Mitoyo General Hospital

発行／三豊総合病院
発行人／安東正晴

三豊総合病院だより こころ Kokoro

ご自由にお持ちください

vol.98
2020.3

患者相談窓口のご利用について
新型コロナウイルス感染症の流行

- バイオリニストのeRikaさんによる慰問コンサート
- みとよサプリ年間予定
- 自動精算機でクレジットカードが使えます

脳卒中って、どんな病気？
[エキスパートスタッフ] 肺がんCT認定技師
[季節の旬レシピ] ミネストローネ

今号の表紙
患者相談窓口スタッフ（P2）

三豊総合病院
患者相談窓口のご利用について

玄関を入ってすぐの総合案内に患者相談窓口があります。
ここには、平日の8時15分から17時までの間、案内と患者相談の対応に2人の職員が立っているのをご存じですか。

病院では、患者さんの様々な相談に対応し、安心して療養が受けられるように支援することを目的に、この患者相談窓口を設け、専従の担当看護師が、対面または電話で相談を受けています。

患者さんやご家族は、

「医療費や生活費が心配」
「こんな症状だけど、何科を受診したらいいのかわからない」
「入院は初めてで不安」など、
外来受診の事や入院生活での疑問点や心配事、不安など、いろいろな相談事があると思います。

そのような時、

担当看護師がお話を聞くことで解決につながることも多くあります。
また、内容に応じて、医療安全管理者や社会福祉士などと連携して、他の部署や職種につないでいます。

どうぞ困った時は遠慮せず、
お気軽に声をおかけください。

患　者　相　談

療養中の様々な相談に対して、
医療安全管理者・社会福祉士・看護師　等が対応させていただき、
安心した療養が受けられるよう支援を行っております。

9 入退院サポートセンター
- 入院説明
- 地域連携室
- がん相談支援センター
- 両立支援相談窓口
- 感染対策室
- 医療安全管理室

ご相談内容につきましては、秘密厳守を徹底しております。ご相談されたことにより不利益を受けることはありません。
相談費用も必要ありません。

お問合わせ先

TEL	0875-52-3366（代）	相談責任者	副院長
受付時間	平日 8:15～17:00 （土・日・祝祭日・夜間は救急受付へ）	相談担当者	看護師、社会福祉士、医療安全管理者、感染管理認定看護師、介護支援専門員、薬剤師、栄養士　等

新型コロナウイルス感染症の流行

今、気を付けること

新しいウイルスのため、免疫を持っている人がおらず、感染する人が急に増える可能性があります。患者さんの数が医療機関の受入れ限界を超え、重症の患者さんの診療に支障をきたすことがないよう、ひとりひとりが慎重に行動することが大切です。
自治体や厚生労働省などが公開している正しい情報の入手に努めましょう。

わかっていること

新型コロナウイルスは飛沫感染、接触感染によって感染していると考えられています。

飛沫感染

感染者のくしゃみ、咳、つば などと一緒に放出されたウイルスを他者が口や鼻から吸い込んで感染します。
※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき

接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れると感染者のウイルスが物に付き、あとから触れた人の手に付着します。
その手で口や鼻をさわることで粘膜から感染が起こります。感染者に直接接触しなくても感染が成立します。
※感染場所の例：手すり、ドアノブ、スイッチなど

感染すると、1日～12.5日（多くは5～6日）の潜伏期間を経て、発熱やのどの痛み、長引く咳、強いだるさなどの症状が出てきます。重症化すると肺炎となります。
高齢の方や持病のある方は重症化しやすい可能性があるため十分な注意が必要です。

重度の肺炎には集中治療や、人工呼吸器が必要な場合がありますが、そのような高度医療はたくさんの患者さんに提供できるものではありません。このため、国内および世界中で感染患者さんが爆発的に増加しないよう、さまざまな努力が行なわれています。

何をすればよいの？

3月時点で、学校の臨時休校や、人が多く集まるイベントの中止や延期がなされています。知らず知らずのうちに感染してしまわないよう、不特定多数の人と近い距離で長時間過ごすことは避けましょう。必要以外の外出や滞在をしないことで感染の拡大を防ぎます。

接触感染を防ぐには、手洗いが有効です。外出から帰った直後や、調理・食事の前に必ず手洗いをすることで手についたウイルスを洗い流し、接触感染を防ぎます。また、マスクを着用すると、口や鼻に手を触れないことで、同様の効果を得ることができると言われています。

三豊総合病院でも入館制限など、外来・入院患者さんを守るために来院者の方々にご協力をいただいているところです。ひとりひとりが慎重に行動し、感染症の流行から身を守りましょう。

