

VOL.
91

日赤の
木 2014
April

【診療科トピックス】

健康長寿をめざして ～健診部人間ドック～

(1・2面)

www.takatsuki.jrc.or.jp



健康長寿をめざして

当院人間ドックの理念は『皆様の健康長寿をめざす』ことで、その一環としてがんの早期発見・早期治療をめざしています。

日本人の2011年のがんによる死亡数が多い順に

◎男性では

1位 肺がん 2位 胃がん 3位 大腸がん で

◎女性では

1位 大腸がん 2位 肺がん 3位 胃がん です。

(女性の40歳代に限れば乳がん、子宮がん、卵巣がんが多くを占めます。)

大腸がんは早期発見により根治可能で、当院人間ドックでは免疫学的便潜血反応2日法に加え、オプション検査として早期の大腸がんが発見される割合がさらに高い大腸カメラによる大腸がんドックを実施しています。40歳、50歳のがん年齢を区切りに、大腸カメラによる大腸がんドック受診をお勧めいたします。

平成25年2月より『胃カメラで慢性胃炎を認めた場合に、ピロリ菌検査が、さらにピロリ菌陽性の場合にはピロリ菌除菌が健康保険で可能』となりました。ピロリ菌は国内で3500万人が感染しているとみられ、胃正常粘膜を胃炎、萎縮へ導く重要な因子で、胃がんの発生に強く関与しているとされます。当院人間ドックでは、胃カメラ検査を受けられる場合にオプション検査としてピロリ菌検査を実施しており、ピロリ菌除菌をお勧めしています。一生に一度のピロリ菌検査受診をお勧めいたします。

肺がんの早期発見を目指し、当院人間ドックではオプション検査として低線量CT検査を用いた肺がんドックを実施しています。低線量CT検査による肺がん検診では、発見される肺がんの多くが早期であるとの報告がされており、米国国立がん研究所の研究では低線量CT検査が肺がん死亡数を減少させるとの報告がされています。肺がんの早期発見のため、低線量CT検査を用いた肺がんドック受診をお勧めいたします。

女性では当院人間ドックにおいて婦人科診察及び乳腺触診検査に加え、オプション検査として乳腺エコー検査またはマンモグラフィー検査を実施しております。乳がん早期発見のため、乳腺エコー検査またはマンモグラフィー検査受診をお勧めいたします。

健診部人間ドック

健診部長 河北 誠三郎



その他、当院人間ドックでは、生活習慣病(糖尿病、高脂血症、高血圧)の早期発見や血液eGFR検査による慢性腎臓病の早期発見をめざしております。

当院1泊ドックにおいては生活習慣病の予防や改善をめざし、管理栄養士による栄養指導を実施しております。また1泊ドックご利用の皆様には夕食・宿泊のご提供を当院からの送迎にて高槻京都ホテルにておこなっております。

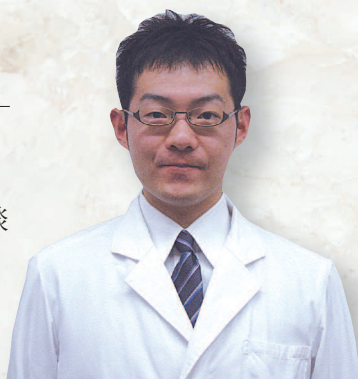
当院人間ドックは日本人間ドック学会人間ドック健診施設機能評価の認定および人間ドック専門医研修施設の認定を受けており、安心して受診していただける人間ドックをめざしています。

健康長寿をめざし、1年に1度の人間ドック受診をお勧めいたします。



松村 大志郎

- ①福井大学
- ②ドライブ
- ③患者さんが何でも相談できる、話しやすい医師を目指します。



平成
26年度

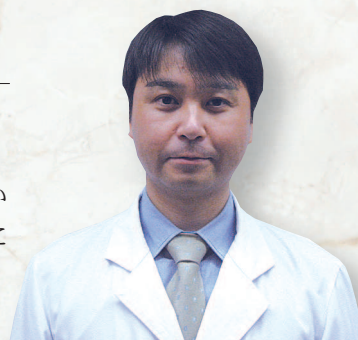
研修医の ご紹介

- ①出身大学
- ②趣味
- ③ひとつこと(抱負)



森川 陽一

- ①岩手医科大学
- ②海外旅行
- ③患者さまに安心していただけるような医師になりたいです。



藤岡 慎平

- ①大阪医科大学
- ②スポーツ観戦
- ③患者さま一人一人に誠実に向き合う医師になれるように頑張ります。





認定看護師紹介

皮膚・排泄ケア認定看護師 北田 千世

皮膚・排泄ケア認定看護師の役割は床ずれなどの創傷管理およびストーマ、失禁などの排泄管理について患者さまとご家族さまのセルフケアの支援はもちろん、現場で働くスタッフへの実践・指導・相談を行うことです。

