

おえ案ですか

題字は古川名誉院長

大盛況の「市民公開講座」を終えて

平成25年10月12日(土)に開催した「市民公開講座」は今回9回目を迎えました。

今回は、当院泌尿器科部長 月永洋介医師による「悩んでいませんか・・・排尿のこと」と題した講演を行いました。

講演では、まず排尿のしくみをわかりやすく解説し、その後「前立腺肥大症」「過活動膀胱」と、よく耳にする2つの病気を取り上げました。

それぞれの症例についてスライドを使い、ユーモアを交えてわかりやすく解説しました。メモを取るなど熱心に聴いている方も多く、関心の高さがうかがえました。解説終了後、参加者の皆様から活発な質疑応答があり、大盛況の内に講演は閉幕しました。



防災訓練を行いました。



救護訓練

平成25年10月21日(月)岩槻消防署員立ち会いのもと、地震および火災発生を想定した防災訓練を行いました。

地震などの大規模災害が発生した際、病院には在院患者の安全確保、新たな傷病者の受け入れなどといった役割が求められます。災害時にこのような役割を十分果たせるよう、防災訓練の実施に取り組みました。

訓練では、避難誘導訓練、消防署への通報訓練、消火訓練、救護訓練、被害確認訓練、対策本部設置訓練などを行いました。

また、消防署職員指導のもと、スモークハウスによる煙体験訓練も行いました。訓練終了後、岩槻消防署長より講評を受け無事終了となりました。今回の訓練をもとに防災、減災への意識を高めていきたいと思えます。



煙体験訓練

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. 接遇に心がけ、心の通う患者様本位の医療を進めます。
2. 院内のチーム連携により質の高い安全な医療を進めます。
3. 地域の救急医療の中心的役割を担います。
4. 地域との連携を積極的に進めます。
5. 患者様を尊重し情報の開示と十分な説明に努めます。
6. 地域に貢献できる医療人を目指します。
7. 医療の質を確保するため病院の経営健全化に努めます。

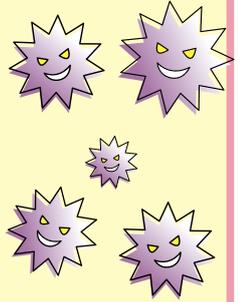


“風邪は万病のもと”

感染症への対策は万全ですか？

～正しい知識を身につけて対策をとりましょう～

小児科部長 染谷 朋之介



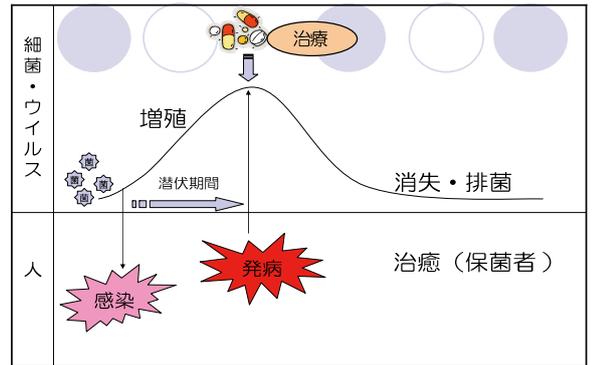
【感染とは？】

病原体（細菌やウイルスなど）が体の中に入り込む事。人の体に影響を与えることなく共存する場合があります。



【発病とは？】

体内で病原体の数が増え臓器や組織を破壊し始めると、様々な異常（症状）が生じます。これが発病です。



【病原体とは？】

- ウイルス：他の生物に入り込まないと増える事が出来ない。
- 細菌：栄養さえあれば自分で増える事が出来る。

□ウイルス

麻疹(はしか)、水痘(みずぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふく)、風疹、手足口病、咽頭結膜熱(プール熱)、インフルエンザ、ウイルス性肝炎(A・B・C型等)、突発性発疹、伝染性紅斑(リンゴ病)、感染性胃腸炎(ノロ・ロタ・アデノ)、RSウイルス など

□細菌

溶連菌、百日咳、とびひ、結核、食中毒(サルモネラ、カンピロバクター腸管出血性大腸菌など)、インフルエンザ桿菌、肺炎球菌、マイコプラズマ など

※赤字: 予防接種が出来るもの(平成25年10月現在)



【免疫とは？】

細菌やウイルスが侵入してきた時、それを排除して体を病気から守ろうとする“抵抗力”を備えています。それが“免疫”です。



【感染経路は？】

以下の3パターンに分かれます。

- ①**空気感染**：麻疹(はしか)、水痘(水ぼうそう)、ノロウイルス、結核、など
- ②**飛沫感染**：インフルエンザ、RSウイルス感染症、肺炎、風邪、など
- ③**接触感染**：
 - a) 経口感染：食中毒、ノロ・ロタウイルス、手足口病、A型肝炎、など
 - b) 創傷感染：B・C型肝炎、エイズ、破傷風、など
 - c) 経皮感染：日本脳炎、マラリア、など



