



独立行政法人国立病院機構 東徳島医療センター

〒779-0193 徳島県板野郡板野町大寺字大向北1-1

TEL 088-672-1171 FAX 088-672-3809 URL <https://higashitokushima.hosp.go.jp/> e-mail 515-KANRIKA@mail.hosp.go.jp

やさしい笑顔と よりそう医療



新年のあいさつ



東徳島医療センター 院長 井内 新

皆様明けましておめでとうございます。2024年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

少しずつですが新型コロナからは解放されつつあります。そのような中、昨年はワールドベースボールクラシックで大谷翔平を始めとする日本人選手が世界の人々にすばらしい感動を与えてくれました。そして昨年の流行語大賞にもなった“アレ” 38年ぶりの阪神タイガースの日本一。野球の世界では私の最大限の夢を実現してくれました。今年はどのような夢が現実となるのか、そして違う景色がみられるのか楽しみにしています。

さて、最近チャットGPTを始めとする生成AI（さまざまなコンテンツを生成する学習能力があるAI）の急激な発展には目を見張るものがあります。25年余り前にインターネットが普及しはじめた頃、それがどういうものかもはっきりとはわからずに、使わなければならなくなりました。今回も同じような状況で、生成AIを半信半疑で使いながら生活や仕事に応用しなければ立ち行かなくなる状況

が予想されます。医療の世界でもある程度の情報を入力すれば診断と治療について最善の方策を示してくれる時代となりつつあります。現在、心電計には自動診断装置がついていますが、我々循環器の医師も鵠呑みにはできませんが、それを参考にして診断し、見逃し防止の一助として大事なアイテムとなっています。これからは生成AIもそれに使われるのではなく、参考にしながら上手に人間が使っていかなければならない時代になります。

東徳島医療センターでは昨年末よりpost-NICUの患者さんを徳島病院からお迎えしているところです。これからは我々職員も家族の一員となり、“やさしい笑顔とよりそう医療”の原点にたち、両病院で情報を共有しながら、患者さん方が少しでも安全にそして安心して療養生活を送っていただけるようにスタッフ全体で取り組んでまいります。

明るい空を見て、大きな深呼吸をして笑顔と絆で盛り立てていきましょう。



笑いなき時代に生まれたわけじゃない



療育指導室長 佐々木 祐二

「よく笑う人は病気になりにくい」などの言葉があるように、昔から笑いと健康は大きく関係していると考えられてきたそうです。近年では、医学の分野でも笑いの効果に着目した研究が進められ、笑うと体内のナチュラルキラー細胞が活性化し、その結果、免疫力が高まりさまざまな病気の予防や改善に役立つという話も耳にします。

私は、笑いやユーモアが人に癒やしや希望を与えることを「パッチ・アダムス トゥルー・ストーリー」という映画で学びました。この映画の主人公は、実在するアメリカの医師ハンター・ドーティ・アダムス氏で、ホスピタルクラウンの活動を始めた方です。アダムス氏は、ユーモアで人を笑わすことには心を癒やす効果があると考え、クラウン（ピエロ）の格好をするなど、さまざまな方法で患者さんを笑わせます。更に、作中で「笑いは血液の酸素を増やし、心臓を活性化し、血圧を下げ、免疫力を向上させます」と語っています。

初めてこの映画を観たときに感じた、対人支援の複雑さや素晴らしさ、人と人とのつながりの魅力を今もおぼえています。そして、この映画が心の中に残り続けています。

2018年12月に重症心身障害児（者）病棟の患者さんに音楽を使った療育活動を楽しんでもらい

たいと考えギターを始めましたが、活動開始時は3曲しか演奏できなかったため、毎回コスチュームを替えて活動をしました。サンタクロースなどのコスチュームで活動を行ったところ、患者さんやご家族、病棟の職員が温かく迎えてくれ、笑ってくれるのが嬉しくなり、次第にコスチュームも増えていきました。今はこの活動がやりがいのひとつになっています。先日も、患者さんのベッドサイドで活動をしていると、その様子をみた職員が集まってくれ「愛なき時代に生まれたわけじゃない♪キミといきたいキミを笑わせたい♪」と斉藤和義の曲と一緒に歌い、笑顔に包まれた時間を楽しみました。

