



公立富岡 総合病院 ニュース

第68号

院長新年のご挨拶 糖質制限

HAPPY NEW YEAR 2015

透析治療の変遷~厳しい時代を生き抜くために~

院内全体面会制限のお知らせ クリスマスコンサート 地域医療連携だより



虹(英語:Rainbow〈レインボー〉)

虹(にじ)とは、赤から紫までの光のスペクトルが並んだ、円弧状の光である。太陽の光が、空気中の水滴によっ て屈折、反射されるときに、水滴がプリズムの役割をするため、光が分解されて、複数色の帯に見える。雨上が り、水しぶきをあげる滝、太陽を背にしてホースで水まきをした時などによく見ることができる。

3 0274-63-2111 **2** 0274-64-1406

tomihp@mail.gunma.med.or.jp

http://www.tomioka-hosp.jp



新年のご挨拶

皆で会って絆を確かめるという ざいます。お元気ですか?の れていますが、これは、むつび は陰暦では睦月(むつき)と呼ば えられましたでしょうか?一月 者の皆様、どのような新年を迎 意味だそうです。 つき。で親族一同の結びつき、 新年明けましておめでとうご

葉があって、これは商戦上での ら存在するようです。 絆を再確認する季節として昔か 想い出し墓参りをしたりと、 はり1月は人々の絆、 意味もありますが、それとは別 また、盆暮れ正月、という言 里帰りをしたり御先祖様を 先祖との

何をもたらしたか? 飛び交う情報の多様化は社会に 科学技術の発達と瞬時に世界を えて見ますと、人口動態の激変 (少子高齢化)と交通網の発達 さてしかし現実はどうかと考

寿と生活不安だと思います。 答えは、便利さと格差社会、長

> さえ、人々に幸せをもたらした 失うものが必ずある』わけです という禅問答が始まりそうで でいくと、では幸せとは何 スと答えられる人はどれくらい か?と問われると、即座にイエ か得るものがあれ ば何

供し、人々は如何なる医療を受 ちの提供する医療にも大きな関 思っています。と言うのは、私た す。そこで、是非皆さんに禅問答 交う情報の多様化が、この考え 技術の発達と瞬時に世界を飛び けるか、という命題の正解 間を結び考えるプロセスこそ 到達点でもあります。この2点 ある。です。この出発点は実は 係があるからです。問答の出発 を日常的にしていただきたいと 居るでしょうか?こう話が進ん るプロセスでの雑音となってい づく手段です。しかしこの科学 "医療は人々の幸せのために 医療者は如何なる医療を提 得たはずの便利さと長寿で

> す。視聴率や発行部数を競うマ ているようです。 る現実を目の当たりにしていま スコミも、さらに雑音を拡大し

山々です。これを解決するのは 突きつけております。超難問の でしかないと思っています。さ この禅問答から生まれる『智慧』 問題は既に難問の山を私たちに た。そして来るべき2025年 さて2015年が始まりまし 緒に始めましょう!

公立富岡総合病院



無理なく痩せられリバウンドが少ない

個

4

gの角砂糖に換算すると、

外科 門脇



薬よりも根本的解決を

尿病・ 頃 いう考えに至りました。 療法こそが根本的解決法であると 病対策は薬よりも先ず減量と食 きました。 要なくなる人が多いことに 受けると体重 者さんが胃や腸を切除する手術を 血 症などの生活習慣 私 肥満や が外科医となった駆け 高脂 その経験から生活習慣 血 高 が減り、 症が改善して薬が必 血 圧 糖尿 病 高 を有する患 病 血 に気が付 出 圧 高 L 脂 糖 \mathcal{O}



