

医科大どおり

2013
春

医科大どおり

【春号】2013 季刊誌第19巻第1号 発行／金沢医科大学病院

編集／金沢医科大学病院ニュース編集委員会

病院運営の基本方針

1. 患者さま中心の病院運営を行います。
2. 安全で信頼される医療の提供に最善を尽くします。
3. 患者さま・ご家族への“説明と同意”を徹底します。
4. 高度先進医療、質の高いチーム医療を推進します。
5. 地域の中核医療機関として地域医療連携・支援を推進します。
6. 良医の育成と医療人の教育・研修を推進します。
7. 働き甲斐のある健全で活力ある病院づくりに努めます。

患者さまの権利

当院は、医療の中心は患者さまであると認識し、患者さまには次のような権利があることを宣言します。

- 人間としての尊厳や人権が尊重され、安全で良質な医療を公平に受けることができます。
- 病気や治療内容について、分かりやすい言葉で説明を受け、ご自分の希望や意見を述べるすることができます。
- ご自分の意思で治療方法や医療機関を選択することができます。
- 診療記録の開示を求めることができます。
- 他の医療機関に受診することを希望されるときは、必要な情報提供を受けることができます。
- プライバシーは尊重され、個人情報は厳重に保護されます。
- 臨床研究に関して十分な説明を受けたうえで、その研究に参加するかどうかご自分の意思で決定できます。また、いつでも参加を取り消すことができます。

患者さまへのお願い

当院は、大学病院としての社会的使命を果たすため、様々な医療を提供しています。患者さまには、次のことをご理解いただき適切な医療を行うため協力くださいようお願いいたします。

- 健康状態、その他必要なことを可能な限り正確にお話してください。
- 説明を受けてもよく理解できない場合は納得できるまでお聞ください。
- 治療を受ける場合は、医療スタッフの指示に基づき療養してください。
- 病院のルールを守り、他の患者さまの迷惑にならないよう配慮ください。
- 当院は教育・研修施設として医学生・看護学生等の臨床教育実習を行っておりますので、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

ばじゅまして



山下さま

- おとうさん 亮一さま
- おかあさん 里恵さま
- 赤ちゃん 平成25年2月26日生 菜望紗(りもざ)ちゃん 2,466g 女の子



アラフォーのパパとママの所へ、やっとやっと来てくれた赤ちゃん！妊娠初期から激しい嘔吐や倦怠感で水も飲めず、私の体重は8kg減。悪阻の激しさに「妊娠は嫌！」と泣く日もありましたが、赤ちゃんに会う日を目標に踏ん張りました。

出産は帝王切開だったので、不安もありましたが、先生や助産師さん達の優しいサポートのおかげで、無事出産できました。体も心も支えて頂き、本当に有難うございました！全ての命の存在に、感謝であふれています！

(赤ちゃんの名前は、出産の時期に咲く「ミモザ」が由来です。)

私の好きな風景



撮影：中谷 渉

池に落下した桜の花びらに、競って近寄ってくる鯉たちも、春を感じて心が浮かれていますのだから。花びらの方向に口を大きく開けて泳いでいる鯉にユーモアを感じる。



病院の理念

私たちは「生命への畏敬」を医療活動の原点として次のような病院を目指します

- 患者さま中心の安全で質の高い医療を提供します。
- 人間性豊かで有能な医療人を育成します。
- 新しい医療の研究・開発を推進します。
- 地域の医療機関と協力し地域の医療福祉の向上に貢献します。

老化防止のための歯のメンテナンスについて

いつまでも不自由なく何でも食べられることは、生命機能の維持だけでなく生きていく上での楽しみでもあります。歯があるからこそ噛むことができます。噛むという行為は普段何気なく行うことですが、口の中で食べ物を小さく砕いて唾液と混ぜ、食物をひとかたまりにし、飲み込みやすくするという機能があります。一方で噛めることは食べる以外にも脳の機能に影響を及ぼす可能性が示されています。老化と噛むことに関する実態調査において、高齢者の歯の減少が認知症の進行に関連している可能性が示されたり、実験的に歯を失ったラットにおいて学習記憶能力が低下することなどが報告されています。「よく噛める口腔環境」の維持が認知機能の老化防止に大きな役割を果たしていることがわかります。そこで「よく噛める口腔環境」を維持するためには、虫歯や歯周病、不正咬合(受け口や出っ歯)などの治療や予防が重要となってきます。これらの疾患は重症化する前に治療を受けることが大切です。そのためには毎日の歯磨きはもちろん、痛みが無くても3～6ヶ月に1回程度は定期的に歯科検診を受け、虫歯や歯周病、不正咬合などがないか調べたり、専門的な歯の清掃(歯石除去や歯面研磨など)を受け、口の中の疾患に対して早期に対応できる環境を作ることをお勧めします。



