

まめなかの

発行責任者
隠岐広域連立立
隠岐病院長
隠岐の島町城北町

新病院開院に

あたって



隠岐病院長
小出 博己
こいで ひろみ

この度、島根県および構成町村の支援、そして島民の皆様の熱意により新病院が建設され去る五月一日に開院しました。療養環境の充実を図るとともに、診断機能を向上させ、提供できる医療の範囲を拡大し隠岐での医療完結率

を高めるため、医療機器の更新・整備も行いました。また、医療情報の効率的運用のため、電子カルテも導入しました。一方、当院で対応できない高度の医療を要する救急患者の搬送体制の効率化、搬送時間の短縮の

ため、屋上にヘリポートを設置しました。

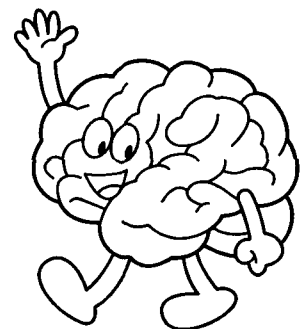
医療環境の厳しい中、また限りあるマンパワーの中、急性期医療を基本として、隠岐で必要とされる医療、提供すべき医療を見極め、住民の皆様に安全・安心な医療を提供すべく、一方本土の高次医療機関および島内医療機関との適切な機能連携・分担を行い効率的な医療提供を行うべく、更なる体制整備を進めたいと考えております。

少子高齢化が進行する中、保健・福祉・介護施設との連携の強化、予防医療の充実を目指して健診機能の強化も図りたいと考えております。

島民の皆様から信頼され、必要とされる地域の中核病院を目指し、職員一同、一層の努力を続けてまいります。今後とも、皆様のご指導ご鞭撻をお願いいたします。

(ホームページより抜粋)

脳MRI検診予約受付中



安心のために…
「脳MRI検診を」

突然働き盛りを襲うクモ膜下出血、中年から老年にかけて多くみられる脳血管障害(脳出血および脳梗塞)等、最近、特に脳の病気が注目を集めています。この病気もさることながら、身体他の臓器と同様に脳も加齢と共に脳萎縮等の生理的変化が生じてきます。自らの脳の状態を正確に把握されることで、健康管理の一助になればと思います。

自覚症状のない「隠れ脳梗塞」が発見されたり、思いがけず糖尿病が見つかったりと、皆様より「受けてよかった」と感謝の言葉を頂いております。是非、ご利用下さい。

熱中症に要注意!



夏は熱中症を起こす人が増加します。特に高齢者は、屋内で日常生活を送っているときにも注意が必要です。

「熱中症」とは

気温が変化しても、体には体温を一定に保とうとする仕組みが備わっています。暑くなると体温が上がり始めると、皮膚の血流を増やして皮膚から熱を逃がしたり、汗をかいて、その汗が蒸発することによって熱を逃がしたりして、体温を下げます。ところが体内の水分や塩分が不足して脱水状態になると、体内の熱を外に出せなくなり、熱がこもって、さまざまな体の変調をきたすようになります。このような状態が「熱中症」です。

熱中症は、体がまだ暑さになれていない六月下旬から七月にも多いのですが、やはり気温が高くなる八月中旬に最も多く発生しています。

熱中症の発生状況をみると、若い世代では「スポーツ、野外活動、野外での労働などをしているとき」などに多く起こります。しかし、高齢者では「屋内で日常生活を送っているとき」に最も多く発生しています。

◆高齢者が熱中症を起こしやすい理由

高齢者が熱中症を起しやすい理由には、「身体的な要因」と

「ライフスタイルの要因」によって、体温調節がうまくいけなくなりやすい傾向があります。

○身体的な要因

- ・体温調整能力の低下
- ・発汗機能の低下
- ・暑さ、渇きへの感度の低下

○ライフスタイルの要因

- ・エアコンが苦手―暑くてもエアコンをつけずに、窓を閉めきって寝たりすることがあります。
- ・水分摂取を控える―トイレが近くなる嫌って、水分をとりたがらないことがあります。



