

地域の皆さまとつながる1ページ



入江病院だより



平成 24 年 7 月号

皆さまに 支えられて

当院は昭和 47 年 6 月に開院し、地域の皆さまに支えられて 41 年目になります。

前月号では現在入江病院で行っている診療内容をお伝えしました。今回は、今後新たに始める診療や強化していく診療内容をお知らせします。



昭和 63 年当時

現在



糖尿病内科

現在、糖尿病を発症している方と発症が疑われる方（糖尿病予備軍）の合計が 2,210 万人とされています。日本の 40 歳以上の男女のうち 3 人～4 人に 1 人が糖尿病または糖尿病予備軍ということになります。

しかしながら、姫路市全体、特に英賀保校区において糖尿病の診療をしっかりと行っている医療機関は大変少ないのが現状です。地域密着型病院の当院としては糖尿病診療体制の整備を数年前より考えております。

糖尿病診療を行うためには糖尿病専門医に加え、糖尿病診療に取り組む糖尿病療養指導士や管理栄養士・薬剤師などのスタッフも必要です。糖尿病療養指導士となる看護師、管理栄養士・薬剤師は既に入江病院に勤務しています。残りの糖尿病専門医につきましては現在、確保に向けて全力で動いております。『糖尿病専門外来』の開設が決まりましたらお知らせしますので、ご注目下さい。

消化器内科

現在、消化器内科常勤医師 1 名、非常勤医師 3 名という体制です。来年 4 月より常勤医師 1 名を 3 名（2 名増員）＋非常勤医師の体制にする予定です。

消化器内科は内視鏡による検査や処置が中心の診療科です。内視鏡検査や処置の進化は目覚ましいものがあります。経験豊富な複数の医師により、レベルの高い診療体制を確保しようと考えております。

呼吸器内科

代表的な呼吸器疾患は肺炎・気管支喘息・肺がん・COPD（慢性閉塞性肺疾患）などです。

当院でも呼吸器疾患の専門医による診療体制が必要と考えており、呼吸器内科専門医の確保に動いております。

循環器内科

代表的な循環器疾患は狭心症・急性心筋梗塞・心不全・不整脈・ペースメーカー治療などです。

当院でも循環器疾患の専門医による診療体制が必要と考えており、循環器内科専門医の確保に動いております。

眼科

眼科の外来診察・手術まで対応できる専門医の確保に動いております。糖尿病専門外来を始めますと糖尿病網膜症（糖尿病 3 大合併症の 1 つ）の治療体制が必要になります。

また、白内障や緑内障で困っておられる方も多いため、近い将来、院内の診療科として眼科を開設する予定です。

知って得する 介護保険

前号に引き続いて、「介護保険制度」の特集をお伝えいたします。前号では知られているようで知られていない介護保険のサービスの種類や制度の簡単な概要をご紹介します。

今号では実際に介護保険を利用する手続きの方法や上手に活用するポイントをご紹介します。制度を有効活用し、安心した生活にお役立て下さい。

● 初めての申請は「要介護認定」から

要介護認定とは、介護保険を利用するために必要な認定調査です。利用者本人の身体状況や生活状況などを調査員が詳しく調査し、介護認定審査会で判断され、各市町村より通知を受けます。



● 通知を受けたら？

～自立（非該当）の場合～

自立と判断された場合、介護保険を利用することはできません。しかし、各市町村が実施している地域支援事業で介護予防サービスを受けることができます。姫路市内では各地区に設置されている地域包括支援センターで運動器の向上や口腔ケアなどが実施されています。（有料）

～要支援1～2の場合～

要支援1、2と判断された場合は介護予防サービスを受けることができます。これは要介護状態にならないためのサービスで通所介護や訪問介護、住宅改修のサービスなどを受けることができます。

～要介護1～5の場合～

要介護1～5と判断された場合は介護サービスを受けることができます。サービスの種類は介護予防サービスより一層幅広くなります。例えば、介護老人福祉施設（通称：特養）に入所するためには要介護と認定されなければ入所することはできません。