(記：歯科口腔科 蓮本 美穂)

自動支払機の利用方法について

窓口での精算方法以外に自動支払機やカードでのお支払いもできます。

◎ご利用時間

【現金での支払い】

平 日 8:30～16:00

土 曜 日 8:30～13:00

日曜・祝日 扱っていません

【クレジット・デビットカードでの支払い】

全 日 8:30～20:00

※一括払いのみ、分割は取り扱っていません

※暗証番号(4桁)が必要となります。

現金の他、クレジットカード、デビットカード、(キャッシュカード)でもお支払いができます。

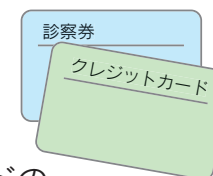
お取り扱いカード



自動支払機

◎次のような場合は自動支払機での精算はできません

- 診察券をお忘れの場合(但し、診療費請求書左端バーコードの読み取りで支払い可能)
- 時間外診療での預かり金がある場合
- 前回までの受診で返金などがある場合
- カードの限度額の上限を超えた場合
- クレジットにて精算する場合、クレジットカードの暗証番号がわからないと自動精算機は利用できません。



カード・お釣りの取り忘れに注意し、操作にご不明な点がございましたら会計窓口までお越しく下さい。

会計窓口

医療福祉相談のご案内

こんなことで困っていませんか？

在宅介護について
心配がある



医療費の支払いに
困っている



悩みや不安を誰に
話してよいかわからない



一緒に考えて行く事が できる相談内容の例

- 高額療養費制度について
- 身体障害者手帳について
- 介護保険制度について
- 転院先や施設の利用について
- 家族や職場の人間関係について

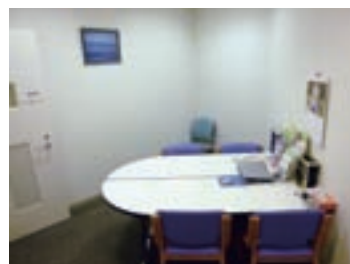
ソーシャルワーカーにご相談ください

病気や障害を抱えて生活されている患者さまやご家族には、さまざまな不安や悩みがあたりではないでしょうか。当院の新館1階には医療福祉相談室が設置されており、ソーシャルワーカーが生活上の問題の改善や解決に向けて患者さまやご家族と一緒に考えていくことができます。また、在宅療養支援専任看護師が、在宅でも医療や看護が必要となる患者さまやご家族の心配事に対し一緒に考えていくことができます。相談料は無料で、個人情報厳重に取り扱っています。個室も用意していますのでお気軽にご相談ください。



6名のソーシャルワーカーと2名の在宅療養支援専任看護師が相談をお受けしています。

※写真左上から高木、浦川、今村、濱
写真左下から黒川、齋藤、瀧本、神島



医療福祉相談窓口（病院新館1階）

◎受付時間

平日 8:45～16:00

土曜日 8:45～12:00

日曜・祝日、当院休診日はお休みです

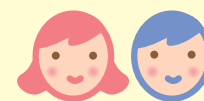
事前にご連絡いただけますとお待たせすることなくご案内できます。

TEL:076-286-3511(内線 6157～6159)、076-218-8219(直通)

お知らせ

患者さまの声をお聞かせください

当院では、院内に「ご意見箱」を設置し患者さまからご意見や感想をお寄せいただいております。また、入院患者さまや外来患者さまを対象とした満足度調査を実施しております。皆さまの声を今後の病院運営の参考にし、よりよい病院作りに努めます。



患者さまからのご意見

意見箱の用紙に書かれた意見等にどの様に対応しているのですか。他の医療機関にもこの様に病院に対する質問や、意見等の返答が掲示板に貼り出してあります。スーパーなども苦情や、要望等の返答が貼り出してあります。医科大ではどの様になっているのでしょうか。意見箱に投函しても、自分達に不都合な意見はもみ消されているのでしょうか。上の方に目を通していただけるのでしょうか。