あなたの街の専門家
エキスパートスタッフ
Vol. 12

第12回目は…健康診断を支えるCTのスペシャリスト
肺がんCT認定技師をご紹介します

肺がんCT認定技師とは

診療放射線技師としての臨床実務経験が2年以上あり、肺がん検診領域で一定レベル以上の技量・知識・経験を有したものが肺がんCT検診認定機構により認定されます。試験ではCT装置や検査に関する専門知識や肺がん検診としての異常所見の検出能力が評価されます。いつ、どこの施設でも安全で精度の高いCT検診を受けられる体制を構築するため、全国で1470名、香川県では22名の肺がんCT認定技師が活躍しています。（2020年1月現在）

肺がんCT検診の目的

一般的に肺がん検診として行われている胸部エックス線（レントゲン）撮影では、心臓や血管、骨などと重なる部分にある初期のとても小さい肺がんは、発見しにくいことが知られています。

レントゲンでは画像1枚となるのに対し、CT検査では、胸部を1ミリ毎に輪切りにした約400～500枚もの画像が得られます。肺と他の臓器や骨に重なりがなく、心臓や血管の裏側まで死角のない画像なので、レントゲンに比べ小さながんを発見しやすい特徴があります。

このCT検査を検診に利用し、転移を起こす前のごく初期の小さな肺がんを見つけ、肺がんで死亡するリスクを減らすことが肺がんCT検診の目的です。当院では人間ドックのオプションとして受けることが可能です。

肺がんCT認定技師は、CTの管理技術や撮影技術などの専門知識を活かして肺がんCT検診をサポートしています。

がんCT認定技師としての今後

肺がんCT認定機構や認定技師間での情報のやりとりを通じて、CT撮影や読影体制、精度管理についての最新の知見を共有し、検査の質を一定の水準に保つことが求められていると考えています。

CTの精度管理・被ばく管理が十分になされた、質の保証された肺がんCT検診を安心して受けていただけるように努めていきます。

みとよサプリ

～ 薬じゃないけどちょっとからだにいい話 ～

「高齢になっても病気になっても、この住み慣れた地域で生活したい。」
そのために役立つことを専門のスタッフがお話しています。

毎月 **第３水曜日 13時30分～14時**
場所：**南棟ホール**　　**参加無料**

4月15日 納得いく最後を迎えるために
～私の生き方は私が決める　人生会議の効用～
緩和ケア認定看護師

中止

5月20日 これからの季節熱中症に注意
～熱中症は予防は大切～
病棟看護師

6月17日 あなたの胃は大丈夫？
～大切なあなたを守る検査について～
内視鏡看護師

7月15日 その症状は認知症？
認知症看護認定看護師

8月19日 肝臓病
～肝炎ウイルスについて～
病棟看護師

9月16日 高齢になっても病気になっても
この地域で暮らしましょう
入退院サポートセンター看護師

10月21日 介護が必要になったら
～介護保険を使って受けられるサービス～
ケアマネジャー

11月18日 肺炎予防について
病棟看護師

12月16日 インフルエンザと
ノロウイルスを予防しよう
感染管理認定看護師

1月20日 冬に気を付けたい心臓の病気
循環器病センター看護師

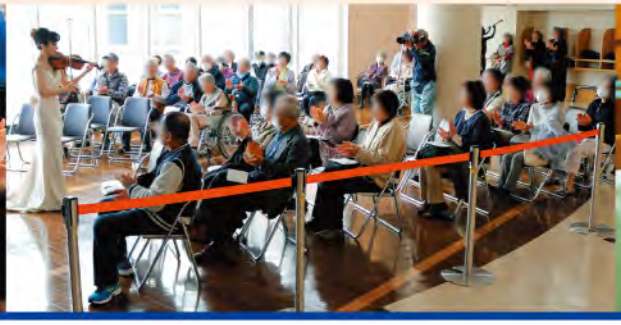
2月17日 糖尿病の合併症について
知っていますか？
病棟看護師

3月17日 血圧を測ろう！
健康管理センター保健師

専門スタッフに質問・相談ができます。
お気軽にご参加ください。

バイオリニストのeRikaさんによる慰問コンサート

1月20日（月）バイオリニストのeRika（エリカ）さんが来院し、南棟ホールにて慰問コンサートを開催して下さいました。
eRikaさんは京都に生まれ、17歳から単身ニューヨークで音楽を学び、ヨーロッパでの活動を経て、国内外で活躍されています。今回は、クラシック音楽を気軽に楽しんでもらう全国ツアー「A Shooting Star 47」にて47都道府県を回る中で、当院に訪問して下さいました。
会場には入院患者さんやその家族など100名余の方が集まり、eRikaさんの奏でるバイオリンの音色に聴き入っていました。8曲のバラエティに富んだ選曲で、なじみのある曲や、手拍子で参加する曲もあり、最後はWアンコールで大盛況のなか幕を閉じました。



