

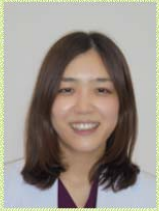
西山堂慶和病院

医師紹介

4月より着任した常勤医師をご紹介します

(つづら)

内科医 甘楽 麗香 医師



はじめまして。東京女子医科大学病院の糖尿病センターより赴任しました、甘楽麗香と申します。苗字が読みづらく申し訳ないのですが、つづらと読みます。出身は静岡県です。赴任から2か月経過し、茨城の

生活や仕事にも少しずつ慣れ、楽しさや充実感を感じる余裕もでて参りました。何より指導医の先生方、病院スタッフの方々、患者様も含め、皆さまが優しいことが、一番の励みになっています。

私はこれまで大学病院しか経験していないこともあり、この2か月間は常に自分の知識の狭さや、力不足を痛感しています。短い期間ではありますが、一般内科疾患についても研鑽を積み、内科医としても糖尿病内科医としても日々精進し、皆様のお役に立てればと思っております。一年間どうぞよろしくお願い致します。

内科医 矢澤 寛子 医師



獨協医科大学病院 心臓・血管内科より赴任しました、矢澤寛子です。西山堂慶和病院で働き始め早くも2ヶ月が経とうとしています。一般内科医として働き始めてからは、その疾患の幅広さに驚きと戸惑いの

日々を過ごしています。また、市中病院としての地域での役割やその現状に直面し、大学病院という守られた環境で過ごしてきた自身の未熟さがますます身に沁みる今日この頃です。スタッフ皆様にはその都度ご迷惑をかけてばかりですが、皆様の優しさに支えられ日々の業務をなんとかこなしております。短い間ですが、少しでも患者様、病院、および地域社会への貢献ができればと思います。1年間どうぞ宜しくお願い致します。

新規導入機器のご紹介 詳細な血糖データの入手・解析をより簡便に

当院では、糖尿病患者様の病態・病状をこれまで以上に理解し、適切な治療が可能になる「FreeStyleリブレPro(フラッシュグルコースモニタリングシステム)」を導入しました。この機器は、従来の持続血糖測定器(CGM)と異なり、センサーの正確性を維持するために行われていた指先穿刺によるキャリブレーション(基準値補正)が不要で、患者様は専用センサーを上腕後部に装着するだけで、他に特別な操作を行う必要はありません。ストレスなく簡単に使用できるものでありながら、グルコース値(血糖値)を正確かつ持続的に測定することができ、測定値は15分おきにセンサーで記録、最長14日分のグルコースプロフィールデータを保存することが可能です。糖尿病治療を行うなかで、血糖値が下がり過ぎる「低血糖」を起こしてしまう場合があります。「FreeStyleリブレPro」は、血糖推移の全体像を把握することができ、そして、夜間に起きているかもしれない低血糖や低血糖を自覚できない「無自覚低血糖症」を把握することができます。結果を分析することで、患者様ごとの最適な処方が可能になります。ご興味のある方は、お気軽に糖尿病外来までお問い合わせください。



栄養課より

暑い夏をのりきる簡単メニュー【つけだれ・豆乳ごま汁】

当院で開催している料理教室(せせらぎ会)で行った料理をご紹介します。夏バテで食欲が落ちてしまう事は皆様もご経験があると思います。そんな時はさっぱりしたものが食べたくなりますね。今回は、夏野菜の代表【きゅうり】を使ったお料理をご紹介します。



【材料】(一人前)

- きゅうり 25g(約1/4本)
- 人参 20g(約1/8本)
- 長ねぎ(白髪) 5g(約5cm)
- たれ 未調理豆乳50g・白ごますり1g・鶏だし0.5g・酢1.5g・醤油3.5g・塩0.2g・ラー油(適量)
- 麺(中華麺または冷麦など)適量

【作り方】

1. 麺はゆで、冷ましておく。
2. きゅうり、人参、長ねぎは千切りして水でさらし、水気をよく切る。
3. 分量の調味料を合わせて、つけ汁を作る。
4. 器につけ汁を盛り付け、2の野菜を加えて冷す。

