

くつろぎたいわ

松江赤十字病院広報誌 第36号 (2011年 春号)

■病院理念 松江赤十字病院は、地域の中核医療機関として、「高度」「良質」「公正」な医療を提供します。



東日本大震災

～当院からも救護班を派遣～



3月11日に発生した東日本大震災で被災された方々、ご家族のみならず、心よりお見舞い申し上げます。日本赤十字社では現在、被災地に救護班を派遣するなど、総力をあげて救護活動に取り組んでいます。当院からも、救護班として医師、看護師などの職員を継続的に派遣しています。

当院では、発生当日の夜8時にDMATという専門的な訓練を受けた災害派遣医療チームを宮城県へ出動させるとともに、翌日の午前中には茨城県に向けて救護班をもう1チーム出動させました。

日本赤十字社の各赤十字病院では複数の救護班を常に編成して訓練を積んでおり、24時間365日出動できるよう備えています。

初日に出動したDMATを皮切りに、4月末までに合計8チームの救護班が出動し、主に宮城県石巻市を拠点に救護活動を行いました。また、救護班とは別に、石巻赤十字病院内に設置された石巻圏域災害救援本部の事務要員を1名、石巻赤十字病院の看護支援要員を2名、被災者の方の「こころのケア」要員1名を派遣しました。

今後も、当院をはじめとする赤十字各施設が総力をあげて救護活動に取り組みます。

東日本大震災義援金募集のお知らせ

日本赤十字社島根県支部では次のとおり義援金を受け付けております。

名称	東日本大震災義援金	口座番号	(普)2053483
金融機関名	山陰合同銀行 県庁支店	口座名義	日本赤十字社島根県支部 支部長 溝口 善兵衛

病棟紹介 9階西病棟

私たち9階西病棟をご紹介します。

当病棟は、糖尿病・内分泌疾患、膠原病腎疾患を中心とした慢性疾患の患者さんが多く入院されています。急性期はもちろんのこと退院後の生活を見据えた、生活指導にも力を入れています。病棟スタッフには、糖尿病療養指導士、透析療法指導看護師、山陰初の栄養療法士をそろえ質の高い、専門的な医療が提供できるように頑張っています。そして、医師や看護師はもちろんのこと、栄養士、薬剤師、検査技師、ケースワーカーなどさまざまな職種が協力して個別性を重視した指導、治療に当たっています。



糖尿病教室では、食事会や調理実習などを通して実際に退院してからの生活に困らないよう、具体的な指導にも力を入れています。また昨年は、ご家庭で腹膜透析をされている患者さんのお宅を訪問し、入院中の指導で、

お困りのことや不足の部分がないかなど確認

させていただき、その後の指導に役立たせていただいています。今後も一人ひとりの生活により密着した看護が提供できればと思っています。



慢性疾患の場合、いかに退院後も無理なく治療が継続できるかが大切なポイント。ときにはくじけそうになりそうな患者さんを少しでもお手伝いできればと、患者会の行事にも積極的に参加し、近況をお聞きし、困っておられることなど相談に乗らせていただいています。イベントでは、お会いする患者の皆さんが元気で頑張っておられること、その笑顔に反対にスタッフが勇気付けられることもたびたび、入院中はもちろんのこと、退院後も長くお付き合いさせていただいています。

今後何かお困りのことやご相談がありましたら、お気軽に9階西病棟にご連絡をお待ちしています。

「きれいの魔法」って知っていますか？

化学療法中のメイクとネイルのお手入れ勉強会



東京から
光江弘恵先生
(エイボンビュー
ティセンター
統括店長、
ソシオエス
ティティシャ
ン)をお迎

えして、化学療法中のメイクとネイルのお手入れを患者さんらとともに勉強しました。(震災の影響で大変な最中にもかかわらず東京から来てくださいました。)

乳がんの化学療法をすると髪の毛はもちろん、まゆげやまつげも脱毛し、爪も割れてしまいがち。「こんな手、人に見せられない」「外に出るのが面倒くさい」という患者さんも多くいらっしゃいます。



ですが、今回講師の光江先生に手のメイクのお手

乳がん看護認定看護師 林 美幸

入れをしていただくと、「すごい違う、きれい」と参加者から歓声が。光江先生の「きれいの魔法」によって治療を頑張っている手が、「私たち、また頑張れるよ。治療頑張って」と患者さんにエールを送っているように私の目には映りました。

私も眉を描いていただき、自分だけのものなんです。ですが、「うん、きれい」といつもと違う自分にハッピーな気持ちになりました。このハッピーな気持ちが辛い時も悲しい時も自分を支え、輝かせてくれる「きれいの魔法」なのです。



