

北成病院季刊広報誌 ほくせい

医療法人社団 延山会
北成病院
広報編集委員会

〒001-0933
札幌市北区新川西 3 条 2 丁目 10-1
TEL 011-764-3021
FAX 011-764-4331

夏号

ホームページリニューアル!



現在、当院では新たにホームページをリニューアル中です。今までのものより更に見やすく、病院の情報をタイムリーに発信できるように検討を重ねています。

トップページは左のようになっており、病院概要や当院で受けることができる検査の説明、皆様を知っていただきたいことを分かりやすく記載しております。

また、入院患者様へのお見舞いメールなども利用できる予定ですのでぜひご利用下さい。

◇入院されている患者様にメッセージをお届けします
北成病院では入院中のご家族やご親戚、ご友人の患者様への励ましのお見舞いメールをお受けしております。下記の内容をメールにてご送付ください。お受けしましたお見舞いメールは、専用台紙に印刷したのち、患者様へお届けいたします。なお、お見舞いメールは、患者さんのプライバシー保護のため、下記の「ご利用にあたって」をご理解いただき、同意いただいた上でご利用くださるようお願いいたします。



◇ご利用にあたって

1. お受けしましたメールは受信後、2日以内にお返しいたします。ただし、土・日・祝日は休日明けのお届きになります。
2. メール印刷は当院担当者がおこないますので、一部の欄の目に触れる場合がございます
3. 内容につきましては、個人情報として担当者が慎重に取り扱い、利用目的以外には使用しません。
4. お届け完了のご連絡はいたしません。また、お届け確認のお問い合わせにもお答えできませんのでご了承ください。

お渡しできない場合

- お見舞い以外のメール(内容がお見舞いや励ましとならないと当院が判断した場合)
- 患者様が受け取りを拒否された場合(患者様が送信者を確認できない場合)
- 患者様がすでに退院されている場合
- 患者様を特定できない場合
- メールサーバーやネットワーク上のトラブルで情報が到達しなかった場合

ホームページリニューアル	1 頁
熱中症に気をつけて!	2 頁
部署紹介 (臨床検査科)	2 頁
栄養マメ知識	3 頁
シリーズ健康診断②	3 頁
療養病棟お誕生会	4 頁
リハビリ本格始動	4 頁

理 念

日々研鑽を積み、全人的対応をもって、良質な医療を提供し、組織一体となって地域社会に貢献することを目指します。

基 本 方 針

1. 私たちは、医療人としての自覚を常にもち、切磋琢磨してチーム医療を実践します。
2. 私たちは、急性期から慢性期まで、患者様の立場に立ち、真心こめた医療サービスを提供します。
3. 私たちは、患者様の権利と安全を重視し、地域の皆様から信頼される病院づくりを目指します。
4. 私たちは、経営の健全性を高め、安定した病院経営を続けられるよう努力します。

熱中症に気をつけて！！



熱中症は環境温度の上昇により発生する健康障害です。高温に脆弱な乳幼児や高齢者のみならず、炎天下でスポーツをする時などは剛健な方も注意が必要です。

私達の住む北海道は日本の他の地域に比し涼しく熱中症の発生頻度も全国に比べて低くなっています。環境省熱中症予防情報サイトによると救急搬送された患者数は札幌市で平成 17 年度 29 名、平成 18 年度 68 名、福岡市で平成 17 年度 136 名、平成 18 年度 280 名と差は歴然です（札幌人口 188 万人、福岡 141 万人）。しかし、近年地球温暖化などの影響から熱中症患者が増加し

てきています。

話は少し逸れますが、現在のペースで二酸化炭素が増加し、温暖化が進めば熱波による死者は東京では 50 年後には今の 2.5 倍、100 年後には 11 倍、ロンドンでは 47 倍、ニューヨークでは 43 倍になるといいます。死者の大幅な増加が予想されるのは緯度の高く今は比較的涼しい地域です。赤道に近い地域は毎日と同じ気象なので、いくら暑くてもなくなる人は少ないが、札幌である時は 22～3 度、あるときは 35 度と気温が急変すれば健康障害が起きるのは誰にでも想像のできることです。

