

+ 成田赤十字病院広報誌

ふれあい

〒286-8523 千葉県成田市飯田町90-1

TEL 0476(22)2311(代) <http://www.naritasekijyuji.jp/>

+
第5号
2004.8



ドクターヘリについて

成田赤十字病院では、平成14年10月にヘリポートが完成し、ドクターヘリによる傷病者の受け入れを開始しました。

平成15年度の件数は51件で、その内訳は整形外科10件、脳神経外科15件、その他26件となっています。件数からもわかるとおり、千葉県は交通事故ワースト3位ということもあり、外傷の患者が多く搬送されてきます。

ドクターヘリを見かけたことがある方もいるとは思いますが、一体どのような時にドクターヘリが運航しているのかはあまり知られていないと思います。そこで、今回はドクターヘリについて紹介させていただきたいと思います。

まず、ドクターヘリとは、「救急専用の医療機器等を装備したヘリコプターに救急医療の専門医および看護師等が同乗し、消防機関等の要請により救急現場に向かい、救急現場から医療機関に搬送する間、救命医療を行うことのできる救急専用ヘリコプター」をいいます。

ドクターヘリの特徴としては、①エンジンスタートから2分で離陸可能である②機体がコンパクトでテールローターが無いために安全で低騒音である③医療機器が標準で装備された救急専用ヘリである等の特徴があります。これ故に、救急現場にいち早く救急専門医を送り込み、単に医療機関までの搬送時間を短くするだけでなく、治療開始時間を早くできるという



食中毒を予防するには

栄養課長 高師さち子

食中毒とは、有害微生物、有害物質を原因とする急性胃腸炎を主な症状とするものをいいます。

食中毒の大半を占める細菌性食中毒は夏場の高温多湿な時期に発生します。食品を扱う時は十分注意しましょう。

正しい知識で食中毒は予防することができます。食中毒予防の3原則、**細菌をつけない、増やさない、やっつける**を守って、食中毒の脅威から遠ざかりましょう。

食中毒予防の6つのポイント

1. 買い物…新鮮な店で新鮮な物をスピーディに
 - ・新鮮な商品を見極める
 - ・生鮮食品は、買い物の最後に購入する
 - ・買ったものを長く持ち歩かない
2. 保存…冷蔵庫の過信は食中毒のもと
 - ・要冷蔵、要冷凍のものはすぐ冷蔵庫へ
 - ・保存温度に注意（冷蔵庫10℃以下、冷凍庫-15℃以下）扉の開閉注意
 - ・魚や肉は汁がもれないよう保存
 - ・食品の長期の保存はしない
 - ・定期的に清掃消毒し、いつも清潔に
 - ・肉、魚、卵を扱う前後に手洗い
3. 調理前…2次汚染の予防
 - ・作業前の手洗いの実施
 - ・井戸水は水質に注意
 - ・食材の洗浄は十分に
 - ・肉や魚の汁が生で食べるものや、調理済みの食品はかからないよう注意



- ・肉、魚、卵を扱う時は、手や、まな板、包丁などの調理器具は食材が変わるごとにこまめに洗浄消毒
 - ・冷凍品の解凍は冷蔵庫か電子レンジで
4. 調理中…加熱調理は食中毒に最も有効
 - ・作業前の手洗いと台所のチェック
 - ・食材は直前まで冷蔵庫で保管
 - ・食品の中心部まで十分加熱（75℃1分以上）
 5. 食 事…できたらすぐ食べる
 - ・食卓に着く前に手洗い
 - ・盛付は、清潔な器具で、清潔な食器に清潔な手で
 - ・温かくして食べる料理は温かく、冷やして食べる料理は冷たくしておく（目安は温かい料理65℃以上 冷たく料理10℃以上）
- ◆お弁当について
- 常温におかれ時間がたってから食べる事を念頭におき、安心して食べられるお弁当作りを心掛けましょう。
- ・加熱は十分に
 - ・よく冷ましてから詰める
 - ・特におにぎりを作る時は手指の衛生に注意
6. 食 後…次の食事のために
 - ・後片付けは速やかにおこない台所の清潔を保つ
 - ・残った食品の保存は、清潔な手で清潔器具を使って清潔な容器に
 - ・食品が早く冷めるように、浅い容器に小分けして保存
 - ・温め直しも十分加熱を
 - ・時間が経ちすぎた食品は思い切って捨てる



