

山鹿市民医療センター広報紙



第30号

ひびき

患者様の権利と責務

- ① すべての人は平等に必要な最善の医療を受ける権利があります。
- ② 病気についてわかりやすく説明を受ける権利と、それらを受けるかどうかを選択する権利があります。
- ③ 検査や治療に関する説明を受ける権利と、それらを受けるかどうかを選択する権利があります。
- ④ カルテの内容を知る権利があります。
- ⑤ プライバシーを尊重される権利があります。
- ⑥ 患者様は病院の規則を守る責務があります。

2014.2.1

発行所 山鹿市民医療センター 〒861-0593 熊本県山鹿市山鹿 511 番地 TEL 0968-44-2185 (代) FAX 0968-44-2420

インフルエンザ注意報！！

2014年を迎え、熊本県内でもインフルエンザにかかれる方が増加しています。特に山鹿市では注意報の基準値を超えています。(1月24日現在)

アルコールによる消毒もインフルエンザウイルスには効果があります。

インフルエンザにかかると急に高熱(38℃以上)、筋肉痛や関節痛、頭痛や倦怠感(体のだらしさ)などの症状が突然でてきます。続いて風邪のような咳や鼻水といった症状がでてきます。

2. 咳エチケット

インフルエンザはインフルエンザウイルスを含んだツバやタンなどがクシャミや咳によって飛び、それが他の人の鼻や口から入り感染してしまいます。

- ① クシャミや咳をするときはティッシュなどで鼻と口をおおいます。
- ② 使ったティッシュはすぐにゴミ箱に捨てましょう。
- ③ ティッシュを捨てたあと、すぐに手を洗いましょう。
- ④ マスクを着用しましょう。

インフルエンザを予防しましょう！

1. まずは手洗い！

手洗いは、インフルエンザに限らず感染を予防するために最も基本的な方法です。特に外から帰ったときは、まず流水とせっけんでよく手を洗いましょう！(15秒以上かけて洗うとよいです。)



手の洗い方を身に付けましょう！



3. 人ごみを避けましょう

インフルエンザの流行する時期は人ごみを避けましょう。ご高齢の方や基礎疾患のある方、妊娠中の方などは特に不要不急の外出は控えましょう。

4. 健康管理

インフルエンザ予防だけでなく、日頃から、バランスのとれた食事と十分な睡眠など生活週間を整えましょう。

基本理念

いのち 地域住民の命と健康への貢献

基本方針 山鹿市民医療センターは

- ① 患者さま中心の信頼される医療を行います
- ② 診療機能の充実に努め、質の高い医療を提供します
- ③ 地域の保健、医療、福祉の連携を推進します
- ④ 研修、研鑽に務め医療レベルの向上を図ります
- ⑤ 健全経営に務めます

CONTENTS

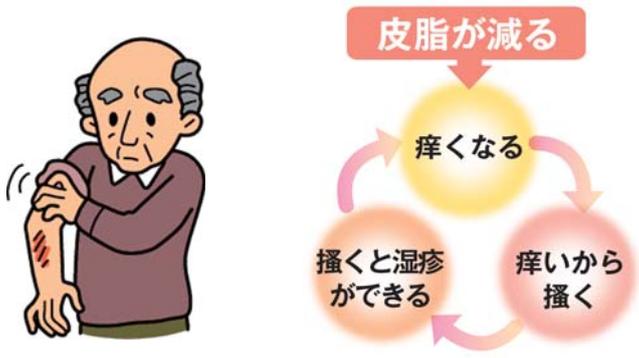
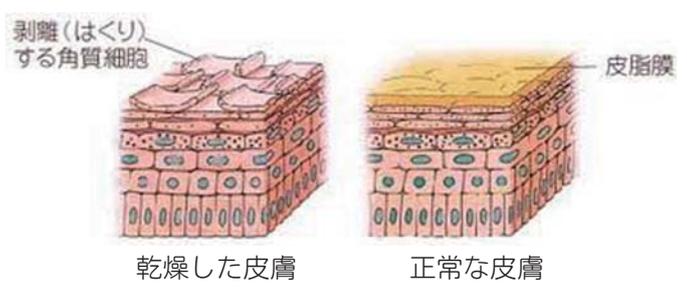
- インフルエンザ注意報！！ P1
- 皮膚の乾燥に注意！ P2
- 新任紹介 P2
- お薬手帳を活用していますか？ P3
- 訪問看護室「菜の花」より P3
- 外来担当医表(2月) P4
- 特殊・専門外来(2月) P4

