

ほやほや

福井赤十字病院広報誌

vol.059

平成29年7月発行

Japanese Red Cross Fukui Hospital



日本赤十字社 福井赤十字病院
Japanese Red Cross Society

ご自由におとりください。



質の高い健診を行っています

『脳・神経手術モニタリング』の実施について

災害救護支援センターを開設しました

小児科 腎臓専門医のご紹介

他施設との定期的情報交換

ご存知ですか!「くすりのミニ情報紙」

認定看護師紹介

クリエイティブセラピー

骨粗鬆症のことを知ろう!

赤十字フェスティバル開催

人工股関節教室開催

ボランティアさんの手作り作品紹介

夏レシピ

栄養課
おすすめ!

夏レシピ

夏は麺類やジュース・アイスなどの糖質を摂る機会が増え、ビタミン、ミネラルが不足しがちです。ビタミン、ミネラルが不足すると糖質からエネルギーを作り出すことができず疲れやすくなります。また、水分を過剰に摂ると胃液が薄まり、消化能力が低下します。暑い夏こそ、暑さに打ち勝つ体力作りが重要です。そのためには、ご飯や麺類など糖質と一緒に肉や魚などのたんぱく質や野菜をバランスよく食べることが大切です。

今回ご紹介するレシピは、糖質をエネルギーに変える働きがあるビタミンB₁を多く含む豚肉と、ビタミンB₁の吸収を助け、効果を長続きさせる働きがあるアリシンを含むにんにくで風味よく、レモン味であっさりとした一品です。

<暑い夏におすすめ! 豚肉とパプリカのレモン炒め>

作り方

- ① パプリカは5mm幅に切る。にんにくは薄くスライスする。
- ② よく洗ったレモンの半分はスライス、残りはレモン汁にする。
- ③ フライパンに油とにんにくを入れ弱火で熱し、にんにくの風味がしてきたら、豚肉を入れ炒める。
- ④ 豚肉に火が通ったらパプリカを入れ炒め、塩、こしょうで味を整える。
- ⑤ ④に②のレモンスライス、レモン汁を入れさっと炒める。



材 料 (2人分)

豚肉.....140g
パプリカ.....60g
レモン.....1/2個
レモン汁.....小さじ1/2
にんにく.....1片
塩.....少々
コショウ.....少々
オリーブ油.....大さじ1/2

栄 養 量 1人分

エネルギー.....281kcal
たんぱく質.....20.1g
脂質.....13.0g
炭水化物.....20.6g
塩分.....0.7g
ビタミンB₁.....0.87mg

CHECK

ビタミンB₁は、水溶性のため体内に貯めておくことができないので、豚肉、魚類、豆類などビタミンB₁を多く含む食品を毎日摂ると良いでしょう。豚肉のビタミンB₁は脂の多いバラより、ヒレやももなどの赤身の部位のほうが多く含まれています。

今回の表紙

新人とベテランの「やさしい看護」実践

今回の表紙は、4月に入職したばかりの新卒看護師の加藤万奈さんと6年目看護師の山内保奈美さん。当院の新卒看護師は、6月までの3ヶ月間、いくつかの部署を回り、先輩たちの指導の下で看護実践力を高める「臨床研修期間」として過ごし、7月から部署に配属されます。これから1対1でサポートしてくれる先輩看護師(プリセプター)を始め、部署の皆に支えられて、一人前の看護師へと成長していきます。

「やさしい看護」の実践に向けて、先輩たちも新卒看護師もがんばりますので、よろしくお願いします。



+ 福井赤十字病院

理念

人道・博愛の精神のもと、県民が求める優れた医療を行います。

基本方針

- 患者さんの権利と意思を尊重し、協働して医療を行います。
- 安全と質を向上させ、優しい医療を行います。
- 人間性豊かで専門性を兼ね備えた医療人を育成します。
- 急性期医療・疾病予防・災害時医療に積極的に取り組みます。
- 保健・医療・福祉と連携し、地域社会に貢献します。

