

済生会 ニュース

Vol.85

SAISEIKAI-News

地域医療支援病院・三重県がん診療連携推進病院
災害拠点病院・へき地医療拠点病院

社会福祉法人 恩賜財団 済生会松阪総合病院
〒515-8557 三重県松阪市朝日町1区15番地6
TEL/0598-51-2626(代表) FAX/0598-51-6557(代表)



■ みえPETがん診断センター TEL (0598)52-6055(直通)
FAX (0598)52-6057

■ 健診センター「あさひ」 TEL (0598)52-6052(直通)
FAX (0598)52-6057

■ ART・生殖医療センター TEL (0598)52-6025(直通)
FAX (0598)52-6035

済生会松阪総合病院の 転倒予防教室に 参加してみませんか?!

● 医療技術部 リハビリテーション課



転倒はあらゆる場面、いつ何時発生するかもしれない事故です。転倒によって起こる大腿骨頸部骨折、脊椎圧迫骨折などは要介護状態や寝たきりの原因となると言われています。

そこで、我々、済生会病院リハビリテーション課は医療安全室と共に転倒の危険性、転倒予防の知識を地域の方々に向けて発信するために平成25年6月より「転倒予防教室」を開催しております。

開催日は毎月第3火曜日、16:00～16:45の45分間。参加費は無料です。参加者は転倒予防に興味のある、地域の方なら誰でも参加可能となっています。予約制なので済生会病院リハビリテーション課までご連絡を頂けると幸いです。

内容としては医療安全室の看護師から、『転倒転落の発生件数、発生場所、転倒転落と死亡率の関係、2025年問題』などの話があり、参加者からは「最も多い事故発生場所が自宅とは知らなかった」「2025年を迎えるにあたって健康管理や転倒しない為に自分で運動することが大事と感じた」

「転倒と死亡率が関係しているなんて怖い」などの声を頂いております。

続いてリハビリテーション課スタッフからは『こんな人は要注意！転倒チェックシート、転倒予防に必要な筋力トレーニング、簡易身体測定、正しい歩き方を知っていますか？歩行チェック』を行います。参加者の方は何度も計測をやり直す方、必死でバランスをとる方や、「真剣にやると効くわ～！きつい～！」と言いながら筋力強化に励む方、歩行チェックでは緊張されて手と足が一緒になってしまう方、「普段は背中が曲がっているから恥ずかしいわ」と言いながらもモデル顔負けのウォーキングを披露する方もみえました。

参加者の方からは「体力測定をしたことで、自分自身の運動能力を知ることができて満足した」「歩き方で転倒の危険性が変わる事を知れてよかった」「改めて転倒しない歩き方を教えてもらい非常に参考になった」と好評をいただいています。

ここで、転倒予防教室で実際に行っている運動の一つ紹介させていただきます。転倒を

起こしやすい高齢者には危険を予測しながら歩く能力が低下している事が分かってきました。

そこで、二重課題遂行能力を簡単に鍛える方法です。椅子に腰かけてもらいます。座ったまま、10秒間足踏みをします。足踏み運動と同時に「野菜の名前」を思いつくだけ声に出して言ってもらいます。この時、足踏みを続けながら野菜の名前がスラスラ出てくる方は転倒しにくいと言われています。反対に、足踏みが止まったり、野菜の名前が出てこなかったりの方は転倒の危険性が高いということになります。

日常的に二重課題のトレーニングを行って下さい。

短い時間ですが参加者の方と積極的に意見交換ができ、常に笑いの絶えない教室となっています。

是非、私たちと一緒に転倒しない強い体を楽しく作りましょう。皆様の参加をお待ちしております。



各科の紹介

医事課

●事務部医事課 課長 中西春美

笑顔、まごころ、
思いやりの心

朝8時、“おはようございます”の元気な挨拶と共に受付のシャッターが開き、医事課の忙しい1日が始まります。

医事課は窓口業務(受付・外来会計・入院退院)、病棟業務、統計業務、渉外担当業務そして医療情報システム室から成り立っています。

受付窓口では、ソラストの社員たちが、来院される方々に笑顔で対応しています。

病棟業務では、入院患者さんの会計業務(退院時請求書・定期請求書の作成)や

レセプト(診療報酬明細書)の作成業務などを行っています。またMSW(医療ソーシャルワーカー)と連携を取りながら入院患者さんの相談にも応じています。

相談窓口では、経験豊富な渉外担当者が、安心して治療を受けていただけるように様々な相談をお受けしております。統計業務は、病院のデータバンクです。日々の統計から月報、年報の作成し、病院の現状を知る上で欠かすことの出来ない業務です。

