

Psyche

Vol.
106

2025
AUTUMN



意外と知らない坐薬について
医療安全管理委員会の活動
この時期の不調 秋バテ
こんにちはレク委員会です



意外と知らない坐薬について

薬局主任

坐薬は主に肛門に入れる薬です。常用漢字では「坐」という漢字は「座」に置き換わるようですが、医薬品は「坐剤」です。(座って服用するお薬ではありません…)

坐薬とは

「医薬品を基剤に均等に混ぜ合わせ、一定の形状に加工して肛門または膣に適用する固形の外用剤」で、「体温によって溶ける」製剤と「直腸内分泌液で徐々に溶ける」製剤があります。

基材とは薬を溶解している土台になっているものです。

坐薬の特徴

内服薬は吸収されたあと肝臓などで代謝されますが、坐薬は直腸の下の方から吸収されるため、肝臓を通過せずに全身に循環します。

<利点>

- ①内服薬より早い効果が期待できる
- ②胃腸障害が少ない
- ③内服することが困難な小児や高齢者でも投与できる
- ④食事の影響を受けない
- ⑤注射に比べて安全である

<欠点>

- ①挿入時の刺激により、便意を生じることがある
- ②挿入後に排便してしまうと、薬物の吸収が妨げられる
- ③下痢している患者には使用しにくい

坐薬の種類(適応)

<局所作用を目的とした製剤>

- ・直腸や肛門などの局所に作用する
- ・適応：痔疾患や下剤など

<全身作用を目的とした製剤>

- ・薬物が吸収され全身にまで作用する
- ・経口投与ができない患者に適している
- ・適応：解熱鎮痛消炎薬、抗けいれん薬、吐き気止めなど

坐薬の使用上の注意点

- ①通常は排便後、入浴後あるいは寝る前に挿入すると良い
- ②坐薬を取り扱う前は必ず手を洗う
- ③坐薬は先の太い方から挿入する。細い方から挿入すると外に出てしまうことがある
- ④坐薬が出ないように挿入後20～30分ぐらいは歩行や激しい運動を避け安静にする
- ⑤坐薬を入れた直後に排便してしまった場合、一緒に坐薬も出てしまうので新しい坐薬をもう一度使用する
- ⑥挿入して10～15分以降に排便した場合は、薬がどれくらい吸収されたかわからないので、経過をよく見て次の使用まで4時間以上間隔をあけて再度使用を検討する

坐薬の保管

冷所保存の坐薬もありますので、保管方法は薬剤師に確認し適切に保管する。
特に夏場は高温になっている場所が多いので注意する。

医療安全管理委員会の活動

医療安全管理委員会とは

病院長を委員長として、看護師、介護士、薬剤師、管理栄養士、放射線技師、リハビリスタッフ、事務部、施設課で構成されています。様々な事象に対して原因究明に努めシステムの改変を行い、医療を受ける者・行う者の安全確保を目指しています。

活動内容

1.月に一回、会議を行っています

- ①インシデント・アクシデント ②マニュアル改定の討議・発信 ③院内の安全確保、事故防止の討議
- 報告書の集計・分析報告、
警鐘事象の報告

2.ヒューマンエラー防止対策をしています

- ①インシデント・アクシデント ②必要なマニュアルや手順の ③年間で多い事象や、困った
- 報告書の分析・整理、再発防 作成・見直し、周知の発信 ことの集計を行い、関連する
- 止のための発信 委員会と連携、対策・実施

3.年二回の研修の企画運営をしています

- ①危険予知訓練
危険予知だけでなく、スタッフ間のコミュニケーションを増やし、話しやすい職場づくりができることも目的
部署ごとに取り組んでおり、レポート用紙にはイラストから想像を膨らませた、たくさんの危険が記入されている
- ②e-ラーニングを視聴
インシデント報告書の必要性の理解と、考え方の知識付けを行う
インシデント報告書は数年前に比べ年間200件以上増加しており、看護部だけでなく他部署からも報告書が提出される

当院の年間インシデント報告数トップ2

1位 転倒 転落

高齢な患者様、認知症の患者様が多いため、筋力低下、注意力や判断力低下などの要因があり、圧倒的な報告数となっています。様々な対策をとっているため、多くは事前発見で済んでいます。

2位 ライン自己抜去 抜去未遂

胃管チューブ、点滴、中心静脈カテーテル、膀胱留置カテーテル、胃ろうの患者様も増えています。自己抜去の要因として、不快感や搔痒感、認知機能低下が挙げられます。テープの貼り方の工夫、気分転換などの対策をしています。

この時期の不調

秋バテ

食欲不振・疲れやすい・頭痛・めまい・肩こり…
当てはまる症状はありませんか？

9月下旬から10月にかけて、夏バテに似た症状の体調不良を感じる人が多くいます。食欲不振、疲れやすい、頭痛、めまい、肩こり…等の体調不良『秋バテ』の主な原因は夏の疲れが残った状態で、朝晩急に涼しくなる一方で、日中は暑かったりと、寒暖差によって自律神経が乱れることと、冷えによって血行が悪くなることあげられます。

