

はあとほっとステーションしまだ

2003.3
Vol.4

病院の存在意義を考える

「島田病院は地域の方々が必要とされる病院だろうか？」そんなことを、時々、自問自答してみます。たくさんの外来患者さんで混雑する待合室を見ると、求められる病院として機能しているようでもあります。しかし、本当に地域のニーズに応えることができているのか、また、これからも応えることができる準備ができ、その体制となっているのかと突っ込んで考えてみると、怪しくなってきます。

国民の病院診療に求める条件に関する行政のアンケートを見たことがあります。20年前、その一番は、「近いこと」でした。自宅や勤務先からすぐに診察を受けることができる「立地条件」が病院の診療にとって大切だと思われていたのです。新しいデータでは、その順番が変わっているので驚いた記憶があります。「近く」というのは一番ではなくなっていました。「病状や検査などについて、よく説明してくれること」が一番目の条件になりました。ついで「専門的な診療ができること」です。時代は、立地条件よりも診療の中身(質)を問うように変化してきたのです。

交通の不便な島田病院では、公共交通機関で簡単に来

院できません。そこで、最寄りの駅から連絡バスを運行しています。こうした工夫はこれからも必要でしょう。



島田病院

しかし、何より大事なのは、「どのような診療を行うか」であることを再確認しました。

前回お知らせしましたように、先日、病院機能評価という、外部の方に島田病院の現状を評価していただきました。成績発表は4月頃ということですが、改善すべき点がまだまだ多くあることを、痛感いたしました。

改めて、院長はもとより、管理者、医師、看護師をはじめ、技術者、事務員、などすべてのスタッフが、良質のヘルスケアサービスを提供できるよう、努力することをお約束いたします。厳しいご指摘やご助言をこれからもよろしくお願い申し上げます。

島田病院 院長 島田 永和

医事科からのお知らせ

平成15年4月1日より、健康保険法の一部が改定される予定です。

●健保本人、家族(3歳児以上)とも、患者負担が「3割」

現 行

■本人 外来2割、入院2割
■家族 外来3割、入院2割

2003年4月改正

■本人・家族とも
外来、入院とも3割

- 別途ご負担されていた外来の薬剤の一部負担金が廃止
- 資格喪失後の一般被保険者の継続療養給付が廃止
- 55歳以上60歳未満の任意継続被保険者の期間が、これまでの最長5年間から一般の被保険者と同様の2年間に
(けんぽれん大阪連合会 ホームページより抜粋)

詳しくは島田病院受付窓口までお気軽にお尋ねください。

<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>

良質のヘルスケアサービス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

インフォメーション

「第9回スポーツ選手・指導者交流会」を開催いたしました

2月1日(土)メインテーマを「スポーツ障害」とし、スポーツ選手、指導者やトレーナー、理学療法士を目指す学生など約130名の方々にご参加いただきました。

交流会終了後の懇親会では、整形外科疾患、スポーツ栄養、リハビリ、競技力向上の相談コーナーを設置し、日頃のスポーツ現場での悩みや、具体的な対処やトレーニングの方法など参加者との積極的な意見交換を行いました。詳しい内容につきましては、ホームページで紹介する予定です。是非ご覧ください。

プログラム

- ・「スポーツ障害の総論と今後の当院の方向性について」——
医療法人永広会 理事長 島田永和
- ・基調講演「私の考えるスポーツ指導哲学」——
阪南大学サッカー部監督 須佐徹太郎 氏
- ・「ランニング障害」——
島田病院リハビリテーション科 理学療法士 木村典代
- ・「投球障害」——
島田病院リハビリテーション科 理学療法士 溝口大五

▼島田病院内では、偶数月にミニスポーツセミナーを開催しております。(参加費無料)

<ミニスポーツセミナー開催予定プログラム>

- ・4月17日(木) 18:30~20:00 **スポーツ活動時における緊急対応** 麻酔科医師
- ・6月21日(土) 16:00~18:00 **夏バテ防止と水分摂取** 管理栄養士
- ・8月21日(木) 18:30~20:00 **スポーツ現場における障害の見分け方** トレーナー
- ・10月18日(土) 16:00~18:00 **中高年のスポーツ障害** 整形外科医師
- ・12月18日(木) 18:30~20:00 **膝のテーピング** 理学療法士
- ・2月21日(土) 16:00~18:00 **野球のスポーツ障害** 理学療法士