要支援者、要介護者ともにサービスを受けるにあたってケアプランと呼ばれる計画書を作成します。要支援者は地域包括支援センターの担当者、要介護者は介護支援事業所のケアマネージャーに依頼して下さい。

● 介護保険を上手に使いましょう

介護保険制度導入以前の高齢者福祉は「措置制度」と呼ばれるものであったため、利用者がサービス内容を細かく選択することができませんでした。しかし、介護保険制度では「利用者主体」であるため、サービスの種類や内容を細かく選択することができます。

正しい知識で介護保険を上手に使用して下さい。



介護保険制度を上手に活用するポイント・・・

① ケアマネージャーとの連絡を大切に

利用者とサービス事業者を結ぶ役目を担うのがケアマネージャーです。よいサービスを受ける為にもケアマネージャーと二人三脚で進めていくことが重要です。

② 利用者主体の制度です

先にも述べましたが、介護保険は利用者主体の制度です。受たいサービス内容はしっかりと伝えましょう。

③ サービス事業者もよく考えて選択しましょう

介護保険制度の創設に伴って、民間企業が介護事業に参入できるようになりました。しかし、事業者の数もここ数年で大幅に増加し、選択する側も一苦勞です。ケアマネージャーとよく相談して事業者を選びましょう。

4月号、7月号と2回に分けてお送りした介護保険特集。いかがでしたでしょうか？健康で楽しい毎日を過ごすためにも、正しい知識を持って介護保険制度を利用して下さい。

当院でも介護保険に関するご相談を承っています。
お気軽にご相談ください。

夏休み 特別企画 ～楽しい夏はカラダから～

子どもたちが待ちわびた夏休みがやってきました。スポーツやレジャーなど楽しみがいっぱいですね。しかし、そんな楽しい夏休みもケガや病気をしてしまうと楽しさも半減してしまいます。暑い夏に怖い熱中症と正しい手洗いによる病気の予防法をご紹介します。

MISSION ① 熱中症を予防せよ

高温下での運動や労働により起こる障害の総称を熱中症と呼びます。体内の水分・塩分バランスが崩れ体温調整がうまくいかなくなり、脱水症状や循環不全を引き起こします。

- ① 部屋の温度をこまめにチェック！
- ② 室温 28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ③ のどが渴いたと感じたら必ず水分補給
- ④ のどが渴かなくてもこまめに水分補給
- ⑤ 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も
- ⑥ 無理をせず、適度に休憩を
- ⑦ 日頃から栄養バランスの良い食事と体づくりを

熱中症予防の ポイント

F (Fluid) 液体（水+塩分）の経口摂取

スポーツドリンクを飲ませすぎると低ナトリウム血症を引き起こす場合があります。塩を直接舐めさせ塩分補給をすることが大切です。

I (Ice) 身体の冷却

首やわきの下に冷たいものを当て、ゆっくりと体を冷やします。一気に水をかけるとショックが大きいので絶対にやめましょう。

R (Rest) 運動の休止・涼しい場所で休む

涼しい場所で休ませる。可能であればクーラーのある部屋へ移す。

E (Emergency) 緊急事態の認識・119 番通報

119 番通報し救急車を要請して下さい。早めの判断が重症化を防ぎます。

応急処置は FIRE

MISSION ② 正しい手洗いを身につけよ

しっかり手洗いしていますか？病気の予防は手洗いからです。手洗いは風邪の予防だけではなく、ノロウイルスや0-157などの食中毒を予防するにも手洗いが効果的です。



手のひらを洗います。



手のひらで手の甲を包むように洗います。



指の間を洗います。



指までよく洗います。



親指の付け根もよく洗いましょう。



指を立てて、指先、爪を洗います。



最後に手首もしっかりと洗います。

手洗い後に消毒を行うとより効果的です。

また、ハンカチは自分専用のものを使用しましょう。複数の人が利用するタオルなどは細菌がたくさん付着している可能性があります。お客様などにはペーパータオルが最適です。

