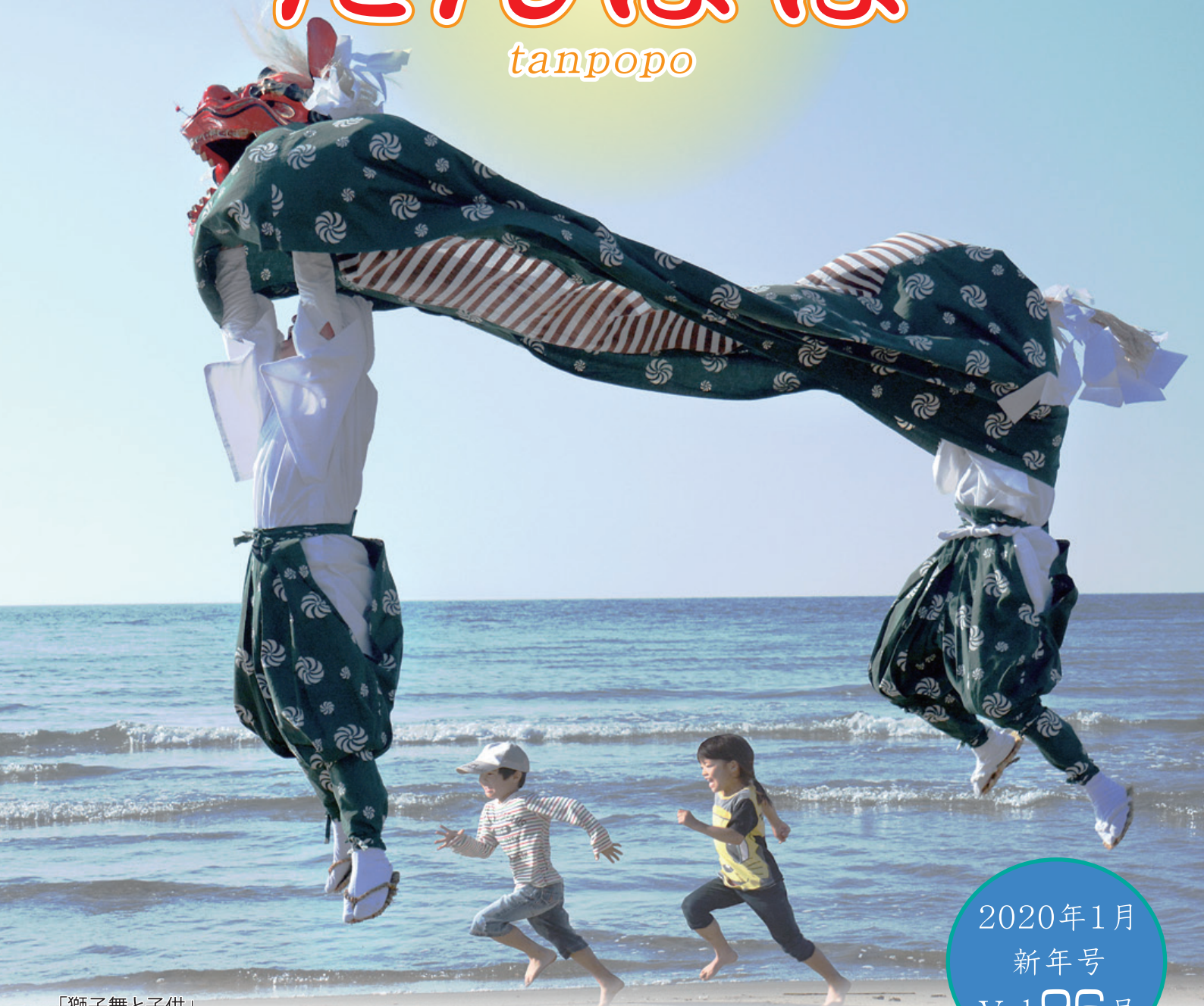


たんぽぽ

tanpopo



「獅子舞と子供」

2020年1月
新年号
Vol 96号

新年のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。

昨年は、新棟4階の開設、耐震工事のための病棟再編のスタートと多忙な年でしたが、新棟棟の運営も軌道に乗り、効率的な救急医療が行えるようになりました。耐震工事のための病棟再編は本年も残っており、完了するまでの間は稼働病床が一時現在より減少します。その間は、昨年以上に病棟運営が大変な時になると思いますが、スタッフ一丸、協力し合ってこれを乗り越えていきたいと思っています。