そして忘れてはならないのが医療情報システム室です。電子カルテ等の医療情報システムの管理を一手に行なっております。常にシステムの

状態を管理し、よりよい診療が行なえるよう日々目を光らせております。

万一、診療時間内に不具合が生じた場合でも、患者さんにご迷惑がかからないよう迅速に対応しています。

以上が医事課業務です。私たちは「笑顔、まごころ、思いやりの心」を忘れず、患者さんの立場で考え、わかりやすい説明を心がけています。



おくすり通信



済生会松阪総合病院 薬剤部

●今回は白癬についてお話しします

白癬とは皮膚糸状菌(白癬菌)という真菌(カビ)が皮膚に感染して起こる皮膚感染症です。手・足・爪に生じたものは「水虫」、頭に生じたものは「しらくも」、身体に生じたものは「ぜにたむし」、股に生じたものは「いんきんたむし」と生じる場所により呼び名が異なります。発赤・かゆみ・ただれ・水ぶくれなどの症状が現れます。白癬菌は、高温多湿の環境を好み、皮膚表面に汗や汚れが残っていると繁殖しやすいです。

●治療薬

【塗り薬】

- クリーム…べとつきがなく、使用感がよい。ジクジク型、カサカサ型、どちらにも適している。
⇒アスタット®クリーム1%、ニゾラル®クリーム2%、フロリードD®クリーム1%、ラミシール®クリーム1%
- 軟膏…刺激が少なく、保湿効果に優れている。カサカ

サ型に適している。

⇒アスタット®軟膏 1%

●外用液…手を汚さずに塗れる。患部の範囲が狭い白癬に適している。

⇒アスタット®外用液 1%、メンタックス®外用液 1%

【飲み薬】

身体の中から白癬菌に作用する。塗り薬が届かない部分(爪の中)に適している。

⇒イトリゾール®カプセル50、ラミシール®錠 125mg

真菌は感染部位以外にも広範囲に付着していることが多いため、完治したとしても再発する場合があります。足やからだを清潔に保ち、感染を予防しましょう。

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください。

診療費相談会のお知らせ

●診療支援センター 医療相談室

当院では毎月第4水曜日、1階エントランスホールにて「医療費の支払い」についてお困りの方や不安に思っている方などを対象に相談会を実施しております。お気軽にお越しください。

年金だけで
収入が少ない

医療費の
支払いが困難

病気で仕事が
できない

など

今後の予定

- 3/26(水) 9:00~12:30
- 4/23(水) 9:00~12:30
- 5/28(水) 9:00~12:30
- 6/25(水) 9:00~12:30



※専門の相談員と個室での面談となります。
※当日の都合により、お待ちいただく場合がございます。
※上記以外の日時(平日8:30~17:00)でも随時ご相談を受け付けております。

管理栄養士:松本 由紀

カツオの中華風サラダ



●材料(2人分)

- カツオ(生食用).....200g
- 塩、こしょう.....少々
- 一味唐辛子.....少々
- 白ねぎ.....1/4本
- きゅうり.....1/2本
- トマト.....1/2個
- しょう油.....小さじ2杯
- 酢.....小さじ2杯
- ごま油.....小さじ1と1/2杯
- 粗挽きこしょう.....少々
- いりごま(白).....少々

<1人分166kcal>

●作り方

- ①カツオに塩、こしょう、一味唐辛子を全体にすり込み、10分程度おく。
- ②白ねぎは3cm長さに切り、せん切りにして水にさらす(白髪ねぎにする)。
- ③きゅうりはせん切り、トマトは一口大に切る。
- ④カツオを薄切にする。
- ⑤Aの調味料を混ぜ合わせドレッシングを作る。
- ⑥器に②③④を混ぜ盛り付ける。⑤のドレッシングをかけ、ゴマをふる。