脳卒中って、どんな病気？

脳卒中とは？

脳卒中とは、一般に脳の血管に障害が起きた状態のことです。
大きく分けると、脳の血管が破れて出血する「脳出血」と、
脳の血管がつまる「脳梗塞」です。

脳卒中の症状

脳は各部位で役割があります。
障害がおこった部位で症状が変わってきます。

脳卒中の危険因子

脳卒中は、常に血管に負担をかけること（高血圧）が一番の原因になります。血管に負担がかかり続けた状態になると「動脈硬化」になり血液の通る道が狭くなりつまってしまうと脳梗塞になります。高い圧が血管にかかると血管にこぶ（瘤）ができ破裂すると脳出血をおこします。
糖尿病や脂質異常（高コレステロール）は「動脈硬化」を進行させることになるので特に注意が必要です。

脳卒中の予防、再発を防ぐためには

● 脳卒中の予防は、日常の生活習慣を見直すことが大事です。

● 再発を防ぐ

脳卒中の再発率は、5～10%です。もっとも注意が必要な時期は発症後1年間です。医師から処方された薬は決められた用法・用量どおりに確実に飲みましょう。勝手に止めてしまうのは非常に危険です！
また、食事や禁煙に加え、便秘をしないように注意しましょう。

もしも、ご家族が「脳卒中かな」と思ったら

落ち着いて行動することが必要です。
発症した時間・発見時の状態・意識があるか・呼吸はおちついているか・麻痺があるか、などを確認して救急車、または病院へ電話をしてください。

みとよサプリ とは？

当院では毎月第3水曜日13時30分～南棟ホールにて「みとよサプリ」を開催しています。薬じゃないけどちょっと体にいい話として、住民の皆さんにとって役立つことを病院の職員がお話しています。

自動精算機でクレジットカードが使えます

自動精算機がクレジットカード（ICチップ付のみ可）に対応しました。
診察券か会計番号表のバーコードを読み取らせた後、ご請求金額が表示されると、お支払い方法選択にて「クレジットカード」が選択可能です。（お支払い方法は一括払いのみとなります。）

カードを挿入し、暗証番号を入力して清算が完了すると、これまでどおり**領収書とおくすり券**が印刷されます。カードのお取り忘れにご注意下さい。

○下記のマークがあるクレジットカードがご利用可能できます。

精算機の操作など、お困りの場合は会計窓口にてお尋ねください。

手軽においしく 栄養管理科がお届け!
季節の旬レシピ

ミネストローネ

材料(4人分)

キャベツ	160g	水	600ml
玉ねぎ	80g	コンソメ	10g
人参	60g	ダイストマト缶	200g
しめじ	60g	塩、こしょう	少々
ウインナー	60g		

つくり方

1. キャベツは一口大に、人参と玉ねぎは1センチ角に切る。
2. ウインナーは薄切りにする。
3. 鍋に水と人参、コンソメを入れて火にかける。
4. 沸騰したら、キャベツ、玉ねぎ、しめじ、ウインナー、ダイストマト缶を入れて、やわらかくなるまで煮る。
5. 塩、こしょうで味を整える。

調理時間	エネルギー	塩分
約20分	約88kcal	約1.2g

※エネルギー、塩分は1人分です

ポイント
野菜は火にかけると、かさが少なくなるので、たくさん食べやすくなり、満腹感が得られます。しめじやウインナーの旨味でおいしく食べられます。

三豊総合病院 講座・イベント予定表

場所・内容　健康管理センター　病院内
講座　調理実習　講座・イベント

4月

4月の健康教室・みとよサプリは新型コロナウイルス感染症流行のため中止となりました。

5月

15日㈮ 11時30分～13時30分 糖尿病教室

20日㈬ 13時30分～14時　みとよサプリ
「これからの季節熱中症に注意
～熱中症は予防が大切～」

21日㈭ 15時30分～16時30分 腎臓病教室

※ 参加ご希望の方は、お気軽に病院までお問い合わせください。
※ 新型コロナウイルス感染症の流行状況など、都合により予定が変更される場合があります。

リハビリテーション科 今月の作品

毛糸のマフラー

90代の女性患者さんが手のリハビリのために、自分が好きな紫色の毛糸で編んだマフラーです。短期間であっという間に編みあげ、他のリハビリ患者さんやスタッフに褒められていました。仕上げにかわいく白色のポンポンをつけ完成です。

三豊総合病院だより こころ Kokoro

バックナンバーのご紹介

こころ紹介サイト
QRコード

当院ウェブサイトにて三豊総合病院だより「こころ」のバックナンバーを公開しています。
これまでに発行した「こころ」の記事を気軽にご覧いただけるようQRコードをご用意いたしましたので、スマートフォンなどの携帯端末で読み取っていただき、ご覧ください。