今年は、ねずみが干支なので十二支のスタート年となります。本院の病棟も今年9月にはすべての耐震工事が終了し、新たなスタートを切ります。これまで以上に、地域医療支援病院、救急病院として地域貢献できればと思っています。最後に、皆さん、一人一人とっても良い年となるよう祈念しています。



宇部興産中央病院 院長 清水昭彦

新棟4階 開設しました！

令和元年7月1日、念願の新棟4階病棟とHCUがオープンしました。

新棟4階病棟は、新しく眼科が加わり、外科・泌尿器科・皮膚科と併せ4科の急性期混合病棟でスタートしました。

そのため、入院退院が1日10件を超える忙しい病棟ではありますが、新しい病棟は患者さんや働く職員にとっても、快適な空間となっています。

エレベーターを降り、広々としたホールを通り抜けてスタッフステーションに向かうと白を基調とした明るい壁や床、病室は採光に優れた造りとなっています。トイレやお風呂も患者さんの安全に配慮した設備となり、使いやすくなっています。

また、南側の大きな窓からは瀬戸内海が望め、見晴らしが良い日には九州の国東半島までくっきりと見えます。特に朝日や夕日に映し出される海辺の景観は、患者さんやスタッフの心を癒してくれます。

この度、眼科の患者さんが安心して入院できるよう事前に勉強会を重ね、さらに眼科外来と病棟の橋渡しをする眼科の連携看護師を配置しました。開設後4か月が経過し、視力を回復された患者さんからの喜びを皆で共有しています。

新棟4階は個性豊かなパワーのある医師や看護師が多い病棟です。「ワンチーム」を合言葉にすべての患者さんが外来から入院手術から退院そして通院後の生活が安心して過ごせるよう全員一丸となって取り組んでいます。

新しくなったHCU（高度治療センター）は、脳神経外科以外の救急や手術後などより高度な医療を必要とする患者さんを24時間体制で見守れるように、最新のモニターや医療機器を備え、患者さんの空間を広く確保することができました。もちろん働く医師や看護師は、患者さんに最適な医療と環境を提供できるよう日夜頑張っています。

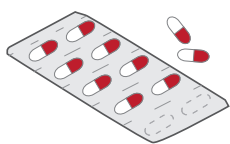
入院された患者さんから、「優しく丁寧に対応して頂きました」や「病気も治り、本当に良かったです。ありがとうございます」など感謝のお言葉を頂き、スタッフ一同嬉しい気持ちになっています。

患者さんの回復が、病院で働く職員の一歩の喜びであり糧になっています。今後益々地域の皆さんに、一番身近な安心できる病院と思って頂けるよう職員一同日々努力してまいります。



新棟4階師長 山本 彰子
HCU師長 高見由美子

お薬との上手なつきあい方



薬剤部 部長 山崎 博史

お薬の飲み方にはさまざまな決まりがあることはご存じでしょうか？

薬が持つ効果を安全に、そして最大限に引き出すのに一番大切なことは、用法・用量を正しく守って服用していただくことです。皆さん、「それぐらいは知っているよ!」と思われるでしょうが、知っているようで知られていないポイント（図1）があります。その中の一つ

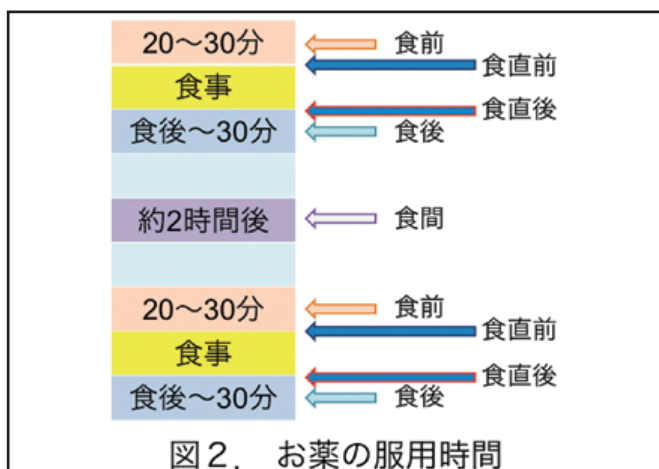
でお薬をのむタイミング（図2）ですが、薬の入っている袋に『食前・食間・食後・食直前・食直後・就寝前・頓服など』記載されています。記載されている服用のタイミングには、それぞれ意味があり、食事によって変化する胃の状態に合わせて服用時間が決められています。『食前』とは、食事の20～30分前のことで、食べ物や胃酸の影響を受けたくない薬や、糖尿病の血糖値を下げる薬などは、食前に飲むことが多くなります。『食間』とは、食事をしながら飲むということではなく、食事と食事の間という意味で、食事を終えてから約2時間後が目安です。空腹の状態に飲むと吸収の良い薬や、胃の粘膜を保護する薬などは食間に飲みます。『食後』とは、食事が終わって30分位までの間のことです。食事の後は胃の中に食べたものがあるので、胃への刺激が少なくなります。主に食べ物と一緒に飲むと吸収の良くなる薬や、空腹時に飲むと胃を荒らす薬などは食後に飲みます。また、食直前（食事の直前）や食直後（食事のすぐ後）、就寝前、頓服（症状に応じて一時的に服用）、もっと厳密に服用時間を医師が指定する薬もあります。いずれにしても正しい飲み方をしないと効果がでなかったり、副作用が現れたりすることがありますので、決められた服用時間を守ることが大切です。