点で優れた効果を発揮できると考えられています。

ドクターヘリ出動の流れとしては、出動要請後、一方で救急車は予め設定してある救急現場へ最も近隣の臨時ヘリポート（学校、公共の運動公園など予め市町村で指定した場所）へ向かい、飛行中のドクターヘリへ患者情報と臨時ヘリポートの場所を連絡し、臨時ヘリポートでドクターヘリと救急車がドッキングします。ドクターヘリで駆けつけた医師は、救急車で診療を開始した後、機内へ傷病者を収容し離陸します。

ドクターヘリの出動は、現場に出動した救急隊、もしくは119番通報の内容によって消防司令室から要請されます。その出動要請基準は「生命の危険が切迫してい

るか、その可能性が疑われるとき」となっています。なお、出動要請後に、救急患者が比較的軽症であることが判明した場合には、ドクターヘリの出動をキャンセルすることができます。これは、ヘリコプター出動の20～30%あり、現場の病状の確認等により出動したドクターヘリが引き返すことは何ら問題なく、このような出動に関するオーバートリアーの容認により、ドクターヘリが日常の救急医療に積極的に利用され、避け得た死亡を減少させることに寄与するものと考えられています。

今後、災害があった場合でも、千葉県は普段から日常的に運行し、学校などの臨時ヘリポートなどにも離着陸されているため、民間への抵抗も少なく、スムーズに行えると考えられています。



日焼けについて

真夏の炎天下、真黒に日焼けした肌は、まさに健康の象徴のように見えます。しかし、手離して喜んでいてよいもののでしょうか。最近の研究で、紫外線が皮膚に及ぼすいろいろな悪影響が分かってきました。

皮膚が赤くなる日焼けをサンバーン、褐色になる日焼けをサンタンと呼びますが、サンバーンをきたす紫外線がUVBと呼ばれる波長の短い紫外線で、サンタンをきたす紫外線がUVAと呼ばれる波長の長い紫外線です。皮膚に最初に障害をきたす紫外線はUVBですが、UVAも肌の色を黒くするだけでなく、いろいろな有害作用を持っています。例えば、皮膚の中で活性酸素と呼ばれる一種の毒素を産生し、コラーゲンやエラスチンなどの皮膚を形づくる線維成分を変化させ、皮膚の老化を早めると共に、細胞のDNAにも傷をつけて発がんの危険性を高める可能性があります。若い頃はDNAの修復能力もさかんなため、がんにならずに済んでいても、年齢を経るにしたがって修復能力が落ちてくるため、がんの発生も高まってきます。「紅斑を起こさずに色が黒くなる」UVAの作用を利用した「日焼けサロン」が若者の間で人気を呼んでいます。20年後のシミやしわの増加と、皮膚がん発生の危険性が高まることを覚悟しなければなりません。

だからといって紫外線を浴びないために、絶対に屋外に出ないといった極端な行動をとる必要はありません。紫外

皮膚科部長 寄藤 和彦

線を浴びすぎることなく屋外活動を楽しめばよいわけです。紫外線の量は正午が一番強く、前後の2時間で1日の紫外線量の半分以上になると言われています。できれば10時から午後2時までの時間をさけ、屋外活動を早朝練習や夕刻の活動に切り替えるか、屋外活動をする場合は汗で落ちにくいサンスクリーンを使うなど対策を施せばよいわけです。最近のサンスクリーンは、かぶれなどの刺激も少なくなり、使いやすくなっています。SPFがサンバーンを防ぐ指標ですが、日本人の場合95%の人はリゾート地で朝から晩まで紫外線を浴びることになっても、SPF20で十分です。これからは、サンスクリーンを上手に活用し、健康な皮膚を保つことにも心がけながら、大いに屋外生活を楽しむとよいと思います。



