

# 医科大どおり



医科大どおり

【巻頭】2013 季刊誌第19巻第2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



のと里山海道から見た金沢医科大学病院

## 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。

## 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場合は、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ご協力くださいます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きください。
- 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ご配慮ください。
- 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。

## はじめまして



### 北さま

- おとうさん 祐介さま
- おかあさん 幸永さま
- 赤ちゃん 煌己(こうき)くん 平成25年5月27日生 3,414g 男の子



私は出産後に弛緩出血を起こし、大量に出血しました。気が付いた時には、すでにたくさんのスタッフに囲まれ、とにかく何が何だかわからない状況でした。たった今、元気な産声を聞き、嬉しさと安堵感でいっぱいだったのに、状況は一転していました。名前を呼ばれても返事をすることがやっとで、緊迫した状況の中「死にたくない」と強く思ったのも鮮明に覚えています。懸命な処置のおかげで一命をとりとめ、もう一度この手で我が子を抱くことが出来ました。医療スタッフの皆さまありがとうございました。また、職場の皆さま、お休みをいただき、ありがとうございました。これから楽しみながら子育てしていきます。

## 私の好きな風景

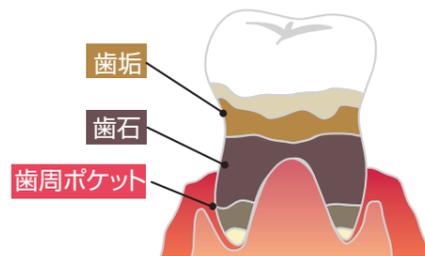


撮影：出版メディア業務課 中谷 渉

夏の季節、残照で空が真赤になり、釣り船のライトが確認出来る程暗くなってきても、防波堤に多くの熱心な太公望を見かける。最近釣りに興味をもちはじめた私には、何が釣れているのか気になる。

# 歯周病 (全身疾患の関係)

口の中には1億以上もの細菌がいます。歯周病が進むと歯と歯肉の間の歯周ポケットから細菌や毒素が血管内に侵入し、血液の流れによって全身にまわり、様々な臓器や器官に侵入するのです。口の健康を守ることは、全身の健康を守ることに繋がります。



**肺炎**  
歯周病菌が肺に侵入し肺炎になることがあります

**心疾患**  
歯周病菌による炎症から血栓ができやすくなります

**糖尿病**  
歯周病が糖尿病を引き起こすだけでなく、血糖コントロールが難しくなります

喫煙、不規則な生活、歯ぎしり、骨粗しょう症なども、歯周病を悪化させます

## ◎歯周病予防のポイント◎

point 1

歯周病の原因になる歯垢はうがいだけではとりのぞくことはできません。毎食後歯ブラシを使って丁寧に磨きましょう。必要に応じて、歯間ブラシや糸ようじなども使います。



point 2

歯科医院で歯周病の検査を受け、歯石を取ってもらいましょう。個人にあった歯磨き方法について歯科衛生士から指導を受けることも重要です。



point 3

口の健康を維持する一番の早道は、定期検診です。かかりつけ歯科医院を決めて、半年から1年に一回は定期的に口の中をチェックしてもらいましょう。



(記：医療技術部 口腔衛生チーム 歯科衛生士 東川 久代)

# 病院本館1階 会計窓口の業務について

病院の10番・12番は会計窓口、15番・16番は支払窓口となっております。でも、私たちの業務はそれだけではありません。

病院本館1階受付・会計カウンターの奥では・・・

## 主な業務

- 各種公費制度に関する申請及び請求
- 時間外会計処理(救急外来受診分)
- 県・市町村、保健所等の委託健診
- 交通事故・労災の請求
- 生活保護・自立支援の申請及び請求
- 支払相談
- 振込入金 などなど



## ところで公費って何？

■公費とは、国や地方が医療費の補助をしてくれる制度です。無料になるものもあれば、1部を負担してくれるものもあります。  
■公費には、全国的な規模のものと、都道府県や市町村単位の地域的な公費(地方公費)とさまざまな公費があります。  
また、健康保険の自己負担分に対して公費が適用されるものもあるなど、とても複雑なものとなっています。

## 全国公費・地域的な公費には以下のようなものがあります

- 結核 ●乳児医療 ●生活保護 ●障害者医療
- 原爆 ●精神通院医療 ●特定疾患 ●小児慢性特定疾患

他にもいろいろな制度がありますので気軽にお声掛けください。



私達、医療業務に携る者として患者さまが安心して気持ちよく診察を受けていただけるよう一人ひとり頑張っています。

# がん相談支援センターのご案内

がん相談支援センターは、がんに関する不安や悩みを相談するために設置されています。がんの治療に関することや、療養生活を送る上で患者さまが感じている内容を専門のソーシャルワーカーが聴き、患者さまと共に考え、患者さま自身が決めていけるよう支援を行っています。その際に必要な医療に関する情報をインターネットを利用して提供したり、がんの書籍などの提供もしています。当センターは、患者さまやそのご家族、当院に受診していない方でもご利用できます。