病院より

投書頂きましたご意見はすべて目を通し、病院長まで報告しており、改善すべき事項については改善策を講じるよう努めております。

対策結果については、本館1階会計横の掲示板と当院ホームページ上でもお知らせしています。

URL:<http://www.kanazawa-med.ac.jp/~hospital/patient/>



平成26年度 採用情報

■職種／看護師、助産師

■募集人員／90名

■応募資格／平成26年3月 看護学校、大学等の卒業予定者及び既卒者

■採用試験、説明会／6月から11月の期間、毎月一回開催予定

■職種／薬剤師

■募集人員／10名

■応募資格／薬剤師免許取得者及び平成26年3月免許取得見込者

■採用試験／平成25年7月12日（金）・平成25年8月9日（金）

※詳しくは、金沢医科大学病院ホームページをご覧ください。

<http://www.kanazawa-med.ac.jp/~hospital/medical/staff/>

■問い合わせ先／金沢医科大学病院 病院職員課

TEL：076-286-3511（内線：5040～5044）

e-mail: syokuin@kanazawa-med.ac.jp

輝きたい！

学びたい！

看護したい！



食事と健康について

便秘と食事

食事と健康のシリーズの1回目は、多くの人が抱えている悩みのタネ「便秘」をテーマにお話しいたします。

便秘とは？

便秘とは、排便が1週間に3回未満で、腹痛や腹部膨満感、食欲不振などの症状が伴うものを言います。一般に便秘と呼ばれるのは慢性便秘のことで、「弛緩性便秘」と「痙攣性便秘」の2つに分類されます。日本人の便秘の多くは弛緩性便秘と言われています。

弛緩性便秘と痙攣性便秘

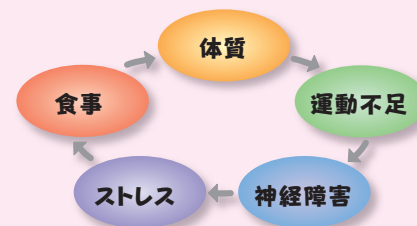
弛緩性便秘とは、大腸の筋肉の緊張や排便機能が低下して、起こります。一方、痙攣性便秘とは、大腸のある部分が痙攣を起こして収縮し、内容物の通過が障害されて起こります。

便秘の要因

■弛緩性便秘は、以下の要因が複雑に絡み合って起こります。

※食習慣の問題点には、食事時間の不規則や食事量の不足、食物繊維や水分の不足などが挙げられます。

■痙攣性便秘の要因は、ストレスや過労が考えられます。



便秘(弛緩性便秘)に対する食事対策

●1日3食、規則正しく食べましょう

食事量が少ないと便の量も減るので、1日3回きちんと食事をとることは大切です。特に、朝ご飯を食べる習慣こそ快便に繋がります。

●食物繊維の多い食品をたっぷり摂りましょう

食物繊維を積極的に摂ることで便の量が増えます。食物繊維を多く摂るためには、野菜料理を毎食、果物は1日1個程度摂りましょう。

<食物繊維の多い食品例>

野菜、海草、きのこ、こんにゃく、果物、芋、豆類など

●腸を刺激しやすい食品を摂りましょう

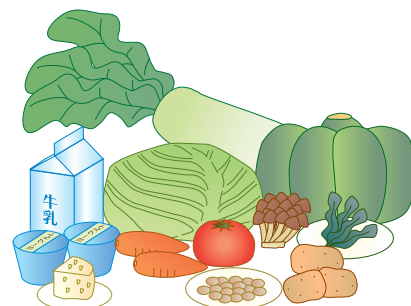
芋、かぼちゃ、豆など腸内で発酵し、ガスが発生しやすい食品や香辛料などを摂りましょう。

●乳酸菌を摂りましょう

ヨーグルトやチーズ、乳酸菌飲料などに含まれる乳酸菌には整腸作用があります。

●水分を充分摂りましょう

乳糖不耐症が無い場合、起床時、冷たい牛乳やコップ1杯の水を飲むことをお勧めします。



(記：栄養部 管理栄養士 木村 律子)

