

ささ舟

— SASABUNE —

2016年 4月号

Vol. 15

ご自由にお持ち帰りください
Feel free to take



写真提供：医事課 設楽

CONTENTS

- 【医師インタビュー】 救急科部長 古川 達也
- 【Topics】 地域包括ケア病床について
- 【委員会紹介】 防災災害対策委員会
平成27年度日本DMAT関東ブロック訓練に参加して
- 【入院中のお食事】 セレクトメニュー
- 【佐々とレシピ】 ウドのゴママヨ和え
- 【おくすりマメ知識】 錠剤の種類について
- 【地域の先生方のご紹介】 中沢耳鼻咽喉科
- 【病院からのお知らせ】 市民公開講座
Webサイトリニューアルについて





医師インタビュー

救急科部長 古川 達也



佐々総合病院は、地域の二次救急病院として24時間365日救急医療を担っています。そこで、緊急の診療要請に迅速に対応するため平成28年1月から救急科を設置しました。

救急科では、歩いて来られる方、救急車で搬送される方、受診後、帰宅される方、入院される方などさまざまな患者様が来院されます。まず担当医により診察が行われ、専門的治療が必要と判断された場合には、治療科の医師に連絡が取れる体制になっています。今まで以上に救急隊からの搬送や他院からの紹介患者様を積極的に受け入れるよう努めています。

今回は、このような新体制を支えている消化器外科22年の経験をお持ちの救急科古川医師にインタビューをしました。

Q1 医師になろうと思われたきっかけと消化器外科を専門にされた理由についてお聞かせください。

医師になろうと思ったきっかけは、身近に消化器外科医の叔父がいたので、その叔父の影響です。外科の中で消化器外科を選んだのは、その叔父の影響もありますが、大学卒業するとき、東京女子医大消化器病センターの当時主任教授であり、名医として名高い故羽生富士夫先生に憧れて、東京女子医大消化器病センターの外科を志しました。

Q2 救急科を選ばれた理由を教えてください。

今までの消化器外科医の経験を生かし、救急科で求められる幅広いスキルと瞬時の判断力など多岐にわたる総合医療全般を身につけたいと思い選びました。

Q3 救急科ではどのような診療を行っていますか？

救急科に来られる患者様は、脳外科、整形外科領域が多く、また感染症の患者様も来られます。当院では可能な限り、初期診療を救急科で行い、患者様の状態を見極めてから、適切な診療科への橋渡しを行っています。

Q4 当院に就任されて数か月が経ちますが、病院の雰囲気はいかがですか？

いい雰囲気だと思います。職員が毎朝すれ違うたびに挨拶をしてくれますし、患者様に対しても優しく丁寧に対応しているのを見ていると、私も見習わなければいけないと思っています。

Q5 地域の関わりについて教えてください。

地域との関わりについては、前の病院でも医療連携の会などに出席し開業医の先生方にご挨拶しておりましたので、当院でも機会があれば開業医の先生方と交流させていただければと思っています。

Q6 今後の救急科の取組みについてお聞かせください。

救急科では限られたマンパワーの中、救急搬送患者・重症患者に対応し、地域の救急病院として役割を果たしていこうと思います。



～救急科スタッフよりひとこと～

古川医師はとてもまじめで一生懸命な医師で、その働く姿に私達も一緒に頑張ろうという姿勢になります。救急外来では救急要請が入ってからなるべく早く受入可能か否かを救急隊に返答をしなければなりません。古川医師が救急科に着任されてから現場にいて迅速に判断していただけるので格段に返答が早くなったと感じます。着任されてからのいい点はもっとたくさんありますがこれからも一緒に頑張っていき、よい救急外来にしていければと思っています。

看護師 主任 坂本 景子



Topics

「地域包括ケア病床」について.....