☆カツオに多く含まれるパントテン酸はビタミンB部的一种。ストレスを感じたときに副腎脂質ホルモンを産生し、ストレスに対抗する免疫抗体をつくる働きがあります。パントテン酸は水に溶けやすく、熱で分解されやすい性質を持っているので、刺身やたたきなど新鮮なうちに食べるのが効果的です。

検査データの見方

医療技術部 検査課

ウイルス感染編

今回は、ウイルス感染の検査について述べさせていただきます。

血清を用いてウイルス感染の有無を調べるのに肝炎ウイルス検査があります。肝炎ウイルスは、B型肝炎ウイルスとC型肝炎ウイルスが最も代表的です。



B型肝炎ウイルスの検査としてはHBs抗原があります。HBs抗原とは、B型肝炎ウイルスの外側をおおっている部分を見つける検査で、陽性であれば



B型肝炎に感染しています。体がだるい、食欲がない、発熱するなど風邪のような症状で医療機関を受診し、B型肝炎にかかっていたことがみつかる場合もあります。

C型肝炎ウイルスの検査としてはHCV抗体があります。これは過去にC型肝炎ウイルスにかかり、これに対する抗体を見つける検査です。陽性であれば過去にC型肝炎に感染していたこととなります。B型肝炎もC型肝炎もきちんと治療を受けることが大切です。放置すると肝炎から肝硬変、肝がんに行進することもあります。



また、その他のウイルス感染検査としてHIV検査があります。HIV(ヒト免疫不全ウイルス)はヒトに感染すると後天性免疫不全症候群(AIDS)を発症します。HIV検査ではウイルスに対する抗体を検出します。結果が陽性の場合このウイルスに感染していることを意味します。しかし陽性であっても、AIDSを発症するまでは、10年程度期間がありますので必ず医療機関を受診しましょう。最近では医学が進歩しAIDSの発症をおさえる治療法も確立しつつあります。

外来受付



理念

こころからの医療

「救療済生」の精神に基づいた、
こころからの医療を提供します。

方針

- 患者さんから満足と信頼が得られるように、笑顔、まごころ、思いやりを大切に、心のこもった安全な医療サービスを実践します。
- 日々医療水準の向上を目指し自己研鑽に励み、適正な医療を実践します。
- 地域の医療福祉施設との連携を密にし、地域医療支援病院として地域に貢献していきます。
- 患者さんの個人情報を守ります。

目標

思いやりの心を持ち、納得のいく説明と共に、
より質の高い医療の提供を目指します。

外来診療担当表 (2014年3月1日)

- 受付時間/8:00~12:00(診療科と曜日によって多少変更があります)
- 休診日/土・日曜日、祝日、年末年始(12/30~1/3)
- 診察時間/(午前)9:00~12:00 (午後)13:30~

