

# ふれあい

2008年 冬 vol.28

発行日

平成21年1月5日

発行：医療法人 平心会

須賀川病院

広報委員会

須賀川市丸田町17番地

TEL：0248-75-2211

URL：<http://www.h3.dion.ne.jp/~heishin>

E-mail：[sukagawa@d2.dion.ne.jp](mailto:sukagawa@d2.dion.ne.jp)



## 目 次

- 1面 ・表紙（富士山：2009年1月） 撮影：管理課 佐藤あさみ（機上から）
- 2.3面 ・新年のご挨拶
- 4面 ・PACS(パックス)の導入について
- 5面 ・病院増築のご案内
- 6面 ・冬野菜について（白菜）
- 7面 ・透析室通信 / 患者様のご意見より
- 8面 ・病院理念・基本方針 / 患者の権利憲章  
クリスマス音楽ライブの報告 / 編集後記



# 新年の御挨拶

## 新年あけまして

## おめでと〜ございます。



院長

津田 達徳

今、日本の医療界は医師不足・看護師不足・財源不足であちこちから悲鳴が上がっている。医師不足が急激に顕在化した背景については、卒後臨床研修制度の導入をはじめいろいろと言われているが、詰るところは医学部の定員抑制、そして、それを促した医療費抑制という国の社会保障政策に行き着く。

改正介護保険法や障害者自立支援法も評判が芳しくないが、その最大の理由は、医療費と同様に財政論主体で制度設計がなされたからに他ならない。

このような社会保障費抑制をはじめとして、経済財政諮問会議が誘導してきた歳出カットの構造改革で、日本は小さな政府になった。その結果が医療崩壊をはじめセーフティネットが壊れつつある今の日本社会

だとすれば、政府に対する国民の信頼回復が大前提ではあるにしても歳入を増やす議論を国民に求め、社会保障費を増やす政策転換が必要不可欠なのではないだろうか。国民が一番求めているのは安心して暮らせる社会なのではないだろうか。今年こそはそのような充実した社会保障のスタートになることを切に願う次第である。



管理部長 後藤 法子

本年は増築棟の建築が始まります。御不便をおかけしますが、完成予定の十二月末までよろしくお願い致します。

牛のようにしっかりと歩みを進めたいと思います。いろいろ御意見をいただくことありがたく思っております。今年も何かありましたら、御提案よろしくお願い致します。



看護部長 高橋 千嘉子

昨年は政治・株価・倒産・リストラ

等々変動の一年でした。社会がどうあれ「病」は待つてくれません。患者さんの為我々は、今まで同様「平常心」の意のごとく「平常心」で今年も一年力を合わせて頑張りましょう。



四病棟師長 鈴木 洋子

医療現場が大きな社会問題となっている昨今、当院の手術件数、心臓カテーテル治療、内視鏡的治療等専門的な知識が必要な事が増えてきています。快適な入院環境を整え安全に安心な看護が提供できるように、スタッフ一同頑張りていきます。



三病棟師長 後藤 千佳子

昨年末より部署が変わり、毎日学習しながら日々業務に携っています。「千里の道も一歩から」です。たくさんの人達・スタッフに支えられていると感謝しながら頑張っています。医療全体に目を向けると減らない医療事故・患者たらいまわしなど連日のように報道され、厳しい医療現場に変わりありません。その中で働く者のひとりとして、気を引き締めて毎日仕事をしていきたいと思っています。



中央材料室副師長 佐藤 孝徳

常に思いやりの心を忘れず、質の高い看護を目指し、スタッフ一同、力を合わせて頑張りたいと思っております。



透析室副師長 吉田 紀子

自分に何か目標を持ち、ハリのある生活が送れるよう今年も頑張ってください。スタッフ一同、安心して透析を受けていただくことができるよう援助していきたいと考えております。よろしくお願ひします。



