



長野中央病院の 救急医療

骨折



心不全



大動脈解離



急な腹痛



胸痛



吐下血



増加する
救急搬送と
長野中央病院の
対応

contents

特集 救急センター「長野中央病院の救急医療」

お役立ちコラム

- 作ってみよう！「食欲そそる！鍋ひとつでできる簡単レシピ」
- 知って納得 お薬Q&A「緊急時にお薬手帳って必要ですか？」
- おうちで簡単ストレッチ「姿勢改善」

長野中央病院レポート

長野中央病院公式マスコットキャラクター「ほすぴたりす」™

救急車を呼ぶか
判断するポイント

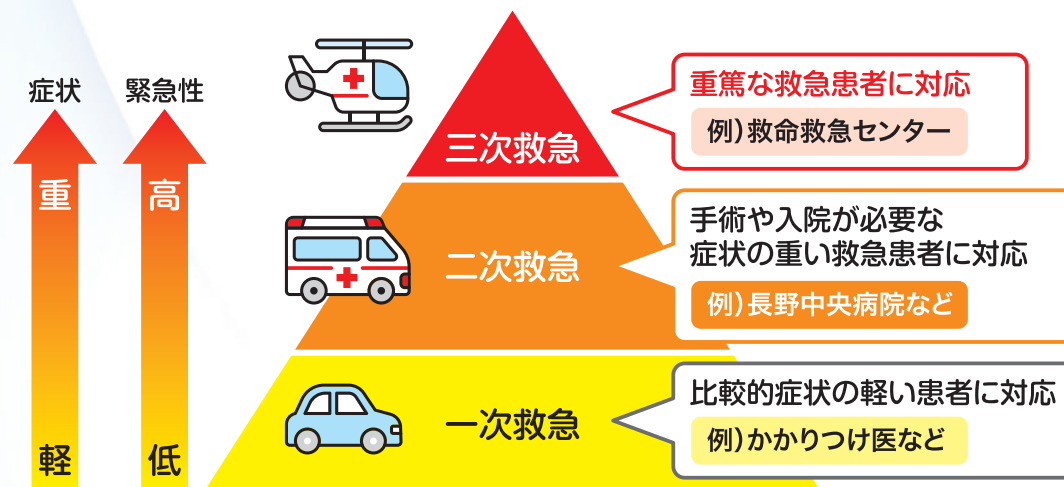
24時間命を守る！ 長野中央病院の救急医療

救急医療では思いがけなく突然に発生する切り傷や骨折等の外傷、急な腹痛や心筋梗塞、心停止など緊急性の高い患者さんに対して医師や看護師、その他医療スタッフを含めたチームが治療に当たります。

日本の救急医療体制は重症度に応じ、3段階に分かれています。三次救急は、他病院が対応できない重篤な患者さんに対応、二次救急は入院や手術が必要な重症患者さん、一次救急は主に歩いて来院できる軽度の患者さんに対応します。

長野中央病院は二次救急指定病院として入院や手術が必要な患者さんの受け入れを行っています。

救急医療体制

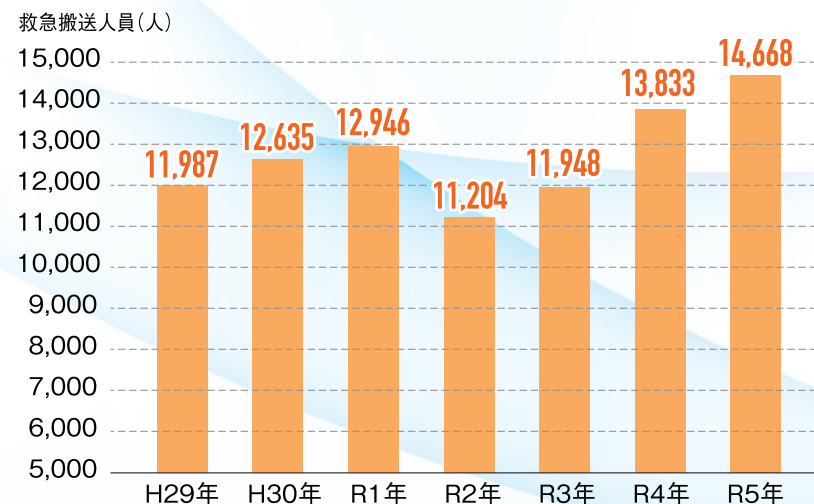


年々増加する救急搬送件数

長野市の救急搬送件数は増加傾向にあります。2023年長野市消防局管内の救急搬送件数は21,782件で、前年(2022年)より1,662件、約8.2%増加しました。

中でも高齢者の搬送が増えており、救急搬送人員全体の70%近くを占めています。社会全体の高齢化とともに救急搬送需要が高まり、今後もさらに増加傾向は続いていくと考えられています。

