

Vol.74

金光病院だより

かわらばん

冬号

発行年月日/
平成26年1月20日発行人/院長 難波 義夫
編集/金光病院広報委員会〒719-0104 岡山県浅口市金光町占見新田740 e-mail konkou-hos@mx1.tiki.ne.jp
TEL(0865)42-3211(代)・FAX(0865)42-5801 U R L http://konkouhp.jp/

目次

年頭所感	1
高血圧ついて	2
インフルエンザにかかったら!?・看護フェアのお知らせ	3
部署紹介・健康教室のご案内・お知らせ	4

年頭所感

理事長・院長 難波 義夫

新年あけましておめでとうございます。

安倍内閣が一年経過いたしました。「アベノミクス」の旗印のもと、株価は上昇、円安に振れ景気は一見立ち直り傾向に見えるようですが、医療・介護をはじめとする社会保障はどうでしょうか？未曾有の超高齢化社会、少子化への対策は大丈夫なのでしょうか？経済再生を最優先させる安倍内閣に、超高齢化、少子化に対応する施策は見え、財政再建のための社会保障給付を抑制する話ばかりが聞こえてきます。



ある講演では、今の医療界は現場でなく、周辺の取り巻き産業にお金流れ、診療所・病院・介護施設にはお金が残らないとも言われています。

このような時こそ、医療の現場（診療所・病院・介護施設等）は国民を巻き込んで医療・介護システムの構築の議論をしようではありませんか。

さて当院は 外来を行っている建物が古くなり、耐震対策も必要で、建て替えを検討しております。2～3年後には新しい建物で外来ができるように頑張っていきたいと思っております。同じところにとどまらず苦しいけれど前へ前へと進まなければ、成長なく、萎んでしまうので頑張って存在価値のある病院を続けたいと思います。

今年もよろしくお願いたします。



高血圧について

内科 道上 智子

血圧とは血液が血管の中を通るとき、血管にかかる圧力のことです。

心臓は、ポンプのように血液を血管へと押し出しています。心臓が収縮して血液を押し出した瞬間に、血管にかかる圧力を収縮期血圧（最高血圧）、収縮した後に心臓がひろがる（拡張する）ときには血管にかかる圧力を拡張期血圧（最低血圧）としています。収縮期血圧140mmHg以上と拡張期血圧90mmHg以上のどちらが高くても、高血圧といえます。



高血圧の自覚症状

高血圧の自覚症状はほとんどなく、人によっては、肩こり・頭痛・めまい・のぼせ感・ふらつきなどがあります。

高血圧を調べるには？

高血圧を調べるには血圧を測れば良いだけです。出来れば朝晩2回の計測をお勧めします。高血圧症が続くようでしたら病院の内科を受診して下さい。

高血圧症を放置すると、血管が硬くなる動脈硬化や、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞）や脳卒中などを起こすおそれがあります。ですから、症状のあるなしに関わらず高血圧を放置することは重大な病気を引き起こす危険があります。

高血圧の予防

高血圧の予防としては、食事は塩分を控え、肥満や過度なストレスは避けるようにします。軽い運動もお勧めです。

診察を受けて降圧剤が処方されても、薬が十分に効かず高血圧が続いたり、逆に効きすぎて低血圧症状がでることもあります。また、薬の副作用で体調不良になることだってあるかもしれません。降圧剤が開始あるいは変更になって体調に変化があれば必ず次回受診時に教えてください。また、薬が効いているかどうかの判断も家庭血圧でみますので、ぜひ記録して外来に持参してください。

インフルエンザにかかったら!?

薬局 薬剤師 勝田 秀樹

空気が乾燥しインフルエンザウイルスが猛威を振るう季節がやってきました。インフルエンザにかからない為に、ワクチン、マスク、手洗い、うがい、人ごみを避けるなどの対策をしていますか？

しかし、万全を期しても体調不良などが原因でかかってしまうことはあります。そのような場合、**48時間以内に**インフルエンザに対する治療薬を服用することで、効果に個人差がありますが**重症化**や、**他人への感染**を防ぐことができます。現在主に使われている抗インフルエンザ薬を表に示します。

商品名	剤形	用法			
タミフル	カプセル	1日2回 内服	1回1カプセル		5日間
タミフル	ドライシロップ	1日2回 内服	1回1包		5日間
リレンザ	吸入	1日2回 吸入	1回2ブリスター		5日間
イナビル	吸入	1日1回 吸入	1回2容器 (小児は1容器)		1日間

🌸 看 護 フ ェ ア の お 知 ら せ 🌸

日時：平成26年3月15日(土) 13時~16時30分

場所：金光病院 4階 多目的ホール

内容：骨盤底筋体操 (尿失禁予防)
椅子に座ってできるヨガ
手のアロマオイルマッサージ
AED(除細動器)の使い方講習
検査 (骨塩定量、動脈硬化)
バザー 等



今年も盛り沢山だよ。みんなでお越しください。
詳細は院内掲示、ホームページで見てね。(2月末頃)

部署紹介

～診療部～

当院の診療部ですが常勤医は9人です。内科4人、外科3人、泌尿器科1人、皮膚科1人、その他非常勤医と一緒に月～土曜日までの診療を行っています。医師の他にも医療秘書2人が補助を行っています。活動として毎朝8時から全員でカンファレンスを行い、前日に撮影したレントゲン等の画像チェックをして、今後の治療方針の検討を行っています。毎週月曜日には会議をして時間外患者様や受け入れ出来なかった患者様の報告や改善点の検討を行い、入院患者様の報告を行っています。

(副院長 外科 前田 徹也)



健康教室のご案内

当院では皆様の健康にお役に立てて頂ければと毎月様々なテーマで講演を行っています。詳細は、正面玄関など院内掲示もありますので、皆様お誘い合わせの上お越しください。

場所 金光病院 4階 多目的ホール

時間 14:00～15:00

1月17日 「前立腺肥大症について」…………… 泌尿器科部長 牧 佳男

2月 「転倒予防について」…………… リハビリテーション室 奥野 祥應

3月 「未定」…………… 栄養科 羽原 美佐子

お知らせ

平成 26年 1月より、午前の受付時間が 11時 30分から 11時 45分へ変更になりました。
(眼科は除く)

金光病院の理念

地域の人々の「健康」と「命」を大切にします

金光病院の基本方針

1. 急性期、亜急性期、慢性期医療および救急医療を提供します。
2. 高齢者、認知症患者様をはじめ、すべての患者様の人権と意思を尊重し、患者様中心の医療を行います。
3. すべての患者様に対し、謙虚な心、礼節を忘れず、責任を持って最善の努力をします。
4. 研修・研鑽に励み、質の高い医療およびケアを提供します。
5. 地域の中核病院として、周辺医療機関、施設との連携を推進します。



日本医療機能評価機構
医療機能認定病院



編集後記

新しい年が始まりました！
目標に夢に意気込む1月。最幸のスタートを切りましょう！！