中でコミュニケーション能力を身に付けたりもできます。

他にも退院後に役に立つ能力や技術を身に付けたり、環境改善の工夫や、ストレスの解消方法などを学んだりします。またちょっとした事でも落ち込みやすい方には、ネガティブに考えないような認知訓練を行ったりして、一人で落ち込みすぎないような技術を練習したりします。



▲作業で作成するブレスレットやミサンガ