



社会医療法人 葦の会 オリブ山病院

ご自由にお取りください

オリブ山たより

O R I B U Y A M A T A Y O R I

夏号

2022.8 No.76
社会医療法人 葦の会 広報誌



阿嘉島のケラマジカ

- 02 精神科外来のご紹介
- 03 シオン館開設のお知らせ
- 04 島しょ診療レポート
／北大東島編
- 05 ビタミン情報局-お薬の事あれこれ-
／熱中症対策

- 06 病棟Eye
／緩和ケア病棟のご紹介
- 06 地域WORLD
／ご自宅で安心して暮らすためのお手伝い！
- 07 愛だより
／キリスト教人物伝『アン・サリバン』
- 07 Caféわきみず通信
／パッションフルーツケーキ



オリブ山病院HP



傷ついた葦を折ることなく、ほのぐらい灯心を消すことなく、眞実をもって道をしめす。(イザヤ書 42章3節)



熱中症対策

オリブ山病院薬剤科です。病院での薬剤科は医師の処方せんに基づきお薬の調剤をすることを基本としていますがお薬を調合するだけでなく、お薬に関して沢山の問い合わせを院内・院外から受けます。院内ではそれらをまとめて医療従事者向けや患者さま向けに情報誌を定期発行しています。夏に多い問い合わせは「熱中症対策」と「食中毒」。そこで今回は「熱中症対策」について。少し薬剤師目線でご紹介いたします。

【熱中症とは】

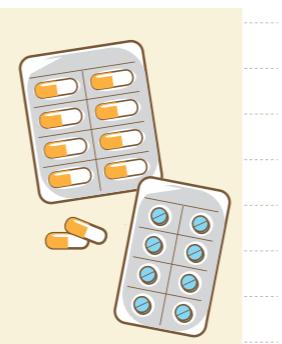
暑さによって体温調節機能に乱れが生じることで、体内的水分量・塩分量のバランスが崩れることが原因でおこる身体の不調をいいます。

【その主な症状は】

- めまいや顔のほてり
- 筋肉痛やけいれん



薬の種類	理由
けい薬 頻尿治療・過活動膀胱治療薬	抗コリン作用により発汗抑制のおそれ
抗てんかん薬 パーキンソン病治療薬	体温調節中枢の機能低下や抗コリン作用のおそれ
抗精神病薬	発汗抑制のおそれ
利尿剤	脱水をおこしやすい



「抗コリン作用」とはちょっと難しいですが、けいれんを止める、胃薬などにも含まれていて吐き気を止める、アレルギー反応を抑えるといったお薬の作用です。

【熱中症対策(予防)】

- こまめに水分補給、塩分補給
- 室内環境を整える(空調、扇風機、換気、遮光カーテン、すだれ)
- 体調を整える(十分な休息と睡眠、栄養バランスの取れた食事、通気性の良い衣服)

・体のだるさ

・汗のかきかたがおかしい(ダクダクと汗ができる、逆に全く汗をかかない等)

・体温が高い、皮膚が赤く乾いている

・呼びかけに反応しない

・まっすぐ歩けない

*呼びかけに反応しないなど自分で水分を補給できないときは、無理に飲水させるのではなく、すぐに医療機関で受診させましょう。



【熱中症になりやすい人】

- 高齢者、乳児、運動習慣のない人、体調がよくない人など
- 心臓病、糖尿病、高血圧、腎臓病、精神神経疾患、広範囲の皮膚疾患など
- 下記のお薬を服用している人は熱中症のリスクが高いので要注意

④外出時は準備万端で(通気性の良い衣服、日傘、帽子、水分・塩分補給→O S 1など)

水分補給にはお水か麦茶がベストです。よく水分補給でお茶、はてはアイスコーヒーという方がいますが、カフェインが多く含まれるこういった飲み物は利尿作用があるため逆効果です。気をつけましょう。

さて今年も熱い、暑い夏が続く沖縄です。良い睡眠をとり栄養バランスを整え涼やかな服装で軽やかに過ごしたいものです。かく言う私は毎夏ゴーヤーチャンプルー一辺倒。バランスが…。



現地の農業機械に乗って

コロナ禍で島しょ診療に行けないことが続き、やっと来られた北大東島での原稿を書いています。空港からホテルに向かう車の窓から見る島の土地は、毎回表情を変え、土地が生きていることを実感します。島の多くを占めるさとうきび畑のきびは、どんどん成長し、花を咲かせ、刈りとられ、土が耕され、そしてまた新しいきびが植えられています。赤い土、青い空、肌に感じる風の心地よさ、風が運んでくる