成田赤十字病院 外来担当医表

診療受付時間 8：30～11：00（自動再来受付機による再診受付は7：00から）但し形成外科は12：30から

（平成16年8月1日現在）

診療科目			月	火	水	木	金	土（第1・3・5）
内科	①	初診	柳沢孝夫	松尾 哲	尾世川正明	小方信二	連沼桂司	藤森 新島 森尾
	②		森尾比呂志	青嶋信之	脇田 久	新島真文	松浦康弘	倉本 志賀 遠藤
	③	初回再診	寺田二郎／倉本充彦	平栗雅樹	櫻田正也	松浦康弘／森尾比呂志	平栗雅樹	江渡 平栗
	⑬		午後 志賀 孝	第1・3小方信二／第2・4・5尾世川正明	江渡秀紀		新島真文／江渡秀紀／森尾比呂志／藤森義治	で交代
	⑤総合1	再（予約）診	門平忠之	志田千穂	柳沢孝夫	尾世川正明	大橋弘文	〈訪問〉 尾世川正明 柳澤孝夫
	⑥総合2		加藤慶三	波多野 将	松本一暎	（膠原病）柳沢孝夫	青山大輔	
	④血液内科		青嶋信之	脇田 久	松浦康弘	脇田 久	脇田 久	⑤波多野 将
	⑨消化器内科		小方信二	伊能崇税	福田和司	遠藤哲也	木下真子	⑥松岡 祐之
	⑨呼吸器内科		新島真文	江渡秀紀	新島真文	（喘息外来）平栗雅樹	寺田二郎	⑧伊能 崇税
	⑩循環器内科		尾世川正明	寺沢公仁子	森尾比呂志	志賀 孝	藤森義治	⑩連沼 桂司
	⑪腎臓内科		連沼桂司	大橋弘文	（膠原病）平栗雅樹	（糖尿病）松尾 哲	倉本充彦	⑫萩野 淳
	⑫糖尿病内科		萩野 淳	櫻田正也	松尾 哲	萩野 淳	櫻田正也	
	（午後）				⑥村山太一／藤森義治	江渡秀紀		
	救急外来	午前 前	吉村将之	川村良一	竹田勇輔	志田千穂	万代恭文	交代制
		午後 後	藤堂貴彦	山本麻衣	下斗米英史	石塚広司	玉置奈緒子	
	人間ドック	午前 前	松岡祐之	連沼桂司	連沼桂司	伊能崇税	松岡祐之	連沼桂司／伊能崇税
	糖尿病教室	午後 後	松尾 哲／櫻田正也					松尾 哲／櫻田 正也
外科		初診	大多和 哲	伊藤勝彦	石井隆之	清水善明	西谷 慶	近藤英介
		再診	小川 清	石井隆之	伊藤勝彦	小川 清	大多和 哲	土地岳彦
心臓血管科		初診・再診		小林信之		小林信之		
整形外科		初診	喜多恒次	斉藤正仁	三枝 修	古志貴和	小泉 涉	初診・指定患者・ 投薬のみ
		再診	三枝 修・小泉 涉 遠藤友規	喜多恒次・古志貴和 小林昭久	斉藤正仁・小泉 涉 遠藤友規	三枝 修 斉藤正仁	喜多恒次 古志貴和	
小児科		初診・再診	眞山和徳・野口博史 角南勝介・渡邊智之	眞山和徳・五十嵐俊次 野口博史・田草川彩子	眞山和徳・野口博史 野口 靖・関水匡大 （内分泌）眞山和徳 （血液）角南勝介 （循環器）交代制 第4（発達）野口博史	角南勝介・野口 靖 渡邊智之・鈴木伸代 （血液）五十嵐俊次 野口 靖 （内分泌）渡邊智之 第4（神経）杉田克生	眞山和徳・野口博史 五十嵐俊次・高野牧子 （発達）藤森 健	第1・3・5 角南勝介 第1・3・5 鈴木伸代 第1・5 五十嵐俊次 第1・5 渡邊 智之 第3 野口 靖 第3 田草川彩子
