

2015年
9月

～薬師山からの風～ Hattori Memorial Hospital

はっとり

VOL.1

- 1 ご挨拶 山下修平院長
- 2 職場紹介・リハビリテーション科
- 3 職場紹介・栄養科
おしらせ／地域包括ケア病床
- 4 外来診察表／病院アクセス

医療法人郁慈会 服部記念病院



ご挨拶

このたび7月1日付けで服部記念病院、院長に就任させていただきました山下修平と申し上げます。どうぞよろしくお願いいたします。専門は消化器内科です。

服部記念病院はこの四半世紀、皆様方の御陰をもちまして、前任の餅院長のもと、一般内科、消化器内科、外科、整形外科、精神科、婦人科、麻酔科、リハビリテーション科、眼科、歯科口腔外科の領域において、地域の中で信頼できる病院へと成長させていただきました。

医療を取り巻く環境は相当厳しさを増してきています。国民の高年齢化とともに保険医療費は年々増加を続けていますが、国家財政は逼迫してきており、厚生労働省も国の総病院病床数の削減という方針を打ち出しました。

現在、病院に求められているものは数多いと思います。地域の人々の健康を守り、また地域の病院診療所のご信頼をいただかなければならないのは当然ですが、国家財政に対しては保険医療費も適正にしていかなければならない責務も担っています。また病院は一般企業でもありますから、地域の中で末永く愛されていくためには、財務の健全経営も必要です。

このたび私は院長という重責をお引き受けさせていただくにあたって、私の抱負を述べさせていただきます。

それは前任の餅院長が長年に渡って築きあげて来られた、地域の中で信頼される病院という伝統を引き継ぎ、それを確実に守り発展させていただくとともに、服部記念病院ここにありという病院の特色も打ち出していきたいと思えます。

病院の特色としては、できる限り受診していただいたその日に診断治療の目安を付けるという迅速で的確な医療を考えています。また受診者、患者の皆様の声に真摯に耳を傾け、皆様のご期待にできるだけ沿う医療も行っていきたいと思えます。かかりつけの患者様の救急要請、専門領域では一般患者様の救急要請も、できる限り引き受けていきたいと思えます。ひどくありきたりな特色といえるかもしれませんが、実は一番大事な要素ではないかと思っています。どうかご指導、ご鞭撻をお願いいたします。

服部記念病院

院長 山下修平



リハビリテーション科



理学療法士 5名・作業療法士 1名で、リハビリテーションを行っています。
服部記念病院リハビリテーション科では入院や外来患者様に対して、各個人にマンツーマンで適切な治療を実施しています。

各スタッフは糖尿病療養指導士・呼吸療法認定士・認知症ケア専門士等の資格を取得し日々勉学に励んでいます。また、学生の受け入れを行い後輩育成にも力を入れております。

当科では地域包括ケア病床開設に伴い、住み慣れた場所で生活を続けていただくために患者様の身体機能改善に向け地域密着型のリハビリテーション業務を行っています。

窓が大きく光が入りやすく、リハビリ科の室内はいつも明るい雰囲気になっています。スタッフと患者様、スタッフ、患者様同士も和やかに話が出来る雰囲気作りを大切にしております。

是非一度ご見学にお越しくださいませ。

糖尿病の運動療法 ～ウォーキングとラジオ体操～



糖尿病患者さんへの運動は、有酸素運動が推奨されています。有酸素運動とは「軽いウォーキング」「ストレッチ」があげられます。軽いウォーキングとは、歩いている最中に息が軽くはずむくらいと言われています。

運動は食後1～2時間後が最適と言われています。運動量としては1日に約200kcalの消費ができるように指導しています。

例えば、60kgの人が200kcalを消費する為には、散歩を約70分する必要があります。

運動は一気にする必要は無く、運動に自信がない人は、小分けして行っていただいても大丈夫です。

ラジオ体操は、汗がにじむくらい全身をしっかりと動かして12kcalと消費カロリーは少ないですが、全身の柔軟性を良くすることは、怪我の予防につながりますのでお勧めです。

