



危険! 魔性の女



当院糖尿病委員会では「糖尿病療養指導士(CDE J)」を中心に常に『魔性(〜ましよう)の女』にならない様、日々活動をしています。魔性の女とは「運動しましょう」「制限しましょう」「頑張りましょう」という指導方法です。これでは患者様は受け入れがたく長続きしません。まずは、患者様と向き合って「何をしたいか」「何が出来るか」「どう思っているか」を傾聴し、くこれからはどうしたいか」く希望は何か」く目標は何か」を共に考え、共感することでコミュニケーションが確立され、よい信頼関係が生まれ、指導がより有効的になると思われます。

『魔性の女』を常に意識して、指導に取り組みたいと思います。

(病棟看護師・糖尿病療養士 山本 優子)



売店開店2年目



受付の横の小さな売店ですが、開店して1年が経ちました。予想以上に多くの皆様にご利用いただき感謝しております。「急に必要な時に助かった」「外に行かなくてもいいので便利よ」等の声を聴き嬉しく思いました。

品揃など、まだまだ満足していただけるものではないと思いますが、注文依頼も承っています。必要な品等がありましたら受付スタッフに申し付けください。

お求めやすい価格にも心がけ努力いたしておりますのでご利用ください。



機Kメディカルサービス

ASANAGI 瓦版

お知らせ

4月1日より高岡市のガン検診が始まります!

※胃ガン検診は予約が必要となります

これから夏に向け、気温・湿度が上がってきます。熱中症や食中毒に気をつけましょう!

調子が悪いと感じたら、早目の受診を...



ロコモに対する覚悟



医師 黒田 有彦

高齢者の要介護となる原因は、脳血管疾患が最も多いのですが、骨折や転倒、さらに関節疾患による運動器疾患を合わせるとそれをも上回ります。

ロコモティブシンドロームという言葉があります。これは運動障害によって移動機能が低下した状態。すなわち立つ・歩く機能が低下した状態であり、要支援・要介護となるリスクが高くなります。

ロコモの原因となる運動器障害になる疾患に、骨粗鬆症や変形性膝関節症があります。誰もが聞き慣れた疾患であり、いずれも高齢者に多く、慢性に進行し、経過が長い特徴があります。運動障害は50歳以降の高齢化社会で顕在化しやすく、いかに運動器を長持ちさせ、生涯にわたり立ち、歩き続けるための対策をする必要があります。運動器は使い方が大切であり、定期的に正しい方法で運動することによって機能低下を予防できるとしています。

ところで、現在上映中のエヴェレストという映画を観たでしょうか。山に登るためにクライマー羽生の信条に、『手足を使い爪も使い這ってでも進め。それでもダメなら目で凝視しろ。それでもダメなら心で念じろ。』というくだりがありました。生きるための執念を感じます。

今現在も平均寿命は延びていますが、生きているだけでなく健康寿命も延ばすように強い執念をもって頑張ってください。

作り方

- ① 鯖はAをふり、10分ほどおく
② 菜の花は、さっとゆでてみじん切りにする
③ 茹で卵を粗みじんにしてBを混ぜる(タルタルソース)
④ 魚の水気を拭き取り、アルミホイルを敷き7~8分焼く
⑤ ④に火が通ったら、③のをせて軽く焼き色がつく程度まで焼く
⑥ 付け合せと一緒に盛り付ける

ポイント

- ♥ お好みに合わせて粒マスタードを加えても美味しいです
♥ 他の魚や鶏肉でも同様にできます
♥ 菜種衣の菜の花は、法蓮草・葱・グリーンピース等、アレンジできます
♥ 茹で卵の代わりにスクランブルエッグでも作れます。



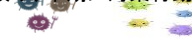
今年のインフルエンザ



インフルエンザの流行は定点患者数が30人/週を超えると警報レベルとなる。今年、県内では1月に大流行せず、警報発生は2月に入ってからとなった。ほとんどの流行場所は小学校で、ウイルス分離状況は、A型(AH1Pdm09)とB型(山形系統)が同程度の流行となった。例年の大流行時はAH1pdm09が多い(2009年以降)が、今年は流行当初からB型も多く発生した。

当院では昨年の院内流行を受け、今年は、家族にインフルエンザが発生した場合に抗ウイルス薬を予防投与することを決めた。それが功を奏し水平感染による職員のインフルエンザ罹患は激減し、出勤停止による業務の停滞なども起きず、感染対策委員会の英断といえる。

数年間の流行状況を見るとやはり2009年は特徴的で、例年の流行開始が第50週あたりから比し、40週頃より流行が始まっている。これは現在流行しているA型インフルエンザの大半で、AH1pdm09である。それまでのA香港型、Aソ連型にとってかわった。今後も新たなインフルエンザの発生や院内感染の防止に向け、目を開け、耳を傾け、早期に対策行動をとりたいたいものだ。



(感染対策委員会 山口 秀樹)

当院の記事が掲載されました

月刊新医療3月号に「電子カルテと透析通信システムの連携による看護業務の利点を考察する」という題で、当院黒田美子先生の論文が掲載されました。

当院が先がけて行っている電子カルテと透析データを扱う機器との情報共有についてメリット等、簡単に書かれています。興味のある方はぜひスタッフにお問い合わせ下さい。



(編集部)



医事課よりお知らせ

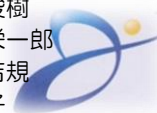
4月より診療報酬改定に伴い、窓口での一部負担金に変更になります。

また当院では、4月1日~12月26日まで市のガン検診(肺・大腸・胃)を受付けております。

ご不明な点がございましたら、受付までお問い合わせ下さい。(医事課 木町 裕子)

新任紹介

医師 藤井 俊樹
薬剤師 穴田 栄一郎
放射線技師 大石 吉規
臨床検査技師 林 浩子



サワラ

鯖の菜種焼き

〜卵を菜の花に見立てた春らしい料理です〜

産卵後の夏場を除き、ほぼ年中美味しい魚です。桜の花盛りの頃に獲れるサワラを和歌山では「桜鯖」と呼び、サワラを春の使者ともいいます。春鯖は関西で、寒鯖は関東で好まれています。俳句では春が季語です。



(一人分 エネルギー: 232kcal 塩分: 0.9g)

Table with 3 columns: 材料, サワラ, 鯖, 濃口醤油, 酒, 茹で卵, マヨネーズ, 塩・コショウ, 菜の花, (付け合せ) プチトマト, パセリ. Includes quantities and labels A and B.