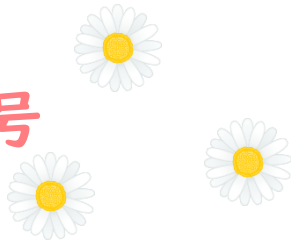




## うさはな号



第229号

発行日令和5年2月1日  
発行者：医療法人 博愛会  
福田脳神経外科病院 新聞部

### 診察室から 脳出血 寒い時期の午前中

院長 福田 雄高

今年は寒い冬が続いています。脳卒中といえば、脳梗塞、脳出血、くも膜下出血です。そのなかでも脳出血の発症は寒い時期に多い印象ですが本当でしょうか。

なんとといっても脳出血の最大の原因は高血圧です。脳出血は、一般的に動脈硬化により脳の細い血管がもろくなり、そこから出血するものと考えられます。日本では、以前とくらべて、食生活の変化や、降圧剤内服などにより血圧の管理を行う様になり、脳出血の発症率は以前より少なくなっています。

脳出血は確かに、寒くなる冬に多いとされています。12月、1月、それも1日のうちで最も血圧が高くなる午前中の10時～12時の時間帯に突然発症することが多いとされています。

朝は、特に血圧が変動しやすい時間帯です。血圧は朝高く、夜低いなど緩やかな日内変動がありますが、もともと健康な人でも、朝目覚める際に、急激に血圧が上がる人は少なくなく、「モーニングサージ」といいます。

また、寒い冬場は、体から熱を逃さないように体の血管が収縮することで体は自然と血圧を上昇させます。大きな血圧変動が起こり、血管や心臓への負担が増えるとされています。危険なのは急な寒さです。前日と比較して急に寒くなった日は特に要注意でしょう。

寒い冬の朝、寒い環境は血圧が急上昇する恐れがあり、大変危険です。部屋を温めるなど、心がけましょう。また、厳しい冬の朝、外出するときも厚着をして体を冷やさないようにしましょう。血圧がいつも高い方だけでなく、日頃そこまで血圧は高くない印象の方が、脳出血を発症することもあります。

日頃より高血圧に注意するだけでなく、特に寒い時期の、朝の時間帯は、部屋を暖かくする、急に寒いところにでないなどの対応が重要でしょう。

穏やかな海の景色

**"Agua pasada no mueve molino."** 「流れ去った水で水車は動かせない」  
(過ぎてしまったことを嘆いてもしかたがない。後悔先に立たず。)





## 院内感染対策委員会 勉強会

院内感染対策委員会委員長 M, F

まだまだ新型コロナウイルスは終息に向かわず、第2回の院内感染対策委員会の勉強会も各部署に分かれ、カンファレンス等の時間を用いて資料配付・説明を行いました。今回のテーマは

「 新型コロナウイルス感染予防を含め、院内感染時の対応について

当院で作成したマニュアルの周知 」です。

まず、第一の目標は院内に新型コロナウイルスを持ち込ませない事です。しかし今の世の中、誰が罹患してもおかしくない状況です。その可能性を最小限にするために、患者さんが外来受診時から入院までのフローチャートを作成し、それに基づいて患者さんの対応を行うようにしました。

これまで入院対象となる患者さんはコロナ抗原検査を行った後、外注でPCRの検査を行っていました。そのため、検査の結果が出るまでに1日~2日は時間を要していました。しかし12月中旬より院内にPCR検査機械が導入され、短時間で結果が分かるようになり、院内へコロナウイルスを持ち込むリスクが軽減できたのではないかと考えます。とは言え、病棟でのコロナの発生が全くのゼロではありません。万が一病棟でコロナが発生した場合に、院内で感染を広げない事が次の目標になります。スタッフ1人1人が感染拡大予防のための統一した行動と意識を持てるようにマニュアルを作成しました。しかし、現在作成しているマニュアルもまだ仮の状態です。どんどん世の中がコロナウイルスに対する対応が変化していくため、その都度追加と修正が必要です。

