



### 誕生日会&七夕会

カリンさんか  
アキラさんか

美味し〜ものが  
いっぱい食べら  
れよ!!

患者さん扮する  
織姫 & 彦星  
(\*▽\*)

七夕にちなんだ、星の中に玉入れゲーム、天の川で釣りゲーム、竹の筒渡しゲームを笑顔いっぱい楽しみました(#^^#)

#### ~目次~

- 病院短信 『ステロイドは妙薬』
- 患者さんの日常エピソード
- いきいき看護・介護
- 医事課だより
- 誕生日会&七夕会
- スタッフ紹介

- 高野 正孝
- 船津 栄
- 山口 しのぶ
- 西下 紀子
- 各病棟デイルーム
- 築城 絵里香

### 8月の予定

#### ◆ 誕生日会

1病棟	8月 4日 (火)	各病棟 デイルーム
2病棟	8月18日 (火)	
3病棟	8月 5日 (水)	



サウ0歳時(\*▽\*)

### スタッフ紹介



3病棟 看護師  
つき えりか  
築城 絵里香  
趣味：読書



昨年の9月に3病棟に入職しました、築城 絵里香と申します。早いもので1年が経とうとしています。初めての転職ということもあり、入職してしばらくは毎日不安と緊張で、続けていけるかと日々葛藤してきました。でも、プリセプターを始め、病棟スタッフの皆さんが優しく指導してくださり、時にはフォローしていただき、少しずつ慣れていくことが出来ました。まだ、ご迷惑をおかけしてしまうこともありますが、一生懸命頑張りますので、これからもよろしくお願ひいたします。



『ステロイドは妙薬』

この6月にオックスフォード大学は、新型コロナウイルスの重篤患者の3分の1が、ステロイド剤「デキサメタゾン」の投与により救命されたと発表しました。

私はステロイド剤を治療に愛用しています。そこで少々専門的になりますが、ステロイド剤の使用経験を書いてみます。私が医師になった1970年代は、ステロイド剤があまりに汎用されたため、副作用、例えば高血糖、免疫低下などが問題視され、安易なその使用に警鐘が鳴らされた時代です。先輩から、ステロイド剤の危険性を口すっぱく教えられたために、ステロイド剤拒否の治療観を私は持っていました。ところが臨床でその優れた効果を経験するたびに、抵抗はなくなっていました。

実例を書いてみます。

・ホスピス医療をやっていた時の事です。救急で来院した瀕死の方(終末期乳がん)が、ステロイド剤(リンデロン2 mg)とモルヒネを皮下注射した数時間後に、ニコニコ笑ってラジオを聞いている姿には驚愕しました。

・脳炎疑い(高熱と意識障害)の患者さんは、髄液検査の結果の出る前に、抗生物質とソルコテフ(ステロイド剤) 500 mgの静注を行い、翌朝、意識は正常になっていました。

・高度の認知障害のあるおばあさんが肺炎で入院し、抗生物質にステロイドを混ぜて治療しました。肺炎はすぐ治り、1カ月ほどした頃、認知障害は全く消えてしまいました。

その他にも数え切れない患者さんにステロイド剤を使いましたが、ほとんどの人が素晴らしい効果を示しました。この病院でも、100人以上の高齢者に使いましたが、効果はあっても副作用は全く見られませんでした。

長年の経験を通して、私はその効果にある種の法則があることに気付きました。

ステロイド剤は使い始めて3日もすれば、患者に何らかの反応が出ます。①反応がほとんど見られない場合は、そのまま早々(1週間位)死に至ります。②反応が一時的には見られるが、打ち切るとすぐに減衰する場合は、活力の起伏を繰り返して数カ月後に死に至ります。

③反応がすぐぶる良好でみるうちに回復する場合は、終了しても活力が回復し完全に病氣は治癒します。(夙(たこ)揚げの様に似ていることから「ステロイドの夙の法則」と田巻院長命名)

この法則を頭に入れておくと、病氣の予後が大むね推測でき、家族に病状説明をする時、大変役立ちます。ステロイド剤は、料理でいえば「隠し味」のようなものです。他に手立てのない時には、使ってみられることをお勧めします。

私の使い方を簡記します。

一番の適応は、肺炎などで39度以上の高熱が出て敗血症を思わせる時です。抗生物質の点滴ボトルの中に、ソルコテフ 200 mgを加え3日間連注します。その後100 mgに減らして2〜3日行い1週間未満で終了します。その際にはH2ブロッカー(ファモチジン)を同時に使用します。つい最近重症肺炎の患者さんに、隔週に3クール投与し完治させました。副作用は全くありませんでした。

