

72号

2016.12

お元気ですか

病院理念 西伊豆健育会病院は、地域の活力と皆様の安心のために
職員一丸となって、持てる技術と情熱を注ぎます



photo

透析室で！
回診する
吉田副院長



Contents



病院ニュース

- P2 透析室のご紹介
- P3 インフルエンザワクチンの案内
- P5 訪問リハビリ開始のお知らせ
- P6 平成27年度 実績

医療情報

- P3 インフルエンザの流行 咳エチケット

栄養関連

- P7 簡単レシピ すき焼き風肉豆腐

お知らせ

- P4 健康診断のご紹介



透析室(とうせきしつ)のご紹介

《 透析療法とは 》

腎臓の働きが低下すると、本来尿として出るべき老廃物や水分が体に溜まります。症状は、進行速度や重症度、原因によってさまざまですが、慢性腎不全(腎臓の働きが10%以下)の末期状態になると、腎移植か透析療法が必要になります。人工的に血液の浄化を行うのが透析療法です。

当院の透析は、平成2年に附属施設として人工透析センターを設立し、当初のベッド数は5床でした。その後、徐々にベッド数は増え、平成17年の増築・増床に伴い15床から20床になり現在に至ります。

当地域は観光地のため、ご旅行などで来られた方の透析治療も受け入れています。(事前申し込みが必要です。)

透析室は、泌尿器科 吉田副院長が担当し、臨床工学技士、看護師、ケアワーカーのスタッフで構成されています。いつも笑顔で明るい雰囲気心を掛けています。



透析室概要

透析ベッド数	20床 (更衣室・ロッカー完備)
テレビ	あり (有料)
食事	希望者 (1食500円)
送迎車	あり (要相談) ご自身での通院が困難な方で、自力歩行が可能な方に限ります。
臨時透析	あり (要事前申込) 帰省や旅行などで、当地域へお越しなる透析患者さんの臨時透析に対応しています。



透析室定期検査

胸部レントゲン月1回、心電図検査2か月に1回、血液検査月2回実施しています。

お食事に関することについては、栄養士より栄養指導も行っています。また、足病変からのADLの低下予防のため、毎月フットチェックも行っています。



緊急事態に備えて
透析中の緊急離脱の方法は、透析のスタッフだけでなく、院内職員も対応できるように勉強会を行っています。



インフルエンザ ワクチン



高齢者、心臓や肺に慢性疾患のある人はワクチン接種を

インフルエンザの予防にはまず、手洗い・うがいですが、インフルエンザに感染すると症状が重くなることが多い高齢者はワクチンの接種をおすすめします。65歳以上の方には各市町の公費一部負担も利用できます。

ワクチンの接種は早めに

インフルエンザワクチンは接種してから効果が出るまでに約2週間かかります。流行期間が11月～3月ですので、早めに接種しましょう。なお、13歳未満の方は2回が原則で、間隔は1～4週間です。

料金は？

賀茂医師会接種標準価格に沿った価格です。 1回接種 4500円
13歳未満の2回接種の場合は



インフルエンザかな？と思ったら早めに受診を

普通の風邪とは違うインフルエンザ。突然の高熱と全身症状（倦怠感や筋肉痛など）を特徴とします。治療薬はかかってから48時間以内に服用すると効果的です。症状が出たら早めに受診しましょう。

厚生労働省ホームページより

平成28年 第46週(11/14～11/20)の感染症発生調査で、流行の目安を上回ったことから、今年もインフルエンザが流行シーズン入りした。
昨年よりも早い時期の流行入りとなったようです。

インフルエンザは、インフルエンザにかかった人の咳、くしゃみ、つばなどの飛沫とともに放出されたウイルスを、鼻腔や気管など気道に吸入することによって感染します。インフルエンザの流行が始まりましたので、周囲の方々のためにも「**咳エチケット**」を心がけましょう。



