

はあとほっとステーションしまだ

2002.12

Vol.2

島田病院、何点ですか？

私たちが、外でおいしいものでも食べようとなれば、雑誌などに出ている「旨い店」などの情報を頼りにすることがあります。実際に行ってみて、『おいしかった。来て良かった』と満足する場合もあるでしょうし、『しょうもない店やった』とがっかりすることもあるでしょう。食事は、次に期待することもできますが、ヘルスケア(医療や介護)ではそうはいきません。やり直しのきかない一度きりの利用です。がっかりとさせるようなことがあっては大変です。

安心してご利用いただき、満足していただくためには、常に提供するサービスの質の向上に努めなければなりません。それには、自分たちのサービスがどのような位置づけにあるのかを知ることが出発点になります。自分たちの評価では、身びいきになったり、問題点が見えなかったりして、正確でなくなる可能性があります。

そこで、島田病院は「日本医療機能評価機構」という外部の団体をお願いして、評価を受けることにしました。もちろん有料です。これにより、良いところも確認できるでしょうし、何より、多くの課題が見つかることを期待しています。その課題を解決することにより、さらによりサービスを実践できるようになると考えるからです。

審査の申し込みをすると、たくさんの基礎資料を送付することになります。どんな歴史を持った病院で、どのような診

療を、どんな風に行って、どのような実績を上げているか、現場での訪問審査の事前調査です。その書類を提出する段階から、問題点が出てきました。必要なデータが集められる仕組みがなかったり、あっても定期的にまとめられ報告されていなかったりしたのです。さっそく、改善しました。内部の指導だけではなかなか進まない改革も、この機能評価を受け、合格証書(認定証)をもらうことを目標にすると理解しやすく、行動が迅速になります。そんな効果もあるのだと思いました。結果については、また、この紙面を利用してご報告することになります。

どうか、これまでと同様、率直なご意見をいただき、私たちを育てていただきたいと願っています。よろしく願いいたします。



島田病院

島田病院 院長 島田 永和

島田病院 ちょっと変わりました。まだまだ変わります。

今まで車椅子や松葉杖をご利用のみなさまにご不便をおかけしていましたが、正面玄関の自動ドアの設置と玄関前スロープの改修工事を行いました。また病棟でのプライバシーに配慮した公衆電話・投書コーナーを設置いたしました。

現在進めているのは、①売店・憩いスペースの充実 ②玄関横公衆電話コーナーの新設

③病棟トイレウォシュレットの設置です。

今後も、みなさまの視点に立って施設の改修・充実を行ってまいります。

個人の価値観を尊重し、その人の「自立」や「その人らしく生きること」を支援するヘルスケアサービスを提供します

< 島田病院 理念 >

人間愛と確かな技術に基づき、職員全員による患者さま本位のヘルスケアサービスを通し、地域の積極的な健康づくりに関与する病院を目指します

< 使 命 >

良質のヘルスケアを効率よく地域の方々に提供し続けます

< 職員憲章 >

私たちは、その人がその人らしく自分の人生を全うすることを心(Heart)と技術(Hands)で支援します

11月から入院患者さまのプライバシーを守るため、病室のネームプレートを外しました。入院患者さまのお部屋につきましては、1F受付、または各病棟のナースステーションにおたずねください。ご面会の方やご家族さまにはご不便をおかけいたしますが、ご協力をお願いいたします。

11月は近隣の中学生による労働体験の協力をさせていただきました。8人の中学2年生が2日間の学習を終えられました。「新鮮な気持ち」を中学生の方々からいただき、看護職員も楽しい経験となりました。

12月から各ベッドに1冊「入院のご案内 INFORMATION」を配置いたしました。ご入院中のご不安を少しでも軽減するお手伝いができるのではと思っています。

また、非常口の説明も入っておりますので、ご入院されましたら、必ず一読いただきますようお願いいたします。

看護部理念

看護部職員は、
常に知識・技術を磨き
豊かな感性を育み、
専門職としての
誇りと責任を持って、
地域の方々から信頼される
質の高い看護サービスを
効率的に提供します。

インフォメーション



インフルエンザの予防接種はお済みですか？

毎年恐ろしい猛威を振るうインフルエンザですが、早めに予防接種をうけることによって、インフルエンザにかかるリスクを軽減することができます。

今年も当院では予防接種を取り扱っております。また羽曳野市在住で満65才以上の方なら無料で受けられます。(それ以外の方は3,150円必要となります)

詳しくは当院受付までお尋ねください。



おすすめ! 無料市民健康診断

12月末まで羽曳野市在住の満40歳以上の方は、年1回無料で市民健診を受けることができます。当院は羽曳野市の委託医療機関となっておりますので、まだ市民健康診断を受けられていない方は、ぜひ当院受付窓口までお尋ねください。また、一部対象の方にはC型肝炎の血液検査も行っております。

お気軽にお問合せください。

年末年始の診療体制

12月29日(日)から1月3日(金)まで、休日診療体制となり、整形外科リハビリテーション科は、午前中のみ診療を行います。内科、神経内科は休診となりますので、ご注意ください。

(医事科)



はあとふるのくすり箱

皮膚を守って手あれを防ぐために 2

今回はハンドクリームの選び方についてお話ししましょう。

ハンドクリームは皮膚の角質層を守るバリア機能を持たせ、角質層に潤いを与えます。

ハンドクリームの働きを知っていただき、ご自身にあったものをお選びください。

かたくなった皮膚に(尿素 urea)

