

News Letter

a p r o f e s s i o n の専門職

『a p r o f e s s i o n の専門職』は院内で働くスタッフを取り上げ、その人の担当業務や仕事に対する思いを紹介しています。

今回は平成23年1月より異動してこられました、循環器科の高橋先生をご紹介します。



医局 循環器科

高橋 重信 先生



Q1現在の職業(職種)を選択した理由を教えてください。

A1急性期の疾患に携わりたかったから。

Q2幡多けんみん病院の第一印象を教えてください。

A2働きやすい病院

Q3あなたの好きな言葉、あなたの人生において指標としている言葉を教えてください。

A3努力

Q4今後の抱負など、広報誌の読者(院内スタッフ、患者さん、その他一般の方)へのメッセージをぜひ!

A4一月四日よりお世話になっております。
今後よろしく申し上げます。



お薬手帳とは...

薬剤科

お薬手帳とは皆様が飲んでい
る薬の名前や飲む量、飲み方な
どを記録する手帳のことです。
新しい病院にかかったとき、
たいていの場合「他に飲んで
いる薬はある?」と聞かれると
思います。ところが、自分や家
族が飲んでいいる薬の名前をしっ
かり答えられる人は意外と少な
いのです。こんな時、お薬手帳
があればそれを医師に見せるだ
けで正確な薬の情報を伝えるこ
とができます。

また、薬の中には違う名前でも同じ成分だったりよく似た効果の薬だったりします(ジェネリック医薬品など)。そんな時、お薬手帳を薬剤師に見せると薬の重複などを防ぐことができます。さらに、旅行先でいつもの薬が切れてしまった時や体調を崩してしまった時、お薬手帳を見せると、現地の医師に服用している薬の内容をすぐに伝えられ、適切な治療をうけられます。

お薬手帳の使い方

お薬手帳はどのように使えばいいのでしょうか？



①基本情報を書きましよう

・氏名、生年月日、血液型

・アレルギーや副作用の経験

＊薬の中にはアレルギー体質の方に使えないものがあります。また、副作用歴が書いてあれば同じ成分の薬の投与を避けることができます。

・健康食品やいつも飲んで

＊市販の風邪薬・胃薬などがあれば一緒に記入しましょう。処方された薬と相互作用がないかチェックします。

・かかりつけの病院名や連絡先

＊緊急時など、病院間で連絡を取り合う場合があります。記入していればスムーズに連絡が取れます。

②お薬手帳を医師・薬剤師に見せましよう。

・診察時に医師に見せましよう。また、薬局の窓口で薬剤師に渡しましよう。内容をチェックし、必要事項を記入してお返しします。

・いつもの薬であっても毎回薬剤師にお薬手帳を見せましよう。薬を服用している期間も大切な情報です。

③お薬手帳を保管・管理しましよう。

・お薬手帳は様々なデザインがありますが、どこの薬局でも共通して使えます。一人一冊で管理するようしましよう。

・診察時だけでなく、旅行や出張に行く時も持っていきましよう。

・無くしたり、ページが無くなったりしたときは薬局にお申し出下さい。新しい手帳をお渡しします。

・診察時忘れないために、お薬手帳は診察券や保険証などと一緒に保管することをお勧めします。また、急な入院などで家族の人がお薬手帳を持ってこなければいけないときもあります。保管場所は家族にも伝えておきましよう。

★お薬手帳をさらに活用するには！

○お薬を飲んだ時の体調の変化を記入しましよう。

○医師や薬剤師に聞きたいことがある場合はメモをしておくとう便利です。

○血圧や血糖値などを記入すれば、健康を管理する手帳としても活用いただけます。

お薬手帳を上手に活用して、あなたの健康を守りましよう！



やさしい食生活

栄養科

『色のある食卓を』

料理の色彩は食欲をそそる1つの大きな要因です。例えば、主菜の添えにオレンジ色の人参や黄色のレモンがあったり、緑の野菜に赤いトマトがアクセントとして盛られていると、見た目にも新鮮で美しく、おいしさを感じます。

食品には、素材がもっている自然の色があります。一般に赤やオレンジ系、緑色は食欲をそそる色とされ、紫、青、黒色は好まれない色とされています。



食品のもっている色を組み合わせて、見た目料理をひきつける工夫をするとよいでしょう。食卓にご飯とメインのおかずの他に、緑と赤、黄色、茶色などの色を意識して取り入れるとバ