お申し込み: TEL/FAX共通 0729-37-1511 はびきの健康プラザ(直通)
または 島田病院 1F 受付にお申し出ください。

「南河内圏域地域リハビリテーション研修会」を開催いたします

日 時: 平成15年3月9日(日) 午後1時~4時半

会 場: 藤井寺市民総合会館 本館小ホール

内 容: 基調講演

「地域でのより良いヘルスケアを目指して

- リハビリテーションの重要性 -」

南河内圏域地域リハビリテーション連絡協議会会長

医療法人永広会 島田病院 理事長 島田永和

シンポジウム

「南河内圏域における地域リハビリテーションを専門スタッフから考える」

参加費無料 島田病院1F 受付にお申し出ください。

(事務部)

「褥瘡」ってご存じですか？

褥瘡とは、一般に言う「床ずれ」のことです。

褥瘡は、皮膚の一定の場所に、一定時間以上、一定以上の圧力が加わることにより皮膚組織への血行が乏しくなり、虚血性壊死を起こした状態(組織が死んでしまった状態)をいいます。また、発生しやすい条件は、①やせている人 ②背骨や腰骨が突き出た人 ③失禁したり、発汗の多い人 ④自分で体を動かさない人 ⑤栄養が低下している人 ⑥むくみ(血液の循環障害)のある人 ⑦脳神経障害のある人です。

病気になると、自由に体を動かせず寝返りもすることができなくなったり、栄養状態が悪くなったりする場合があります。そのため、褥瘡のできる可能性が高くなります。現在、褥瘡に対する治療にはたくさんの方があります。

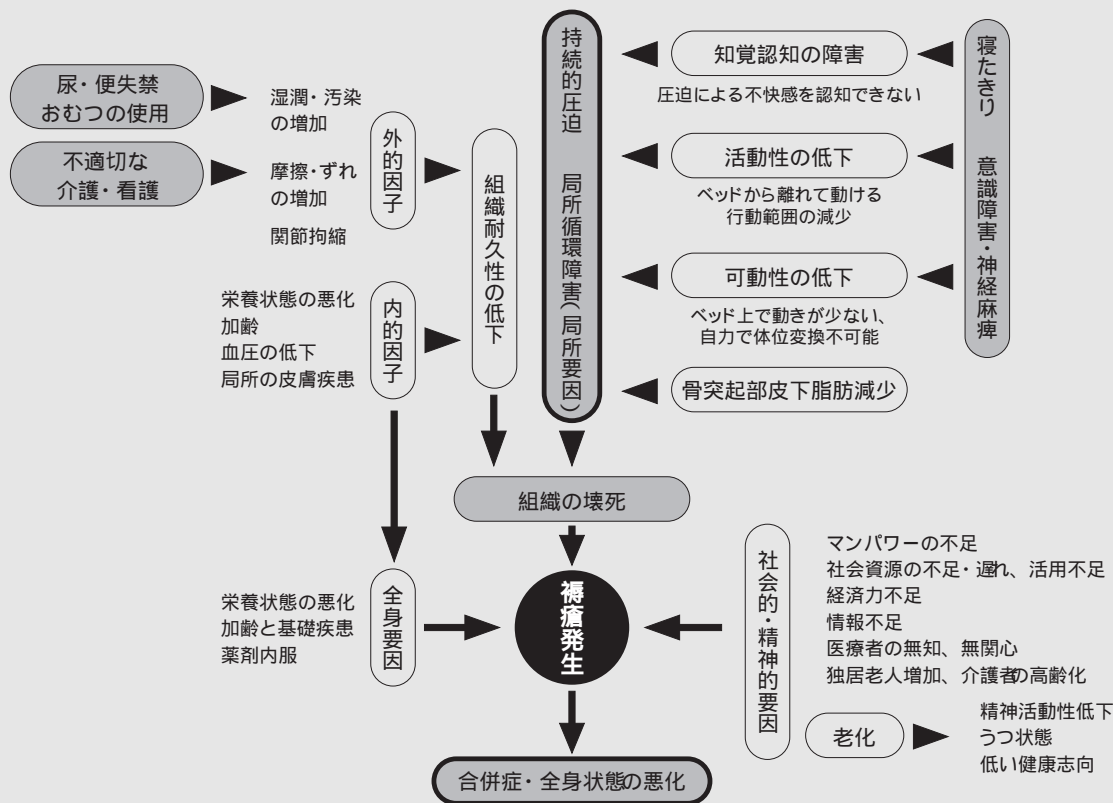
2階病棟にも、褥瘡の治療のために、入院されている患者様もいらっしゃいます。でも、一番大切なことは、褥瘡を作らないことです。当病棟では、すべての患者様に対して、褥瘡ができやすい状況にあるかどうかを入院時に判定し、予防策を行っています。