高齢者(65歳以上)の救急搬送人員の推移



長野中央病院救急センターの取り組み

高齢者を中心に救急搬送件数が増加していることから、長野中央病院では救急対応に当たる人員配置や仕組みの見直し、環境整備などを実践することで、効率的な救急対応ができる体制を整えています。

ドクターカー



2023年にドクターカーを導入しました。当院が独自に運行し、医師、看護師が同乗するドクターカーは、当院から地域の医療機関まで患者さんを迎えるほか、他病院へ患者さんを搬送する際に運行します。

院内緊急コール

院内で緊急事態が発生した際にスタッフをすぐに招集するための院内放送です。当院では目的に応じ4種類の院内放送を使い分けています。例えば、心肺停止の患者さんに対応する際にかかるのは「CPRコール」です。院内にいる医師や看護師などが指示を受けた場所へ向かい、患者さんの蘇生処置のサポートを行います。

救急病床

救急センターの中に救急病床を設置しています。この病床があることにより、夜間・休日等でも緊急入院をスムーズに受け入れることができます。



多職種連携

救急医療では迅速かつ的確な対応が求められることはもちろん、医師、看護師、その他医療スタッフのチームワークも重要です。近年一人暮らしの高齢患者さんは増加しており、地域のサポートがないとご自宅に帰れない方も見受けられます。その際は院内の社会福祉士が介入し、地域の方々と連携しながら患者さんを支えていく体制も求められています。



救急搬送される患者さんは、重症から軽症までさまざまです。必要な検査をしたのち、緊急処置が必要か入院が必要か等判断しています。

救急センター 主任
ながの ゆみこ
長野 由美子



救急指定病院としてより多くの命を守るため 24時間365日体制

年々増加傾向にある高齢者の救急搬送 重症化する前の受診が大切です

当院の救急センターは内科系、外科系を中心にあらゆる救急診療に当たっています。救急車の受け入れ件数は1日平均10～15件で、年々増加傾向にあります。中でも特に高齢化に伴う高齢者の救急搬送件数の増加が課題のひとつです。高齢の方は症状や兆候が出にくく、重症化してから搬送されるケースも多く見られます。ご家族が同居されている方は重症化する前に受診につながる人が多いですが、一人暮らしの方などは「こういう場合、救急車を呼んでもいいのか？」と判断に迷うときも多いと思います。裏表紙にある症状を参考に、必要なときはためらわずに救急車を呼んでください。

他医療機関と連携し患者さんをサポート

救急外来では、地域の医療機関から救急搬送による紹

介も受け入れています。かかりつけ医に受診した方が重症だった場合にはその場から当院に救急搬送してもらうこともあります。急性心筋梗塞など循環器疾患に関しては、開業医の先生方から直接当院の循環器の医師に連絡がとれる専用ダイヤルを設けており、緊急の患者紹介や診療上の相談等を受ける体制を整えています。反対に当院に受診して脳梗塞の診断がついた患者さんは当院での治療は難しいため、小林脳神経外科病院に紹介することもあります。

時間外でも専門医がバックアップ 多職種が連携して患者さんに対応

救急医療現場は24時間体制なのでいつどんな患者さんが来ても対応できる体制づくりを心掛けています。

夜間や休日は、院内に専門医が不在の場合もあります。専門的な知識が必要な場合には業務用の情報共有

ツールを用いて院外にいる専門医に相談できる体制も整えています。相談内容は多岐に渡りますが、レントゲン画像や心電図を見もらうことでアドバイスをもらったり、緊急手術が必要と判断された場合は、専門医や手術室の待機スタッフを呼び出す体制も整えています。

救急医療における循環器疾患の対応

循環器の救急疾患として代表的なものは急性心筋梗塞です。長野市内で心筋梗塞に併発する心室細動に対応できる病院は4病院あり、長野中央病院はそのうちのひとつです。心筋梗塞の患者さんは来院後すぐに治療を行う必要があるため、院内緊急コールで速やかにスタッフを招集し、迅速な治療につなげています。

迅速に適切な対応を行う環境づくり 日々、知識とスキルもアップデート

救急搬送される患者さんの中には専門性の高い手術・処置が必要になる場合もあります。当院ではそうした患者さんの緊急度・重症度を判断するところから緊急での

お話を
伺った先生

救急センター部長
循環器内科

いたもと ちえこ 医師
板本 智恵子



検査・手術まで行える環境づくりに力を入れています。また、スタッフには臨機応変に対応することも求められます。そのために、多種多様な幅広い知識とスキルのアップデート＆ブラッシュアップに取り組んでいます。

ケガをしたとき、救急車を呼ぶか迷うことはありますよね

「こんなことで呼んでもいいのかな?」「呼ばずに受診している間に悪化しないかな?」などと考えてしまうことは少なくないと思います。ここでは特に救急車を呼んだ方がよい例を挙げてみます。