ランスもよくなります。緑黄色野菜は色鮮やかな食材が多く、きのこ類や海藻、山菜は食物繊維を多く含みます。

緑黄色野菜の色素はカロチノイド、アントシアニン、フラボノイドなど多くの抗酸化成分でもあります。食卓全体に彩りを意識することだけで栄養素バランスをよくすることにもなります。また、食卓の小物の色も料理をひきたてます。青や白色は清潔感があり、クリーム色やピンクなどの暖色系はあたたかさを出します。美しい盛り付けや食卓の演出は、食事を一層豊かにします。

いつもの料理やお惣菜も、お皿を変えてみると雰囲気がよくなり楽しめるかもしれませんね。

大根のえびあんかけ



★材料 (1人分)

大根 : 100g
えび (無頭殻付き) : 大2匹

A	
だし	…150CC
みりん	…大さじ1/2
淡口しょうゆ	…大さじ1/2
砂糖	…小さじ1/2
塩	…少々
片栗粉	…大さじ1/2

★作り方

①大根は乱切りにし、たっぷりの米のとぎ汁に入れ、噴いたら弱火で10分程ゆで、水にさらす。

②えびは殻をむいて背わたを取り、1cm幅に切る。さつと茹でて水にとり、水気を切る。

③鍋にA、大根を入れて火にかかけ、噴いたら弱火で5分程煮る。

④別の小鍋に③の煮汁をカップ1とって火にかける。噴いたら②のえびを戻し入れ、片栗粉を同量の水で溶いて加え、とろみをつける。

*えびは茹ですぎると硬くなるので、軽く湯通しし、食べる前に戻します。

大原富美枝賞最優秀!

平成22年12月、当院の看護師黒萩範子さん(西4助産師)が第19回大原富美枝賞の最優秀賞に輝きました!

さっそく黒萩さんに感想を聞いてきました。



*随筆の内容を簡単に教えてください。

ずっとこけ母さんの子育て奮闘記(?)を綴ったものです。ふり返る時、「あちゃ」「あちゃ」の失敗談あれこれです。

*この随筆を書くかと思ったきっかけ、そして作品を応募しようと思ったきっかけは何ですか?

数年前、初めて会場を訪れた時、「何と温かい表彰式だろう」「あの仲間にいつの日か私も加わりたい」と、そんな思いから、少しずつ書き始めました。

*最優秀に輝いた時の気持ち・感想・ご家族の反応を教えてください。

「嘘やろう」「何かの間違い?」と、信じられませんでした。とっさに、息子にケータイで謝っちゃかん!と思いましたが。息子は「もうお母さん、僕は会社でさらしもんぜ」という事です。「本当にごめん」です。

*子どもを育てている、お父さん・お母さんへメッセージをお願いします。

ちょっと肩の力を抜いて、不思議な子どもの力を信じて、周りに助けてもらいながら…、それでいいのじゃないでしょうか。しんどい時もあるものね。自分にも周りにも、一番やさしいのじゃないでしょうか。それも、これも、この歳になったから言える事なんではないでしょうか…



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営をおこないます。

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの(薬剤情報提供書・お薬手帳など)**を持って行くようにしましょう！

私たちの目指す医療（基本方針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

循環器外来からのお知らせ

これまで医師4人で循環器診療を担ってきましたが、2010年7月より医師が1名減り、それに伴い3人で診療を行っております。

現在、火曜日・木曜日は外来担当医師が1人であること、午後よりカテーテル検査・治療があることより、火曜日・木曜日は予約外患者さんの受付は10時30分で終了とさせていただきます。その他の曜日は、従来どおり11時と致します。ご理解の程、宜しくお願致します。

予約外患者さんの受付終了時間

火曜日・木曜日 10時30分

月曜日・水曜日・金曜日 11時

平成23年4月からの皮膚科診療体制

	月	火	水	木	金
午前	○	○	×	○	予約のみ
午後	×	手術	予約のみ	×	手術

平成23年4月より、皮膚科常勤医師が1名となり、次のとおり外来診療日が追加変更となります。

皮膚科外来のお知らせ

- * 外来（新患）の受付時間は11:00までです。
- * 水曜日の午後は予約患者さんと紹介状持参の患者さんのみの診察、金曜日は予約患者さんのみの診察となります。



臨時看護師募集

臨時看護師（准看護師）を募集しています。詳細はお問い合わせ下さい。個々の事情により相談に応じます。まずはご連絡下さい。

当院ホームページもご覧ください。

★お問い合わせ先★
(電話番号)

0880-6612222
(内線) 6038
看護部長 中川 眞実

12月の統計

外来患者数	11,468人
新外来患者数	1,494人
紹介患者数	370人
新入院患者数	496人
退院患者数	566人
平均在院日数	13.0日
救急車・時間外患者数	1,270人
手術件数	156件