〒918-8501 福井県福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630代 FAX.0776-36-4133
E-mail webmaster@fukui-med.jrc.or.jp
http://www.fukui-med.jrc.or.jp/
広報に関するご意見、ご感想をお待ちしています。

ほやほや

“ほやほや”と納得できる情報、できてきた“ほやほや”の情報をみなさまに提供していく季刊発行の院内情報誌です。院内の広報委員のスタッフ皆で毎回その季節に合った特集を組み、お役に立てる情報を掲載すべく病院内各部門のスタッフそれぞれから原稿を集め誌面を制作しています。

健診センターでは 質の高い健診を行っています

当センターは人間ドック健診施設機能評価の認定施設です

この評価は、(社)日本病院会・(公社)日本人間ドック学会が健診施設の質の改善を促進するため、人間ドックを行っている医療・健診施設を対象に、全104項目の第三者評価を行う事業です。

当センターは平成20年に初回認定を受け、今回で3回目の認定となります。今回の審査では、受診者の皆さんが安心して質の高い人間ドックを受けられるかどうか重点を置かれました。当センターは、これらの調査項目すべてにおいて、日本人間ドック学会が定めた基準をクリアしているものとして認められました。



認定番号／189
認定期間／2017年4月1日～2022年3月31日

- 審査の基準
- 1.施設運営のための基本的体制
 - 2.受診者の満足と安心
 - 3.人間ドック健診の質の確保

腹部超音波検査精度管理調査でA評価を受けました

(公社)日本人間ドック学会と、(公社)全国労働衛生団体連合会が共同実施している、平成28年度腹部超音波検査精度管理調査に参加し、審査の結果、A評価を受けました。

当センターの受けた「評価A」は、画像全体が鮮明で、「病変を容易に視認しやすい水準」であり、「腹部超音波検査を実施する施設に求められる水準を十分に満たしていると評価できる」施設が認定されるものです。



〈一日人間ドックの検査項目〉

身体計測	身長・体重・BMI・腹囲
生理検査	心電図・心拍数・肺機能・血圧
X線検査	胸部X線(正面・左側面)
胃検査	胃透視(バリウム)または胃内視鏡(カメラ)
大腸検査	便潜血(2日法)
超音波検査	腹部超音波(エコー)
血液検査	白血球・赤血球・血色素・ヘマトクリット・血小板・MCV・MCH・MCHC・血液像・血液型(ABO・Rh)・総蛋白・アルブミン・尿素窒素・クレアチニン・sGFR・尿酸・総コレステロール・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪・総ビリルビン・ZTT・GOT・GPT・γ-GTP・ALP・LDH・ChE・LAP・アミラーゼ・CEA・空腹時血糖・ヘモグロビンA1c・CRP・RF・梅毒(RPR法・TPHA法)・HBs抗原・HCV抗体
尿検査	比重・蛋白・糖・潜血・ウロビリノーゲン・沈渣
眼科	視力・眼圧・眼底
耳鼻科	聴力
婦人科	子宮頸がん検査(細胞診)
総合診察	個別説明・生活指導
料金(消費税込)	《男性》44,280円 《女性》47,520円 下記の検査は別途料金が必要です。 乳がん検査 マンモグラフィ方向 3,780円 マンモグラフィ2方向 5,940円

その他、オプション検査もご用意しております。お気軽にお問い合わせください。

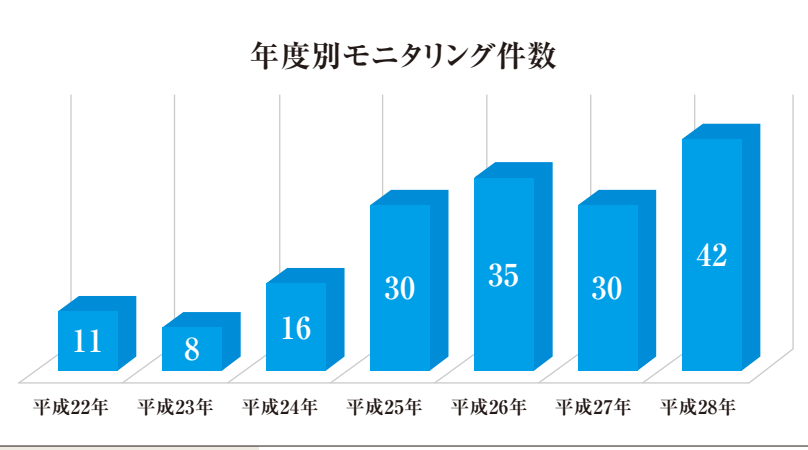
お申込み・お問合せ先
福井赤十字病院・健診センター(3病棟2F) TEL 0776-36-3667