アダムス氏が講演のために来日した際、7つの信条のひとつとして「ひとをケアすることは、科学的見地からしても、あなたにいいことがある。」と話したそうです。私は、患者さんに「笑ってもらいたい」、「楽しんでもらいたい」と思い、この活動を始めましたが、今は自分自身が一番楽しんでいるように感じています。これからも、病棟内に笑顔とユーモアの花が咲くよう、活動を通じて「笑顔づくり」ができるよう、当院のキャッチコピー「やさしい笑顔とよりそう医療」を心に取り組んでいきます。



低温やけど(低温熱傷)



の症状と対処法

特定看護師 西川 雅俊

皆さん突然ですが、冬に低温やけどになった経験はありますか？

今回は、低温やけどの症状や対処法についてお話ししていきたいと思います。

寒くなってきた時期に皆さんはどんな暖房器具を使用していますか？

湯たんぽや電気毛布、電気カーペット、使い捨てカイロなど頻繁に使用するようになりませんか？



1 低温やけどの重症度

- ・低温やけどの重症度分類はⅢ度熱傷になります。
- ・Ⅲ度になると皮膚に血の気がなくなり白くなったり、火で受傷した場合には炭のように黒くなったりします。
- ・Ⅲ度になると痛みを感じる神経まで損傷されるので逆に痛くないのが特徴です。
- ・Ⅲ度熱傷の場合には皮膚の障害が強く、治るのに時間がかかるため小範囲の場合でも医療機関での治療をおすすめします。



分類	臨床症状
I度熱傷	表皮熱傷で受傷部皮膚の発赤のみ。
浅達性 II度熱傷	水疱ができ、水疱底の真皮は赤色を呈す。 通常1～2週間で上皮化する。
深達性 III度熱傷	水疱が形成され、水疱底の真皮が白色を呈す。 上皮化には3～4週間を要する。
IV度熱傷	皮膚全層の壊死で白色を呈す。褐色になっているものや、完全に皮膚が炭化しているものも含む。受傷部位の周辺からのみ上皮化が進むため、治癒には1～3カ月以上を要する。



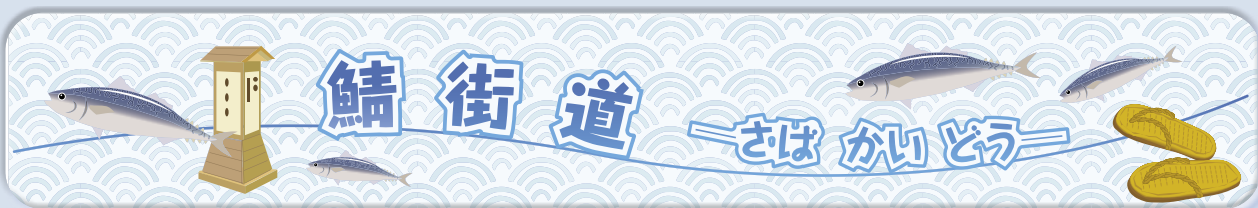
2 低温やけどはすぐに治らない

- ・治療期間は数ヶ月掛かります。ダメージを受けた皮膚と、正常な皮膚の境界がはっきりしてくるのに2～4週間掛かります。

- ・壊死組織がとれるのに1～2ヶ月。
- ・皮膚がなくなっているの、その部分が治るのに1～2ヶ月。
- ・完治までに約3～4ヶ月程度掛かってしまいます。
- * 傷跡は数年すると白い跡になることが多いです。

3 低温やけどにならない為の予防や対処法

- ・長時間同じ部位にふれないようにする。
- ・電気製品などは、寝る前などには必ず電源を切る。
- ・タイマー機能がある電気製品であればタイマーをセットする。
- ・湯たんぽは寝る前に必ず布団から出す。
- * 当たり前のことですが大事なことであるので覚えておきましょう。
- * 子どもや高齢者などには十分に使い方や低温やけどについて説明し、やけどにならないように注意してください。



