

おえ案ですか

題字は古川名誉院長

“明るく、皆様に開かれた病院を目指して” —地域との関わり合いを大切に—

昨年当院では、市民公開講座、七夕・クリスマスのコンサート、看護まつり、ふれあい看護体験を行いました。たくさんの方にご参加いただき、お蔭様で大変好評でした。今年も地域の皆様方に参加いただける催しを行いますので、是非ご参加ください。

また、災害時に適切な対応がとれるように、毎年防災訓練を行っております。昨年当院では、非常用階段避難車*を2台備えました。今年もこの装置を使う機会がないことを念じています。

*非常用階段避難車：地震や火災などの災害でエレベータが使用できない状況になった時、歩行困難な方を1名の人員で廊下や階段を安全にすばやく避難させることができます。



2010/7/10 七夕コンサート



2010/8/7 市民公開講座



2010/10/30 非常用階段避難車を使用して防災訓練

歯科・口腔外科から 口腔外科、義歯(入れ歯) 対処に力を入れております。

一般歯科診療をはじめ、義歯(入れ歯)の相談・作製など、患者様の状態に応じた丁寧な治療を行っております。残せる歯は残し、失った歯に対しては、義歯やブリッジ処置だけでなく、インプラント補綴処置も行っております。

口腔外科では、親知らずが痛い、口の中が腫れた(痛い)、できものができた(口腔腫瘍)、顎が痛い等の、治療を行っております。お気軽にご相談ください。

また、症状の重い場合や全身麻酔での手術が必要な場合は、入院治療ができます。不安の強い方には、鎮静剤(緊張を取り除く為の点滴)を使つての治療も可能です。

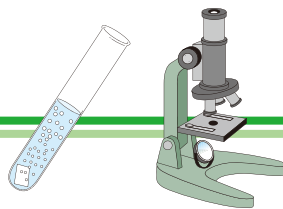
丸山記念総合病院の理念・基本方針

理 念

1. 安全な医療の提供
2. 誠意ある対応
3. 地域との関わり合い

基 本 方 針

1. 安全で質の高い医療を提供します。
2. 患者様を尊重し十分な説明と情報の開示を行います。
3. 地域の救急医療の中心的役割を担います。
4. 地域との医療連携を積極的に進めます。
5. 地域医療に貢献する医療人を育成します。



検査科は、『検体検査』『生理機能検査』『眼科検査』の3つの分野にわかれそれぞれが専門性の高い検査を行っています。

〈検体検査〉

血液、尿、便などについて調べる検査です。病気の診断とその経過、重症度、治療効果の判定に利用されています。

血液検査では、肝機能、腎機能をはじめ、コレステロール、中性脂肪、尿酸、貧血、血糖値などがわかります。また、前立腺がんなどの腫瘍マーカーや肝炎ウィルスも測定しており、これらの検査結果は診断に直結しています。

特にこの時期は、インフルエンザやノロウィルスの検査を数多く行っています。



〈生理機能検査〉

体内の様子を医療機器を使って調べる検査です。痛みを伴うことはほとんどなく、安心して検査を受けていただけます。

主な内容としては、心電図、呼吸機能、超音波（腹部、心臓、甲状腺、乳腺、頸動脈、下肢血管）、脳波、血圧脈波を行っています。

なかでも血圧脈波は、動脈硬化の程度を調べる検査で、血管年齢もわかります。また、乳腺超音波は、放射線科で行われているマンモグラフィとあわせて、乳がんの診断には欠かせない検査です。

〈眼科検査〉

眼科での代表的な検査には、視力検査、視野検査、眼底検査があります。

視力検査は、近視、遠視、乱視の屈折度を調べ、眼鏡処方や白内障の進行状態の把握に利用されています。

視野検査は、見える範囲と、見えない部分を明確にして緑内障の早期発見、ならびに進行状態を調べています。

眼底検査は、糖尿病に代表される眼底出血や、緑内障にみられる特有な変化を記録しています。この他、小児の斜視・弱視に対しては、眼位・両眼視機能検査を行っています。この結果をもとに、治療計画を立て、訓練指導を実施しています。