春には5類への移行検討もされていますが、医療現場ではまだまだ変わらず対策は必要と考えます。

医事課での  
カンファレンスの様子



PCR 検査実施中の様子



(※院内PCR検査実施対象者は  
医師の指示がある方、  
入院対象となる患者さんです)



## おくすりのこと ～目薬編～

薬剤師 N, Y

### ◆ 目薬を使う順番 ～点眼薬が、2種類以上処方された場合～

- ・基本的には、さらさらした液の点眼液を先に、ドロドロした点眼液を後に点眼します。より効かせたい点眼液や、刺激のある点眼液を後に点眼します。
- ・薬の吸収を考えて、このような順番で使うことが推奨されています。

水溶性 ➡ 混濁性 ➡ 油性 ➡ ゲル化する持続性点眼液 ➡ 眼軟膏

- ・点眼する間隔は、最低5分以上空けましょう。  
立て続けに点眼すると、最初に点眼した目薬の成分が次の目薬で押し出されて薄くなってしまい、効果が十分発揮されません。

### ◆ 点眼薬をさす時の注意点

- ① 1日の点眼回数、又は時間の指定がある場合は医師の指示に従ってください。
- ② 点眼後、あふれた点眼薬は目の周囲の皮膚の炎症を起こすことがありますので、清潔なガーゼやティッシュでふき取りましょう。
- ③ 点眼後、すぐまばたきをすると薬が目にとどまる時間が短くなり、点眼薬の効果が弱くなることがあります。

点眼薬をさした後は、静かにまぶたを閉じ、まばたきをしないで約1分間眼を閉じましょう。



### ◆ 点眼薬の保存方法

通常、室温保管の点眼薬は、1～30℃で、冷所保管の指示がある点眼薬は冷蔵庫で保管しましょう。

点眼薬は、指示がなくても冷蔵庫で保管した方が、品質が保たれるものが多いですが、一部冷蔵庫で保管しないほうがよい点眼薬もあります。

リザベン点眼液（アレルギー治療の目薬）・ノフロ点眼液（抗菌薬）などは、使用時に効果が減弱したり、薬が詰まってしまうことがありますので、室温で保管しましょう。室内で保管する点眼薬は、なるべく直射日光が当たらない涼しい場所に置きましょう。光により不安定になる点眼薬には、遮光袋がついています。光を遮るために必ず保管時は、遮光袋に入れましょう。

## ～ 患者さまのことば ～



トイレにいけなかった  
トイレが1つしかない。こんなに患者が多いのに。

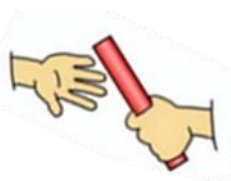
ご意見ありがとうございます。  
ご不便をおかけしています。トイレは改装を予定しています。  
改装後は、今よりはスムーズに使用していただけるようになると思いますので、  
もうしばらくはご迷惑おかけします。



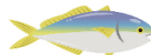
受付の方はおしゃべりが多いです。  
聞こえています。

ご指摘ありがとうございました。  
不快な思いを抱かれた事について、深く反省致します。  
今後は、受付に限らず、スタッフ一同、  
常に患者さまがいらっしゃるという意識をもって  
業務に集中していきたいと思えます。

患者さまからの、貴重なご意見ありがとうございます。  
今後ともご意見等ありましたら、ご意見箱にお入れください。  
(各フロアーに設置しております)



### スタッフリレー



看護部 Y, O

私の好きなことは釣りをすることです。

前の職場同僚に誘われイカ釣りに行き、そこから釣りをするようになりました。最初はイカ釣りだけをしていましたが、最近はブリやヒラマサを釣る為に友達と沖磯に行くこともあります。夕方から次の日の昼まで寝ずに釣りをし、まったく釣れないこともあります。何も無い時間もゆっくりとした時間が流れ気分転換になります。

子どももできたので今後は家族みんなで行けたらと思っています。