「地域包括ケア病床」とは、入院治療後、病状が安定した方に対して、リハビリや退院支援などを目的とした「在宅復帰支援の為の病床」です。戦後生まれのベビーブーム世代、いわゆる団塊の世代が75歳を越えるのが「2025年」であり、国民の4人に1人以上が75歳以上となるといわれています。佐々総合病院では医療の高度化や在院日数の短縮化を踏まえ急性期から継続して地域に向けた医療を提供していきたいと考えています。

当院では平成27年9月1日より「地域包括ケア病床」の運用を始めました。現在は21床を稼働しております。

「地域包括ケア病床」の対象になる方は①急性期治療後に延長して経過観察が必要な方、②在宅復帰に向けて更にリハビリが必要な方、③在宅での療養準備を要する方で最長60日まで延長して継続入院することができます。

この病床では在宅復帰をスムーズに行っていくために主治医、看護師、薬剤師、管理栄養士、リハビリスタッフ、退院調整看護師、MSW等が協力して、効率的かつ積極的に患者様のリハビリや在宅支援を行っていきます。



委員会紹介

防災災害対策委員会

【目的】

- ・ 患者様、職員とその家族の人命と安全の確保
- ・ 施設、設備、その他機器、物品の保全及び安全稼働
- ・ 業務の早期復旧と継続

【目標】

- ・ 病院内において、災害が原因による死者を出さない。
- ・ 災害後1日以内にライフライン及び代替案を稼働させる。
- ・ 災害後3日以内に業務再開の目途を付ける。



常に防災に対し細心の注意を払い、実施される自衛消防訓練には率先参加し、消防設備機器の取り扱い習得と、消火、誘導、避難等一連の活動を体得し、万が一災害が発生した場合に於いては患者の救命を第一とし、緊急状態に迅速且つ、適確に対応出来るよう日常勤務中での自覚と心構えが必要であり、その為の教育また勉強会を実施する位置付けが防災災害対策委員会です。

委員会は『目的』・『目標』を達成すべく、定期的にマニュアルの見直しを実施しております。

平成27年度 日本*DMAT関東ブロック訓練に参加して

平成28年1月30日、日本DMAT関東ブロック訓練に参加しました。関東全域のDMATや関係機関が参加する大規模な訓練であり、今回は多摩地域が主に被災したという設定で実施しました。内容としては、公立昭和病院が統括災害拠点病院・佐々総合病院がDMAT隊活動拠点病院として受け入れるといった訓練形式となっており、当院にDMAT本部を設置しましたが、本部機能に支障をきたすことが予測されたため、統括災害拠点病院へ本部支援DMAT隊と診療部門支援DMAT隊を2隊要請しました。その後同様に、傷病者搬送のために6隊DMAT隊を要請し、多数のDMAT隊員が院内に参集され臨場感のある訓練となりました。

今後は院内訓練も同時に連動させていくことで災害拠点病院の機能強化につながるのではないかと感じました。

※DMATとは
『災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた専門的な医療チーム』

入院中
の
お食事

セレクトメニュー

2月の上旬より、セレクト食を導入しました。入院中の患者様に少しでも食事を楽しんで頂けるように栄養科一同準備をして参りました。対象者は常食を召し上がっている患者様で、木金土の昼食の献立をAとBで選択できるようになっています。患者様の所へ伺うと、真剣に選んでいる様子がみられました。また、“食事が楽しみだわ”、“いつも美味しい食事をありがとう”などのお言葉を頂き、励みになります。これからも栄養科一同、頑張ってお参ります。



2月12日のセレクト食



A：五目炒飯と餃子



B：煮込みハンバーグ

2月13日のセレクト食



A：スパゲティ



B：チキンピカタ



ウドの
ゴママヨ和え

今月はウドについて紹介します。特有の香りとはのかな苦味、そしてシャキッとした歯触りが持ち味の野菜です。3月から5月にかけてが旬です。

ウドの栄養

- 食物繊維：腸内環境を整えコレステロールを下げる働きがあります。癌、糖尿病、動脈硬化の予防に効果が期待できる栄養素です。
- カリウム：体内の余分なナトリウムを排出し、血圧の上昇を抑える働きがあるとされるカリウムが比較的多く含まれています。高血圧予防、心筋梗塞予防、脳梗塞予防、動脈硬化予防など効能が期待されます。
- アスパラギン酸：代謝を高めて疲労回復に効果があるとされています。
- クロロゲン酸：苦味（アク）はポリフェノールの一種で、抗酸化作用が期待されます。



ウドの食べ方

酢の物、サラダ、和え物、煮物、天ぷらなど、ウドは生のまま食べられますが、アクがあるので皮を厚めにむいて酢水につけます（酢は変色防止のため）。先ほど紹介した栄養素、カリウム、アスパラギン酸、クロロゲン酸は水に溶ける性質があり健康効果に期待するのであればアク抜きはさっさと。皮をむいたウドは短冊切りや笹がきなどにして酢味噌で和え物などに。皮はきんぴら、葉先は天ぷらにすると、また違った味わいを楽しめます。

栄養科おすすめ!