勉強会での患者さんの笑顔を見て、医療者が「きれいの魔法」を使って患者さんをサポートしていければと思います。7月にも講師を招いて、ビューティ企画第2弾を計画中です。皆さん、おたのしみ。

日常生活の中で小さな症状や前兆に気づき、
自分の体に関心を持つことは大切。

大きな病気のサインの場合もあり、早期治療にもつながります。

「ドクター教えて からだ相談室」では、

当院の医師が、病気や対処法についてアドバイスします。

相談

糖尿病で体重を減らすよう指導を受けています。身長155センチ、体重65キログラム。食事を減らし、運動もしていますが、体重が減りません。水を飲んでも太る体質かと思えます。良い方法はないでしょうか。(55歳、女性)

アドバイス

肥満は糖尿病の原因になるだけでなく、その是正は治療の一番の決め手です。体重が減らな

エネルギー摂取量が、その足(エネルギーの減少(運動不足)が示しています。エネルギーがない水で

ご飯を減らしたが、お

力が必要です。1キロの脂

り、毎日のまんじゅうを

ます。

ドクター教えて からだ相談室

③

今回のドクター



松江赤十字病院
糖尿病・内分泌科
佐藤利昭 部長

糖尿病と肥満

減量は根気強い努力を

いのはお困りと思いま 太ることはありません。太るのは脂肪がつくが、太りやすい体質、や

運動の過信も禁物で 運動で体重が減るのは

ですが、当初目標は5%減

ずが増えた▽食事は減ら 筋に蓄えられているエネ

以上のエネルギー摂取 (食べ過ぎ)か、消費エ

エネルギーは100キロ 大半が汗で失われる水分

をグラフなどで記録す



2~4月

introduce



採用医師紹介

Hello Doctors



麻酔科 原田 真梨

2月から麻酔科に赴任した原田真梨と申します。手術を受ける患者さんの麻酔管理を担当させていただきます。手術は不安も多いと思いますが、術中術後ともに快適に過ごしていただけるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。



産婦人科 川上 伸兒

東京生まれですが、松江在住が長くなり、松江が一番の「ふるさと」になりました。産婦人科医になって42年が経ちました。及ばずながら皆様のお手伝いできればと思っています。



血液内科 井手 宏明

2011年4月1日から血液内科に赴任して参りました。井手宏明です。一人ひとりの患者さんに誠意ある医療を提供できるよう努力いたしますので、よろしくお願いいたします。



血液内科 越野 康之

4月から松江赤十字病院血液内科で働いております。入院中、退院後の生活ができるだけ充実したものになるようお手伝いできたらと思っています。何卒よろしくお願いいたします。



呼吸器内科 中崎 博文

鳥取大学医学部附属病院より参りました中崎博文です。肺炎、喘息、肺病など呼吸器疾患を中心に診療いたします。松江のことはほとんど分かりませんので、公私ともにいろいろ教えていただくと幸いです。よろしくお願いいたします。



循環器内科 近藤 健人

4月に鳥取大学から来ました。不整脈に対するカテーテルアブレーション、ペースメーカー治療、埋込型除細動器手術、虚血性心疾患に対するカテーテル治療を中心に勉強しております。少しでも多くの患者さんの笑顔が見られるよう、またこの地域の医療に少しでも多く貢献できるよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。



形成外科 福井 季代子

4月より形成外科で勤務させていただきます。島根県の中核病院の一つである松江赤十字病院で働けることをうれしく思っています。精一杯頑張りますのでよろしくお願いいたします。



形成外科 塚田 圭輔

このたび初期研修が修了し、形成外科で働かせていただくことになりました。患者さんとの対話を大切にして日々の診療にあたっていきたいと思ひます。気軽に声をかけてください。よろしくお願いいたします。



放射線科 三好 秀直

4月より鳥取大学から赴任して参りました。初めての松江市勤務ですが、病院も新しくなり放射線診断部門で、心機一転、頑張りたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。



歯科口腔外科 奈良井 節

4月から歯科口腔外科に赴任してきました奈良井 節と申します。松江市の口腔の健康を保てるよう頑張りますので、よろしくお願いいたします。

春の味覚「たけのこ」

栄養調理師 奥野 将徳

日本の春の味覚「たけのこ」。せつかく手に入れたのに、食べてみたらえぐみが強くてがっかりし



た経験はありませんか？たけのこにつきものの「えぐみ」。同じゆで方をしているのに、えぐみの強い時とそうでない時がありませんか？これは、日光に当たったかどうかでその量が左右します。たけのこは土から顔を出す前に掘るのが望ましく、土の上から顔を出し日に当たると、竹になるために必要な食物繊維などを作り始めます。この時、えぐみも作り出してしま