病気の予防は手洗いから

表示にまどわされしないで 《その2》

～さとうの摂り過ぎに注意しましょう～

入江病院 栄養科 友杉ずい子

『塩分控えめ同様に甘さ控えめ！』とされていますが・・・

さて、下の表示の清涼飲料水、どちらを飲みますか？

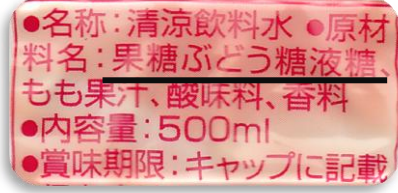
1. さとう 13%入
2. 果糖ブドウ糖液糖 13%入

さとうは果糖とブドウ糖が化学結合して結晶化されたもの。

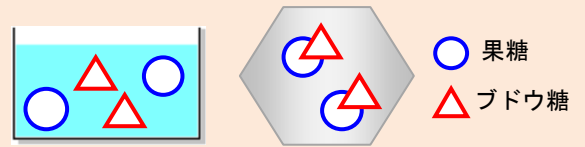
それに対して、果糖ブドウ糖液糖は、果糖とブドウ糖が混ざって液状になっているもので、体の中へ吸収されたら、実はどちらも同じものなのです。(右図参照)

つまり、果糖ブドウ糖液糖13%入りの1.5ℓ清涼飲料水には、195gのさとうが入っている計算になります。

その他、ブドウ糖果糖液糖と表示されているものは、果糖に比べてブドウ糖の割合が多いことを示しています。表示を正しく理解して、まどわされないようにして下さい。



「果糖ブドウ糖液糖」と「さとう」の違い



構造や多少の味の違いだけで、2つは同じものなのです。

《図はイメージです》

広報誌が変わりました 知りたいことを教えてください!!

当院ではこれまで作成していた広報誌を今年度より一新いたしました。より地域の皆さまとの絆を深めるため、英賀保地区自治会の方々のご協力仰ぎ、全世帯に配布させて頂きました。

そこで地域の皆さまより医療、健康、福祉などに関する記事テーマを募集いたします。「最近、テレビでよく見る〇〇病って?」「〇〇病の予防にはどうすればいいの?」「運動はしたいけど何をすれば良いかわからない」といった疑問にお答えします。是非、皆さまの声をお聞かせ下さい。テーマは下記までお送り下さい。

電話 079-238-5855 FAX 079-238-5856 E-MAIL ohnishi@irie.or.jp (携帯電話からも可)

編集後記

さあ、いよいよ夏本番ですね。今年はさらにロンドンオリンピックの開幕も間もなくです。多くの日本人が勇気と感動を与えてくれることに期待しましょう。

今年の夏も暑くなりそうですので熱中症などには十分注意して、楽しい夏をお過ごしください。

外来診療時間表

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~12:00 受付時間 8:00~11:45	総合診療科	/	予約	○	/	/	/
	内科	○	○	○	○	○	○
	内科・循環器外科	/	/	○	/	/	○
	胃腸科・消化器外科	○	/	/	/	○	/
	外科・総合診療科	○	○	○	○	○	○
	整形外科	○	○	○	○	/	○
	脳神経外科	○	○	○	○	○	○
午後診 17:00~19:00 受付時間 16:00~19:00	泌尿器科	/	/	○	/	/	○
	総合診療科	○	/	/	/	/	/
	内科	○	○	/	○	○	/
	内科・循環器内科	/	/	○	/	/	/
	外科・総合診療科	○	○	○	○	/	/
16:00~19:00	整形外科	/	/	○	○	○	/
	脳神経外科	○	/	○	○	○	/

医療法人
松藤会



入江病院

672-8092 姫路市飾磨区英賀春日町 2-25

TEL(079)239-3121(代) FAX(079)239-8975

ホームページ <http://www.irie.or.jp>