咳(せき)エチケット



- 1、周囲からなるべく離れてください。
咳やくしゃみのしぶきは約2メートル飛ぶと言われています。
- 2、咳やくしゃみをするときは、他の人から顔をそらせ、ティッシュなどで顔を覆いましょう。
他の人にしぶきをかけないように心がけましょう。使ったティッシュはすぐにゴミ箱へ捨てましょう。
- 3、咳やくしゃみを抑えた手を洗いましょう。
咳やくしゃみを手で覆ったら、石鹸で丁寧に洗いましょう。
- 4、マスクを着用してください。
咳やくしゃみが出ている間はマスクを着用しましょう。使用後のマスクは放置せずゴミ箱に捨てましょう。



健康診断のご紹介

～ あなたとあなたのご家族を守ります ～

日頃健康だと思っていても、知らないうちに病気をもっていることもあります。健康に暮らすために、年に一度くらいは精密検査を受けて、自分の健康状態を確かめましょう！

“病気になったら病院で診てもらおう”ではなくて、健康に暮らすための自己管理が大切です。



■ 人間ドック半日コース

検査時間……8時40分 検査開始 3時間程度(昼食付)

※救急対応などにより多少の時間変更がある場合がございます。

検査日………月曜日・水曜日・金曜日《完全予約制》

検査項目	検査内容
内科診察	問診・総合診察
身体測定	身長・体重・BMI指数・腹囲測定
聴力検査	オーディオメーター1000Hz・4000Hz
眼科的検査	視力検査・色覚・眼底検査
血液一般検査	白血球・赤血球・血色素・ヘマトクリット 血小板・沈渣・MCV・MCH・MCHC
呼吸器系検査	胸部X線撮影2方向(正面・横)
循環器系検査	血圧・心電図
消化器系検査	上部消化管内視鏡検査・便潜血2回法
肝機能検査	GOT・GPT・γ-GTP・ALP・LDH・総ビリルビン・総蛋白 アルブミン・A/G比・コリンエステラーゼ
腎機能検査	尿素窒素・クレアチニン・尿酸(痛風)
脂質検査	総コレステロール・中性脂肪・HDL-C・LDL-C
膵臓機能検査	血清アミラーゼ
泌尿器系検査	尿検査(蛋白・糖・潜血・ウロビリ・沈渣)
糖代謝検査	空腹時血糖・HbA1c
電解質検査	Na・K・Ca・Cl
その他検査	腹部超音波検査(肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓)・CPK
動脈硬化検査	ABI検査(末梢動脈疾患検査)
料 金	人間ドック半日コース …………… 41,040円(税込)

訪問 リハビリ



訪問リハビリ 開始のお知らせ

西伊豆健育会病院 では現在

「在宅寝たきり0(ゼロ)」

を目指した様々な活動をおこなっています。
この度、その活動の一環として

訪問リハビリテーション

を開始しました！

対象者

- ・介護保険の認定を受けている方
- ・体力に自信が無くなってきた方
- ・ご自宅でリハビリを受けたい方
- ・とにかくリハビリがしたい方

ご利用料金

介護保険利用の場合

- ・20分 302円(週6回が限度)

利用者さんによりその他別途以下の料金がかかることがあります。

- ・短期集中リハ加算 認定日・退院後1ヶ月以内 340円
- 2～3ヶ月 200円
- ・リハビリテーションマネジメント加算 60円
- ・サービス提供体制強化加算 6円

内容

- ・筋力トレーニング
- ・日常生活動作訓練(床上動作、階段昇降など)
- ・洗濯・調理訓練などの家事動作
- ・家屋改修の相談・アドバイス
- ・家族の介助方法指導 など

* どんなことでもお気軽にお問い合わせください

連絡先：西伊豆健育会病院 リハビリテーション科

TEL 0558-52-2366 (担当:西木)

E-mail : rehabilitation@nishiizu.gr.jp

▼平成27年度 診療実績▼

患者数	平成27年度(人)	
外来患者数	38,683	1日平均 105.7人
入院患者数	27,671	1日平均 75.6人
平均在院日数 ※1	—	23.0日
病床利用率 ※2	—	96.9%
紹介患者数(他の医療機関等から)	568	
逆紹介患者数(他の医療機関等へ)	1,185	