## 相談内容例

- 手術や抗がん剤の治療には、どれくらいの医療費がかかりますか？
- 生活費が心配です。
- もっと詳しく先生に病状を聞きたいのですが、どうすればよいかわかりません。
- セカンドオピニオンについて知りたいです。
- 介護保険サービスを利用するには、どうしたらよいですか？
- 自宅から近い病院に転院したいのですが、どうすればよいですか？
- 患者会のことを聞きたいです。

誰にも相談できなくて困っている方、こんなことを聞いてもいいのか？と考えている場合でもお話を聴きます。お聴きした内容は患者さまの了解なく外部に漏れることはありません。

がん相談支援センター前と新館1階図書コーナーには、がんに関する書籍や冊子があり、情報を得られるようになっていきます。書籍は貸出可能で、冊子は無料でお持ちいただけます。



当院では毎月、患者サロン「やわらぎ」を開催しています。関心のある方はお問い合わせ下さい。

窓口の連絡先: 医療福祉相談窓口(病院新館1階)

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

TEL:076-286-3511(代)、076-218-8217(直通)

# お知らせ

## 医療機関の皆さまへ 胸痛ホットライン開設のお知らせ



心臓血管センターでは、医療機関向けの「胸痛ホットライン」を開設しました。緊急治療を要する急性心筋梗塞、不安定狭心症、大動脈解離などの心疾患及び動脈疾患のサインである「胸痛」を訴える患者さまに対して迅速な対応をいたします。また、検査の結果、他の原因から生じた胸痛と判明した場合、速やかに該当診療科への手配をいたします。

365日 24時間対応 循環器内科医または心血管カテーテル治療科医が直接対応いたします。

### 医療機関向け「胸痛ホットライン」

平日 9:00 ~ 17:00	TEL:076-218-8163
土曜 9:00 ~ 12:00	
夜間及び休日	TEL:076-286-3511(代)・内線 8600



※患者さまに対する直接の相談体制は、まだ行っていません。お近くの医療機関に、まずはご相談ください。

ホットラインをご利用後、紹介状等を下記連絡先へ送信(FAX)いただければ幸いです。

地域医療連携事務課 ■TEL:076-218-8219 ■FAX:0120-076-286

## 平成26年度 病院職員募集要項

- 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月免許取得見込み者
- 採用試験 / 随時開催

### 「私たち金沢医科大学病院薬剤部の一員として一緒に働きませんか？」

金沢医科大学病院薬剤部では、よりよい医療を患者さまへ提供するために、全病棟への薬剤師の配置を始め、病棟業務の充実に向け薬剤師の募集を行っております。

病棟業務を通して得られた経験と知識は学会発表などへ発展し、専門薬剤師や認定薬剤師の資格取得に結びついています。

※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/~yakuzai/>

■ 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



## 夏バテ予防と食事

食事と健康のシリーズ 2 回目はこの時期に起こりやすくなる「夏バテ」予防の食事をテーマにお話いたします。

### 夏バテとは？

暑さに対し、体温調節がうまくできないためにおこる全身の夏季独特の諸症状の総称です。

### 夏バテの主な症状は

食欲がない、だるい、疲れやすい、不眠、思考力の低下、水分過剰による下痢などです。

### 夏バテの原因

- 暑さの急激な変化に体がついていかず、胃腸の動きが弱まり、食欲も低下します。
- 大量の汗をかくことで水分と共にビタミンやミネラルが排出されます。特にビタミンB1などが不足すると体の倦怠感の原因となります。

