



### 診察室から 脳震盪を疑ったとき



院長 福田 雄高

遂に第78回国民スポーツ大会佐賀大会（SAGA2024 国スポ）が始まります。佐賀県は人口も少ない県ですが、きっと活躍するだろうと期待してます。スポーツにおいて注意したほうがよいものに頭部外傷、外傷に伴う脳震盪があります。脳震盪を見逃さないためにどんな点に注意したらよいのでしょうか。

ポイント **脳震盪を疑ったら、速やかにプレーを中止する。**

頭を打つと、ときに命にかかわるような重い脳の損傷を負うことがあります。

警告-救急車を呼んだがよいケース

- ・ くびが痛い/押さえると痛む
- ・ 手足に力が入らない/しびれる
- ・ 発作やけいれんがある
- ・ 反応がわるくなってくる
- ・ 落ち着かず、イライラして攻撃的
- ・ ものがだぶって見える
- ・ 強い頭痛/痛みが増してくる
- ・ 一瞬でも意識を失った
- ・ 嘔吐する



外から見てわかる症状 以下の様子が見られたら、脳震盪の可能性がります。

- ・ フィールドや床の上で倒れて動かない
- ・ 素早く立ちあがれない/動きが遅い
- ・ 見当違いをしている/混乱している/質問に正しく答えられない
- ・ ぼーっとしてうつろな様子である
- ・ バランスが保てない/うまく歩けない
- ・ 動きがぎこちない/よろめく/動作が鈍い/重い
- ・ 顔にもけがをしている

脳震盪が疑われた場合には…

- ・ 少なくとも最初の1-2時間は、ひとりきりにしてはいけません。
- ・ 頭部CTやMRIなど受診、画像評価は重要と考えます。
- ・ 適切な休養、及び段階的な競技復帰が望ましいものと考えます。

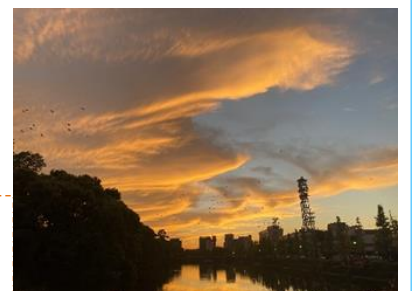


脳震盪が疑われた場合には、競技や練習をただちに中止します。

たとえすぐに症状が消失したとしても、医師や専門家の適切な評価を受けるまで、プレーに復帰してはいけません。

参考：脳震盪を疑ったときのツール（CRT5）

*"Para hacer las cosas bien es necesario: primero el amor, segundo, la técnica."*  
「物事を上手くやる為に必要なことは、一に愛、二に技術」(Antoni Gaudí)



# 院内感染対策委員会勉強会がありました

院内感染対策委員会委員長 F・S

## テーマ

ゴミの処理について～事故を防ぐために～

当院では様々なゴミが出ています。

- ① 医療廃棄物⇒感染性廃棄物  
非感染性廃棄物

国の認可を受けている業者に  
処理依頼



- ② 事業廃棄物⇒燃えるゴミ  
プラスチック類  
ペットボトル  
オムツ

専門の業者に依頼



全スタッフに正しいゴミの分別方法を周知しどのように運搬し処理されるかを、



図などを用いて見直しました。

処理方法を知ることで、運搬する業者の方の安全と労力の負担軽減につながるように努めていきたいと思っています。また院内での安全性や清潔にもつながると考えています。

## 🍅🍅🍅 患者さんの声 ～厨房編～ 🍅🍅🍅

毎食おいしい調理ありがとうございました。  
元気をもらいました。参考にさせていただきます。  
これからもお元気で頑張ってください。  
ありがとうございました。  
患者 Sさん



厨房の皆様へ  
毎日3度の食事は楽しみでもありおいしかったです。  
感謝の一言です。 患者 Bさん



お言葉、ありがとうございます。  
患者様の栄養面でサポートができるよう、今後も毎食バランスを考え、心を込めて作って行きます。



## 消防訓練を行いました

今年度も消防訓練を行いました。業者の方の、通報機器の説明を受けた後、今回は“2階西側ベランダ”が火元と想定して避難誘導訓練を行いました。今回、実際に患者役・スタッフ役の人に感想を聞いてみました。



### 通報役

今回緊急通報を行う役割をしました。普段触る事のない機器を扱って消防へ実際に連絡を取ったり貴重な体験をしました。とても緊張しました。 M・K

### 火元確認役

消火器を持って火元確認を行いました。消火器の重たさに驚いたり、正しい持ち方を学ぶことができました。患者さんと仮定して、スタッフをシーツ担架でくるみ、避難誘導する際も日頃から通路の確保を意識しておくことが大切だと感じました。 U・N



### 患者役

シーツでの搬送は怖かったです。初めての体験で患者さんの気持ちになれました。もしそういう場面に遭遇した時は、患者さんのみなさんスタッフを信じて下さい！！きちんと運んでくれます！！ S・Y



女性患者役を男性二人が頭側、女性二人が足側でシーツを使用し搬送しました。力のバランスを考えて男女を対角線に配置した方が運びやすいことが訓練を通して学ぶことができました。

S・R

### 患者搬送役

消防訓練で4人で患者さんをシーツで抱えて階段を降りる場合、力の強い人・弱い人を対角にした方が良いという事に気付きました。実際にやってみないと分からない事があって参加して良かったです。 I・M

I・M

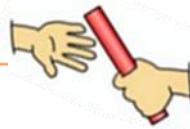
## ▶ 水消火器を使用して実践



消火器を使用しての訓練をしました。  
今回2回目でしたが、操作手順をぼんやりとしか覚えておらず、実際に火災時にスムーズに行動できるよう、定期的な訓練の必要性を改めて感じました。

Y・N

消防訓練の際、警報音など入院患者さんに、ご迷惑をおかけしました。ご協力ありがとうございました。今回の訓練で学んだ事を、万が一の時に備え、今後に活かしていきたいと思えます。



## スタッフリレー

### お題：私の好きな事

看護師 S・K



私が最近密かにわくわくする事は、娘の自主練をみる事です。高校生になり、私の母校で私と同じ弓道部に入部しています。



まだまだ基礎練習中で矢を射る姿は見れませんが、自宅で「ゴム弓」という道具を使い練習している姿を見るとついつい口を挟みたくなったり、ちょっと指導したくなったり…でも我慢。意見を求められたときだけ答えます。指導の方法や体力づくり等、当時と比べると随分ライトになっている事も多い様なので「昔はこうだった」なんて話はきっと必要ないですから。ただ基本動作は変わることはないので、聞かれた時は「お母さん三段だから!!」と自信をもってアドバイスしています!母は密かに青春時代を思い出しわくわくしています。地味なようですがとても奥深く、且つ矢を射るのでとても危険な競技の為、「ゴム弓」「素引き」「巻き藁」と1段階ずつ合格をもらわないと矢を射る事はできません。

マイペースに頑張っている娘の射をみるのが  
今から楽しみで楽しみで仕方がありません♡