尿素は体内の水分を角質層に取り込む働きがあり、角質の硬い部分を取り去る作用があります。尿素配合のクリーム類をよく見渡してみると、10%と20%があるのに気付きましたか？効果の面からいうと20%の方がよく効きます。しかし、傷口があったり敏感肌だとびりびり感があることがあります。従って、お子さまや敏感肌の方には10%をお勧めします。尿素は、肌をなめらかにしてみずみずしくする効果が高いのですが、バリア機能は低いので、ヒアルロン酸などの保湿成分が配合されているものの方がより効果的です。

ケラチナミンコーワ(興和)	尿素配合で有名
フェルゼアHA20クリーム(資生堂)	尿素+ヒアルロン酸+ビタミンE
フジサワウレアクリーム(藤沢薬品工業)	伸びがよいと好評

水分たっぷり'プルプル'の皮膚をめざす方に(ヒアルロン酸 hyaluronate)

ヒアルロン酸は、1gで6リットルの水を保持することができるといわれています。保湿効果を期待します。化粧品などでもヒアルロン酸配合という宣伝を見かけます。このヒアルロン酸、鶏のとさかから抽出しているのです。

油分たっぷりでかなりしっとり(ワセリン vaseline)

油の一種で油の膜で水分の蒸発を防ぐものです。中性で低刺激性で、皮膚を保護する目的にも使用されます。

ひび、あかぎれ、くちびるにも

(グリセリン glycerin)

皮膚、粘膜の保護作用を期待します。粘膜にも使えます。ワセリンよりもサラッとしています。軟化させる目的で唇の亀裂やひび、あかぎれ、肌荒れに使用します。浣腸剤として使用することもあります。

皮膚の乾燥や老化防止に

(ビタミンA vitamin A (レチノール: retinol))

脂溶性ビタミンのひとつです。皮膚表面の乾燥やカサカサから保護をします。皮膚から吸収されて表皮の新陳代謝を高め、ケラチン形成を抑制します。

ユースキンA(ユースキン製薬)	ビタミンA配合。 発売42年目のトップブランド
ヴァセリン ハンド&ネイル(日本リーバ)	爪に欠かせないケラチンと 潤いを与えるスクラワン配合

また、ビタミンA欠乏症は皮膚の乾燥や潰瘍が生じるとされています。最近ではしわがとれるといった化粧品に応用されてきています。ビタミンEはビタミンAの生体内利用を高めることが報告されているので一緒に配合されているものがよさそうですね。

“しもやけ”のできやすい方に

(ビタミンE vitamin E (トコフェロール: tocopherol))

血行をよくする作用が期待できます。血液循環がよくなると皮膚の代謝も改善されます。最近、紫外線から守る抗酸化作用がうたわれ、肌を守ることもできます。

ひび、あかぎれに(ヘパリン類似物質)

炎症を押さえる作用があるとされているため、ひび、あかぎれによく効くといわれています。

メディナーズHPクリーム(ライオン)	ヘパリン類似物質配合で ひび、あかぎれに有効
--------------------	---------------------------

美白効果を期待する方に(プラセンタエキス)

最近話題プラセンタエキスですが、ハンドクリームにも配合して美白効果を期待します。

水分の保持に(セラミド)

角質の細胞の間の脂質成分です。最近注目されています。本来角質層に存在し、バリア機能を果たしながら水分をキープしているといわれています。低刺激性です。

水仕事の多い方に(高分子シリコン)

フェルゼアハンドベール(資生堂)	ポリマーが薄い膜をつくって 肌を守ります
------------------	-------------------------

高分子シリコンが皮膚の上に薄い膜をつくり、水をはじいて手を守ります。ぬった直後もぬるぬる感はありません。水仕事の多い人は、ことうのが効果的でしょう。

その他のさらさらタイプ

メンターム(近江兄弟社)	シリーズ化でかなりの種類がある
キスミー薬用ハンドクリーム	発売25年目のロングセラー

(薬剤科)

～ちょっとトクする話～

体に効く食材便利事典 ～食酢～

最近、りんご酢やワインビネガー・黒酢などさまざまな種類の酢が出回るようになりました。酢は健康に良いとされ、料理に使用したり、そのまま飲んだり、色々な形で取り入れられているようです。

<酢の効能>

- ・疲労回復
- ・老化防止
- ・食品の腐敗防止
- ・血液循環促進、血栓予防

<栄養価値ベスト3>(1回量15g中)

- ① ビタミンB1 0.001mg
- ② 鉄 0.015mg
- ③ ビタミンB2 0.001mg



栄養士のささやき

酢はそのままだと飲みにくいので、リンゴやレモンなどの果汁を加えて飲むと良いでしょう。

また、酸味が強い場合はハチミツをいれます。

ただし、冷え性の人はお湯でうすめあたたくして飲むことをおすすめします。

おもしろ栄養学

酢を飲むと体が柔らかくなる?

昔から酢を飲むと体が柔らかくなるということが言われてきました。

料理では、魚を煮るときに酢や梅干を入れると、骨が柔らかくなり、簡単に骨まで食べることが出来るようになります。これは、酢を加えて煮ることによって、骨の中のミネラルが多少抜けて柔らかくなるためです。おそらくこのようなことから、酢を飲むと体が柔らかくなると言われるようになったのではないのでしょうか。

しかし、体の柔軟性を決めるのは骨ではなく、関節の構造や、筋肉、靭帯の柔らかさなのです。

酢を飲むと体が柔らかくなるということではなく、その柔らかさを食べ物によって得ることは出来ないということになります。体を柔らかくするには、ストレッチなどの運動によって筋肉をほぐすことが大切です。

(栄養管理科)

島田病院では、このニュース・レターが病院と患者様を結ぶコミュニケーションツールとなるよう願っています。ぜひ、みなさまからのご意見、ご感想を館内各所に設置している「きくぞう君(ご意見箱)」までお寄せください。