担当医は変更になることもあります。

		月	火	水	木	金	
内科	1 診	吉澤 尚彦	吉澤 尚彦	福井 義尚(腎不全)	行本 弘樹	石川 英二(腎臓)	
	2 診	須川 正宏	李 由紀	青木 雅俊	須川 正宏	青木 雅俊	
	3 診	遠藤 真由美	鈴木 康夫	山脇 弘二	加藤 慎也	櫻井 正人	
	4 診	橋本 章	橋本 章	脇田 喜弘	河俣 浩之	福家 洋之	
	5 診	清水 敦哉	上村 泰弘	上村 泰弘	福家 洋之	上村 泰弘	
	6 診	垣本 斉	南川 光三	河俣 浩之	小林 稔彦	南川 光三	
	7 診 消化器外来	中島 啓吾	清水 敦哉	中島 啓吾	清水 敦哉	脇田 喜弘	
	8 診 循環器外来	加藤 慎也	櫻井 正人	垣本 斉	垣本 斉	山脇 弘二	
精神科 (午後)		*院内入院患者のみ		精神科医師 *15:30~		精神科医師 *13:00~14:00	
外科	1 診	田中 穰	長沼 達史	長沼 達史	近藤 昭信	田中 穰	
	2 診	市川 健	近藤 昭信	大学医師	河埜 道夫	長沼 達史	
	(紹介のみ)		藤森 健而			藤森 健而	
	午後 消化器外科外来		外科医師 *13:30~15:00	外科医師(肛門) *13:30~15:00		外科医師 *13:30~15:00	
乳腺外来 (午後)	健診センター	李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで	柏倉 由実 *13:00~16:00	李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで		李 由紀 *13:00~16:00 ※新患受付15:00まで	
脳神経外科	1 診 脳血管内治療外来	諸岡 芳人	市川 尚己	諸岡 芳人			
	2 診	村田 浩人	土屋 拓郎	村田 浩人	朝倉 文夫	朝倉 文夫	
	3 診 脊椎・骨髄外来	久保 和親	久保 和親 ※第2火曜は休診		久保 和親		
整形外科	1 診	友田 良太	新 患 *受付11:00まで	今原 敏博		今原 敏博	
	2 診	新 患			友田 良太	森本 政司	
	3 診	刀根 慎恵		川喜田 英司	川喜田 英司	刀根 慎恵	
脊椎センター	午後	友田 良太(人工関節外来) (要予約・紹介のみ) *14:00~16:00		乳児検診(4ヶ月) ※要予約			
	午前		竹上 謙次 *8:30~9:00 ※要予約	竹上 謙次 *9:00~	竹上 謙次 *9:00~	竹上 謙次 *8:30~9:00 ※要予約	
産婦人科	午前	1 診	高倉 哲司	張 凌雲	高倉 哲司	菅谷 健 *10:00~	竹内 茂人 *9:30~
		2 診	竹内 茂人 *10:00~	高倉 哲司 *9:30~	二井 理文	張 凌雲	高倉 哲司 *8:30~10:00 ※受付9:30まで
		3 診	二井 理文		張 凌雲	竹内 茂人 *11:00~	二井 理文
	午後 (予約・紹介のみ)	1 診		手術	高倉 哲司 (1ヶ月検診)	手術	手術
		2 診			乳房外来(要予約) *14:00~16:30		
		3 診					
ART・生殖医療センター (完全予約制) ※注1	午前	1 診 再診	菅谷 健	菅谷 健 *8:30~9:00	菅谷 健	菅谷 健 *8:30~9:30	菅谷 健
		2 診 再診	竹内 茂人 *8:30~9:00	竹内 茂人 *8:30~	竹内 茂人 *8:30~	竹内 茂人 *8:30~10:00	竹内 茂人 *8:30
	午後	1 診 新患	菅谷 健	手術	菅谷 健	手術	手術
		2 診 新患	竹内 茂人		竹内 茂人		
		タ診 (16:30~18:00)	1 診 再診		菅谷 健		
	2 診 再診	竹内 茂人	竹内 茂人				
小児科	午前	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	
	午後		予防接種 *14:00~16:00 ※要予約	乳児検診(1ヶ月・4ヶ月) *14:00~15:00 ※要予約	血型・アレルギ-採血 *13:00~13:30 (※第2・4木曜のみ) 予防接種 *13:30~15:00 一般診察 *15:00~17:00	乳児検診(7ヶ月以降) *14:00~15:30 ※要予約	
眼科		眼科医師 *9:30~	眼科医師 *9:30~	眼科医師 *9:30~	眼科医師		
皮膚科			大学医師 ※受付10:00まで			大学医師 ※受付10:00まで	
耳鼻咽喉科				大学医師	大学医師		
泌尿器科	1 診	森 脩	小川 和彦	森 脩	柳川 眞	金原 弘幸	
	2 診 新患	小川 和彦	柳川 眞	金原 弘幸	小川 和彦	柳川 眞	
神経内科	1 診	坂井 利行	近藤 昌秀	坂井 利行	近藤 昌秀	川名 陽介	
	2 診	川名 陽介	神経内科医師	加藤 奈津子	神経内科医師	神経内科医師	
麻酔科		宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	宮村 とよ子	
	ハインクリニック	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	車 武丸	
放射線科		西出 喜弥	寺田 尚弘	加藤 幹愛	中川 俊男	西出 喜弥	
	放射線治療		豊増 泰(午前)	伊井憲子(午後)			
緩和医療科 (完全予約制)	午前	清水 美恵			清水 美恵		
	午後				清水美恵/阿波宏子		
形成外科		香川 久香 (レーザー治療)※要予約			香川 久香		
口腔外科		佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	
フットケア外来		辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	辻 忠孝	
ストーマ外来				午前 ※要予約			
				午前 ※要予約			

《特記事項》 注1) ART・生殖医療センターは完全予約制です。初診でも予約が可能ですので、予め電話予約の上ご来院ください。