



お元気ですか

第63号

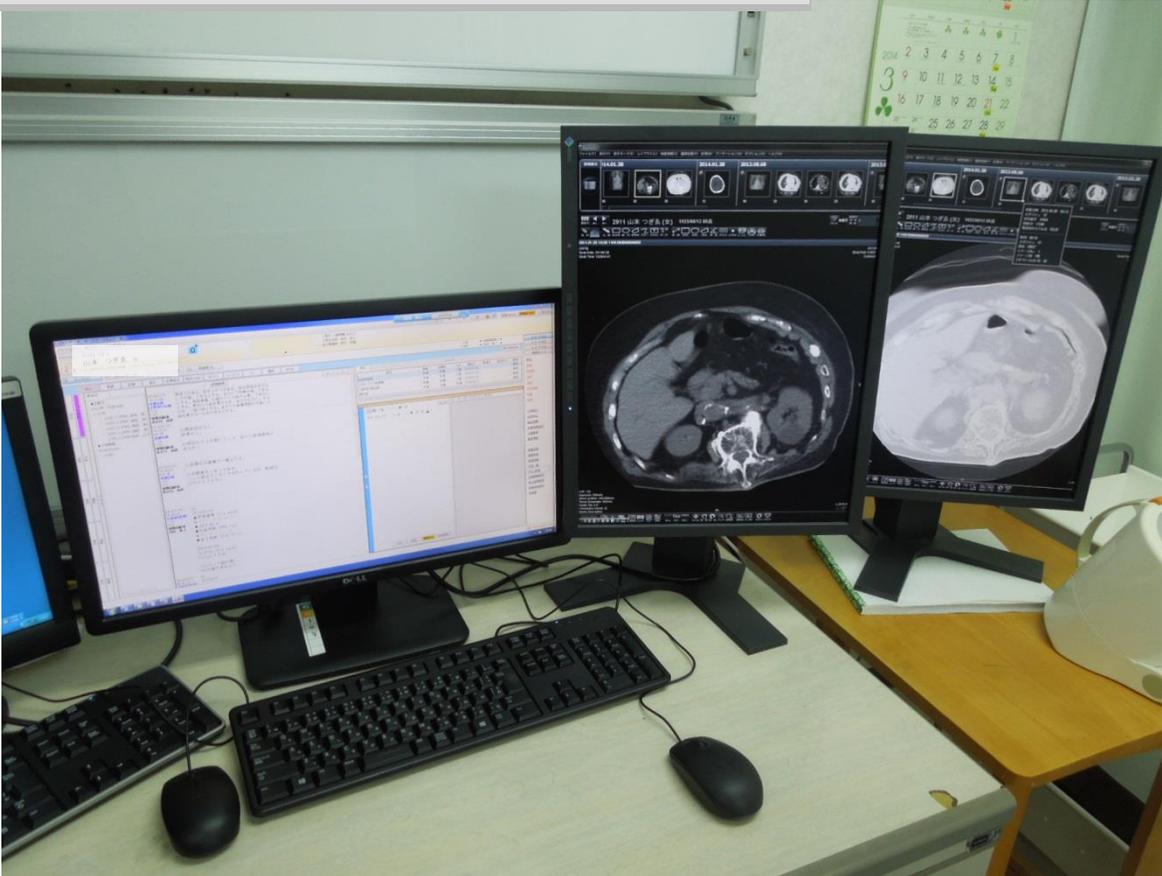
病院理念 地域の中核病院としての機能を充実し『信頼される地域医療』を提供することで、皆様のこころ豊かな暮らしを支援します。



P2 電子カルテ 導入
平成24年11月より電子カルテになりました



**Vision &
Work with
Together!**



▼ 掲載内容 ▼



P2 電子カルテの導入について



P3 仁科小学校 木島医師
講話『生活習慣病について』



P3 巡回診療の実施



P4 西伊豆病院 診療実績



P5 乳癌について 木島医師



P6 簡単レシピ・職員食堂から



P7 職員旅行 『伊豆サボテン公園』



P7 一般の方向け
救命処置 講習会のご案内

P1

電子カルテシステムを導入しました！

西伊豆病院では、平成25年11月より電子カルテシステムを導入しました。

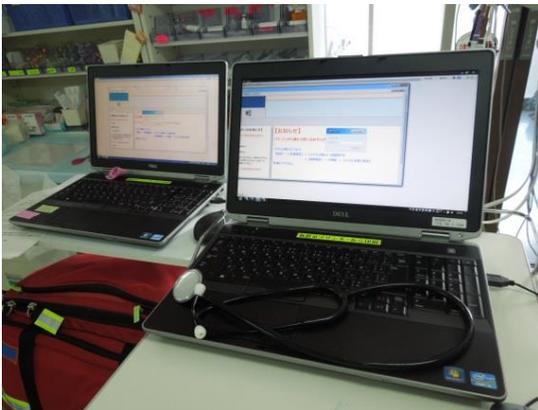


◆電子カルテとは

これまでのように紙のカルテにペンで書くのではなく、患者さまの容体などの医療情報をコンピューターに入力し、誰が見てもわかりやすい電子データとして保存するシステムです。