外科 齋藤 勢也

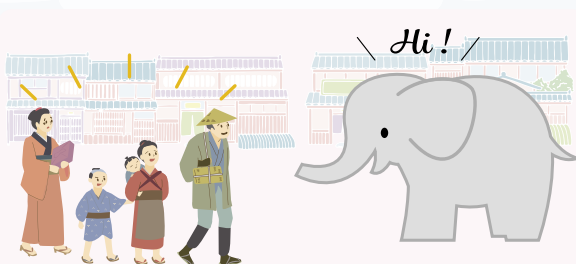
最近、余暇でテレビを見るときにジャンルが偏って来たのを感じます。BS旅番組、バス旅や酒場放浪記、日本百名山番組や歴史番組、あとはNHKのブラタモリなど。

11月の初めに見たブラタモリで以前に旅行した福井の話があったので興味深い話を書いてみます。鯖街道は、若狭(福井県)から京(京都府)に至る幾つもの道の総称で鯖などの海産物や文化、それ以外を運んだ重要な街道であり、日本



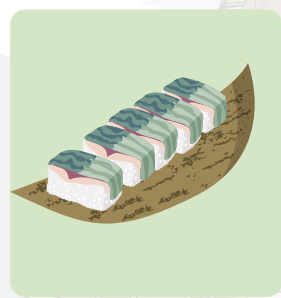
海沿岸地域の産物である能登のイワシ・山形の紅花・津軽のたばこの葉などを日本の中心地であった京・大坂に運んだという番組でした。京の終点は出町柳(公称約80Km)最も多くの物資が往来した「若狭街道」(朽木ルート)若狭と京を最短ルートで結ぶ「針畑越え」(針畑越えルート)「西近江路」琵琶湖の西岸を通るルート「周山街道」の4つがあるそうです。その中でも朽木ルートの紹介でした。これらは13世紀の初期に出来た若狭街道で室町・戦国・江戸にかけて若狭の海でとれた鯖がこの道を通って大消費地である京へ運ばれたことから「鯖街道」と呼ばれるようになったそうです。鯖という傷みやすい魚をどのように迅速に運ぶか、そのために塩でしめて、丸一日かけて新鮮な鯖を運ぶというミッション。早朝小浜を出発して昼夜歩き続けて翌朝、京に到着。その頃には丁度よい味加減になっていたようです。

「若狭一塩」という言葉があるそうです。小浜港の近傍には大きな川があり、砂浜ではなく大型船が横付けできて室町時代には象が日本で初めて足利将軍への贈り物として鯖街道を通って京に送られて行ったようです。その当時の街道沿いの日本人は象のような大きな動物を見たことがなかったのでさぞかしビックリした事でしょう。このように若狭は古代より外国船も着く日本の表玄関であったようです。中国・朝鮮



半島よりの渡来人も渡って来たことでしょう。鯖街道の最大の宿場町、熊川宿という場所でのこのような平坦な道が直角に曲がっている理由は、日本のプレートの沈み込みが原因で熊川断層と花折断層とが東西方向と南北方向から押されて街道が曲がり押されて弱くなった部分が川の浸食によって削られて川沿いに平坦な夢の街道が出来上がったという地質学的な説明もありました。朽木ルートは、戦国時代に織田信長が越前朝倉攻めをしたときに浅井長政に裏切られ京に敗走した時に使用した街道との説明もありました。朽木は京に近いので室町將軍の足利義晴(12代)・義輝(13代)が京から逃げて一時臨時幕府を開いていた場所でもあったようです。

このように鯖街道は鯖などの海産物だけでなく、歴史上の人物も往来していた重要な幹線であった。最後に祇園に到着して老舗料亭で鯖寿司を頬張りながらもし鯖街道が無かつたら鯖寿司も生まれなかつたし、歴史も変わっていたかもしれないと言うオチで番組は終了するのです。愛でたし愛でたし。このように地質学的分析や歴史学的な解説、あとは面白トークで和ませながら地方を探訪しています。



皆さんもコロナで旅行控えしていたのであれば、千葉のネズミの国ではなく、歴史探訪や日本のジオグラフィーを楽しんではいかがでしょうか？