お子様や香りが苦手という方への入門編ウド料理

ウドのゴママヨ和えの作り方

作り方

材料 (2人前)

- 山ウド 1/2本
- マヨネーズ 大さじ 1/2~1
- すり胡麻 (白) 小さじ 1
- 醤油 小さじ 1

- ①ウドの白い部分の皮をむき、短冊に切って酢水にさらす。
(葉先は塩ゆでして使用しても可)
*水500ccに酢大さじ1を混ぜた酢水に1~2分浸け、ザルで酢水を切る。
- ②ボールなどにマヨネーズとすり胡麻、醤油を混ぜておく。
- ③②によく水気を切ったウドを加え和える。
- ④器に盛り付け完成。

おくすり マメ知識

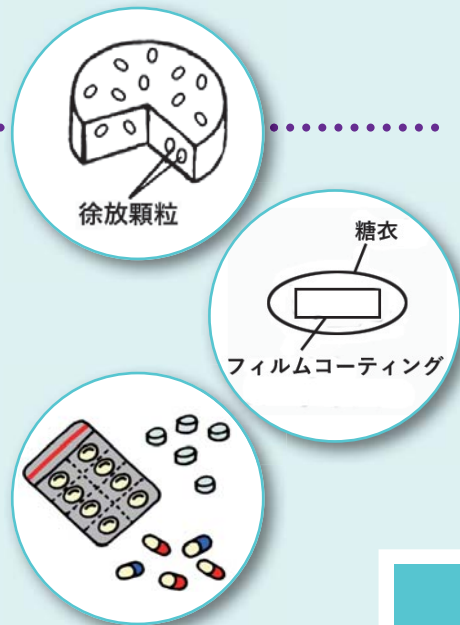
錠剤の種類について

お薬の剤形は効果を最大限発揮させるためにさまざまな種類があります。今回は内服薬の錠剤についてご紹介します。

錠剤は主薬に賦形剤（かさを増す）・崩壊剤（溶けやすくする）等を加えて圧縮して飲みやすい形に加工したものです。

裸錠といった錠剤の形にしたままのもの以外に、味・匂い・刺激をマスクした糖衣錠・フィルムコーティング錠、胃で溶けず腸で溶ける設計をした腸溶錠、長時間の効きを目的とした徐放錠、水なしで服用できる口腔内崩壊錠（OD錠）、舌の下に入れ急速な効果を目的とした舌下錠、かみ砕いて服用するチュアブル錠があります。

体内での溶けやすさ、薬の効果時間などをそれぞれ設計してあるので、錠剤を割ったり、噛んだりして服用するとお薬の効果が十分発揮できなくなったり、効果が極端にでてしまうことがあります。お薬が飲みにくい場合にはより飲みやすい剤形に変更することもできますので医師・薬剤師にご相談ください。



地域の先生方のご紹介

佐々総合病院が
お世話になっている先生方をご紹介します。



中沢耳鼻咽喉科

一般的な耳・鼻・のど・気管などの診療をはじめ、『喘息』や、その他のアレルギー疾患についても積極的に取り組んでおります。

現代病である『めまい』は、耳鼻咽喉科の専門分野のひとつです。正確な診断のもとに適切な治療をする為には、初めてのめまい発作からの詳細な経過を充分にお聞きし、さらに精密な検査を施行することが必要です。同様に『耳鳴り・難聴』も原因はさまざまです。やはり詳細な経過をお聞きし、精密な検査を施行し、その方に適した治療を

行っております。

『補聴器』については、月2～3回専門の先生に来ていただき一人に対し十分な時間を掛けて、相談に乗っていただき補聴器を選び、調節や指導をしていただいております。

めまいを始め、病気は身体全体の状態を把握する事が大切です。これからもホームドクター的な存在として、取り組んで行きたいと思っております。

<診療科目> 耳鼻咽喉科、アレルギー科

<診療時間>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	●	●	●	休	●	9:00 }	休
14:30~19:00	●	●	●	休	●	17:00	休