	特殊外来 （要予約）	午後	第1～4（予防接種） 交代制	（乳児健診） 交代制				
脳神経科		初診・再診	柴橋博之	中村道夫	加藤 誠	五十嵐琢司 国保能彦（第3）	柴橋博之	加藤 誠
産婦人科	婦人科	初診	田中 圭	小林恵美里	坂本建彦	上杉健哲	石井 譲	山地沙知
	産科	再診	小林恵美里 坂本建彦	田中 圭・山地沙知 石井 譲	上杉健哲 小林恵美里	石井 譲 田中 圭	坂本建彦 山地沙知	KSP外来大学医師
眼科		初診・再診	渡部美博	交代制	交代制	渡部美博	渡部美博	交代制
耳鼻咽喉科		初診・再診	窪田伸矢・津田可奈 根本俊光	橋 昌利	初診紹介患者のみ	小林晋二・津田可奈 根本俊光	小林晋二・窪田伸矢 佃 朋子	初診・指定患者・ 投薬のみ
			佃 朋子・村本武久	佃 朋子・大学医師		橋 昌利・村本武久	松本武久	
皮膚科		初診・再診	山本克志 宮川健彦	寄藤和彦 山本克志	手術日	山本克志 宮川健彦	寄藤和彦 伊豫田恵津子	初診・指定患者・ 投薬のみ
泌尿器科		初診・再診	大木健正 高尾昌孝	遠藤 匠	中町 裕 大木健正	大木健正 山本香織	中町 裕 宮内武弥	第1・3 深沢 第5 大木健正／中町 裕
神経内科		初診	小松幹一郎	島田 斉	吉川由利子	澤井 摂	片山 薫	大飯啓史
	再診のみ 13：30～		片山 薫	吉川由利子	澤井 摂	片山 薫	小松幹一郎	片山 薫
精神科		初診	斎賀孝久	赤田弘一	佐藤茂樹	竹田修志	今井逸雄	今井逸雄
	再診		赤田弘一／竹田修志・今井逸雄	佐藤茂樹・小池 香	斎賀孝久／竹田修志・今井逸雄	佐藤茂樹・斎賀孝久	赤田弘一・竹田修志	赤田弘一／佐藤茂樹／竹田修志／斎賀孝久
放射線科		初診・再診	岡田淳一	大学講師 （尾形 均）	岡田淳一	大学講師 （磯部公一）	岡田淳一	指定患者のみ
麻酔科		初診・再診 8：30～12：00		藤井りか		江澤里花子		木島正人
口腔外科		初診・再診	宮 恒男 東壽一郎	宮 恒男 東 壽一郎	宮 恒男 東 壽一郎	宮 恒男 東 壽一郎	宮 恒男 東 壽一郎	宮 恒男 東 壽一郎
形成外科		初診・再診 12：30～	黒木知明 大森直子		黒木知明 中島順子		黒木知明 大森直子	
呼吸器科		初診・再診	斎藤幸雄		斎藤幸雄			

※内科①～⑬は診療室の番号です

基本理念・基本方針

【基本理念】

- ・医療の質の向上、安全な医療の提供に努めます
- ・患者様の権利、医療人としての倫理を守ります
- ・患者様中心の「こころあたたかい医療」の実践に努めます

【基本方針】

- ・地域の皆様から信頼される病院を目指します
- ・救急医療の充実、より高度な医療の提供に努めます
- ・地域の医療機関とのより一層の連携（病診連携、病病連携）に努めます

患者様の権利

私たちは、患者さまの権利を尊重し、最善の医療の提供に努めます。

1. あなたの尊厳を守ります。
2. 適切な医療を受ける権利を尊重します。
3. 診療についての十分な情報、説明を受ける権利を尊重します。
4. 自分自身の治療について自分で決定する権利を尊重します。
5. あなたのプライバシーが守られます。