西山堂病院

地域包括ケア病床のご案内

6月より「地域包括ケア病床」を新設

◆地域包括ケア病床とは？

●急性期(急な症状の発症で経過が短い)治療を経過し、病状の安定後、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援(リハビリの強化や在宅復帰支援の強化)を行う病床です。
(在宅に向けて医療管理等が必要であると医師が判断した場合も含まれます。)

◆どのくらい入院できるのか？

●地域包括ケア病床での入院期間は60日が限度です。

地域包括ケア病床に入院の際は、主治医・看護師・リハビリテーションスタッフ・退院支援担当者等による円滑な在宅復帰に向けてのサポートをさせていただきます。

◆医療費は？

●地域包括ケア病床では、一般病棟等と同様、国で定められた入院料を算定いたします。

後期高齢者保険の方は、医療費の上限が定められていますので、一般病棟の場合と負担額は変わりません。

◆入院の際の注意点

●地域包括ケア病床への入院は、リハビリや在宅復帰支援、在宅に向けての医療管理等を必要とされる方が対象となるため、リハビリのケアが中心となり、積極的な検査等はいりません。病状変化等により集中的な治療が必要と医師が判断した際は、一般病床へ移動となる場合があります。

看護の日の集い

地域の皆様とのふれあいを大切に

西山堂病院では毎年、看護週間に「看護の日の集い」を行っています。

地域の皆様とのふれあいを大切に、皆様の健康について考え、医療・看護・介護についての相談に応じ、また、情報を提供することにより地域の皆様に対する社会貢献を目的として、今年も「看護の日のイベント」の開催を企画しました。

5月14日(日)に24回目となる「看護の日のイベント」をカスミ常陸太田店様のご協力で、120名を超える地域の方々にお越しいただき、盛大に行うことができました。

「血圧・血糖測定」のほか、新たに専門職による「栄養指導」「介護相談」や「禁煙相談・ニコチン測定」「ちびっこ白衣体験」を企画しました。「ちびっこ白衣体験」では、3～10歳の子供たち20名が可愛らしく白衣に身を包んで記念撮影をしたり心肺蘇生法を体験したりと、未来の看護師たちの姿に私たちも笑顔になっていました。

西山堂病院では、今後も基本理念である「真心とサービス」を継承し、患者様・ご家族様の声に耳を傾け、安心・安全で信頼される医療・看護・介護の提供を心がけ、地域の皆様にも愛される病院を目指して参ります。



介護老人保健施設 はすみ敬愛

レクリエーション

憩いの時間

毎月第3水曜日に石川様より読み聞かせのボランティアを行なっていた
 だいております。

深みのある落ち着いた声音で癒しの時間になっています。
 本だけでなく、かみしばいなども読んでいただき、昔を懐かしんでいるご
 様子です。

人は人生で3回、絵本に出会うといいます。幼少の時、子育ての時、高
 齢になって、人生を振り返る時の3回です。

読み聞かせは心身のバランスを安定させる効果があります。

利用者様それぞれの思い出を懐かしんでいらっしゃるようです。



通所リハビリテーション

思い出を共に

4月5日～7日の3日間で春の外出行事を行ないました。

今回は“阿漕ヶ浦公園”へ行ってきました。桜のトンネルで有名な公園
 ですが、一週間早く残念ながらまだ五分咲きでした。

公園の中にはホッケー場があり一面緑のじゅうたんに驚いていらっ
 しゃったようでした。中にはしばらく眺めていらっしゃる利用者様もおり
 ました。

近くの村松山虚空蔵堂に昔十三参りで来た思い出話には満開の桜
 が咲いていて利用者様のお顔も笑顔で満開でした。



スタッフ紹介

皆さまこんにちは。

4月1日よりはすみ敬愛に異動になりました。作業療法士の寺沼功将と申しま
 す。

私は入社して9年間西山堂慶和病院に勤めておりました。医療から介護の分
 野になり私自身慣れない部分が多いですが、利用者様や地域の方々が笑顔
 で元気になれるようリハビリを提供していきたいと思っております。機能訓練
 だけではなく生活の中でやりがいや楽しみを一緒に見つけてより豊かな生活
 が送れるようにご支援出来ればと思います。まだまだ不慣れですがどうぞよろ
 しく願います。ゴルフが好きで夏は真っ黒になります。