ながら、今月も島内を回ります。不思議な島、魅力満載の島で、のんびり過ごしながら勝手に思いを巡らしています。

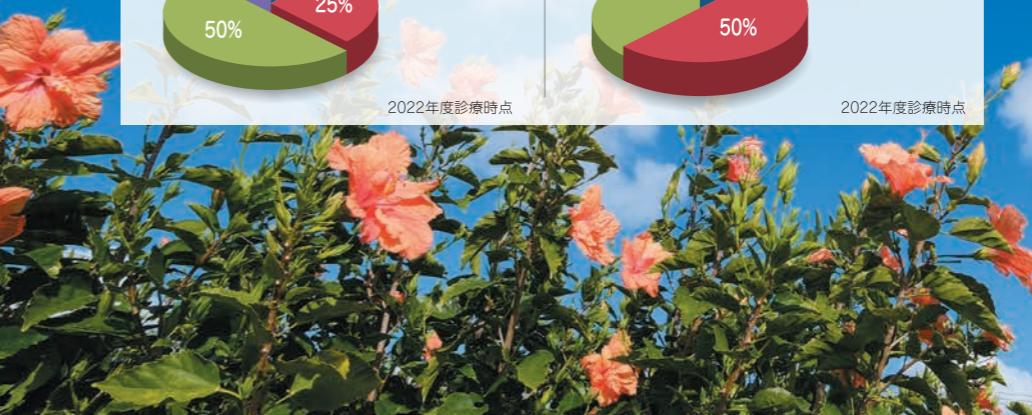
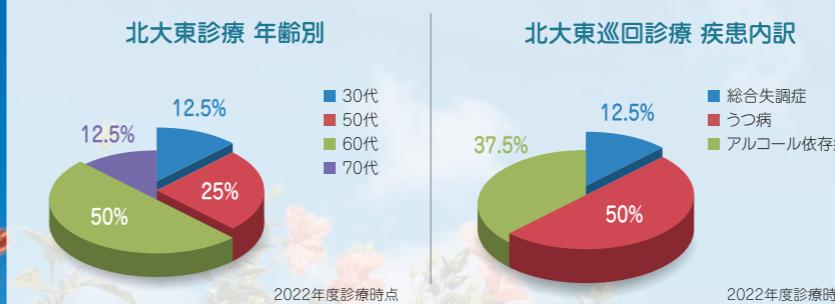
スマホや、心の重荷を置いて、暗くなつたら寝て、太陽と共に起き、陽の光を浴び、土を触る。こんな自然のリズムの中で生活することができます。忘れていた感覚を取り戻しながら、自然から力をもらっていくと回復する病気があるんじゃなかと思うのです。心が疲れたら病院ではなく北大東島に来て癒される…、そんな力をを感じる島です。いつの日か癒しの島



かぼちゃ農家のおじさんと

匂い、太陽の光…、五感が大いに刺激され、私達は自然から力をもらっている存在だということに謙遜な気持ちになります。そして全ての存在に生きるを感じるので、そんな力を感じ

“北大東島”となつてもっと多くの人に愛される島になつたらいいな」と思っています。また、高齢者の方々が車の運転ができないになると、外出できなくなり、元気をなくされます。ヤギやロバに車をひいて歩いて島内を巡回することはできないかな。安心してのんびり年を



とることができるのは島になつたら、なんて素敵なんだろと思ひます。新しい年度が始まり、今年も10人の子どもたちが小学校に入学したと聞きました。飛行機から見える北大東ブルーの海を見ながら、この島でしっかりと育つて、巣立つていて欲しいなあと心から願い、島を後にしたのでした。



キリスト教人物伝 "アン・サリバン"

ニュー・イングランドにある施設にリトル・アーニーと呼ばれていた女の子がいました。彼女は、何にも反応を示さない患者で、一言も話さず、胎児のように丸まつたまま動こうとはしませんでした。職員はあらゆることをして彼女を助けようとしたが、ついに回復の見込み無しされ、施設の地下にある保護室に留置されたのです。