『脳・神経手術モニタリング』の実施について

当院検査部生体検査室では脳神経外科、整形外科領域手術の際に『脳・神経手術モニタリング』を行っています。

手術によって手足が動かなくなったり、歩けなくなったり、目が見えなくなったりということは、現在では決して許されなくなっています。たとえば、生命に関わるような脳腫瘍やクモ膜下出血の手術でも、こういった術後神経症状の悪化は最小限にとどめなければなりません。術後神経症状の悪化を予防する目的で、運動や感覚(視覚・聴覚・体性感覚など)といった神経機能が手術中に障害されていないかどうかを確認する検査を『脳・神経手術モニタリング』といいます。

脳・神経手術モニタリングにおいては、疾患や術式によって様々なモニタリング方法が適応されています。当院では平成22年度から術中モニタリングを開始し、毎年件数は増えてきています。今後も高度化する手術に対応し、安全な手術の一翼を担うよう精進していききたいと思っています。



災害救護支援センターを開設しました

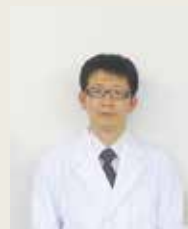
平成29年4月、旧ローソン跡地に「災害救護支援センター」を開設しました。

赤十字病院の使命である救護活動を行う為の拠点として、それまで院内に分散して備蓄していた救護資機材、毛布、食料等を集約し、救護員、DMAT等のミーティングスペースを兼ね備えたセンターとして機能を集約いたしました。

当院は、平成10年1月に福井県の「地域災害拠点病院」に指定され、その後、平成28年3月に「原子力災害拠点病院」としての指定を受け、原子力災害時にも、第一線の病院としての機能が求められています。また平成26年3月に作成された「福井県原子力災害時避難計画」の中では、原電における災害時、避難地域の入院患者を受けるることとなっております。

これからも、福井県の「地域災害拠点病院」、「原子力災害拠点病院」として、地域の医療機関と連携し、県民の求める医療救護体制を提供すべく活動を継続してまいります。





小児科 副部長
玉村 宗一

専門医不足が今後の課題

小児科で扱う腎疾患は、ネフローゼ症候群やIgA腎症などの糸球体疾患、尿路感染症、先天性腎尿路奇形などの一部泌尿器科領域も含むものもあり多岐にわたります。これらの疾患は通常、一般小児科医も診療にあたりますが、昨今の専門医志向の高まりもあり当科へご紹介頂ける症例

も増加している印象があります。当科では毎年15例前後の腎生検をはじめ、糸球体疾患に対する各種免疫抑制剤を併用した集学的治療や、保存期腎不全並びに末期腎不全に対する腎代替療法、腎移植後の管理なども行っております。

2016年6月まで当院に勤務し、現在も非常勤医師として腎疾患の治療に当たる森医師です。あともう1人、来年2月に受験予定の医師がおりますが、合わせても3名と非常に少ないのが現状です。もちろん、県下には現行の専門医制度が施行されるずっと以前から小児腎臓病の診療にあたられていたベテランの先生方が多数いらっしゃいますので