◆熱中症の症状

熱中症では体内の水分と塩分が不足することによって、さまざまな症状が現れます。次のような症状によって、熱中症の重症度は、大きく三つに分けられています。

- Ⅰ度・めまい、立ちくらみ、こむら返りなど。
- Ⅱ度・頭痛、吐き気、嘔吐など。
- Ⅲ度・ふらふらする、立てない、意識障害など。

熱中症では、「Ⅰ度→Ⅱ度→Ⅲ度」と段階的に悪化するとは限りません。徐々に悪化することもあります。突然Ⅱ度やⅢ度の状態で発症することもあるのです。注意が必要です。

◆対処

○Ⅰ度の場合

涼しい場所に移動したら、体を冷やしながら、スポーツドリンクなどで水分と塩分を補給します。水と一緒に梅干しなどする方法もあります。

○Ⅱ度、Ⅲ度の場合

すぐに医療機関を受診します。涼しい場所で体をより積極的に冷やします。意識があつて吐き気がない場合は、水分と塩分を補給します。意識がなかったり吐き気がある場合は、気管に入ると危険なので、無理に飲ませないでください。また、嘔吐物がのどや気管に詰まらないよう、顔を横向きにして寝かせます。



◆熱中症が起こりやすい条件

- 気象条件・高温多湿、無風日差しが強いときなど
- 環境条件・炎天下の屋外、自動車の中、風呂場、換気の悪い室内
- 身体条件・暑さに慣れていない(夏の初め)、睡眠不足・下痢・二日酔いなどによる体調不良、持病があったり薬を服用している場合など。また高齢者は体内の水分量が減少していたり、暑さに対する抵抗力が低下しているため、そして、子どもは体温調節機能が未発達なため、熱中症を起こしやすいといえます。

◆予防のポイント

- 気温・気候に注意
高温多湿、無風、日差しが強い日には、屋内・屋外にかかわらず注意が必要です。

○こまめな水分補給

のどの渴きを感じなくても、こまめに水分をとりましょう。日常の水分補給には、お茶やジ

ュース、スポーツドリンクなどを適宜にとってください。アルコール飲料やカフェインを多く含む物は、利尿作用があるため水分補給には適していません。また、寝ている間に熱中症が起きることもあるので、寝る前にもコップ一杯の水を飲むなどして、水分補給を行きましょう。暑い時間は、夜間にトイレに起きるのを敬遠するよりも、熱中症予防を重視してください。

○生活環境の改善

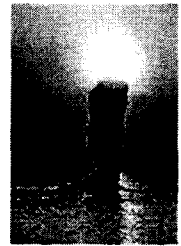
特に高齢者は、屋内で熱中症を起こすことが多いので、室内の環境を見直し、温度や湿度、通気などに注意しましょう。室内は高温多湿にならないよう、エアコンや扇風機などを上手に利用してください。また、外出する時は、できるだけ日陰を歩くようにしましょう。通気性のよい、白っぽい衣服を着たり、薄い色の帽子をかぶったりすることも、熱中症予防には、効果的です。

一産声は地域の宝一

今一度みんなで考えよう!

へき地・離島周産期フォーラム

in 隠岐の島



産科医療崩壊の象徴として有名になった隠岐の島で

今一度みんなでへき地・離島周産期の現状を考えてみませんか?

隠岐の島同様に産科医療崩壊の危機となった徳之島、種子島からはもちろん
日本全国各地からパネリストが集まり、各地域の問題と展望を話してもらいます。
その後、へき地・離島の周産期を守るために島民を含め皆さんで考えてみたいと思います。

日時：8月5日(日) 9:00 開場

9:30~12:00

場所：隠岐の島町

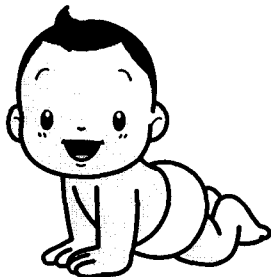
隠岐島文化会館大ホール

対象：隠岐の島島民全ての方

周産期医療に関わる全ての方



入場無料



講師・パネリスト(予定)

群馬：西吾妻福祉病院 伊藤雄二氏

徳之島：がじゅまるの家代表 野中涼子氏

種子島：田上病院 高山千史氏

隠岐の島：隠岐病院 長谷川明広氏

北海道：日本赤十字北海道看護大学 田中和子氏

東京離島：東京都立大塚病院 藤中義史氏

北陸能登：金沢大学 新井隆成氏

長崎離島：長崎医療センター 安日一郎氏

鹿児島奄美諸島：名瀬徳洲会病院 小田切幸平氏

主催：隠岐広域連合

共催：島根県・地域医療振興協会島根県支部・離島 隠岐の医療を考える会

問い合わせ先：隠岐の医療を考える会事務局 齋藤靖 Tel/Fax 08512-2-4576, E-Mail kensa@oki-hospital.com