リハビリニュース



「転倒」について

厚生労働省の統計調査によると、転倒・転落による死者数は平成7年の5,911人から平成20年の7,170人に増加しています(図1)。

また、東京消防庁管内において高齢者(65歳以上)は5年間に約22万人が救急搬送されていますが、そのうちの約8割173,390人は転倒によるもので、転落27,642人によるものと合わせると5年間で20万人以上の方が転倒・転落で救急搬送されています(図2)。

当院のリハビリで担当する整形外科の疾患においても、転倒による骨折は非常に多いです。骨折の種類としては上腕骨(肩や二の腕)の骨折や橈骨・尺骨(前腕や手首)の骨折、脊椎の圧迫骨折、大腿骨(太ももの骨)の骨折など、身体のあらゆる骨の骨折を呈します。

転倒の主な原因としては、

- ① 身体機能の低下(筋力、柔軟性、心肺機能、注意力など)
 - ② バランス能力低下
 - ③ 環境(段差、コンセント、座布団、スリッパ着用など)
 - ④ 薬の副作用
 - ⑤ 視覚・聴覚機能の低下
- などが挙げられます。

転倒を予防するには筋力やバランス能力を鍛えたり、身の回りの環境を整えたり、履物を動きやすいもの(かかとがしっかりとした、滑りにくい靴など)にしたりするといったことが重要になってきます。

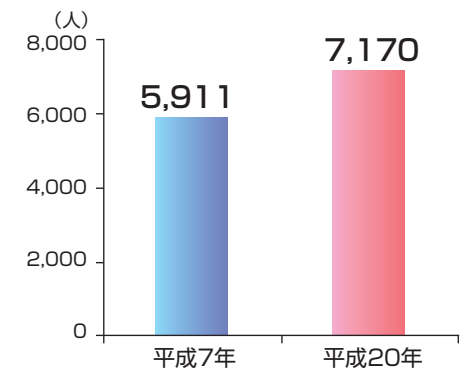


図1: 転倒・転落による死亡者数 (一部改変)

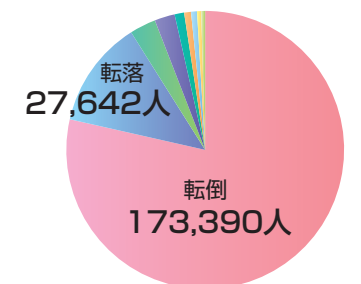


図2: 事故種別と救急搬送人数 (一部改変)

ご存じですか?「転倒予防靴下」

コーポレーションパルスター(株)と広島大学大学院が共同開発した“転倒予防靴下”。靴下の部位によって伸縮性の異なる素材を使用し、つま先があがるようにすることで歩行中のつまずきを軽減し、転倒予防を図る。

<期待される効果>

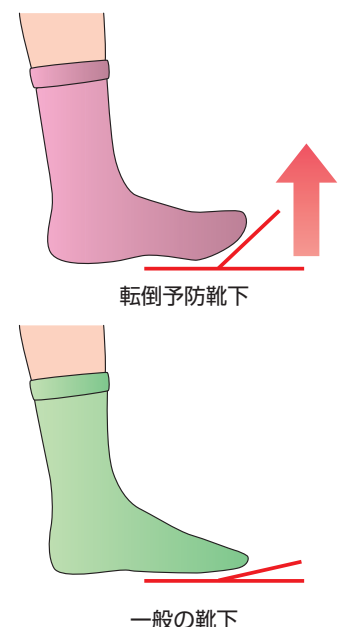
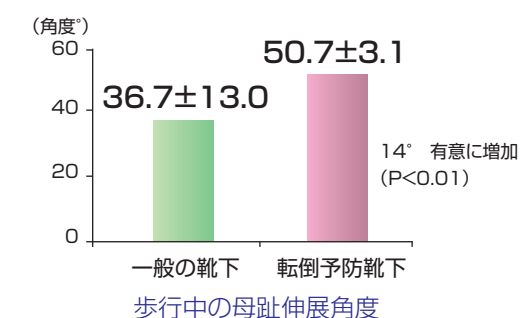
- すり足解消で転倒対策
- ひざ痛・腰痛予防対策
- 歩きやすい
- 足腰の筋力強化

■購入は…

(株) リリーネット

TEL:0120-20-3396

URL:<http://kutsushita.co.jp/>



(記：医療技術部 リハビリチーム 理学療法士 川原 正好)