当院には2名の皮膚・排泄ケア認定看護師がおり、それぞれ役割を分担し、ストーマケア、失禁ケア、フットケア、褥瘡(床ずれ)ケアについて外来から入院、そして退院後も継続したケアができるよう取り組んでいます。

その中でも現在、私自身は主に褥瘡(床ずれ)やおむつかぶれなどのスキンケアについて関わらせていただいております。

入院中の患者さまはもちろんですが、外来通院中の患者さまに対しては皮膚科医師との褥瘡外来で在宅ケアについて相談を受け一緒に考え、その人に合った治療・予防ケアができるように努めています。

今後も、患者さま・ご家族さまが快適な日常生活を送れるようサポートさせていただきたいと考えております。



がん相談 支援センター だより

第1回
ご紹介

がん相談支援センターは、がん患者・家族の皆様の心配や困りごと等の、よろず相談窓口です。がんに関するパンフレットなど資料も準備しています。お気軽にお越しください。

<相談内容>

例えば・・・

- ・医師に言われた言葉の意味がよく分からない
- ・がんの治療や副作用について知りたい
- ・医療費はいくらかかるのか
- ・退院後1人になるのが心配
- ・がんと告知されて頭の中が真っ白になった。
どうしたらよいか分からない
- ・家族ががんになったが、どう接したらよいか分からない
- ・セカンドオピニオンって何?、どう受診したらよいか
- ・緩和ケアについて知りたい

<相談員> がん相談支援員研修を修了した看護師、医療ソーシャルワーカー

<相談日時> 月～金曜日(日曜祝日、年末年始は休みです)
9時～16時

<相談方法> 電話・面談・メール・FAXなど

<相談場所> 2階渡り廊下 がん相談支援センター

<費用> 無料



高槻市全域大防災訓練に参加して ～赤十字の存在感(redcross wave)を発揮！～

社会課 河野 博文

新年を迎え厳しい寒さの中、去る1月26日(日)、高槻市全域大防災訓練に参加しました。

この訓練は、大阪府北部を震源とするM7.2の直下型地震が発生し、大阪府北部では震度7を観測、高槻市役所東側のけやき大通りでは、地震に伴い多重衝突事故が発生。また、JR西日本高槻車両基地では、6両編成の列車が脱線。傷病者が多数発生したとの想定の下、当院に救護班派遣の要請があり、直ちに高槻市役所本庁前及びJR安満地区へ向かいました。

高槻市役所本庁東では到着すると、まず、救護班要員の安全を確認し、現場指揮所と被災状況の確認及び活動内容の調整の上、私達は、赤色エリア・黄色エリアでのトリアージ担当となりました。次々と運び込まれてくる傷病者に対し、トリアージを行い、早期に適切な治療を行っていきました。結果として、100名程度の傷病者の救護を行いました。

今後30年以内に70%の確率で南海トラフ巨大地震が発生すると言われています。

災害がこのまま起きずに済めばいいのですが、もし、万が一発生した場合には、日頃からの訓練の経験を活かして一人でも多くの命を救いたいとの思いを新たにしました。



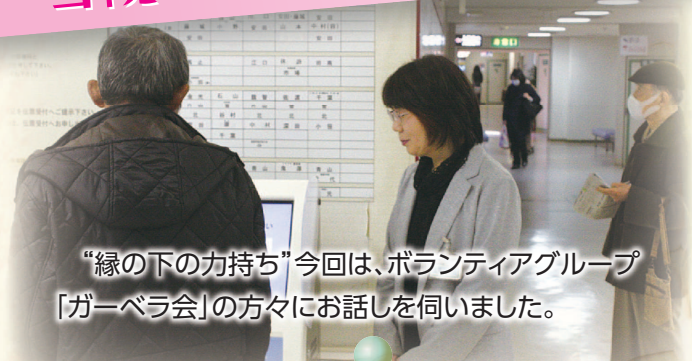
家庭で役立つ薬の話

～きちんと正しく使えますか？ 目薬のお話～

薬剤部 梶 美里

花粉症やドライアイ、疲れ目で目薬を使われている方は多いのではないのでしょうか？様々な目薬がありますが、どれも使い方が正しくないと効果が十分に得られなかったり、悪化させてしまう場合があります。目薬を使用する場合、①手を洗い(清潔である事が大切！)、②目薬の先端は手で触ったり、まつ毛や目の粘膜に触れないよう注意し(先端から雑菌が入ってしまい、目薬の中で雑菌が繁殖してしまう！)、③1滴さした後は静かに目を閉じ1分待ち(1滴で十分の効果があり、それ以上さしたり、強く目を瞑ったり瞬きするとこぼれてしまう！)、④清潔なティッシュ等で目の付近を拭き取って下さい。