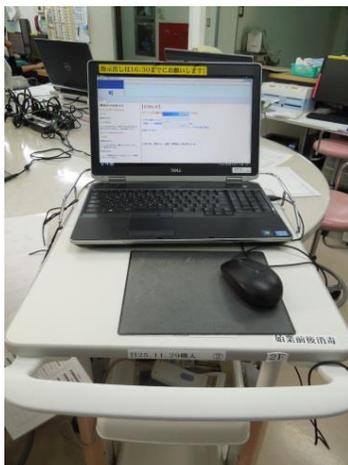
◆電子カルテになって

- ① 紙のカルテを用意する時間が不要になるため、診察までの時間が短くなります。受付をした時点で診察室や処置室では患者様が来たのが分かるようになりました。
※最初の半年ほどは以前の紙カルテの内容を確認しながらの診察となるためカルテ準備の時間がかかってしまう場合もあります。
- ② 今までの患者さまの病歴や検査過程が素早く検索できるようになり、診察をスムーズに行うことが出来るようになります。
- ③ 病院内のどの部屋でもカルテを確認することが出来るため、患者さまの状態を各部署のスタッフで共有できるようになり、今現在の状態が容易に把握できるようになりました。
- ④ コンピューターで入力しますので、誰が見ても読みやすく正確な情報を共有できるようになりました。
- ⑤ 検査内容などを紙の伝票に転記する必要がなくなるため、転記ミスによる検査間違いがなくなります。



【 患者さまへのお願い 】

受付から会計まで患者さまご自身に受診伝票の入ったファイルをお持ち頂くこととなります。処置室での採血・点滴・心電図等のある場合は処置室前のポストにファイルを入れて頂きます。レントゲン・CT・MRI検査の場合はレントゲン室にファイルを入れて頂きます。どうぞご理解とご協力をお願い致します。





仁科小学校 講話『生活習慣病について』



出席者は仁科小学校5・6年性61名とその父兄30名

テーマ

「生活習慣病って何だろう？今私たちが気をつけることは？」

生徒は、事前授業で自分たちの食生活や運動習慣・睡眠時間など現状を十分に認識していました。

好き嫌い・食べ過ぎ・運動不足・夜ふかしなどの悪い生活習慣が自分の体にどんな影響を及ぼすのか・・・
どんなことに気を付けなければいけないか・・・
講話を聞くだけでなく、クイズに答えながら楽しく学ぶことができました。

木島医師の話しの内容を、一生懸命ノートに書いている生徒さんの姿がとても印象的でした。



巡回診療を実施しています！

平成24年2月29日『へき地医療拠点病院』の指定を受けました。

指定を受けたのは民間病院としては初めてであり、既に指定を受けている病院は県内で3病院。

- ①静岡県立総合病院
- ②浜松市国民健康保険 佐久間病院
- ③国立病院機構 天竜病院

【目的】県からの指定を受けて、県のかわりに無医地区(当地区では大沢里)において診療を整備・運営することにより地域住民の医療を確保することを目的としています。



現在は、祢宜の畑地区・宮ヶ原地区で月に1回巡回診療を行っています。
来場者には健康相談や健康教室なども行っています。

▼平成24年度 診療実績▼

患者数	平成24年度 (人)	
外来患者数	45, 390	1日平均 124人
入院患者数	26, 025	1日平均 71人
平均在院日数 ※1	—	19. 5日
病床利用率 ※2	—	91. 4%
紹介患者数 (他の医療機関等から)	453	
逆紹介患者数 (他の医療機関等へ)	732	

$$\text{※1 平均在院日数} = \frac{\text{期間の在院患者述べ数}}{(\text{期間の新入院患者数} + \text{期間の退院患者数}) \div 2}$$

$$\text{※2 病床利用率} = \frac{\text{期間の在院患者述べ数}}{\text{許可病床数78床} \times 365\text{日}}$$

救急対応数	平成24年度 (人)
救急患者数	2, 425
(うち入院患者数)	344
救急車受入れ患者数	858

手術件数	平成24年度 (件)
整形外科	85
泌尿器科	70
外科	82
内科	2
合 計	239





癌のはなし

乳癌について 一般の方に知っておいてほしいこと！ 《その2》

【1. 乳癌をみつけるには】

もっとも基本的な乳癌の発見方法は、やはり自己触診です。毎月の生理の1w程度後の乳腺が比較的やわらかい時期に、入浴時などに自分の乳腺を触ってみるのが重要です。触診を毎月行っていると、以前は感じなかったしこりに気づくことができるようになります。そこで外科を受診していただければ良いわけです。