検査科では、病気の診断や治療につながる検査結果を、
正確かつ迅速に提供するため、これからもスタッフ一同、日々努力してまいります。



牛乳と
一緒に飲んではいけません

お薬の情報

薬と食品の飲み合わせ 牛乳について

下記の薬を牛乳と一緒に服用すると、様々な影響が出てしまうことがあります。牛乳と一緒に服用するのは止めましょう。（薬の成分は同じでも、薬の名前が違うことがあるので、医師、または薬剤師にご相談ください。）

薬の種類	代表的な薬（当院採用薬）	具体的な影響
抗菌薬	ミノマイシン シプロキササン等 クラビット	薬剤の成分が牛乳のカルシウムと結合してしまい、薬の効果が弱くなることがあります。薬剤の服用後、2時間程度牛乳を飲むのは止めましょう。
制酸剤 骨粗しょう症治療薬	酸化マグネシウム アルファロール 炭カル等 ワンアルファ等	高カルシウム血症などの副作用が現れることがあります。牛乳を大量に飲むのは止めましょう。

食物繊維

食物繊維には、不溶性食物繊維と水溶性食物繊維があり特徴が異なります。

不溶性食物繊維

- ・主に野菜（野菜に含まれるセルロース）や穀物、キノコ類、豆類などに含まれます。
- ・胃や腸で水分を吸収して大きくふくらみ、腸を刺激してぜん動運動を活発にし、便通を促進します。
- ・大腸内で発酵・分解されると、腸内細菌が増えて腸内環境がよくなり、整腸効果があります。
- ・よく噛んで食べることで食べすぎを防ぎ肥満の予防にもなります。

水溶性食物繊維

- ・主に野菜（野菜に含まれるペクチン）やこんにゃく、海藻類、果物などに含まれます。
- ・繊維が水に溶けるため食べた食品の移動が緩やかになり、腸での糖の吸収速度を遅くします。血糖値の急な上昇を抑えたり、コレステロールを減少させる働きをします。
- ・大腸内で発酵・分解されると、腸内細菌などが増えて腸内環境がよくなり便秘解消効果も期待できます。

不溶性食物繊維と水溶性食物繊維を共に多く含む食品の一例

（食品100g中または乾燥した状態100g中の食物繊維含有量）

豆 類	野菜類	きのこ類
おから (11.5g)	ごぼう (6.1g)	エリンギ (4.3g)
ゆで大豆 (7.0g)	モロヘイヤ (5.9g)	えのき (3.9g)
納豆 (6.7g)	ほうれんそう (3.6g)	しめじ (3.7g)
いも類	海藻類	果物類
さつまいも (3.5g)	寒天(乾) (74.1g)	キウイ (4.3g)
しらたき (2.9g)	やきのり (36.0g)	りんご (1.5g)
さといも (2.4g)	わかめ(素干し) (32.7g)	いちご (1.4g)



日本人の食事摂取基準は成人男性 17～20 g/日、女性 15～18 g/日です。国民栄養調査結果では成人男性 14.5 g/日、女性 14.1 g/日と不足している方が多いようです。食物繊維には多くの特徴がありますので、色々な組み合わせで摂ることをお勧めします。

管理栄養士 塚田晶子

2011年(平成23年)丸山記念総合病院《休診日カレンダー》

- 休診日：毎週水曜日、毎月第一日曜日、祝日 ■赤字は休診日です。■振替休日は診療いたします。
- お盆の時期と年末年始につきましては、当カレンダーをご参照ください。
- 当院ホームページ <http://www.maruyama-hp.or.jp/>にも掲載しております。

1月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

2月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

3月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

8月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

11月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

広報誌 “お元気ですか” 第10号 平成23年1月 丸山記念総合病院 広報委員会

◆さいたま市岩槻区本町2-10-5 ◆TEL048-757-3511 ◆FAX048-756-6061 ◆URL <http://www.maruyama-hp.or.jp/>

皆様の健康をお預かりする、地域に愛される丸山記念総合病院であるために職員一丸となって、
努力いたします。この広報誌へのご意見、ご感想等をお待ちしております。 広報委員会

医療法人 慈正会

丸山記念総合病院

日本医療機能評価機構認定病院