外来師長 有馬 明美

今年もスムーズな診療に努めると共に、当院において頂いた皆様に安心できる丁寧な対応を外来スタッフ一同心掛けて参りたいと思っております。



医事課長 鈴木 寿子

昨年は、三月末に自動再来受付機の設置。

また、四月一日からスタートした後期高齢者医療制度化に伴い、後期高齢者に該当する患者様の保険情報を、全てコンピューターに入力する作業が発生。同時に、診療報酬点数改定と合い重なり、お会計の待ち時間がかなり長く待たせてしまう結果になり、患者様にご迷惑を掛けてしまいました。

さらに、八月一日から医事会計システム変更となり、全患者様の保険情報等の入力作業で、また、長時間お会計待ちとなり、大変申し訳ございませんでした。

まさしく昨年一年間、医事課は、「変」の文字でした。

漸く新システムにも慣れ、医事課職員一丸となり、患者様の待ち時間短縮に、努力して参りたいと考えております



栄養課長 常松 直子

健康と「栄養」は密接な関係にあります。ただし、「栄養」は「たくさん」とつたから良い」と言う訳ではありません。「適切に」です。我々栄養士が皆様の「適切」を見いだし、健康維持と疾病予防のためのお手伝いをさせていただきます。本年もよろしくお願ひ致します。



薬剤科長 大橋 一民

患者さんにお薬について分かり易く情報提供できるように心掛け、努力していきたいと思ひます。薬局スタッフ一同頑張りたいと思ひます。どうぞお気軽に声をかけて下さい。



放射線科主任 安藤 貴正

今年も各部署との連絡を密にし、思いやりのある検査を心がけ、迅速且つ的確な診断が出来る検査結果を提供して行ける様、放射線科一同努力して参ります。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。



検査科技師長 箭内 輝美

検査科は、臨床検査を通じて医療並びに公衆衛生の向上に貢献することを目的としています。私たちは臨床検査の専門集団として信頼データ及び迅速な報告を心がけ、今後も一層の努力を続けていきたいと思ひます。



リハビリテーション科 主任 盛 允彦

昨年より四名体制となりました。患者様一人一人のニーズやQOLに合ったより良い、きめの細かいリハビリを提供していきたいと思ひます。今年もスタッフ一同、何卒宜しくお願ひ致します。

**本年も**

**宜しくお願ひ致します。**

# 新棟増築のお知らせ

平成21年12月完成予定



2月より増築棟建築がはじまります。新棟にバリアフリーの玄関・広い待合室・診察室の数を増やし、また、2床室を個室2部屋に分離する形で、3階・4階に病室を配置し、より便利で快適な病院を目指します。

工事中は大変ご迷惑とご不便をお掛けすることと思いますが、ご容赦とご協力をお願いいたします。

また、駐車場を拡大しましたのでご利用してください。

救急医療と地域に貢献できるよう、質の高い診療（医療）技術・医療サービスを目指し、私たち一人一人が一丸となって取り組んで行きたいと思っています。

## 増築配置図



## 施設紹介

- 1階 待合室・外来診察室・受付
- 2階 手術室・シネアングロ室・中央材料室
- 3階 病室（個室）
- 4階 病室（個室）
- 5階 エレベーターホール

## PACS導入について

みなさん、こんにちは。

平成20年10月1日より、当院にPACS（パックス）というシステムが導入されましたので紹介したいと思います。

## PACSとは

Picture Archiving and Communication System

わかりやすく説明するとX線撮影（レントゲン写真）、CT検査、MRI検査などで撮影した画像データを保管し、専用のパソコンで画像を見ることが出来るシステムの事です。

診察を受けられた方の中には診察室の机の上にモニター（画面）が三台置いてあるのに気付いた方もおられたのではないのでしょうか。放射線科のすべての画像データが診察室、病棟、手術室などにある専用のパソコンで見ることができるようになりました。

このシステムの導入による患者様の利点として次のようなことがあります。

まず一つ目として、今までは写真を撮ってからフィルムにして診察室へ運んでいたのですが、検査が終わってから説明するまでの時間が長いと感じた患者様もおられたと思います。