【2. 病院での乳癌の検査】

病院で行う乳癌の検査には主に次のようなものがあります。

- ① 触診
- ② 超音波検査
- ③ マンモグラフィ検査
- ④ MRI検査、CT検査
- ⑤ 穿刺吸引細胞診検査
- ⑥ 針生検



①は自己触診を補うものです。乳腺の問題で受診された場合には、外科医が触診するのがまずスタートです。

②の超音波検査は乳腺とわきに超音波をあてて、内部構造をみるものです。しこりが超音波でうつれば、そのうつり方によって明らかな良性のしこりであるとか、悪性の可能性が高いとかの判断ができます。そして重要なのは、超音波でしこりがみえれば、それを針でさして細胞や組織をとって正確な診断に近づくことができるということです。ただし、しこりを形成しないタイプの乳癌の早期発見は困難です。

③のマンモグラフィ検査は、乳腺を板ではさんで薄くして2方向からレントゲンをあてて写真を撮影する検査です。乳癌のしこりをうつしたり、しこりが小さくても石灰化という特徴を示すものなら超音波でわからなくてもマンモグラフィでわかるということがあります。ただし、とくに若い方などで乳腺が発達していると正常な乳腺としこりが区別しにくいときがあります。

④MRI検査やCT検査でも乳腺のようすがわかるようになってきました。ただし、これは乳癌があるかないかといった検査としてよりも、むしろ乳癌の診断がついたときに、その様子を詳しく知るために行われることが多いです。

⑤穿刺吸引細胞診検査は、超音波で見ながら針をしこりに刺して吸引することでその細胞を一部取り出して、顕微鏡でみることによって悪性細胞かどうかを調べる検査です。

⑥針生検は、⑤よりも太い針で超音波で見ながらしこりに刺して、針の中に入った組織を取り出して、顕微鏡でみることによって、その組織が悪性かどうかを調べます。⑤よりも大量の細胞の集まりを見るために正確な診断に結びつきます。



次回へつづく。

外科 木島 真



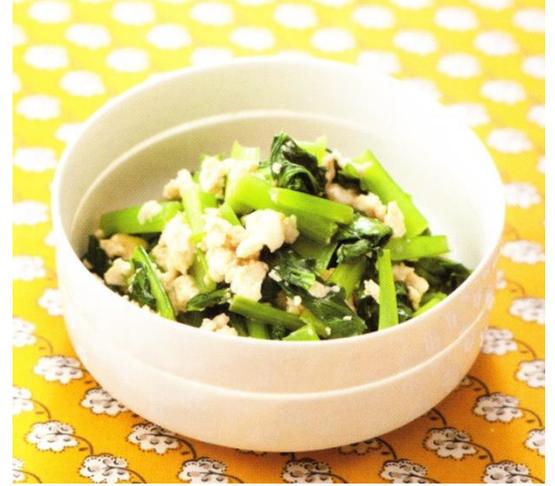


小松菜のいり豆腐 (2人分)

材料 《2人分》
 小松菜・・・200g
 もめん豆腐・・・150g
 ごま油・・・小さじ2

酒・・・大さじ1
 A しょうゆ・・・小さじ1
 砂糖・・・小さじ1/2
 塩・・・少量

小松菜と豆腐にごま油のこくと香りがなじみ
 食欲をそそります！



作り方 ①豆腐は水きりをする。小松菜は2～3cm長さに切る。

②フライパンを火にかけて豆腐を入れ、へらでくずしながらいったん水けをとばす。ごま油、小松菜を加えていため合わせる。

③Aで調味し、器に盛る。

《小松菜》



小松菜という名は江戸の昔、東京・小松川付近(現在の江戸川区あたり)で多く栽培されたことに由来します。

【栄養】

栄養価の高い緑黄色野菜です。カルシウムと鉄をほうれん草より多く含みます。

ビタミンC、βカロテンも豊富なので、かぜ予防や美容効果も期待できます。

【保存法】

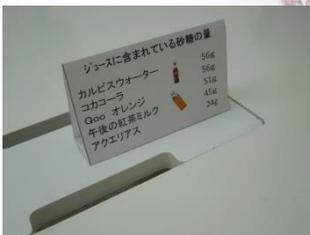
ぬらした新聞紙やキッチンペーパーで包んでポリ袋に入れ、できれば葉を上にして立てて冷蔵庫の野菜室に入れて下さい。