<休診日> 毎月1日、木曜日、日曜日、祝日

<住所> 西東京市谷戸町3-28-16 <電話> 042-421-3322



Webサイト リニューアルの お知らせ

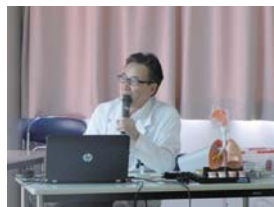
3月1日より病院のWebサイトを全面的にリニューアルしました。

皆様により快適にWebサイトをご利用いただけるよう、情報を整理し、見やすく、必要な情報をすぐに収集できるような構成を心がけて、リニューアルを行いました。より一層の内容充実に向けてまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。尚、『産婦人科サイト』『看護部サイト』は後ほどリニューアル予定です。

市民公開講座のご案内

当院は、地域のみなさまを対象に「市民公開講座」を開催しています。
講座は、参加費無料・お申込み不要でどなたでもご参加いただけます。医師や医療従事者が、病気や気になる症状、最新治療の情報などわかりやすく解説しますので、どうぞお気軽にお越しください。
※都合により講師・テーマが変更となる場合がございます。

月日	時間	テーマ	講師	会場
4月28日(木)	15:00~16:00	第27回 股関節の病気とその治療	名誉院長 整形外科 医師 渥美 敬	小金井 宮地楽器ホール
5月13日(金)	10:00~11:00	第28回 生活習慣病と動脈硬化について	循環器内科 医長 医師 増田 洋史	佐々総合病院 3号館4階 ホール
5月27日(金)	15:00~16:00	第29回 急な腹痛、黄疸、これって…? ～胆石症の診断から治療まで～	副院長 外科 部長 医師 鈴木 隆文	東久留米 成美教育文化会館
6月17日(金)	10:00~11:00	第30回 新しい大腸検査「CTC検査」とは? ～カメラより 苦痛じゃないよ CTC～	外科 医長 医師 竹内 俊介	佐々総合病院 3号館4階 ホール
7月13日(水)	15:00~16:00	第31回 「時々入院、ほぼ在宅」に向けて ～医療と介護をつなぐ地域包括ケア病床～	佐々訪問看護ステーション 課長 看護師 原島 愛美	佐々総合病院 3号館4階 ホール
7月30日(土)	15:00~16:00	第32回 本当に正しいですか?その運動(前編) ～リハビリのプロが教える健康的な身体づくり～	リハビリテーション科	佐々総合病院 3号館4階 ホール



病院のご案内

●標榜診療科目

内科・循環器内科・消化器内科・外科・消化器外科
脳神経外科・整形外科・泌尿器科・皮膚科・小児科
産婦人科・麻酔科・リハビリテーション科 (13科目)

●外来受付時間

AM 7:00~11:30 / PM 12:00~16:00
※受付時間は、曜日・診療科により異なります。
詳細は、総合受付で配布している外来診療担当医師表、
又はHPをご覧ください。

●面会時間

一般 13:00~20:00
産婦人科 14:00~16:00 17:00~19:00
新生児室 14:00~15:00 17:30~19:00
※必ず受付またはナースステーションにお声がけください。

院是	その時代、この地域のニーズにマッチした医療を追求し、質の高い医療、怒(おもいやり)のある医療を実践する。
患者様の権利と責任	<ul style="list-style-type: none"> ●公正な医療を受けることができます。 ●人格およびプライバシーが尊重されます。 ●医療の内容を知ることができます。 ●医師による説明を受け医療行為を選択することができます。 ●病院の提供するサービスに意見を述べるすることができます。 ●病院の規則を守り医療に参加し協力する責任があります。
私たちの病院目標	<ul style="list-style-type: none"> ●患者様に公正な医療を提供します。 ●医師による説明と患者様の選択に基づく医療を進めます。 ●患者様のプライバシーを尊重いたします。 ●診療情報を患者様自身にお伝えいたします。 ●より良い医療を実践するために研修、研鑽、向上に努めます。

●アクセス



<最寄り駅からアクセス> 西武新宿線田無駅北口→徒歩3分

<主要駅からのアクセス>

- 西武新宿線 高田馬場駅～田無駅→所要時間15分
- 西武バス ひばりヶ丘駅(西武池袋線)～田無駅→所要時間 15分
- 武蔵境駅(JR中央線)～田無駅→所要時間15分



医療法人社団 時正会
佐々総合病院

〒188-0011 東京都西東京市田無町4-24-15
042-461-1535 (代表)
042-461-3333 (産婦人科)
042-461-8383 (健診センター)

<http://www.sassa-hospital.com/>

編集・発行 / 広報委員会 発行日 / 平成28年4月1日