外傷の場合、大量に出血していたり、意識がもうろうとしているなど、特に変わった様子があれば迷わず救急車を呼びましょう。救急車以外の移動手段では状態を悪化させるような場合もお願いした方が良いでしょう。例えば、転んだ後で太ももを痛がっている場合は大腿骨の骨折が疑われますが、無理に動かすと骨折部のずれがひどくなって、より大がかりな手術が必要になってしまうことがあります。救急隊員さんに静かに運んでもらっていただくと医師としても助かります。

転んだりぶつけたりしたとき、骨折があるのかどうかを体の外から判断するのは難しいことが少なくありません。いずれにしても痛みがあればその部分を動かさないようにしましょう。できれば周りにある棒等を添え木としてあてて、包帯や細くたたんだ布等で巻いて痛い部分を固定します。痛みが続くなら病院か診療所を受診しますが、腕のケガなど、自家用車等でも痛みをひどくしない状態で運ぶことが可能なら救急車を呼ぶ必要はありません。

対処に困ったり救急車を呼ぶか迷うときには、かかりつけ医や近くの医療機関、休日や夜間なら長野県救急安心センター(#7119)や小児救急医療電話相談(#8000)に連絡して助言を受けるのも良いでしょう。

皆さんの適切な行動が自分や家族だけではなく、本当に救急車を必要とする別の誰かの命を救うことになるかもしれません。

救急センター
副部長
整形外科
うしろだ けい
後田 圭 医師



外来医事課
診療事務係長
よしだ かずや
吉田 一也



地域の救急医療の水準を高めるために

当院では、救急搬送の振り返りの場として救急症例検討会を年2回開催し、救急隊と病院スタッフの知識や理解、連携を深めています。

救急症例検討会では、実際の搬送事例をもとに消防署の救急隊と当院の医師・看護師がディスカッションを行ったり、医師がその症例に関連したレクチャーを行っています。

医療機関としては診断・治療につなげるためにどのような情報や対応が必要か救急

隊にフィードバックする場になっており、救急隊も救急対応時に得た情報や行った処置が医療機関収容後にどのようにいかにされるかを知る機会となっています。

このように相互理解と知識をアップデートしていくことで、地域の救急医療の水準を高める取り組みもしています。



作ってみよう!

食欲そそる! 鍋ひとつでできる簡単レシピ

暑い夏だからこそ
辛いものを食べて
汗をかこう!

調理師 依田 諒吾

豆知識

辛味成分カプサイシンには
食欲増進、疲労回復、脂肪燃焼などの
効果が期待できます



ワンポイント
山椒、胡椒を
入れても
美味しいよ

材料 (2人分)

ひき肉(合い挽き)・・・100g
そうめん・・・3束
ラー油・・・小さじ2
刻みネギ・・・適宜

坦々スープ (A)

すりごま・・・大さじ3
味噌・・・大さじ1
豆板醤・・・小さじ1
鶏がらスープの素・・・小さじ1

豆乳(無調整)・・・300ml
ごまドレッシング・・・大さじ1
ごま油・・・小さじ2

冷やし豆乳坦々そうめん

【作り方】

- 鍋にお湯を沸かし、ひき肉をほぐしながら入れる。
- ひき肉に火が通ったらそうめんを入れ、一緒に茹でる。
- Aを器でよく混ぜ合わせる。
- 茹で上がった②をザルにあげ、流水にさらし水気をよくきる。
- ③にそうめんを先にかからませ、ひき肉をのせる。
- 仕上げに刻みネギをのせ、ラー油をかける。

●調理時間 15分
●カロリー(1人分) 600 kcal
●塩分(1人分) 2.5g

病院ではおくすり手帳の情報
をさまざまな場面で利用して
います。
例えば、緊急に手術や検査が
必要な際に、おくすり手帳から
血液をサラサラにするお薬を服
用中であることがわかると、そ
の種類に応じて必要な対処を行
います。また、治療に用いるお薬
が、現在服用中のお薬と重複し
ていないか、併用しても問題な
いかといった点も確認していま
す。その他にも、体調不良の原因
がお薬の副作用でないかを調べ



おくすり手帳の情報は、迅速かつ安全
な医療提供の上で非常に重要で
す。忘れずにお持ちください。

救急外来を受診したり、救急車を呼んだり
する際にも、おくすり手帳を持っていた
方が良いですか?