（一部、時間のかかる検査もあります）しかし今回から撮った写真は撮影終了と同時に診察室のパソコンで確認できるので、撮影終了後から診察までの待ち時間の短縮につながってくると思います。

二つめ目として、患者様へは今までフィルムでの説明だったため、画像が小さく見にくいと感じた方もおられたのではないかと思います。このシステムの導入によりパソコン表示での説明となりました。画像の拡大、縮小、距離の計測などが可能になったので今までは見やすくなつたのではないかと思います。

他の利点として、診断の質の向上（比較読影、画像処理が容易）、長期保存による画像の劣化が無い、近年飛躍的に増大した画像のデータ量への対応が可能、紹介医や患者様への電子媒体による画像提供が可能などいろいろ利点があり今回このシステムを導入しました。

机の上にモニター（画面）が3台置いてあります。  
この画面でレントゲン写真等を確認できます。



# 冬野菜について

## 白菜



### 白菜の豆知識

#### 風邪などの予防や美肌効果

ビタミンCを多く含み、また煮た白菜には体の中の余分な熱を冷ます作用があるので、風邪で熱がある時には効果がありません。熱に弱いビタミンCは漬物にすると壊れずに生かされ、こちらでも風邪や美肌に効果があると言われています。

#### 高血圧予防や利尿作用

カリウムには利尿作用や摂りすぎた塩分を体外に排出するという作用があり、高血圧予防につながります。一般的に塩を多量に使う漬物は血圧が上がるとされていますが、白菜漬けの場合には白菜のカリウムがナトリウムを排泄して塩分を過剰に摂るリスクを軽減させます。しかし、くれぐれも食べ過ぎには注意してください。

#### 整腸作用

食物繊維も豊富に含まれているため、便秘の改善や大腸がんの予防に効果が期待できます。塩漬にすればビタミンCが失われなため乳酸菌などのお腹に良い腸内細菌ができるので整腸効果が期待できます。

#### ガンや動脈硬化の予防

辛味成分であるイソチオシアネートは、発ガン性物質を抑制したり動脈硬化を予防する効果があると言われています。また、最近の研究では発ガン性物質の一つである亜硝酸アミンの吸収や蓄積を抑制するモリブデンという微量元素が含まれていることがわかってきました。これらの物質よりある程度の抗ガン作用が期待できます。そのほか食物繊維も摂れるので便秘の改善や大腸がんの予防を期待できます。

白菜はキャベツと成分が似ていますがキャベツに比べて糖質が少なく、カロリーが100g当たり(中は1枚程度)で12カロリーしかありませんので肥満や高血圧の予防になりダイエット向きの食材ともいえます。

白菜に含まれるビタミンCやカリウムなどの栄養素は水に溶けやすい性質をもっています。鍋物やスープ煮など汁ごと食べてしまえる料理がおすすです。

白菜の旬は11月下旬から2月頃の晩秋から冬にかけてで、霜にあたると繊維がやわらかくなり風味も増します。また葉の糖分も増えておいしくなりますので、ぜひたくさん食べましょう!!

### 《白菜のクリーム煮》 2人分

- 白菜・・・中2枚、3枚程度
- ハム・・・2枚
- マッシュルーム缶・・・20g
- ねぎ・・・1/4本
- 植物油・・・小さじ1
- 酒・・・小さじ1
- 牛乳・・・50cc
- 中華味、塩、こしょう・・・適量
- 片栗粉・・・少々

#### 作り方

白菜は、一口大、ハムは、いちよう切り、ねぎは、ななめにスライスする。

野菜を油で軽く炒め、しんなりしてきたら牛乳をいれ調味料で味付けし少し煮込みます。

最後に片栗粉で軽くとろみをつければ出来上がりです。



## 透析室通信



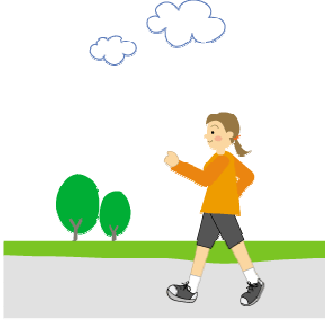
今回は運動をするときの注意についてお話します。

### 準備運動をする

運動を始める前には軽い準備運動をし、自分に合ったペースで運動します。また、運動を急にやめると乳酸などの疲労物質が筋肉に残り、筋肉痛や筋肉疲労の原因にもなるので、運動後の整理運動も必ず行いましょう。