期間の在院患者述べ数

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

期間の在院患者述べ数

※2 病床利用率 = $\frac{\text{期間の在院患者述べ数}}{\text{許可病床数}78\text{床} \times 366\text{日}}$

救急対応数	平成27年度(人)
救急患者数	3,528
(うち入院患者数)	664
救急車受入れ患者数	903



手術件数	平成27年度(件)
整形外科	80
泌尿器科	63
外科	8
内科	0
合 計	151



お父さんも料理を初めてみませんか？
 楽しみのため！ 将来のため！ 家族のため！
 まずは気軽な一品料理から♪

1人分 355kcal 塩分2.4g

すき焼き風肉豆腐（1人分）

豆腐はしみしみ！ 肉はやわらか！

材料

《1人分》

もめん豆腐・・・1/2丁(150g)

こんぶ・・・3cm角1枚

水・・・1カップ

しょうゆ・・・大さじ1

酒・・・大さじ1

みりん・・・大さじ1

牛切り落とし肉・・・80g

酒・・・小さじ1

しょうゆ・・・小さじ1

ねぎ・・・2/1本

七味とうがらし・・・少量



作り方

①豆腐は2～3cm厚さに切る。ねぎは1cm厚さの斜めに切る。牛肉に酒としょうゆをふり、ハシでまぶす。鍋に、こんぶと水、しょうゆ、酒、みりんを合わせて煮汁を作る。



②煮汁に豆腐を入れて強火にかける。煮立ったら弱火にして約10分煮る。ねぎを加え、やわらかくなるまで弱めの中火で約5分煮る。器を用意して豆腐とねぎを盛る。



③なべに残った煮汁を強火で煮立てる。牛肉を入れてほぐしながら肉の色が変わるまでさっと煮る。

④②の器に牛肉を盛り合わせ、汁をかける。好みでとうがらしをふる。

余った食材を使って！ おつまみもできちゃう！

ピリ辛みそが刺激的！

温やっこ さんしょうみそがけ（1人分）

材料 《1人分》

もめん豆腐・・・1/2丁(150g)

さんしょうみそ・・・大さじ1と1/2

みりん・・・大さじ1

砂糖・・・大さじ1/2

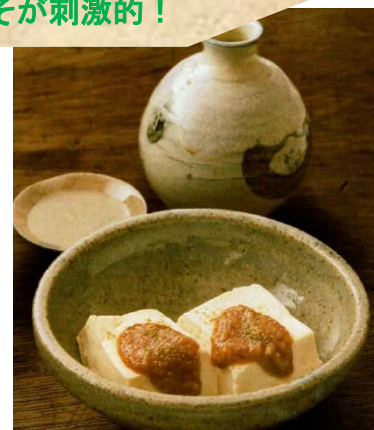
粉ざんしょう・・・小さじ1/4

粉ざんしょう・・・少量

作り方

①さんしょうみそを作る。耐熱容器にみそ・みりん・砂糖を入れて混ぜる。電子レンジ(600W)で30秒加熱し、粉ざんしょうを加え混ぜる。

②豆腐は半分に切って耐熱の器に盛り、ラップをかける。電子レンジで1分30秒加熱し、出てきた水を捨て、①のさんしょうみそをかける。さらに好みで粉ざんしょうをふる。



【 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に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

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。

西伊豆健育会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。西伊豆健育会病院 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が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、季節の行事も毎月企画しています。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。

▼外科外来のご案内

日 程 : 毎週 火曜日・木曜日 午後外来
毎週 土曜日 午前外来

『 お元気ですか 第72号 』

平成28年12月 発行

発 行

医療法人社団健育会 西伊豆健育会病院 医療連携室

〒410-3514 静岡県賀茂郡西伊豆町仁科138-2 TEL 0558-52-2626

ホームページ

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