また、10月から11月にかけて、日照時間が短くなることで『セロトニン』の分泌が減少し、気分が落ち込んだり、食欲不振、疲れやすいといった秋バテと同じような不調を引き起こすこともあるので注意が必要です。



☆秋バテを食事で解消しよう☆

体調不良解消の食事の基本は『規則正しい食生活』を心がけること

- ・朝昼夕3食しっかり摂ることで体内のリズムを整え、自律神経の乱れを改善することが重要です。
- ・バランスの取れた食事、主食・主菜・副菜を組み合わせ、いろいろな食材を食べることが大切です。
- ・温かい食事で、体を温め血行促進につなげましょう。
- ・旬の食材で栄養価を効率よく摂取しましょう。

秋が旬の食材である鮭・さんま・きのこ・さつまいも・柿などは栄養価が高く、ビタミンやミネラルが豊富に含まれています。

- ・セロトニンは『トリプトファン』という必須アミノ酸を材料として、脳内で合成されます。トリプトファンを多く含む乳製品・大豆製品・ナッツ類と、ビタミンB6を多く含む魚や肉類・バナナなども積極的に摂って欲しい食材です。

秋の体調不良は食事で解消できると良いですね。

栄養課

未来を担う皆さんに ～実習・体験学習～

日本大学医学部（医師）、東京家政大学健康科学部看護学科（看護師）、青山学院大学教育人間科学部心理学科（公認心理師）、所沢市立美原中学校（職場体験）の学生の実習を受け入れています。医療や福祉を支えていく人材が今後ますます必要な世の中になっていきます。多職種の医療従事者や患者様との交流や実習を通して、柔軟な心で多くのことを学び、将来活躍されることを願っております。

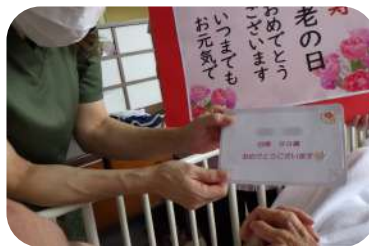
※ 職員の監督・指導のもとに実習を行い、患者様の安全には十分注意するよう努めています。
実習生には職員同様の守秘義務が課せられており、患者様の情報が外部に漏れることはありません。



こんにちは レク委員会です

8月
展示会

患者様の作品や活動紹介を
展示しました。



9月
敬老会

いつもと異なる衣装を着た職員の雰囲気
に「格好良い！」と盛り上がる患者様。
また、病棟ごとに趣向をこらし、
患者様にカードをお渡しし、お祝いの
気持ちをお伝えしました。



10月
秋祭り

「清和みこしがやってきます！皆さん掛け声
お願いします！わっしょい！わっしょい！」職員
の掛け声に合わせて声を出し、登場したみこし
と一緒に揺らしたり、太鼓を叩いたり。清和の
秋祭りを楽しんでいただきました。



レク行事予定

11月4日～11月15日
12月8日～12月20日
1月5日～1月17日

上映会
クリスマス会
新年会

肺炎球菌



肺炎球菌は主に気道の分泌物に含まれ飛沫感染します。
発症すると肺炎、敗血症、髄膜炎などの重い合併症を引き起こすことがあります。

対象：65歳以上

種類：23価肺炎球菌莢膜ポリサッカライドワクチン

带状疱疹ウイルス



過去に水痘に感染し潜伏した水痘带状疱疹ウイルスが再活性化することにより神経に沿って身体の左右どちらかに帯状に痛みを伴う水疱や紅疹が出現します。長く痛みが残る带状疱疹後神経痛という合併症を生じることがあります。

対象：50歳以上

種類：生ワクチンあるいは遺伝子組換えワクチン

インフルエンザウイルス



飛沫・接触により感染し、咽頭痛、鼻汁、咳および高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れるのが特徴です。

対象：全年齢

種類：不活化ワクチン

新型コロナウイルス



飛沫・マイクロ飛沫・接触により感染し、上記のインフルエンザと同様な症状および味覚・嗅覚障害などを認め、全身倦怠感などの症状が長く続くことがあります。

対象：全年齢

種類：mRNAワクチン、レプリコンワクチン、組換えタンパクワクチン

RSウイルス



飛沫・接触により感染し、発熱、鼻汁、咳などを認め、喘息や呼吸困難を引き起こすことがあります。

インフルエンザより咳などの呼吸症状が強く長引きやすいとされています。

対象：60歳以上、妊婦

種類：遺伝子組換えワクチン

Psyche

Vol.106
2025 AUTUMN



医療法人 清和会
新所沢清和病院

内科、精神科、整形外科、リハビリテーション科、歯科

〒359-0005 埼玉県所沢市神米金141-3

TEL 04-2943-1101

MAIL mail@hp-seiwa.org

HP https://www.hp-seiwa.org/



入院のご相談

医療連携室(直通)

☎ 04 - 2943 - 1103

受付時間 9:00~17:00 (日、祝除く)