リハビリ科からのお知らせ

当院では、毎月1回糖尿病教室を開催しております。リハビリテーション科は糖尿病の運動療法について、詳しくお伝えしております。

尚、当院には糖尿病療養指導士も在籍しておりますので、気になることはなんでもご相談ください。糖尿病教室への参加を希望される方は、当院の主治医にご相談ください。



栄養科



管理栄養士2名 栄養士1名 事務員1名
調理員11名で患者様の食事と職員食を提供しています。

糖尿病の夏の食事療法 ～水分補給～

まだまだ暑い残暑がつづきます！！血糖を乱さず、残暑を乗り越えていきましょう。

夏場は特に水分補給が必要ですが、清涼飲料水やスポーツドリンクで水分補給をしていませんか？清涼飲料水やスポーツドリンクには多くの糖が含まれています。

また、「無糖」「ノンシュガー」「糖分ゼロ」などと書かれていても、必ずしも糖分が入っていないのではなく、血糖に影響を与えるものもあります。

運動をしないで汗をかく場合はカロリーのない冷水、麦茶などをとり、糖が入っているジュースなどは控えましょう。運動して汗をかく場合は、インスリンや経口血糖降下剤で治療している患者様は、運動の種類や量に応じて水分と同時に塩などのミネラルの補給が必要です。また、低血糖を予防するために、あらかじめ炭水化物をとっておく必要があります。

★★★夏場のビール、水分補給代わりは危険★★★

アルコールの中でもビールにはカリウムが多く含まれているので、利尿作用を促進することはよく知られており、尿の量が増えたくさんの水分をからだから出してしまうます。

このため、のどの渇きや脱水症状の悪化の原因になり、血栓ができやすくなり脳梗塞などの引き金にもなりかねません。水やお茶でも水分補給を心がけましょう。

夏バテ防止の為の食事習慣

① 食事は量より質 汗をかくとビタミンやミネラルも一緒に流れ出てしまいます。野菜や果物からビタミン、ミネラルを補給しましょう。市販の野菜ジュースには、果糖やショ糖が多く含まれているものもあるので飲み過ぎは注意しましょう。

夏の暑さで胃腸の働きが弱くなると、食べ物を十分に消化吸収できなくなり、からだが一段とだるくなります。たんぱく質と一緒にネバネバする野菜(オクラ、山芋、モロヘイヤなど)をとると、たんぱく質の消化吸収を助け、胃粘膜を保護してくれる効果があります。

② 香辛料・香味料 生姜やわさび、シソ、ミョウガなどの香草野菜やコショウなどの香辛料には食欲を増進させる効果があります。

③ ビタミンB1をしっかり補給 夏の暑い時期にはビタミンB1の消耗が激しくなります。ビタミンB1が不足すると疲れやすくなります。ビタミンB1を豊富に含む食品には豚肉、うなぎ、ほうれん草などがあります。ニンニクやネギ、ニラなどと一緒にとるとビタミンB1の吸収を良くする効果があります。

お知らせ

『地域包括ケア病床』の開設

平成26年度の診療報酬改定に伴い新設された在宅・生活復帰を目指す病棟です。

当院では、入院治療後、病状が安定した患者様に対して、リハビリや退院支援など在宅復帰を目的とした効率的かつ密度の高い医療を提供するため平成27年8月1日より『地域包括ケア病床』を開設いたしました。