まず、入院患者様が一番長い時間生活を行うベッドを選択します。現在、「普通のベッド」「ウレタンゲル状マットレスを使用したベッド」「空気の入ったマットレスを使用したベッド」など数種類のベッドをご用意させて頂いています。これは、患者様の状態に応じて適切に選択し、提供しています。もちろん、このようなベッドを用いたからといって、必ずしも褥瘡が発生しないと言うわけではありません。そこで、自分で寝返りができない患者様には、看護職員が時間毎に体の向きを変え、褥瘡が発生するのを予防しています。

褥瘡は、決して、高齢者の方がなる病気ではありません。状況によっては、小児でも、20代、30代の若い方々でも、十分起こりうる病気です。

まずは、寝たきりにならない、寝たきりにしないということが重要です。

(看護部)



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

食材の組み合わせに注意しよう!!

最近よくテレビや雑誌などで「〇〇は美容にイイ!!」「〇〇はダイエットにイイ!!」など食品に関する情報をよく目にします。健康ブームといわれる昨今、そんな情報の中から実際に積極的に食事に取り入れている方も多いのではないのでしょうか。しかし、どんなに体に良いと言われる食品でも組み合わせを誤ってしまうと、せっかく意識してとった栄養素が無駄になってしまうことがあります。逆に、一緒にとると吸収を高める組み合わせもたくさんあります。組み合わせにも注意しましょう!

■注意してほしい栄養素の組み合わせ

栄養素	食 材	阻害する原因	改善策&アドバイス
ビタミンC × アスコルピナーゼ	アセロラ・みかん・トマト にんじん・きゅうりかぼちゃ	アスコルピナーゼという酵素がビタミンCを破壊する働きがあります。	加熱することによりアスコルピナーゼは作用しません。また酢やレモンなどであえることにより活性をおさえます。
カルシウム × 鉄分	牛乳・ヨーグルト 小魚 レバー・ほうれん草	カルシウムは鉄の吸収を阻害します。	貧血が気になるなら時間をずらして食べた方が賢明です。逆にビタミンCを含む食材と組み合わせると吸収がよくなります。
ビタミンB1 × アノイリナーゼ	豚肉・玄米・納豆 うなぎ 生はまぐり・生あさり・ わらび・ぜんまい・つくし	アノイリナーゼという酵素はビタミンB1を分解してしまいます。	併用は避けましょう。逆ににんにくやたまねぎなどに含まれるアリインという物質がビタミンB1の疲労回復効果を高めてくれます。

■相乗効果が得られる栄養素の組み合わせ

栄養素	食 材	相乗効果
カルシウム × ビタミンD	牛乳・小松菜 小魚・ひじき さんま・たまご・ 干し椎茸	カルシウムの吸収を高めます。牛乳だけでとるのではなくひじきの煮物に干し椎茸などいれたりして相乗効果で効率よくとるのもよいでしょう。同じようにりんごや酢・レモンなどに含まれるクエン酸にも同じ効果があります。
ビタミンA × 脂質	緑黄色野菜・うなぎ チーズ 油	体内で皮膚や粘膜を正常に保つ作用や、抗酸化作用があるビタミンAの吸収がよくなります。緑黄色野菜は炒めたり揚げたりすると効率よくビタミンAをとることができます。
たんぱく質 × ビタミンB6	肉・魚・大豆製品 卵・プロテイン 青魚・バナナ・鶏肉・ サツマイモ	体内のタンパク質の代謝に必要な不可欠な組み合わせです。サプリメントでプロテインを利用されている方は特に注意してほしい組み合わせです。



栄養士のからのアドバイス

テレビやマスコミで取り上げられている「体によい食品」。積極的にとるのはよいですが、やたらめったらに摂るのは考えものです。「体によい」ではなく「体のどの部分によいか」を考慮して「自分の体にとってよい物」をとるようにすることが大切です。

おもしろ栄養学

Q 「うなぎと梅干し」の組み合わせ、本当に体に悪いの？

A 結論からいえば、この組み合わせによって成分が毒に変化するなど、体に悪影響を及ぼすという科学的な根拠はありません。ただ、うなぎのような脂っこいものと酸味の強いものが刺激あい、消化不良を起こしやすいとも言われています。昔の人の食生活に対する知恵が、広まったものだと考えられます。

(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び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。