「お薬Q&A」

る際に、おくすり手帳の情報が
役立つことがあります。
おくすり手帳の情報は非常に
重要であり、持参されない場合
はかかりつけの医療機関に問い
合わせるようになりますが、休
日や夜間など是对症に時間がか
かることがあります。急な体調
不良の場合は受診の準備も大変
ですが、おくすり手帳はぜひお
持ちください。

薬剤師 鹿角昌平

3 腰をそる

背もたれがある椅子で腰の部分に丸めたタオル
等をいれて、体をそらせましょう。5秒間かけて
ゆっくりその動きを3〜5回行いましょう。



2 背中を丸める

腕を交差させて手の甲を合わせ、甲と甲で押し合
うように力を入れながら、手を前に突き出しま
す。このとき背中が丸まるように意識しまし
う。5秒間かけてゆっくり3〜5回行いましょう。



1 首をそる

両方のこぶしを首に当てて、それに寄りかかる
ようにゆっくり首をそらせします。
5秒間かけてゆっくりその動きを3〜5回
行いましょう。



注意!
痛みの出ない程度で
行いましょう

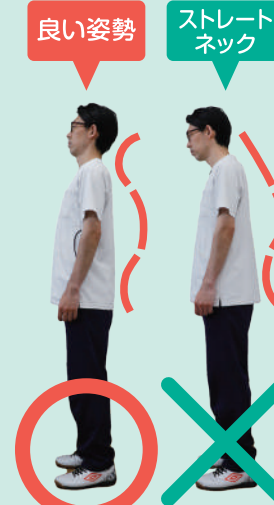
おうちで簡単 ストレッチ

お題目

姿勢改善

理学療法士 唐木 大輔

人の背骨は横から見たときに3つの
カーブがあります。この3つのきれ
いなカーブがある状態が良い姿勢です。
例えば首のカーブが無くなった状態を
「ストレートネック」と言います。



長野中央病院に今年の4月
から新しい仲間が加わった。
名前は「ほすびたりす」。
Dr.Bの勧誘に応じて長野中
央病院にやってきたお医者さん
見習いのりす。普段は総合診療
病棟にて「ホスピタリスト」とし
て働いている。やさしく思いや
り溢れる性格で、いつも患者さ
んのことを第一に考えている。
白衣のポケットにどんぐりや
ナッツをため込んでいるので、
具合の悪い患者さんにはどん

長野中央病院公式
マスコミキャラクター
「ほすびたりす」

最終回 長野中央病院 レポート

Dr.Bが取材しました



ぐりを分けてあげることもあ
る。
次回からはDr.Bに代わり、
ほすびたりすが担当になる。ど
んなレポートを届けてくれる
のか楽しみだ。

※ホスピタリストとは入院患者さ
んの複数の疾患を同時に管理する
総合的な診療を行い、必要に応じて
専門医と連携しながら治療にあた
る病棟専属の医師。患者さんに合わ
せた診療計画を立てて退院までの
サポートをする役割を担います。

次号から
よろしく
お願いします!
仲良くしてね★



ほすびたりす™

●プロフィール
出身地 長野市内の森
誕生日 10月1日
身長 どんぐり80個分
体重 どんぐり3,000個分

©長野中央病院



このような症状の時は すぐに**救急車**を呼びましょう！

顔

- 顔半分が動きにくい、しびれる
- 笑うと口や顔の片方がゆがむ
- ろれつがまわりにくい
- 見える範囲が狭くなる
- 周りが二重に見える

高齢者



手・足

- 突然のしびれ
- 突然、片方の腕や足に力が入らなくなる



おなか

- 突然の激しい腹痛
- 血を吐く

頭



- 突然の激しい頭痛
- 突然の高熱
- 急にふらつき、立っていられない

胸や背中

- 突然の激痛
- 急な息切れ、呼吸困難
- 旅行などの後に痛み出した
- 痛む場所が移動する



意識の障害

- 意識がない（返事がない）又はおかしい（もうろうとしている）

吐き気

- 冷や汗を伴うような強い吐き気

けいれん

- けいれんが止まらない

飲み込み

- 物をのどにつまらせた

けが・やけど

- 大量の出血を伴うけが
- 広範囲のやけど

事故

- 交通事故や転落、転倒で強い衝撃を受けた

その他、いつもと違う場合、様子がおかしい場合

高齢者は自覚症状が出にくい場合もありますので注意しましょう。

緊急性が高いと判断した時は迷わず**救急車**を要請してください！

※傷病者の自覚症状や身体所見、バイタルサイン（脈拍や血圧）等の観察を実施して、その症状にあった適切な医療機関に搬送されます。
参考資料：総務省消防庁「救急車利用リーフレット」



長野医療生活協同組合

長野中央病院

Nagano Chuo Hospital

〒380-0814 長野市西鶴賀町1570
TEL：026-234-3211 FAX：026-234-1493
<https://www.nagano-chuo-hospital.jp/>



紙面内の写真は、感染対策を行ったうえで表情が伝わりやすいように一時的にマスクを外しています。