2月1日から、当施設においてケアマネージャー業務に携わっています内桶透
 と申します。介護老人保健施設は医師、看護師、介護士、理学療法士、作業
 療法士、管理栄養士、支援相談員等様々な専門職がそれぞれの役割を果た
 すべく、ひとつのチームを組んでケアに当たって行きます。ケアマネージャー
 の位置付けとしては、簡単に言えば、舵取り役ということになるでしょう。

つまり目的に向かって、正しい方向に進んでいるのかどうかを常に把握してい
 る必要があるのです。間違った方向に行きそうになれば、軌道修正しながら
 正しい道を進めるようにして行くという大切な役目を担っているわけです。ひと
 りでも多くのご利用者様が目的を果たせるように、支援して行ければと思っ
 ています。どうぞよろしくお願いいたします。



栄養課

【行事食】

7月7日七夕(七夕ゼリー)

17日海の日(三色丼)

25日土用の丑(うなぎ)

熱中症の予防について

暑い日が続いていますね。そんな時に気を付けたいのが熱中症。

予防法として、こまめな水分補給と暑さを避ける事です。

草刈りなど屋外での作業は、朝夕の涼しい時間帯に行いましょう。



医療法人 西山会

ひたちの中央クリニック

糖友会活動報告

春の研修旅行に行ってきました。

6月4日日曜日、糖友会「せせらぎ会」の会員様と一緒に春の研修旅行に「あしかがフラワーパークと足利学校」へ行ってきました。

西山堂慶和病院・荷見澄子院長、**ひたちの中央クリニック**・尾内高子副院長をはじめ、看護師や栄養士も参加しました。

行きのバスの中では、会員様から糖尿病に関する疑問・質問を、専門医やスタッフがお答えする“一問一答”が行われ、糖尿病に関する理解を深めました。

最初に訪れたのは、あしかがフラワーパークです。今の時期は薔薇が満開でした。

当日は天候にも恵まれ、カメラで写真を撮る方もいれば、香りを楽しむ方など、皆さん気持ち良く散策されていました。

昼食は、料理屋にて御膳を頂き、次に訪れたのは、史跡足利学校です。ここは、日本最古の学校とされており、かやぶき屋根の校舎内は、とても気持ち静まる空間でした。



帰りのバスでは、皆様ゆっくりと休まれ、無事に西山堂病院に到着しました。参加して下さった会員様ありがとうございました。

会員様だけでなく、一般の方もご参加いただけますので、興味のある方は、次回の研修旅行に是非ご参加ください。お待ちしております。

※研修旅行の他、ウォークラリーや料理教室など年4回程度活動を行っています。参加ご希望の方、糖友会入会ご希望の方は当院スタッフまでお声かけください。

流行の季節です

夏風邪・皮膚炎に注意しましょう！

プール熱(咽頭結膜熱)



プールを介してアデノウイルスが目と口などの粘膜から侵入し、感染することが多いことからプール熱と呼ばれていますが、飛沫感染や接触感染もします。急な発熱、咽頭炎、結膜炎などの症状が出ます。

手足口病



症状としては、手、足、口に発疹、発熱といったものですが、発熱しても比較的高くはならないので見た目より元気な場合が多いです。また、大人が発症すると子どもより重症化します。

水いぼ

ウイルスによって感染する炎症で、小さなイボのようなものができます。感染力が強く、皮膚接触や同じタオルをしようするなど感染してしまいます。また、かゆみを伴うことが多いので、掻くことで広がってしまうことがあります。

とびひ

虫刺されやあせもなどで掻いてできた傷の患部に、ブドウ球菌などの細菌が入り増殖、化膿することでできます。掻いてしまうと他の部位に移って酷くなる可能性が高いので、症状が治まるまでは湯船やプールには入らないようにします。

上記は一例です。

個人によって症状にも違いがありますので、異常が見受けられた場合は早めに受診してください。