

たんぽぽ

研修医紹介 1年目

毎日充実していて
楽しいです!!

よろしく
お願いします!



研修医としてこの4月から宇部興産中央病院にて働かせて
させていただき、それからの日々は大変充実しています。国家試験
に合格して自信をつけたと思いきや、臨床の現場に立つとわから
ないことだらけで戸惑うことも多いですが、上級医の先生方や周
囲の人々のおかげで多くの知識と経験を得ることができてい
ると思います。まだまだ未熟な私ですが、毎日を貴重なものとして
これからも努力していきたいと思ひます。

田邊 雅也 医師

この4月から宇部興産中央病院で研修させていただいて
いる島袋太一と申します。島袋というよく「沖縄の人なの？」と聞か
れますが、生まれも育ちも根っからの宇部市民です。今回、小さい
頃から慣れ親しんだこの宇部で研修できることをとても嬉しく
思っています。近隣の方や病院関係者の皆様にはご迷惑をおかけ
することが多いと思ひますが、できるだけはやく地域に貢献でき
るよう頑張りますのでよろしくお祈りいたします。 島袋 太一 医師

2015年
7月

77号



UBE 宇部興産中央病院
地域連携室

宇部市大字西岐波750番地 TEL(0836)51-9421

住み慣れた家で過ごすための在宅医療と 宇部興産中央病院の役割

宇部興産中央病院は、昨年度に続き山口県から「在宅医療提供体制構築事業」を受託しました。

今、国の政策誘導で医療が「在宅医療」に向けられています。この事業は、在宅への訪問診療や往診をされているクリニックの後方支援を当院が積極的に行うものです。

超高齢社会に向けて、地域内の在宅医療が発展するように、当院が主体となって、当院が持っている「専門医療」「救急医療」「地域医療」の機能を活かして、医療・福祉・介護間の連携のもとに地域の在宅医療推進の仕組みを作りあげていきます。



既に、宇部市の東部地域（常盤・川上・西岐波・東岐波）の中で、在宅医療をされているクリニックの先生方や宇部市医師会、訪問看護ステーション等とチーム（東部地域在宅医療協議会）を結成し、具体的な活動を開始しています。詳しくは10月頃のたんぼの在宅医療特集号でお知らせします。

事務局：地域連携室

糖尿病重症化予防プログラムが始まります

現在国の医療政策として健康管理と病気の予防に力が入れられています。また医療情報を電子化することでビックデータとして分析し活用して質の高い医療・介護サービスの提供を目指しています。その一環としてデータヘルス計画という新たな保健事業が今年度から各市町村で始まっています。宇部市でも特定健康診査データを活用して糖尿病重症化予防プログラムが始まります。

糖尿病血液内科 井本 忍 医師



宇部市の特定健康診査で、高血糖で糖尿病があったり、蛋白尿が陽性で糖尿病性腎症が認められた方を対象に、食事指導や生活指導、運動や薬の相談などを行います。糖尿病重症化予防プログラム（対象者80名）は4回の集団指導、糖尿病腎症重症化予防プログラム（対象者20名）では5回の個別指導が予定されています。当院でも宇部協立病院と共に、医師・看護師・栄養士・薬剤師・理学療法士のスタッフがこの事業に参加協力する事になりました。宇部市から対象の方には案内がありますのでご興味のある方は、是非ご参加下さい。



宇部市健康づくり計画キャラクター
「ゲンキー」

～熱中症の予防について～

内科 熊谷 和美 医師



気温が上がると増えてくるのが熱中症です。熱中症とは暑さに体が適応できない状態のことを言い、めまい、頭痛、吐き気やこむら返りなどの症状がでます。重症になると意識障害や痙攣を起こすこともあります。近年異常気象で猛暑が続いたり、ニュースなどで報道されることが増え認知度も高まりました。山口県の熱中症患者の救急搬送件数は平成20年の375人から平成24年は470人、平成25年は730人と倍増しています。毎年死者も出ています。

熱中症は気温が急激に上がった時に患者数が増えます。幼児や高齢者は気温の変化に弱いので特に注意が必要です。戸外で起こりやすそうなイメージですが、患者の多くは室内で熱中症にかかっています。

熱中症を予防するためには、今から暑熱順化を行うことが有効です。毎日30分程度ウォーキングやジョギングなどで体を動かし暑さに徐々に慣れていくようにしましょう。サウナや半身浴も有効であると言われています。室内の温度は28度を目安に調節しましょう。室温が高すぎる場合はもちろん、低すぎても外気温との差によって熱中症にかかりやすくなってしまいます。

また水分補給は特に重要です。目に見えなくても汗は出ていて体温調節をしています。喉が渴いたと感じる前に水分を補給しましょう。特に目に見える汗が出ている場合は塩分と一緒に補給することが重要です。糖分は塩分を吸収しやすくする効果があるので一緒に飲むことは有効ですが、市販のスポーツ飲料は糖分の量が多すぎ、大量に飲むと別の病気を起こすことがあるので経口補水液とよばれるものを選ぶと良いです。経口補水液は水 1Lに塩小さじ1/2と砂糖大さじ4と1/2を加えるだけで簡単に手作りすることもできます。ただし塩分・糖質・水分制限のある高血圧、腎臓病、糖尿病、心臓病など持病のある人は飲む前に主治医にご相談ください。



いい病院に選ばれました。

朝日新聞から2015年3月発行の『手術数でわかる いい病院』で朝日新聞が、全国の厚生局から5,902病院の手術数を入手された結果です。

地方別ランキング中国・四国

- ※ 脳腫瘍手術 9位
- ※ 脳動脈瘤(くも膜下出血) 10位
に選ばれました。

条件は、

- ・脳動脈瘤治療では、症例数が多い、二つの治療法(開頭術、脳血管内治療)のある病院などです。
- ・脳腫瘍手術も医師の経験と技術、高度な設備の両方があるなどです。



MRI検査を受けるときの注意点とは？ (磁気共鳴画像診断装置)

MRI検査は、強力な磁石でできた筒の中に入り、磁気の力を利用して体の臓器や血管を撮影する検査です。脳や脊椎・手足、子宮・卵巣・前立腺などの骨盤内に発生した病変が詳しく描出されることが知られており、色々な病気の早期発見・診断に有効とされています。



検査を受ける前にチェックしましょう!!