熱中症の症状は高温曝露による非特異的な症状で、**脱力、めまい、疲労、悪心、嘔吐、頭痛、筋肉痛**などがあります。また、**重症な時は幻覚、痙攣、昏睡**など中枢神経症状が出現し、多臓器不全になり死亡する方もいます。夏の暑い日に農作業、ゲートボールなどをされていて、万が一、上記のような症状が出たらすぐに医療機関を受診して下さい。また、単独での行動は発見が遅れることがあるので控えた方がいいでしょう。**予防法としては帽子をかぶる、まめに水を摂る、日陰で行動する**などを心がけて下さい。

札幌では 27～8 度から患者発生が増加しているので、天気予報で 27～8 度以上の予報が出た日は（暑さに弱い方はもっと低い予想温度でも）日中の時間帯は外出を控え、家の中の風通しをよくして風鈴の音でも聞きながら冷やしたあんみつをほおぼり、のんびり過ごすのが一番です。ただ、夕方や屋内の発症も多数あるので暑い日が続く場合は時間や場所にかかわらず注意が必要です。（療養病棟部長：浅野 章）

（参考：「環境省熱中症予防情報サイト」「気候大異変」「日本生気象学会誌」）

部署紹介

～臨床検査科～

臨床検査科は、心電図、呼吸機能検査、超音波検査（“エコー検査”ともいいます）などの検査を行います。検査の名前は聞いたことがある、健診や人間ドックの時に検査を受けたことがあるという方も多いのではないのでしょうか？

心臓、腹部、血管など、症状や目的に応じて様々な検査を行います。これらの検査は、臨床検査技師 4 名が担当していますが、このうち 2 名は今年の 4 月に入った新人です。毎日が経験の積み重ねで、知識と技術の習得に一所懸命努力しています。私も初心を忘れず、一緒に成長していけるように頑張っていこうと思っています。

私達は、知識や技術の習得はもちろんですが、患者様に安心して快く検査を受けていただくことを目標に、配慮を心掛けています。病院にいらした際には検査の事などお気軽に声を掛けてみてください。

（臨床検査技師：岡 陽子）



生理検査室の新人です。今年 3 月に学校を卒業したばかりで分からないことだらけですが、一人前の検査技師を目指して頑張っていきます。



4 月から生理検査室に勤務しております。まだまだ勉強することはたくさんありますが、確かな検査技術の習得に向けて頑張りますのでよろしくお願い致します。



栄養マメ知識 ～ うす塩味？ 塩味控えめ？ 塩分濃度？ ～



最近では「メタボリックシンドローム」という言葉も少しずつ定着し、生活習慣病予防に対する意識も向上してきたように見受けられます。

2005 年に策定された日本人の食事摂取基準では生活習慣病、特に高血圧と癌の一次予防の目的から過剰摂取への対策を必要とする栄養素としてナトリウム（食塩）の目標摂取量を一日、女性で 8 g 未満、男性で 10 g 未満（成人）を設定しています。平成 18 年「札幌市健康・栄養調査結果の概要」では成人の 50%以上の方が食塩を目標量以上摂取していたという結果がでました。生活習慣病予防の為に毎日食べる食事の中に含まれる食塩にも十分気配りされている方が多いと思いますが、加工食品の中には「うす塩味」「塩味控えめ」などと記載されていて必ずしも塩分濃度が低いとは限らないものもあるため注意が必要です。

例えば 100 g 当りの塩分は、ロースハム 2.5 g、梅干し 22.1 g です。食品の裏側に記載されている栄養成分表示には具体的に書かれている場合が多いので、病気の一次予防のためにももっと生活に活用していきましょう。（管理栄養士：鳥羽充代）

シリーズ “健康診断②” ～ 健診結果の見方～

「日常生活に注意を要し経過の観察が必要です」と判定されたら

【肝機能の場合】



健康診断の判定は(1)異常ありません。(2)わずかに異常を認めますが問題ありません。(3)日常生活に注意を要し経過の観察が必要です。(4)精密検査が必要です。(5)治療が必要です。の 5 段階に分けられています。(3)の判定だった時、皆さんはどうしていますか？