また、使い始めた目薬は、使用状況によりますが、約1ヶ月が使用期限です。去年の花粉症シーズンで使っていた目薬が今年も使える！と思わないで下さい。清潔に正しく使用していたとしても、空気中の雑菌が付着し、長い時間をかけて目薬の中で繁殖している可能性があるのです。そんな目薬を使用し、結膜炎となるケースも少なくありません…。



“縁の下の力持ち”今回は、ボランティアグループ「ガーベラ会」の方々にお話を伺いました。

Q1 ボランティアを始めたきっかけを教えてください。

私達ガーベラ会が受付機介助のボランティアを始めさせて頂いたのは、高槻赤十字病院が受付機を導入され、患者様がとまどわれるのを少しでもお手伝いしたいと申し出たのがきっかけでした。

Q2 ボランティア活動が続けられる秘訣はなんですか？

あれからもう20年近くになりますでしょうか。メンバーは、大分変わっていますが、皆、代々、自分や家族が高槻赤十字病院で命を助けていただいたり、お世話になっている感謝を形に代えて、少しでも恩返しをしたいとの思いがありますので、現在まで細々と続けています。

Q3 ボランティア活動での楽しみは何ですか？

病院に来られる患者様は、どこかが悪いから来られているのだと思います。心身共に大変な様子。「ひと時でも穏やかな気持ちになっていただけるように」と明るい笑顔で挨拶をと心がけています。返していただける笑顔と「ありがとう!」の言葉に、こちらがかえって癒され、嬉しい気持ちにさせていただいています。

Q4 実際にどのようなボランティア活動をされているのですか？

ガーベラ会の活動内容は、受付機のご案内と同時に、患者様からの質問に適切な対応をさせていただくことです。

Q5 最後に一言お願いします。



私達の活動は、ささやかなものですが、病院と患者様との間の緩和材として、少しでもお役に立たせていただけたらと願っています。

赤十字 運動月間



～あなたのあたたかい気持ちは、笑顔の絆
“ありがとう”で繋がる!～

日本赤十字社では、世界189ヶ国にある赤十字・赤新月社の一員として、一刻を争う国内外の災害救護をはじめ、病気で苦しむ人のサポートなど、国内外で幅広い活動を行っています。これらの活動は、赤十字の理念と活動に賛同してくださる「社員（会員）（毎年500円以上）」と皆さまからお寄せいただく「寄付金」によって支えられています。毎年5月・6月は、「赤十字運動月間」として、様々なキャンペーンを展開していますので、皆さまからのあたたかいご協力をお願いいたします。

例年、皆さまからいただいた活動資金の一部が、当院の医療機器などの整備のために充当されています。

平成25年度は、多目的デジタルX線TVシステムを整備しました。

平成26年度春期(4月～6月) 糖尿病教室のご案内

年間テーマ “四季使える糖尿病教室”

当院では、糖尿病学会認定の専門医、糖尿病看護認定看護師、療養指導士、管理栄養士等が中心となり、市民の皆様が日常生活の中で正しい知識をもって健康管理が行えるよう、お手伝いさせて頂いております。毎月開催される当院の糖尿病教室を是非お役立て下さい。

※ 講師、テーマは予告なく変更する場合があります

時間	5月13日(火)	6月10日(火)
11:00～ 11:20	糖尿病とくすり 薬剤師	患者体験談 意見交換会
11:20～ 11:40	糖尿病の検査について 検査技師	糖尿病について 看護師
11:40～ 12:00	食事療法(春 その2) 管理栄養士	食事療法(春 その3) 管理栄養士
12:00～ 12:45	糖尿病食試食会	
12:45～ 13:00	休 憩	
13:00～ 13:20	ミニ健康講座 糖尿病と救急医療 糖尿病・内分泌・生活習慣病科部長	ミニ健康講座 糖尿病と呼吸器疾患 呼吸器科医師

場 所：当院 3 階 第一会議室・講義室

申込方法：医療社会事業部社会課までお申込ください。

主 催：高槻赤十字病院

072-696-0571 (内線 481)

受講料：食事代実費 800 円を当日に頂きます。

2014 年 3 月
糖尿病勉強会より

おすすめ レシピ

・海老と鶏ミンチの椎茸詰め
・吉野汁
・デザート

材料 (1 人分)