## 食べて元気に夏バテ予防

### ①食事は量より質を考えて

少なめでも1日3食、主食・主菜・副菜をバランスよく。そうめん、ざるそばなどの麺類だけで済ませず、肉、魚、たまご、大豆製品などと野菜のおかずを組み合わせましょう。

### ②ビタミンB1（豚肉、うなぎ、大豆など）はエネルギー代謝や疲労回復の効果があります。

ビタミンB1を効率よく体に吸収するためには、にんにくや、にらに含まれるアリシンという成分が効果的です。

### ③ビタミンC（野菜や果物）は暑さやストレスに対する抵抗力を高めます。

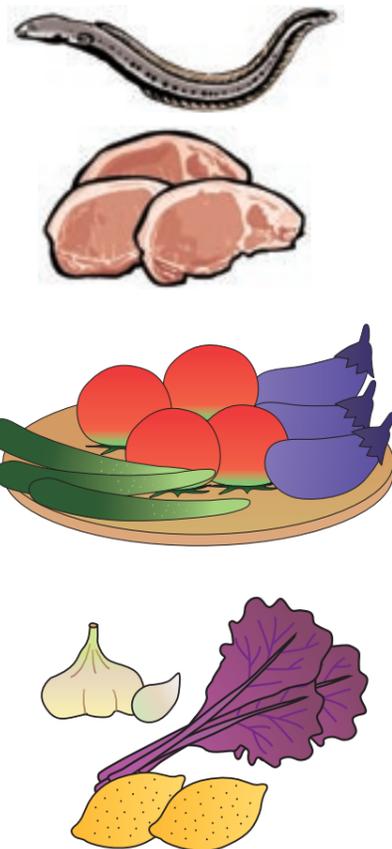
トマト、きゅうり、なすなどの夏野菜は体を冷やす働きもあります。

### ④香辛料を上手に使いましょう。

しょうが、わさび、こしょう、とうがらし、カレー粉などの香辛料、しそ、ねぎ、みょうがなどの香味野菜は食欲増進作用があります。

### ⑤クエン酸が疲労回復に効果的

レモン、酢、梅干しなどに含まれるクエン酸は疲労の原因となる乳酸を分解する働きがあるのでとり入れましょう。



(記：栄養部 管理栄養士 笹川 美千代)

## 「歩行と靴」について

### ■歩く健康づくり

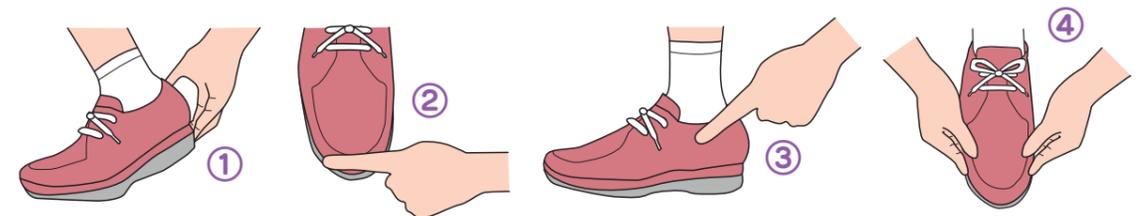
子供から高齢者まで、気軽に始められる運動として最近人気の高いウォーキング。血行促進・筋力維持向上など健康増進の効果が一般的に言われていますが、一方では転倒や疲労などのデメリットも考えられます。それらデメリットを軽減するために近年ではウォーキングや歩行にあった靴の開発も進んでいます。

### ■歩行と靴の関係って？

政府が平成18年に60歳以上の高齢者に対し行った靴に関する実態調査(右図)では、ひもで結んではいるが固定していない人が一番多い結果となりました。脱ぎ履きの便利さが優先された結果と考えられますが、靴を固定しないで履くことは思わぬ事故や転倒にもつながりかねません。安全に、楽しく歩くためには靴選びも重要です。

### ■靴選びのポイント

シューズを履いたら、各部のポイントをチェックしてフィッティングを確認しましょう。

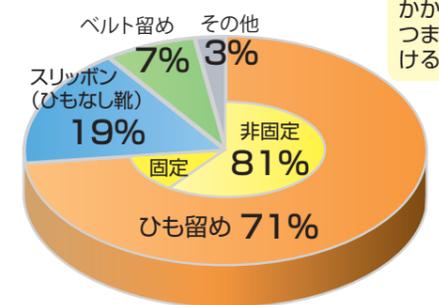
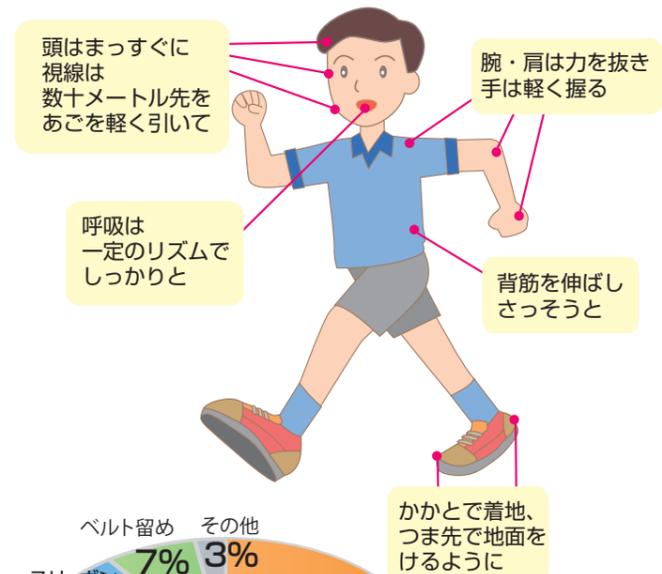


- ① かかとを上げたときにシューズが脱げないか。
- ② つま先に10mm 程度(指一本ぐらいの幅)の余裕があるか。
- ③ 履き口がフィットしているか、くるぶしなどがあたらないか。
- ④ 親指、小指、指の付け根に圧迫感がないか。

石川県には靴選びのプロ(シューフィッター)という方々もいらっしゃいます。靴選びに困った際には、相談してみるのも良いかもしれません♪  
(一般社団法人 足と靴と健康協議会 <http://www.fha.gr.jp/index.php>)

(記：医療技術部 リハビリテーションチーム 理学療法士 川原 正好、大川 雄一郎)

## ウォーキングのポイント



### 歩行練習やウォーキングには不向きな履物

