

# 病院だより

## 体外衝撃波 結石破砕装置

### を更新しました！



この度、体外衝撃波結石破砕装置を最新機種に更新しました。これは上部尿路結石（腎臓、尿管にできた結石）の治療に用いる装置です。新たな装置は、従来機種よりも破砕効率が向上、そして、X線装置の鮮明な画像と超音波画像を組み合わせることで結石の位置を特定しやすくなりました。

### 上部尿路結石の症状と治療法

上部尿路結石のうち、腎臓にできた腎結石はほとんど痛みを伴いませんが、尿管に降下すると尿管結石となり、尿の流れが滞ることで腎臓が腫れ、激痛となります。この激痛により、救急車で搬送される方もいます。ほかの症状としては血尿などがあり、無症状でも次第に腎臓の機能が低下することがあります。

約5mm未満の小さい結石は自然に排石が期待できる一方、10mm以上は自然排石が難しく、5mm～10mmは境界型と考えられています。

上部尿路結石の治療法は、主に**内視鏡手術**と**体外衝撃波結石破砕術(ESWL)**の2つです。内視鏡手術は、腎臓や尿管に内視鏡を挿入し、直接観察しながらレーザーなどで破砕、摘出する手術であり、麻酔が必要で数日の入院を要します。

ESWLは結石をレントゲンで観察しながら、体外から衝撃波を結石に数千発あてて破砕する治療法で、麻酔を必要とせず日帰り治療が可能です。

鳥取県東部と中部地区でESWLが可能な施設は当院のみです。2024年当院ではESWLを87件、内視鏡手術を130件施行しています。

#### 理念

#### 基本方針

#### 1. 信頼される病院 2. 心温まる病院 3. 楽しく働ける病院

- 地域における医療福祉の向上につとめ、地域住民のいのちと健康を守ります。
- 地域の中核病院として、地域の医療機関と連携・協調を図ります。
- 二次医療を中心に担当します。
- 医療需要の増大と多様化に対応できる病院づくりを目指します。
- 超高齢社会における治す医療と支える医療の両立を目指します。

# 熱中症を予防しよう！

気温30度を超える日が増えてきました。

熱中症対策は万全ですか？

## 暑さを避ける



エアコンや  
扇風機を活用



帽子・日傘を使用  
日陰で休むなど

## こまめな 水分補給



喉が渇く前に  
水分補給

## 塩分摂取も 忘れずに



大量に汗を  
かいた時など

## 日頃の 体調管理



質の良い睡眠と  
バランスの良い食事

## 熱中症が起こりやすい条件

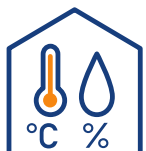
### ● 気温が高い日

大量の汗をかきやすい  
環境下では気をつける。



### ● 湿度が高く、風が無い時

汗が蒸発しにくく、  
体温調整をしづらくなるため、  
室内でも油断は禁物。



### ● 急に気温が上昇した時

梅雨明け後などの身体が暑さに慣れていない  
時期も注意！

## 熱中症に特に注意したい人

### ● 高齢者・乳幼児

### ● 体力がない人 体調の悪い人

### ● 肥満傾向の人

### ● 持病のある人

〔 高血圧、糖尿病、心疾患、  
精神疾患 等 〕

### ● 暑さに慣れてない人

### ● 発汗機能が低い人

### ● 発汗機能を低下させる

お薬を服用している人

〔 抗パーキンソン病薬、  
抗コリン薬、抗ヒスタミン薬 〕

## 熱中症を疑われる人がいたら

安静を保てる涼しい場所に移し、首元やわきの下など太い血管が通っている部位を冷やします。意識がしっかりしていれば水分（できれば塩分入りのもの）を飲ませます。そのうえで注意深く経過を見ていきます。

意識が無い、あるいは**反応が鈍い**、吐き気や嘔吐があっても**水分補給が困難**な時や、**手当をしても改善しない**場合は**すぐに救急車要請**をしましょう。

### 熱中症の症状と分類

|               | 症 状                                           | 対 処                                                                            |
|---------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| I 度<br>(軽症)   | ● めまい、大量の発汗<br>● 立ちくらみ(熱失神)<br>● 筋肉痛、こむら返り    | ● 涼しいところで安静にする<br>● 身体を冷やす<br>● 水分を補給する<br>0.3%くらいの塩水、<br>経口補水液、<br>スポーツドリンク 等 |
| II 度<br>(中等症) | ● めまい、頭痛、嘔吐<br>● 倦怠感、虚脱感<br>● 集中力や判断力の低下      | ● 医療機関での診療が必要                                                                  |
| III 度<br>(重症) | ● 意識障害、痙攣発作<br>● 過呼吸、ショック状態<br>● 脳・肺・肝臓・腎臓に障害 | ● <b>救急車を呼ぶ</b><br>● 入院のうえ、厳重管理<br>(集中治療)が必要                                   |

※ II 度で、自分で水分・塩分を摂取できない時や、  
III 度の状態であればすぐに病院へ搬送する必要があります。

# 院内防災訓練を行いました

令和7年6月11日、新規採用者を対象に院内防災訓練を行いました。4月に採用となった職員が入職して3ヶ月経ち、職場環境や病院内の構造などに慣れてくるこの時期に行っています。院内にどのような防災設備があり、どのように活用すればよいのか実際の設備を見ながら説明を受けました。

実技訓練については、消火用散水栓を使用した放水訓練、消火器を使用した初期消火の手順を確認しました。また、高所からの避難を想定して救助袋の設営と降下訓練も行いました。救助袋はいわゆる「布製のすべり台」で、高所が苦手な職員にとっては不安だったかもしれませんが、いざ滑ってみるとあまり怖くないということをもっと知り、安全に避難できる設備であることを認識できたようです。

有事に適切な対応や行動を取るためには日頃からの準備、訓練や知識の集積が不可欠です。医療機関としての責務を果たすべく、このような訓練を病院全体で取り組んでいます。



## 食中毒にご注意

7月に入り、気温の高い日が続いています。暑さによって食品の傷みが早くなったり、食中毒の原因となる細菌が活発になり増殖しやすくなるなど、食中毒になる原因が重なる時期です。食中毒を引き起こさないためにも予防対策を行うことが重要です。



### 食中毒の原因菌をつけない

食品や調理器具に食中毒の原因となる菌を付けないようにするためにも、調理前、生の肉や魚などを取り扱う前後や食事前に手洗いをするようにしましょう。

また、生の肉や魚などに使用する調理器具は使用の都度きれいに洗い、できれば殺菌するようにしましょう。



### 食中毒の原因菌を増やさない

細菌の多くは約20～50℃の高温かつ多湿な環境下で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりになり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食品についた菌を増やさないためにも、すぐに冷やすことが重要です。



### 食中毒の原因菌をやっつける

細菌やウイルスのほとんどは加熱すると死滅します。肉や魚など食材は中まで熱をとることが重要です。中心温度75℃で1分以上が目安です。食べ残しを食べる時も、再度加熱しましょう。

「つけない」でも触れた包丁やまな板などの調理器具の殺菌は、熱湯をかけることでも可能です。