問題はありませんが、今後の課題として人手不足は否めないでしょう。

良質で安全な診療提供を

私は小児科に入局してから10年余りのまだまだ若輩者です。それでも、小児科としてずっと先輩の先生方から腎疾患についてのコンサルトを受けることも多く、そのたびに適切な回答ができていくかという不安と焦燥感に駆られます。ひとえに専門医としての自分に依頼されていることであり、その期待を裏切らないためには勉強しなければならぬことがまだまだ膨大であると痛感しています。

専門医取得はゴールではなく、あくまでスタートラインに立てたに過ぎません。日赤で診てもらって本当によかったと感じて頂けるため、良質で安全な診療を提供できるように今後とも邁進させていただく所存です。何卒宜しくお願い致します。

小児科 腎臓専門医のご紹介



医療安全推進室

安全な医療を提供するための、他施設との定期的情報交換



福井県内の4施設（福井県立病院、福井県済生会病院、福井循環器病院、福井赤十字病院）では、平成15年より「福井医療安全研究会」にて各施設の

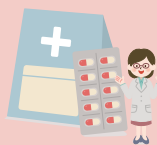
取り組みべき課題から共通するテーマにつき議論し、院内の医療安全推進活動に役立てるように努めています。1年に2回の研究会ですが、医師、看護師、放射線科部、薬剤部、医療機器関連、栄養部門など様々な専門職種を

交えて各施設の現状を振り返り、対策実施を検討する貴重な場となっております。

第43回は平成29年3月10日に開催。当院が当番病院として「嚥下機能評価」の実情や課題について話し合いました。今後、当院では患者さんの嚥下機能をスクリーニングするシステムの導入を予定しています。

薬剤部

「くすりのミニ情報紙」をご存知ですか！



薬剤部では、患者さんにくすりについての知識やご理解を深めていただくため、「くすりのミニ情報紙」を作成しています。

情報紙の内容は、薬の飲み方・使用法、服用・使用する上での注意点、薬の飲み合わせ、保管方法などの情報をわかりやすくまとめた、年4回程度発行しています。その他、話題となっている薬を特集したり、流行する季節にあわせてインフルエンザや花粉症の

薬をとりあげています。

「くすりのミニ情報紙」は、薬剤部のおくすり受け渡し窓口に設置してありますので、お気軽にお持ち帰りください。

なお、本院ホームページの薬剤部門紹介「くすりのQ&A」でもこれまで発行したすべての情報紙を掲載しています。



ココでもチェック!

http://www.fukui-med.jrc.or.jp/bumon/yakuzaibu/kusuri_qa/kusuri_qa.php

認定看護師紹介①

救急看護 認定看護師

普段救急外来や集中治療室で勤務している
と、そこで出会う患者さんやご家族との関わりから、「もつと早くに医療機関に受診できて
いれば…」「もつと早くに蘇生処置が行われて
いれば…」と考えさせられることがあります。
皆さんは、愛する方のいのちを守ることが
できますか？

ご家族や愛する方々のいのちを守る方法として、急変した傷病者の命を救い社会復帰させる「救命の連鎖」という一連の行為があります。この鎖を強力なものにするためには、家族や愛する人が目の前で倒れたとき、最初に発見したあなたのすばやい対応が、のちの

ちの社会復帰に大きく影響してきます。そこで、日ごろから病にかからないよう気をつけること、命が救えるように心肺蘇生法等の講習会に定期的に参加することは、愛する人のいのちを守る最大限の力となります。

そして、私たち救急看護を行う看護師もそうした皆さんの尊い命を守るお手伝いをさせて頂きたいと日々願っています。お気軽にご相談下さい。



救急看護認定看護師

朝田 和枝



心肺蘇生法等、様々な講習会を実践、参加しています

認定看護師紹介②

訪問看護 認定看護師

「管をつけたまま退院と言われたけれどどうしたらいいの?」「家で悪くなった時が不安」「家族に迷惑なんじゃないか。負担になりたくない」。これは、病気や障害を持ちながら療養を始められる患者さんによく聞かれる言葉です。福井赤十字訪問看護ステーションでは、医療処置が必要のまま退院される方や病状が不安定な方を多く受け入れています。その不安や心配を安心に変えていくのが訪問看護師の役割です。