(3)の判定では検査結果には確かに異常値があります。しかし、血圧、コレステロール、血糖値など生活習慣病に係わる項目は異常が僅かならば、不摂生な生活があればそれを改めたり食事・運動療法の指導を受けて努力してから医療機関などで再検査を受けて改善したのを確認します。ただし、肝臓の異常値の時の(3)の判定は微妙です。というのは、**健診で見つかる肝機能の異常は脂肪肝やアルコール性肝障害など生活習慣に係わるものが大半を占める半面、慢性肝炎など放置すれば進行して肝硬変や肝臓癌を起こし命に係る病気であっても健診では検査項目は限られているため区別がつかないからです。**本当は少しでも異常があれば全員精密検査とした方がいいのですが、健診というものの性質上あまりに精密検査と判定される方が多くなりすぎてその主旨からはずれてしまうため、異常値がさほどでなければ(3)の判定となることがあります。従って、飲みすぎや太りすぎなどなど生活習慣からくる原因が無い人は最初から精密検査を受けるべきですし、思い当たる事があってもその点に気を付けたら早めに検査を受けましょう。**肝硬変や肝臓癌となる方の大半は B 型や C 型の肝炎ウイルスが原因のことが多いので、ウイルスの有無を採血で見てもらうだけでも安心できます。**



いずれにしても、健診は異常の発見には役立っても、診断やその後の方針まで立つわけではないので、経過観察であっても必ず一度は病院を受診することが大切です。重大な病気が隠れていると悔やんでも悔やみきれません。折角の健診です、結果は有効に活用して下さい。（副院長：棚澤 哲）

療養病棟お誕生会



6月13日に療養病棟のお誕生会を行いました。今月は天河流 都奈世会の皆さんに舞踊「佐渡の恋唄」から「追分くずし」まで計5曲を披露していただきました。患者の皆さんやご家族の方を含め非常に楽しんでいただくことができました。

その中でも中村千代子さんは現在98歳でまだまだお元気です。舞踊も手拍子をしながら見入って「とっても楽しませてもらったわ」と喜んでいました。入院生活ではなかなかこういったことで楽しむ

機会も少ないため、これからも患者の皆さんや家族の方を含め楽しめる機会を増やしていきたいとおもっています。(看護師：川名啓子)



リハビリ本格始動！！



当院では8月から作業療法士を常勤としてリハビリ部門の充実を図ります。そこでリハビリテーション科長の小ヶロー彦さんに聞きました。

「Rehabilitation とはラテン語の RE と Habils との合成語です。RE は再び、Habils は可能にするという意味です。すなわちリハビリとは一度失われた名誉や尊厳をもう一度回復するという意味になります。リハビリテーション医療は残された機能を最大限に利用して身体的、精神的、社会的に出来るだけ正常に近い生活が出来るように援助します。そのためには医師をはじめ看護師、理学療法士、作業療法士、言語療法士、社会福祉士等多くの職種のチームアプローチが必要になります。私が思うにリハビリとは無為と有用、落胆と向上、絶望と希望の間にかかる架け橋ではないでしょうか。」



作業療法ってなに？

身体または精神に障害のある者、またはそれが予測されるものに対してその主体的な活動の獲得をはかるため、諸機能の回復・維持および開発を促す作業活動を用いて行う治療・指導・援助を行うこと。

(日本作業療法士協会 HP から)

お知らせ

原則、院内は携帯電話を禁止しております。しかし利便性を考え一部指定区域内では**携帯電話を使用できる**ように致しました。

使用できる場所は **1 階正面玄関横の表示区域内**です。詳しくは総合受付へお問い合わせ下さい。

編集後記

いよいよ夏も本番を迎え、寝苦しい季節がやってきました。とはいえせつかくの夏。花火や海、すいかや冷や麦、風鈴の音など夏を満喫したいものです。ただ、暑い日が続くので、体調を崩さないようにみなさん気をつけてください。

今回の「ほくせい」を読んで、浅野先生の記事を参考にしながら、暑い夏を元気に乗り越えましょう。(編集委員：石村彰啓)

北成病院概要

- 診療科目：内科・循環器科・呼吸器科・消化器科・放射線科
- 病 床：一般病床 58 床 (13 対 1 入院基本料)
- 療養病床 64 床 (療養病棟入院基本料 2)
- 介護病床 22 床 (療養型介護療養施設サービス費 (I)(ii))
- 日本医療機能評価機構認定

～ 患者様とご家族の権利 ～

1. 基本的人権と人格を尊重される権利
2. 思いやりのある、良質な医療を公平に受ける権利
3. 適切な情報提供や十分な説明を受ける権利
4. 納得のもとに、検査や治療を受けるか、受けないかを決定する権利
5. プライバシーを保護される権利
6. 健康であるために情報を求める権利
7. 他の医師に診断を受け、治療法についての意見 (セカンドオピニオン) を聞く権利