皮膚の乾燥に注意！

皮脂の働き

皮脂は、毛穴の内部にある皮脂腺から肌の表面に分泌され、肌の上で薄い膜状に広がり、皮脂膜という天然のクリームになり、皮膚を包んでいます。

皮脂は水分の蒸発を防ぐ、ばい菌から皮膚を守るなどの働きがあります。
皮脂が減ってくると外からの刺激に敏感になり、かゆみが生じやすくなります。
掻くと湿疹ができ、さらにかゆくなるという悪循環をくりかえします。



皮膚を守るためには

皮脂は年齢・季節・生活習慣によって減ってきます。年齢を重ねることと冬がくることは避けられませんが、生活習慣の工夫で皮膚を守ることはできます。

* お部屋の乾燥に注意

過剰な暖房は避けましょう。こたつや電気毛布を長時間使用しないようにしましょう。

* 入浴時の注意

熱いお湯、長時間の入浴は避けましょう。ナイロンタオルや垢すりは使わず、綿の柔らかいタオルを使いましょう。
石鹸は皮脂を取りすぎないように、液体の石鹸より固形石鹸がお勧めです。
風呂上がりに保湿剤を塗るとよいでしょう。

※ かゆみをおこすものを避ける

アルコールを飲むと、体が温まってかゆくなります。酔うと気がすむまで掻いてしまうので、飲みすぎないようにしましょう。
熱いものや香辛料もかゆみにつながります。ほどほどが肝要です。

新任紹介



安永 和広

平成26年1月1日に情報管理室に赴任となり、家族4人で引っ越してきました。
当センターの利便性向上のためにがんばりますので、よろしく願います。
また、山鹿市民になったばかりなので、2人の子供と一緒に地域の楽しみを探していきます！



松本 千奈美

平成26年1月1日より採用となりました松本千奈美です。
地域医療連携室に所属し、社会福祉士として勤務しております。
地域の方々が安心して治療を受け、笑顔で帰って行かれる病院となるよう、誠心誠意頑張ります！
よろしく願います。

お薬手帳活用していますか？

医療技術部薬剤科主任薬剤師 柴田 佳代



今回は薬剤科から、「お薬手帳の活用」についてお話したいと思います。

まず、「お薬手帳」という言葉を聞かれたことがありますか？病院などを受診した時や薬局でお薬をもらう時などに、「お薬手帳お持ちですか？」と聞かれたことがあると思います。

また、日頃病院にかかっておられる方は、実際に活用されている方も多いと思います。そもそもなぜお薬手帳を活用することが大切なのでしょう？その理由は大きく分けて2つあります。

まず1つめは薬同士の飲み合わせの問題です。このことを「相互作用」といいます。薬の中には、ほとんどこの相互作用のないものもあれば多い薬もあります。相互作用の多い薬の代表格に「ワーファリン」があります。この薬は定期的に採血をしながら服用する量を微調整する必要がありますのですが、ある薬剤と一緒に服用すると、極端に効き目が悪くなったり効き過ぎたりします。薬が効き過ぎても効かなくても、患者さまには不都合が起こ

てきます。そういう「相互作用」のある薬がないかをお薬手帳で確認していきます。

2つめは、同じ薬が処方されていないかの確認のためで、このことを「重複処方（重複投与）」といいます。複数の病院を受診されている方で、どこでも同じ症状をご相談されると、同じ効き目のある薬がそれぞれから処方されてしまい、薬の効果が重なって思わぬ副作用が出る場合があります。痛み止めの重複による潰瘍発症が良い例です。このような「重複処方」を、お薬手帳を活用することで回避できます。

他にも利点はまだまだあります。まずはもらったお薬手帳を自宅に置いたままにしておかず、是非持ち出して「活用」してください。詳しい活用方法はかかりつけの薬局薬剤師や病院薬剤師にご相談下さい。



訪問看護室「菜の花」より

訪問看護室 副看護師長 山下 啓子

皆さんこんにちは。訪問看護室「菜の花」です。私たちは、今年の4月より訪問看護をはじめました。今回はそのご紹介をいたします。

私たちの訪問看護は、「無理をしない、無理をさせない、安心な在宅療養」を理念としています。訪問看護では、在宅療養が必要な方や医療的処置が必要な方を対象に、住みなれた地域（家庭）で安心して過ごせるように、看護師がご自宅にお伺いして、日常生活をとおして療養の看護を行っています。また、病院や主治医と緊密な連携体制を取り、24時間安心な在宅療養を支援します。

現在スタッフは、訪問看護師4名、退院支援看護師1名です。

提供する看護の内容

- ・病状の観察（体温、脈拍、血圧ほか）と相談
- ・日常生活の介助（入浴や身体清拭、床ずれ予防、排泄のお世話など）
- ・療養生活の悩みや不安の相談
- ・ターミナルケア（終末期）の痛みの緩和、精神的援助
看取りの看護・・・最期まで家で暮らしたい方への支援
- ・医師の指示による医療処置（創傷処置、在宅酸素、採血・点滴、カテーテル類の管理）