『地域包括ケア病床』とは…

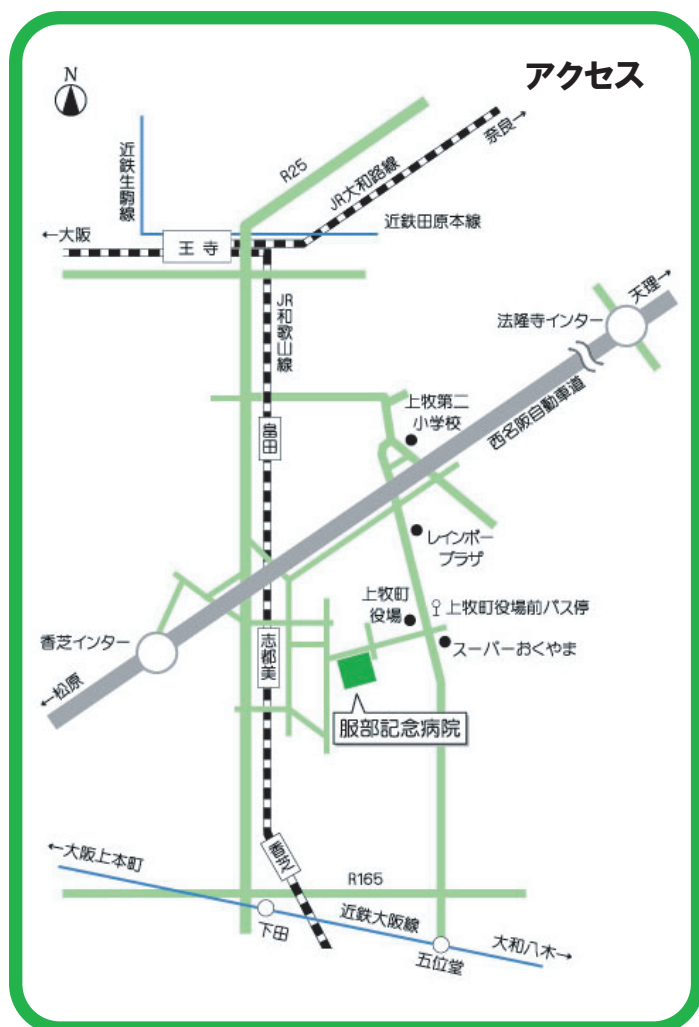
急性期治療を経過し、すぐに在宅や施設へ移行するには不安がある患者様に対し、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う病床です。

在宅復帰を円滑に行うため「在宅復帰支援計画」に基づいて、主治医、看護師、リハビリスタッフ、ソーシャルワーカー等が協力をして、患者様のリハビリや在宅復帰に向けた準備、相談を行っています。

外来診察表

		月	火	水	木	金	土
午前診	内科	山下院長	山下院長	徳岡	幕谷	山下院長	山下院長
		山入	沢井	増谷	吉川	山口	幕谷
			山口	大澤	田中正		百道(第1.3.5) / 中村(第2.4)
	外科	西川	福岡	福岡	福岡	藪内	福岡
	整形外科	劉	木下	劉	劉	木下	劉(第1.3.5) 上松(第2.4)
	歯科口腔外科	露木	露木	露木	露木	村上	露木
		石田	村上	村上	村上	石田	村上
			石田		石田		石田
	眼科	伊集院	伊集院	伊集院	伊集院	田中有	伊集院(第1.3.5)
		田中有	田中有		田中有(第1.3.5)		田中有(第2.4)
	精神科		山下泰				
	婦人科		島本				
	超音波検査	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	内視鏡検査(午前)	田中正	山下院長	山下院長	西川	西川	西川
	大腸内視鏡検査(午後)	田中正	山下院長	山下院長	田中正	山下院長	
午後診	歯科口腔外科	露木	露木	露木	露木		
			村上	村上	村上	村上	
		石田	石田		石田	石田	
	眼科	伊集院		伊集院		田中有	

※詳細事項は受付またはお電話にてご確認ください。



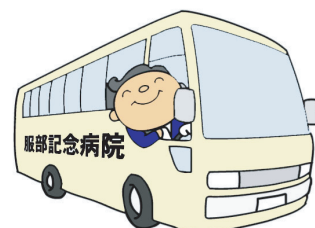
駐車場完備



当院前と、当院から東方向に第2駐車場がございます。詳しくは受付窓口にてお尋ね下さい。

送迎バス

王寺駅と近鉄五位堂駅を拠点に送迎バスを運行しています。下記、当院ホームページから全送迎コースの時刻表(PDFファイル)をダウンロードしていただけます。



発行



医療法人 郁 慈 会
服部記念病院

http://www.hattorin.jp 地域連携室
TEL 0745-77-1333 FAX 0745-77-1340