追記：終末期患者の緩和ケアには、リンデロン2 mgを経口投与または点滴注射します。倦怠感が取れ食欲も出ます。苦痛にはフェントステープ(フェンタニル)を併用します。

私が注意している副作用を書いてみます。

①興奮・ステロイド剤は興奮作用があり、これが元気づけをして、生体の回復を早めていると私は思います。

②高血糖・糖尿病、耐糖能障害のある人は特に要注意です。私は血糖値が400 mg/dlを超えたらインシュリン使用を考慮しています。

③胃潰瘍・ステロイド剤を長く使用しているとステロイド潰瘍ができてきます。H2ブロッカーを必ず併用します。

④免疫抑制・パルス療法のように高容量のステロイド剤を使うと、1週間でリンパ球が減少し、易感染となります。1クールを1週間未満で終了します。



1病棟 看護師

山口 しのぶ



今年の夏は例年とは違いコロナ感染対策のため、マスクを着用する機会が多くなっているかと思えます。高温・多湿と言った環境でのマスクの着用は、心拍数・呼吸数・体温の上昇などで熱中症のリスクが高くなります。また、マスクを着用すると体内の熱がこもりがちになり喉の渇きを感じにくくなるため、気付かないうちに脱水症を引き起こし、熱中症になってしまう恐れがあります。

《予防のポイント》

- 1、喉が渇いていなくても普段以上にこまめに水分補給を心がけましょう
- 2、換気を行い、エアコン等を使用し部屋に熱気がこもらないように室内温度を調整しましょう
- 3、毎日3食きちんと食べ、しっかりと睡眠をとりましょう
- 4、適度な運動をしましょう

まだマスクが必要な生活が続きます。感染も予防しながら暑い夏を乗りきりましょう！



患者さんの日常エピソード



今月は、当院に入院され4年半を過ごされたチヨさんをご紹介します。チヨさんは滋賀県のお生まれで、ご結婚され上京。とても家族の健康を気遣われ、お子さんが喘息を発症された時は環境の良い所に転居される。ご主人に先立たれてからは娘さん達に迷惑をかけないで生活したいと、筋トレの出来るデイサービスを選ぶなど、とても頑張り屋さんです。病棟でのチヨさんは介助が必要ですが食欲旺盛です。介助の食事を口に入れて噛んで飲み込むと「はい！」と声がかかり次の一口を入れます。その早いこと、まるで“わんこそば”の合の手みたいで楽しくなっています。(ご想像ください) (^-^)

この年代の方としては長身で若々しい方です。いつまでも元気で過ごされるよう支えていきたいと思えます。面会を終えられた娘さんにお声をかけると「母の日に撮っていただいた写真を本人に見せると“あら、かわいいわねえ”と笑ってくれた。皆さんのおかげで、年々顔の表情が穏やかになって、面会を終えて帰る時、私もあたたかい気持ちで帰れます。また、面会に来たいと思えます」と笑顔を残してくださった娘さんに“よかった！元気なお母さまに会ってもらえて”とほっとする一コマでした。

3病棟 看護師長 船津 栄

医事課 だより

医事課 西下 紀子

いよいよ夏本番!! ですが、このご時世では毎年恒例の夏祭りや花火大会など、夏の風物詩ともいえる楽しいイベント行事は殆どなくなりそうで、少し寂しい夏となりそうですね。

さて、私どもの医事課では通常業務を行っているものの、7月初旬から、ご家族のご面会は1日に数組のご予約制、少人数、短時間をお願いしております。やっとうご面会が再開しましたが、以前に比べるとまだまだご家族の方々の来院は少なく、「こんにちは！」と笑顔で挨拶を交わす機会も減り、閑散としている談話室を見ると、私どもとても淋しく、空しい気持ちになります。(現在は再び面会は中止とさせていただきます)

そんな中、病棟からお散歩や談話室でくつろぐためにいらっしゃた患者さんが、医事課(受付)の前で、「アイスをお願いしま〜す!」「お花がきれいねえ〜!」「また遊びに来ま〜す!」など声をかけていただき、こちらが元気をもらっている感じです。

私どもも患者さんに負けない笑顔と挨拶で、元気パワーをお届け出来るよう頑張っています!

7月末で国民健康保険・後期高齢者医療被保険者証等の保険証、限度額認定証の有効期限が切れる方がいらっしゃいます。ご提示がまだお済でない場合は、なるべく早めにご提示くださいますようお願いいたします。わからない事がございましたら、お声をかけてください。お待ちしております。