がん治療で様々な医療処置を受けられている患者さまが、不安を抱えたまま自宅へ退院となり訪問看護を利用されました。患者さま、ご家族と心配なことや不安なことを話し合いながら、思いに寄り添った看護をしたことで「安心して自宅で過ごすことができる」という言葉をいただき、私達もやりがいを感じ看護をさせて頂いております。

これまで、がんの患者さまを中心にご利用いただいております。

退院して自宅で療養したいが病気が心配で・・・

床ずれがあるが・・・

一人での入浴は無理・・・

などいろいろと困った時は一度ご相談ください。



訪問看護室「菜の花」スタッフ

外来担当医表

2月

診療科名	月	火	水	木	金	
内科	永野 久俊	—	吉岡 明子	永野 久俊	永野 久俊	
呼吸器内科 (紹介外来制)	坂田 典史	坂田典史・後藤英介	後藤 英介	坂田 典史	後藤 英介	
循環器内科	大庭 圭介	大庭 圭介	※1海北 幸一	※1藤末昂一郎(午後)	大庭 圭介	
内分泌・代謝内科	※1小野 恵子	村田 雄介	村田 雄介	吉里 和晃	村田 雄介	
消化器内科	※1立山 雅邦	—	—	※1泉 和寛	—	
血液内科	—	島貫 栄弥	—	—	島貫 栄弥	
整形外科 (紹介外来制)	高木 茂・工藤智志	工藤智志・立石慶和	手術(担当医)	高木 茂・立石慶和	手術(担当医)	
外科	大熊利之・豊永政和	※1村上 敬一	宮村 俊一	池上 克徳	飯田伸一・宮村俊一	
泌尿器科	結城 康平	山崎 浩藏	結城 康平	※1河野 吉昭	結城 康平	
小児科	—	—	—	—	—	
セクショナル 覚醒 器	耳鼻咽喉科	—	深見 直美 9:30~11:00 12時診察終了	—	—	土生健二郎
	眼科	田原 仁	田原 仁	田原 仁	田原 仁	田原 仁
産婦人科	福島 泰斗 井上 弘一	福島 泰斗 井上 弘一	福島 泰斗 井上 弘一	福島 泰斗 井上 弘一	福島 泰斗 井上 弘一	
	片渕美和子 2/4(火)・6(木)・14(金)・17(月)・21(金)・25(火)・27(木)					
総合診療科	本郷 弘昭	本郷 弘昭	—	—	本郷 弘昭	

◎診療時間は、8:30開始で11:00受付終了となります。予約変更の電話は、午後2時から5時までをお願いします。
※1は、熊本大学病院からの派遣医師。

特殊・専門外来

2月

名称	担当医	実施日	診察場所
セカンドオピニオン外来	本郷 弘昭	毎週 月曜、金曜(午前)	外科
禁煙外来(予約制)	坂田 和子	毎週 月曜(午後)	内科
睡眠時無呼吸外来	坂田 和子	毎週 火曜、木曜(午後)	内科
乳腺外来(化学療法外来)	※1村上 敬一	毎週 火曜	外科
女性外来(婦人科、思春期、更年期)	片渕 美和子	午後 2/4(火)・6(木)・14(金)・17(月)・ 21(金)・25(火)・27(木)	産婦人科
ストーマ外来	担当医	毎月 第3水曜(午後)	外科
PEG外来	担当医	毎週 水曜(午後)	外科
緩和ケア外来	坂田 典史	毎週 金曜(14:00~16:00)	内科
糖尿病外来	村田 雄介	毎週 木曜(9:00~12:00)	内科
両親学級(予約制:産婦人科)	助産師	第2・3・4日曜(10:00~12:00)	5階病棟
母乳外来 (乳房マッサージ) ※予約制	助産師:田中妙子	月曜、木曜(8:30~16:00)	5階病棟

◎特殊・専門外来については、各診療科にお尋ねください。
◎セカンドオピニオン外来については、地域医療連携室にお尋ねください。◎急患の場合は、この限りではありません。
ご注意:学会等の都合で変更になる場合があります。◆最新の担当表は、ホームページをご覧ください。

平成26年4月からの外科診療体制が変更となります

診療科名	月	火	水	木	金
外科	大熊	手術日	池上・宮村	手術日	飯田・宮村
総合診療科	—	本郷	—	—	—
乳腺外科	—	村上	—	—	—