次に服用期間です。日本では飲み残しの薬代は年間約500億円ともいわれています（日本薬剤師会調査）。体調が良くなったからと自己判断で服用を中止することはやめ、医師から指示のあった服用期間は守りましょう。

お薬と上手につきあっていただくと薬が持つ効果を安全に、そして最大限に引き出すことができます。お薬についてご不明なことは何なりと薬剤師にご相談ください。

タイミング	… 食前・食間・食後・食直前・食直後・就寝前・頓服など決められた時間を守りましょう。
方法	… コップ1杯位（約200mL）の水またはぬるま湯で飲みましょう。
量	… 自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりするのはやめましょう。
期間	… 体調が良くなったからと自己判断で服用を中止することはやめ、医師から指示があった期間は服用を続けましょう。
のみ合わせ	… 薬の中には食べ合わせがよくない食品があります。

図1. 正しいお薬服用のポイント



● ● 展望レストランコスモ ● ●

宇部興産中央病院東病棟 8階の展望レストランコスモでは絶景のなかランチやカフェを楽しむことができます。



新メニューのチキン南蛮定食870円やハンバーグ定食780円もあらゆる年代の方にご注文いただいております。

また、毎週水曜日に病院玄関前で行われている野菜市の会場で税込み300円の出来立ってお弁当を売っています。数量限定で売り切れ御免のお得なお弁当です。



■ 糖尿病週間行事を開催！ ■

本年度の糖尿病週間行事で開催した講演会のテーマ「サルコペニア」をご紹介します。サルコペニアとは加齢や疾患により筋肉量が減少し、筋力低下や身体機能の低下が起こることです。糖尿病患者さんでは、インスリン作用不足や神経障害などにより筋肉量や筋力が減少し、サルコペニアの原因になるといわれています。健康な方でもサルコペニアによる筋肉量の減少は、糖尿病のリスクを上昇させる原因となります。

皆さん適度な運動をおこない糖尿病を予防しましょう！



<好評！！野菜市>

2018年11月より東部バス乗継拠点のスペースに毎週水曜日、11時から13時までの間で東岐波の正木さんが野菜市を開いています。丸一年経ちましたが、雨でお休みになったのはたった一回です。暑い夏も何とかクリアーし、



水曜日を楽しみにしておられる方も多ようです。なんといつでも新鮮で安いです。これからよろしくお願いしたいと思います。

● 地域医療連携セミナー ●

オーブ代表 松原淳子様によるケアコミュニケーション講座を今年度3回シリーズで開催しました。2回目(9/12)は、ケアコミュニケーション「相手を受け入れる」、3回目(11/7)はアサーション「自分も相手も大切に表現」というテーマでした。関心の高いテーマで多くの参加を頂きました。参加された院内外の医療関係の方はメモをとりながら、真剣に聴講されておられました。



♪ コスモコンサート

コスモコンサートも2020年1月の開催で30回を迎えます。お蔭さまで2020年12月まで出演者が決まっている状況です。今後も素敵な音楽を患者さんや地域の方へ提供いたします。

- 今後の予定
- 2020.1.18 (土) 三味線ユニット「KARASHI」
 - 2.22 (土) ピアノ連弾「デュオM&Y」
 - 3.21 (土) サックス&ピアノ「おとくっく♪」
 - 4.18 (土) 揚琴と二胡



【病院理念・方針】

いつでも誰でも安心してかかれる中央病院
常に使命感を持ち協調して行動する中央病院

- 一、医の倫理と良心に従い、より良い医療の提供と医療安全に努めます。
- 一、患者さんの生命の尊厳と権利を尊重し、患者満足度の向上に努めます。
- 一、地域の中核病院として関係する地域医療・福祉機関との連携に努めます。
- 一、経営の健全化と職員満足度の向上に努めます。

発行：地域医療支援病院



医療法人社団
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

印刷：重度障害者多数雇用事業所(有)リベルタス興産