塩ゆでして小分けにし、ラップに包んで冷凍保存してもOKです。

職員食堂から！

当院の職員食堂には、テーブルの上に栄養士からのメッセージが設置されます！
 砂糖の量にびっくりです！

お昼を食べて、テレビを見ながらジュースを飲む手が止まります・・・



ジュースの秘密

いつも何気なく飲んでいるジュースはどのくらいのカロリーが入っているか知っていますか。例えばコーラだと225kcalです。砂糖に換算すると約56g入っています。だいたい手のひらいっぱいぐらいの砂糖の量です。コーラを1本飲むことはこれを食べているのと同じという事になります。これではダイエットをしている意味もなくなります。ダイエットをしている方は食べ物だけでなく飲み物も気にしてみませんか。

ジュースに含まれている砂糖の量

(ジュース500ml1本 カロリーを砂糖に換算)

カルピスウォーター	56g
コココーラ	56g
Qoo オレンジ	51g
午後の紅茶ミルク	45g
アクエリアス	24g

伊豆サボテン公園に行ってきました。



話題の『カピバラ』や今年の干支『馬』など動物とのふれあいができたり、有名なチンパンジーのショーだけでなく、犬や鷹のショーなどもあり、楽しいイベントがいっぱいでした。

旅行では、緊張感のある職場を離れ、普段交流のない部署の方とも話すことができたり、仕事での顔と違い、思いもよらない面を発見することができるなど、コミュニケーションにもつながります。



【 一般の方向け 救命処置 講習会のご案内 】



救急車の到着を待っている間に、すべきことがあります。その行動によって助かる命があります。

- * 講習内容 **基本的な心肺蘇生法とAEDの使用法の習得**
- * 所要時間 約2時間
- * 3名から5名以上集まれば、出張講習も可能です。(要相談)
- * 講習には、ダミー人形を使い実際に触って体験して頂きます。
- * AEDについてもデモ機を使用いたしますので実際に体験できます。
- * 希望があれば乳幼児・小児の救命処置も講習可能です。
- * 費用はいっさいかかりません。
- * 少人数で丁寧な指導いたします。
- * 学生でも可能です。対象 小学生(高学年)・中学生・高校生



講習会のお申込み・お問い合わせ BLS委員会 佐藤

(代)0558-52-2366

【関連施設 ～健育会グループ～】



熱川温泉病院

お問い合わせは TEL 0557-23-0843



自然環境と人間性の融合。質の高いリハビリテーションと確かな医療を提供する新時代のリゾート・リハビリテーション・ホスピタル。

豊かな自然に恵まれたリゾート環境で、良質な温泉を活かした施設と充実したアメニティを備えリハビリテーションを中心とした新しい考え方の病院です。最高の環境でじっくりとリハビリテーションに専念したいというニーズに応える為、あらゆる職種が協同し徹底したチーム医療を実践しています。



土肥クリニック

お問い合わせは TEL 0558-99-1234



土肥地区では、唯一入院施設を有しており、地域で開業されている先生方と連携して地域医療の質の向上に努めています。

西伊豆病院の医師も土肥クリニックで外来診療を行なっております。西伊豆病院 院長「仲田」は火曜日・午後外来を担当し、泌尿器科医師「吉田」は水曜日・午後外来を担当しています。



介護老人保健施設 しおさい 入所のご相談は TEL 52-3000 (入所担当まで)



地域の要介護高齢者の一日も早い家庭復帰と社会復帰を支援する施設です。在宅復帰へ向けたネットワークを構築し、最適の療養環境で最善のケア・リハビリテーションを提供。利用者の方々が心身ともにリフレッシュでき、楽しく有意義な生活を送れるようご支援します。

施設内行事も充実しており、毎月の「お誕生会」に、これからの季節ですと、3月には「ひな祭り」4月には「お花見ツアー」といった四季折々の行事を行うことで利用者さまと共に季節を感じることができます。



ゆうあい訪問看護ステーション お気軽にお電話下さい TEL 52-5111

訪問看護は、病気や障害をお持ちの方や高齢者が住み慣れた家で、安心して療養生活を送れるように支援する看護サービスです。看護行為は主治医の治療方針に沿って行われます。また、介護されているご家族に、さまざまな面からアドバイスや支援もいたしますので、安心してご利用いただいています。



居宅介護支援 (ゆうあい訪問看護ステーション) お問い合わせは TEL 52-0555

介護に関わるご相談、介護認定申請手続きの代行、ケアプランの作成、介護サービスを提供する事業所との連絡調整、施設の紹介等、介護保険に関わる全てを承ります。介護の必要な方やご家族のご要望を尊重し心身の状況や環境等を十分考慮して可能な限り、望まれる日常生活を営むことができますよう適正な居宅介護支援を提供いたします。お気軽にご相談下さい。

掲載内容のマーク



西伊豆病院
ニュース



医療情報



栄養関連



救急関連



ご案内

『お元気ですか 第63号』

平成25年2月 発行

発行

医療法人社団健育会 西伊豆病院 医療連携室

〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2 TEL 0558-52-2366

ホームページ

<http://www.nishiizu.gr.jp/index2.html>