在宅医療の現場には、支えてくれる様々な職種の人たちがいますので、ご本人が在宅療養を希望され、ご家族に「本人の思いを叶え

たい」という思いがあれば、在宅療養は可能です。療養の方法をご本人やご家族とともに考え、安心して退院し療養ができる環境を整えていきます。

訪問看護を行っていると、入院中とは違う穏やかな表情の療養者さんに、その人らしい生活の場が自宅にあると感じます。訪問看護認定看護師としては、在宅ケアのノウハウを、療養される方やご家族だけでなく医療者にも伝え、安心して退院し療養ができる環境を整えていくことを目指しています。在宅療養中に関することは、どんな些細なことでも、お気軽にご相談ください。

訪問看護認定看護師

山崎 雪代



退院前にご本人、ご家族、病院スタッフとともに、安心して療養できるよう話し合います

看護外来の受診を希望される場合は、受診している診療科でご相談ください

骨粗鬆症！ 病気を知って、何をすべきか考えましょう！

骨が弱くなるのは年のせいとか思っていないませんか？ 骨粗鬆症は骨の量が減少したり、骨の質が悪くなつて、骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。背骨の骨折は、2/3は痛みを伴わないので、いつのまにか圧迫骨折をして背骨が丸くなってしまうことがあります。また、脚の付け根の骨折（大腿骨近位部骨折）も多くみられ、それらの骨折をすると要介護になったり、寝たきりになってしまふおそれもあります。

当院では2015年4月より骨粗鬆症リエゾンサービスを開始し、骨粗鬆症で骨折をされた方を対象に転倒予防や体幹筋強化の運動を実施しています。

今年の10月14日(土)には当院にて市民公開講座を開催予定です。詳細が決まり次第、ホームページ等でご案内しますので、ぜひお越しください。



運動療法前 運動療法後

市民公開講座では、病気についてのお話やリハビリの方法など、実技も交えて行いますので、ぜひ参加ください。



赤十字フェスティバルが開催されました

世界赤十字デーや日本赤十字社の創立記念日がある5月は、「赤十字運動月間」として様々な活動が全国で展開されました。

福井県では、5月12日(金)・5月13日(土)の2日間、県内の赤十字3施設(日本赤十字社福井県支部・福井県赤十字血液センター・当院)が合同で、「もつとクロス！赤十字フェスティバル」を開催しました。

地域の皆様に赤十字活動を「もつと」知っていただき、赤十字活動に「もつと」参加していただくことを目的に開催したこのイベントは、2日間で1500人を超える来場者に参加いただき、これまでの盛況ぶりをみせました。



今年初企画 ハンドメイドマーケット



毎年人気の測定コーナー



最後の締めくくりスタッフ・来場者みんなでフォークダンス



特設ステージ みのり参舞～狐童～によるよさこい披露



わくわく赤十字探検隊 薬剤師体験

お知らせ

人工股関節教室開催

手術や脱臼予防、日常生活について医師や理学療法士からの説明と、質疑応答を通して情報交換を行います。参加は無料、どなたでもご参加いただけます。

整形外科、リハビリテーション科にて受付中です。

日時 10月17日(火)
14:30～16:00
場所 栄養棟3階 講堂

作品紹介

当院では、ボランティアさん手作りの様々な作品を院内各所に展示しています。



クリエイティブセラピー

リラックスした時間を過ごしましょう

クリエイティブセラピーとは、がん患者さんやそのご家族が、ものづくりを通して日常から離れた時間を持ち、リラクゼーションを図り、達成感を得て気持ちの変化を促す取り組みです。これまでに年4回、タイトルアートやクリスマスリースづくりなど行ってきました。色や形を選ぶだけでも、皆さんのワクワクしている様子が毎回伝わってきます。

次回8月9日(水)14時～は、『絵心のない方でも、簡単に描ける・パステルアート』を行います。先着10名となりますのでご希望の方はお問い合わせください。



お問合せ
がん診療センターがん相談窓口
☎0776-36-3673