### 血圧、脈拍、体重をチェック

運動を始める前と後には、血圧と脈拍体重を測りましょう。脈拍は、運動開始後3〜5分たったときにもチェックします。運動中に気分が悪くなった場合は、すぐに運動を中止して血圧を測り、休みます。



### 軽い運動からはじめる

病気でいちばん弱るのは脚の筋肉です。全身の体力が低下しているので、無理のないところに目標をおいて、歩くことから始めてみましょう。また、体調を維持するために、栄養と睡眠は十分にとりましょう。

### 透析後の運動はしない

### 炎天下での運動はしない

### 体調の悪いときはしない

運動の許可が下りていても、次のような場合は、運動を中止しましょう。無理は禁物です。

- ・ 血圧が普段より高い
- ・ 血圧が普段より低い
- ・ 風邪をひいている
- ・ 熱がある
- ・ 下痢、腹痛、吐き気などがある
- ・ 捻挫やけがをした
- ・ シャント手術など抜糸後数日間
- ・ その他、体調が悪いとき

## 患者様のご意見より

トイレに便座クリーナーをつけてほしい。

対策・便座クリーナーを設置しました。ご利用下さい。



会計に時間がかかりすぎる。

対策・会計窓口を一つ増設しました。時間短縮に努めてまいりますので、ご理解いただけますよう、よろしくお願致します。

病棟のトイレの場所がわかりづらい。

対策・わかりやすいように、案内板を設置しました。



今後もご意見、ご要望等ございましたら、『ご意見箱』へお願い致します。



### 病院理念

・生命を尊重し、平静な心で臨む医療を実践します。

### 基本方針

- ・地域に根ざした救急医療を目指します。
- ・正しい診断と早く良くなる治療方法について積極的に新しい医療技術を適用していきます。
- ・患者様と御家族の方の納得する医療を提供します。
- ・快適な療養のための環境づくりに努めます。
- ・患者様本位のチーム医療を実践します。

### 患者の権利憲章

1. 私たちは、全ての患者様が平等に、良質の医療を受けられる権利を尊重します。
2. 私たちは、患者様のプライバシーに配慮し、患者様の個人的情報等の秘密は、守られる権利を尊重します。
3. 私たちは、患者様ご自分の病名や検査等について説明を受け、それを知る権利を尊重します。
4. 私たちは、患者様ご自分の意志で病気にかかる治療法等について、決定する権利を尊重します。
5. 私たちは、患者様が診療の結果などについて、他の医師の意を求め、医師や病院を選択する権利を尊重します。

演奏者プロフィール  
 チャイニーズブルー&フレンズ  
 須賀川市在住のアマチュアバンド。  
 中国の擦弦楽器二胡をはじめ、ピアノ、アコースティックギター、マンドリン、バイオリン、三味線、笛など様々な楽器を使用し、多彩な音色を奏でる。

素晴らしい演奏と素敵な音楽に、観客（患者さん、一般の方、職員合わせて、四十人位）の皆さんからは、大きな拍手が送られました。

演奏曲 ピンジョイ(中国の曲)  
 きよしこの夜  
 ものけ姫  
 丘を越えて  
 青い山脈 他多数

昨年十二月二十日（土）午後3時より当院外来待合室にて、クリスマス音楽ライブが開催されました。

音楽  
 報告



編集後記  
 今年もスタートしました。飲みすぎ、食べすぎで体調を崩していませんか。インフルエンザも流行ってきているので、十分、体調管理に注意していきましょう。



クリスマス音楽ライブの様子