『感染症にかかる』には、①**病原体**が ②**人の体**に ③**感染経路**を通り侵入し病気を引き起こします。従って、この3つに注意して生活する事が大切です。



【感染症3大要因への対策は？】

- ①**病原体**：発病者の早期発見(ご家族・ご親戚や友人等での情報交換など)と治療(細菌：抗菌薬、ウイルス：抗ウイルス薬など)、定期的な清掃・換気による清潔保持、適切な消毒
- ②**人の体**：**抵抗力の弱い人(乳幼児・高齢者・基礎疾患のある者)**は特に注意です。抵抗力をつけるには、十分な栄養(食べ過ぎは逆効果)、睡眠(規則正しい生活)、ストレス回避/発散、予防接種
- ③**感染経路**：手洗いやうがいの励行、人ごみや医療機関等ではマスクなどを着用し、感染経路を断つなど、感染症を拡げない・持ち出さない対策

小児科では、出生直後から15歳(中学校3年生)までの方々を対象とし、内科的総合診療・体調管理についてのアドバイスを行っています。

午前：一般総合診療を主とし、心臓、腎臓、アレルギー専門外来にて、専門的なご相談への対応(※日程要確認)

午後：健診・予防接種は、基本的に健康なお子様を受けますので、感染症・体調等に配慮し予約にて一般診療とは別に施行





～心電図検査～



病院で医師から「〇〇検査をしましょう。」と言われた時、何のためにするのか？

それで何がわかるの？と思った事はありませんか？

そこで今回から、検査についてシリーズでご紹介していきたいと思います。

第一回目は心電図検査です。

・心電図検査とは

心臓の筋肉が全身に血液を送る時、微弱な電気が発生します。

これを心電計で波形にしたものが心電図です。

心臓に関する検査の中では、比較的簡単に行うことが出来るので、健康診断などにも用いられます。

安全で痛みのない検査です。



・検査方法

ベッドに仰向けになり、安静な状態で行います。

胸に吸盤状の電極、両手両足首にクリップ状の電極をつけます。

検査時間は2～3分程度です。

・検査によってわかること

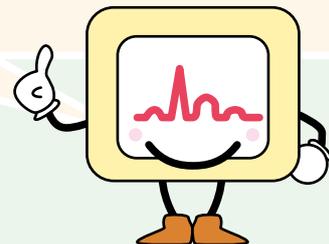
脈の乱れ(不整脈)や、心臓の筋肉の状態(心肥大・狭心症・心筋梗塞)などがわかります。

・所見ありといわれたら

さらに詳しい検査を行い、病気の診断、治療方法、予後の判定をします。

また、異常波形が出た場合でも、経過観察だけですむこともあります。

まずは、専門科の受診をお勧めします。



n-3系脂肪酸(オメガ3)を摂ろう!



グリーンランドの先住民民族イヌイットは、デンマークに住む白人に比べて、急性心筋梗塞が極端に少ないということがわかっています。

イヌイットと言えばアザラシやシロクマの生肉を主食としていますが、ではなぜ脂肪の多い海獣の肉ばかりを食べているのに心筋梗塞が少ないのでしょうか？！

みなさん、もう想像つきますか？

そう、イヌイットの主食であるアザラシやシロクマが魚介類を餌にしているからなのです。餌となる魚には n-3 系脂肪酸 (EPA や DHA) が豊富に含まれているため、アザラシやシロクマを食べているイヌイットも、必然的に n-3 系脂肪酸の摂取量が多くなるというわけです。グリーンランド先住民の伝統的な食生活が、イヌイットの健康を支えてくれたのですね。

さあ、私たちも今夜はお魚を食べてみませんか？

■魚油に含まれる DHA には中性脂肪を低下させ、脂質異常症を予防し、動脈硬化や虚血性心疾患の発症を抑える働きがあります。お魚は出来るだけ新鮮なものを選び、抗酸化作用の強い野菜(にんじん、かぼちゃ、小松菜、ほうれんそうなど)と一緒に摂るとより効果的です！



管理栄養士 桑木

平成25年度新人職員郊外研修を行いました。

『他部署との交流をはかり、チーム医療を考える』という研修目的のもと、平成25年10月9日(水)栃木県の笠間芸術の森公園にて、ガラス工芸(フュージング体験)を行いました。日常の業務から離れ、自然の中でリフレッシュをはかり、フュージング体験を通じて、他部署の職員との交流を深めることが出来ました。今後、チーム医療の向上に活かせるよい研修になりました。



節電への取り組み

当院では、院内の照明を一部消灯するなど、節電に努めております。ご不便をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願い致します。



2014年(平成26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。
- 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16号 平成26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