<海老と鶏ミンチの椎茸詰め>

A	ムキエビ	40g	小麦粉	1.5g	にんじん	20g
	根みつば	10g	サラダ菜	15g	たけのこ(ゆで)	20g
	ゆず	3g	かいわれ大根	10g	干椎茸	1g
	塩	0.3g	そら豆	10g	グリーンピース	3g
B	鶏ミンチ	25g	粒入りマスタード	5g	マービー	3g
	れんこん	10g	だしわりぼん酢	5g	みりん	2g
	生姜	5g	鶏もも並肉	40g	濃口醤油	6g
	塩	0.2g	ごぼう	20g	酒	2g
	しいたけ	90g	れんこん	20g	だし汁	80g

<吉野汁>

白菜	50g
にんじん	10g
油揚げ	4g
干しいたけ	2g
葱	5g
濃口醤油	2g
薄口醤油	2g
澱粉	2g
和風だしの素	1.5g

<浸し>

春菊	70g
えのき	15g
菊	3g
濃口醤油	1.5g

<デザート>

いちご	80g
無糖ヨーグルト	60g

作り方

[A 海老つまれ]

みつばはざく切りする。ゆずの皮をみじん切りにする。
ムキエビは粘りがでるまで包丁で細かくたたく。
みつば・ゆずとムキエビを合わせ、塩を加えてさらによく混ぜ合わせる。

[B 鶏つまれ]

生姜とれんこんはすりおろす。
鶏ミンチを良く捏ね、すりおろした生姜とれんこんを合わせる。
塩を加え、粘りがでるまでよく捏ねる。

- しいたけは軸を取り、傘の裏に小麦粉をふっておく。
- ①のしいたけの傘に[A 海老つまれ]と[B 鶏つまれ]をそれぞれ盛る。
- ②のタネを盛った面を上にして、190℃のオーブンで15分焼く。
このとき、筋を取ったそら豆を鞘ごと天板にのせ一緒に焼いておく。
- ③と添え野菜を器に盛り、粒マスタード・だしわりぼん酢でいただく。



エネルギー	498kcal	脂質	8.1g
炭水化物	80.5g	塩分	2.3g
たんぱく質	30.5g	食物繊維	11.3g

病院機能評価認定を受けました

この度、当院は、(財)日本医療機能評価機構による病院機能評価『機能種別版評価項目3rdG:Ver.1.0』を受審し認定を受けることができました。『病院機能評価』とは、(財)日本医療機能評価機構が第三者の立場から、病院の組織運営や地域での役割、患者さまの権利や安全確保に対する取り組み、接遇やアメニティの整備、プライバシー確保の仕組み、医療提供の組織と運営、医療・看護の質と安全の確保、さらには病院の運営管理などについて実際に病院を訪問し、きめ細かくチェックし、これらが一定のレベルを満たしていると認められる場合に「認定証」が与えられます。

当院では平成16年2月に初めて『病院機能評価』を受審して認定を受け、前回5年前の受審を経て、今回3度目の更新審査を受け、無事、更新認定を受けることができました。

今回の受審に留まらず、今後も引き続き、より良い病院、皆さまから信頼していただける病院となるよう、職員一同努力して参りますのでよろしくお願いいたします。



未来の医師の君たちへ

ブラックジャックセミナー開催!

高槻赤十字病院では中高生向けに医療体験セミナーを開催します。



〈開催日時〉 7月26日(土) 13:00~16:00

〈募集定員〉 30名

〈募集要項〉 高槻市、茨木市、摂津市、島本町に在住の中高生対象

〈応募期間〉 平成26年5月1日~6月20日

参加申込については決まり次第、ホームページに掲載いたします。

高槻赤十字病院の理念

私たちは人道・博愛の赤十字精神に基づき、高度で安全な医療を提供し、地域の人々が誇りにする病院となるよう努めます。

高槻赤十字病院の方針

1. 患者さまの人權と意思を尊重し、患者さま中心の医療をおこないます。
2. 一人ひとりの患者さまを全職員が支援する、チーム医療をおこないます。
3. 患者さまのホームドクターと緊密に連携し、地域で完結する医療をおこないます。
4. 常に向上心と研究心を持ち、最高最善の医療が実現できるように努めます。
5. 健全な病院経営と地域に貢献できる医療従事者の育成に努めます。
6. 災害救護活動をはじめとする赤十字に課せられた使命を果たします。



日本赤十字社 高槻赤十字病院
Japanese Red Cross Society

〒569-1096 大阪府高槻市阿武野1-1-1
TEL 072-696-0571(代表)
URL: <http://www.takatsuki.jrc.or.jp>
mail: trc@takatsuki.jrc.or.jp
発行責任者 事務部長 神谷 尚孝



人間ドック・健診施設機能評価認定施設