そんな彼女に、1人のクリスチヤン女性が、愛情をこめて関わりました。アーニーと時間を過ごし聖書を読み、食事を運び、神が彼女を救ってくれるように祈りました。

そんなことが続いたある日、彼女が回収したお皿の中から1つのチョコレートケーキがなくなっていました。その日から少しずつアーニーは自分の殻から抜け出し始め、彼女と話をするようにまでなったのです。

2年後、まったく普通の生活が送れるまでに回復していました。更に、時を経て、その施設の院長は、目も見えず、耳も聞こえず、口もきけないというまったく見放された子どもを世話してくれる人を紹介して欲しいという依頼を受けま



ヘレン・ケラーとアン・サリバン

した。院長はこの施設で奇跡的に回復したアーニーを紹介しました。そのアーニーこそ、ヘレン・ケラーを救った、あのアン・サリバンだったのです。

WAKIMIZU

夏を彩る「パッションフルーツケーキ」で
爽やかなひととき

今回は期間限定メニューを紹介したいと思います。パティシエ夏おすすめの、南国の香りを堪能できる「パッションフルーツ」を使用し、ケーキの甘さとゼリーの爽やかさを合わせました。

暑い夏の日にぴったり!

程よい酸味と甘さを柑橘系の香りでスッキリさせ、相性の良いフルーツをトッピングすることで食べ応えのあるケーキになりました。

ビタミン豊富で夏バテ解消「パッションフルーツケーキ」をぜひ、いかがでしょうか。

※オリブ山よりをご提示いただくと、「パッションフルーツケーキ」を1冊につき1個、半額で提供いたします。

〒903-0804 那霸市首里石嶺町4-356-5 首里ビル2階 TEL: 098-886-2320
営業日: 平日10:00~16:00(ラストオーダー15:45) / 定休日: 土・日・祝日

緩和ケア病棟のご紹介

緩和ケア病棟 師長 渡口 めぐみ

このたびベッドのままベランダへ出られるようにと、扉の改修工事をおこないました。外の空気を吸いながら、ベランダの花々や海、首里の街並みをゆっくり眺め、時には自分の人生を振り返る大切な時間となっています。

現在は新型コロナ感染症対策のために面会制限があり、気分転換ができる場所も限られています。そのような入院生活の中で、少しでも癒されるようにと礼拝やお茶会、ベランダへの散歩をおこなっています。

パリアフリーにしたベランダ

ベランダから見える首里の町

ご自宅で安心して 暮らすためのお手伝い!

オリブ山訪問リハビリテーション 豊島 司

最近、ご家族より「身体介助の方法を指導してほしい」との問い合わせがよくあります。

動作の仕方や介助の方法というのは、お体の状態や誰が介護をするのか、いつ、何回おこなう動作なのかによってさまざまです。訪問リハビリでは、色々なことを考慮して、その人にとって最適な方法を選びます。ご自宅でできるようになりたい、できるようになってもらいたいということがございましたら、訪問リハビリテーションをご検討下さい。ご相談お待ちしております。

オリブ山訪問リハビリテーション

那霸市首里石嶺町4-238-2

メディカルいしみね3階

TEL(098)917-1777

FAX(098)988-0177

受付時間 8:30~17:30(土日祝日を除く)

ORIBUYAMA TAYORI | 6

オリブ山病院<外来受付案内>

内科 内科・呼吸器内科・循環器内科・整形リハビリテーション科・脳神経内科(もの忘れ外来)

受付時間	月	火	水	木	金
8:30~11:30	内科 呼吸器内科	内科	内科 脳神経内科(予約)	内科 脳神経内科(予約)	内科 整形リハビリ
13:30~16:00	内科 脳神経内科(予約)	内科	予約外来 ホスピス(予約)	内科	内科 呼吸器内科 整形リハビリ

精神科 精神科・心療内科(予約優先)・児童思春期精神科

受付時間	月	火	水	木	金
8:30~11:30 (初診11:00迄)	精神科 心療内科	精神科 心療内科 児童思春期(予約)	精神科 心療内科	精神科 心療内科	精神科 心療内科
13:30~16:00 (初診15:00迄)	精神科 心療内科	精神科 心療内科 児童思春期(予約)	予約外来	精神科 心療内科	精神科 心療内科

※診療時間などは掲載時と異なる場合があります。

初めての受診の方は、こちらへお問い合わせください。医療相談室▶ 098-886-5567 (平日9:00~17:00)

オリブ山病院までのアクセス