うのです。たけのこを購入する時の見極め方は、穂先が緑色ではなく、薄茶色のものを選びましょう。さらにもう一つ、切り取られてからの時間の経過を判断するには、根元近くのポツポツの色が目安になります。この色が薄いものを選びましょう。

料理法として、上の部分は大きく切ってやわらかい歯触りを楽しみ料理に、下の部分は細く切ってシャキシャキ感を楽しむ料理に、それぞれの食感を活かした切り方と料理でおいしさを、そして春を丸ごと楽しんでください。



平成23年度(前期) 外来糖尿病教室

※毎回予約制 申込・問い合わせ先▶担当保健師 吉岡 TEL(0852)24-2111
※糖尿病手帳をお持ちの方はご持参下さい。

5月11日(水) 肥満と糖尿病

時間：10:00～13:30 場所：日赤厚生棟会議室

***痩せたいのに痩せられない…その理由は？**

糖尿病・内分泌内科副部長 垣羽 寿昭

***肥りやすい食べ方と肥りにくい食べ方**

管理栄養士 引野 義之

***紹介します！リハビリ室ってこんなところ**

理学療法士 渡邊 剛

体験談『私の減量体験』

すこやか会会員 香川 義孝

食事会

たくさん食べてもふとらない
～野菜料理を楽しみましょう～

7月13日(水) 膵β細胞を守るには…

時間：10:00～13:30 場所：日赤厚生棟会議室

***今日からでも、私にもできること**

糖尿病・内分泌内科副部長 佐藤 利昭

***目分量が多くなっていませんか？**

管理栄養士 長谷 教代

***ワンポイントアドバイス 誰でも簡単にできる体操part1**

理学療法士 渡邊 剛

体験談『日々をいとおしんで』

すこやか会会員 田村 薫

食事会

あっさりだけど、しっかりと
～暑さに負けない元気メニュー～

9月14日(水) 血管を守る

時間：10:00～13:30 場所：日赤厚生棟会議室

***動脈硬化を防ぐには**

糖尿病・内分泌内科副部長 垣羽 寿昭

***減塩のコツと食物繊維を上手に摂るコツ**

管理栄養士 長谷 教代

***ワンポイントアドバイス 足を大切に**

病棟看護師

体験談『出会いがくれた宝物』

すこやか会会員 柳井多恵さんとお友達

食事会

減塩だけどおいしいね～献立のヒント～

平成23年度(前期) 健康医学講座

場所 松江赤十字病院 受講料 無料

厚生棟会議室(病院向かい「松江薬局」となり)

申込・問い合わせ先▶医療社会事業部 TEL(0852)24-2111

6月10日(金) 時間：14:00～15:30

東日本大震災—赤十字の使命と活動—

ICU・CCU病棟看護師長 福田美知代

7月6日(水) 時間：14:00～15:30

放射線科画像検査の実際

放射線科技師長 益井 謙

8月24日(水) 時間：14:00～15:30

災害時の高齢者生活支援講習

日本赤十字社島根県支部 赤十字健康生活支援講習指導員

9月28日(水) 時間：14:00～15:30

吸うこと、はくこと、呼吸のしくみ—呼吸生理学入門—

呼吸器外科部長 磯和 理貴

10月5日(水) 時間：14:00～15:30

膝の痛みについて

整形外科部長 岩佐 潤二

+ 松江赤十字病院『患者さまの権利章典』

「医療は、患者さまと医療提供者とのお互いの信頼関係をもとに協力して作り上げていくものであり、患者さまに主体的に参加していただくことが必要です。」
このような考え方にもとづき、松江赤十字病院は、患者さまの権利や責務についてつぎのとおり表明します。

1. 患者さまには、医療提供者との相互の協力関係のもと、良質な医療を公平に受ける権利があります。
2. 患者さまには、診療に関して十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。
3. 患者さまには、医療に関する説明を受けてもよく理解できなかったことについて十分理解できるまで質問する権利があります。
4. 患者さまには、医療従事者が提案する治療法に対して自らの意思で決定できる権利があります。
5. 患者さまには、診療の過程で得られた個人情報機密が守られる権利があります。
6. 患者さまには、医療提供者に対し患者さま自身の健康に関する情報をできるだけ正確に提供する責務があります。
7. 患者さまには、病院の規則を守る責務があります。