- 人工関節・脳動脈クリップ・脳室・腹腔シャント・心臓ペースメーカー
ステント・人工内耳などの、金属が体内にある方
- 妊娠中もしくは妊娠している可能性のある方
- 避妊リングを身に付けている方 ● 閉所恐怖症の方
- 入れ墨・アートメイクをしている方

事前に
教えて
ください

- 貴金属・時計・指輪・ネックレス・イヤリング・ピアス
ヘアピン・ベルトなど
- 眼鏡・カラーコンタクト・補聴器・入れ歯・カイロ・ライター
エレキバン・心臓の貼り薬(ニトロガム等) など
- ブラジャー・ボディースーツなど金属のついた下着
- マスカラやファンデーションなど金属を含んでいる化粧品
- テレフォンカード。キャッシュカードなど



事前に
取り外してください

★不安な時は技師に声をかけてくださいね

医療安全室：神茂

看護の日

毎年5月12日は「看護の日」。12日を含む週の日曜日から土曜日まで「看護週間」です。今年のテーマは「看護の心をみんなの心に」。

当院でも「あったかい笑顔で心咲く」と題し、今年流行の“あったかいだからあ〜♪”にちなんだ看護を皆さんにPRするイベントを開催しました。

普段、病院に来られない方でも健康チェックできるように血圧・体脂肪などの測定や、健康相談を行いました。専門家（栄養士・薬剤師・MSW）による相談は具体的で、ゆっくりと時間をかけて行うことができました。

毎年恒例の有遊品バザーは、今年は趣向を凝らして袋入り100円セールを開催しました。袋の中には3〜5種類以上の商品が入っているため、お得感満載！

午後からはUBE混声合唱団によるミニコンサートが開催されました。最後には参加者全員で合唱し、あったかい笑顔で心癒される・・・そんなひと時となりました。

看護の日実行委員長 手代木 由美



管理栄養士

のつぶやき



Vol.6

管理栄養士 原田 明子



日差しも強くなり、ビールのおいしい季節になりました。

アルコールは食欲増進作用があり、ついのおつまみなどでエネルギーを摂りすぎてしまうことがあるので要注意です。

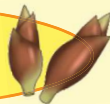
今回は、夏らしく香りのよい料理をご紹介します。

エネルギーも少なく、食欲が低下した時にもみょうがの香味成分でさっぱりとして食べやすい料理です。

【料理紹介】

～みょうがの香りで消化促進～

なすとみょうがの浅漬け



(1人分)

エネルギー：12kcal、食塩 0.7g

材料（3人分）

- ・なす 150g
- ・みょうが 1個
- ・青じその葉 1〜2枚
- ・塩 2g

- ①なすは半月切りにし、水にさらしてアクを抜く。
- ②みょうがと青じその葉は千切りにし、みょうがはさっと水にさらす。
- ③材料をまぜ、しばらく置いたら出来上がり。



異動の

お知らせ

7月



退任

○整形外科 日浦 泰博 医師

○整形外科 前田 崇 医師

新任医師

○整形外科 つばね とある 医師
坪根 徹 医師



世界スカウトジャンボリーに当院の医師・看護師が応援に！

2015年7月28日～8月8日に山口市阿知須・きらら浜で開催される予定の第23回世界スカウトジャンボリーには、世界161の国と地域から約3万人の青少年が集まり、約2週間にわたって、キャンプをしながら「世界の仲間」と体験を共有します。

この世界ジャンボリーに宇部市内からは、宇部興産中央病院の医師2名、看護師2名が、会場内の中央救護所(ジャンボリーホスピタル)で期間中の2日間、救急医療の任務にあたります。阿知須きらら浜で世界がひとつになれる感動があります。(窓口：地域連携室)

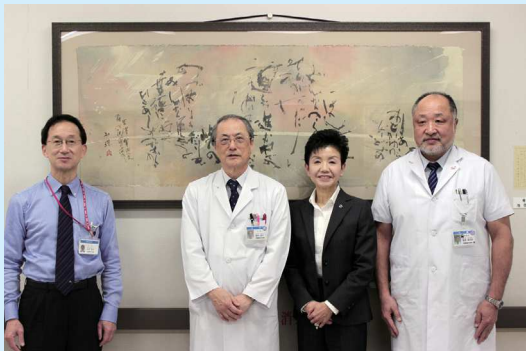


知事表彰おめでとうございます。

当院の末永佳子看護部長が平成27年度山口県健康福祉功労者(優良看護職員)知事表彰受賞しました。多年にわたり看護業務の向上発展に尽力されてきた功績を称えるものです。平成27年6月21日山口県看護協会の通常総会において受賞式がありました。おめでとうございます。宇部興産中央病院の誇りです。



◎ 書を寄贈していただきました。



寄贈：池田知徳

◎ 書の展示



展示：池田知徳
読み：生を窮む
意味：万物に天寿を全うさせる

院内保育所「ひまわり園」 新しいピアノが入りました



子育てをしながら看護師を続けられるように、院内保育所“ひまわり園”を設置しています。子どもたちの元気な声が園内に響き、お母さんを応援しています。