ル

0

Kとなります

(ただしアルコー

の飲み過ぎはよくありません)。

には御法度であったお酒や脂っこい

理も糖質を含まないものであれ

糖 質制 限とは

除い 聞 楽に です。 通り糖質摂取を制限する食事療法 果物や砂糖など) 炭水化物 ご紹介します。 少ない方法とし れ なります。 ておかずを食べるというイメージに ばよいです。 きなれ そこで肥満気味の方が無理なく 痩せられ、 た成分と大雑把に考えて頂け 簡単に言えば、 ないかもしれませんが、 (ごはん、パン、 さらに今までダイエット 糖質制 糖質という言葉は 7 かつリバウンドが から食物繊維を 『糖質制 主食を抜い 限とは文字 麺、 限 芋類 を

> で角砂 い。 図 科外来に受診頂くか、 ると思います。 の糖質を含んでいるかが実感でき く摂取している主食がいかに多く 砂 糖 1 それに引き替え牛ロース1 角砂糖14個という計算になります。 ごはん1 書や 枚で角砂糖8個、 ホ 糖 / 2個であり、 杯で角砂 1 ムページをご覧くださ 興味の . 糖 14 うどん \Box 下 ある方は外 普段何気な 腐 個 記 丁 で の参考 0 1 玉 で 食パン 0 q

自分の健康を守る

食パン1枚 ごはん1杯

П

角砂糖

14個

II

角砂糖

图 8

で 病 か てほ 方々に病院に頼らず自分自身 ことは分かっており、 癌などの疾患の大きな要因である 相談してください。 康 糖 の 生活習慣 治療を受けている方) は自分で守るという気概を持つ '病気で通院中の方 質制限を行わず必ず主治医と しいと思います。 病は 心筋 梗塞 ただ 是非多く (特に は 脳 し何ら 梗 独 糖 0) 塞 尿

うどん1玉

П

角砂糖

14個

参考図書

- ①江部康二 『主食をやめると健康になる 糖質 制限食で体質が変わる! (ダイヤモンド社) 』
- ②夏井睦 『炭水化物が人類を滅ぼす 光文社新書』

参考ホームページ

- ①ドクター江部の糖尿病徒然日記 http://koujiebe.blog95.fc2.com/
- ②新しい創傷治療 http://www.wound-treatment.jp/

豆腐



П 角砂糖 1/2個

糖質を1個4gの 角砂糖に

1/20個 換算すると…

プライス ~ 厳しい時代を生き抜くために~ 臨床工学科 齋藤 慎

臨床工学科 齋藤 慎

維持透析患者さんは、 増加のピークで約34万人になると言 割合は61.7%でした。2025年が そのうち65歳以上の透析患者さんの われています。 度より4千173人増加しました。 (31万4千180人) になり、 約 31 万人

2013年12月31日において慢性

なりました。 ケアにより。マンパワー 題や生活の調整など、 を持った患者さんが増加し介護の問 患者さんや在籍透析患者さんの高 症と腎硬化症の増加により、 齢化および原疾患における糖尿病腎 近年の高齢社会を反映 患者さんの が必要に L 合併症 導入

す。 てはならないのが現状です。当然 の透析患者さんを治療していかなく 現在より10万人少なかった10年前と 円かかっています。 医療費を引き下げる方向にありま ほぼ変わらず、むしろ厚労省は透析 現在、透析医療費は年間約 同じ医療費で、 透析患者さんが 現在の約31万人 1兆

ります。 すことになります。 患者さん一人あたりの医療費を減ら 透析業務の効率を追求することにな させることはできません。 を減らし、 透析医療の水準を低下 しかし、 そこで 医療費

率化することができるのでしょう では、 どうしたら透析業務を効

うになりました。

か?

を行うことが可能になります。 なのは、【準備・開始・終了】です。 化することで、 この【準備・開始・終了】を合理 透析業務で一番マンパワーが必要 効率的に透析業務

その必要はなく、自動で【準備・開始 ルは、二重・三重の安全機構により 時には〝スタッフがベッドサイドに をしていましたが、 入しました。従来、【準備・開始・終了】 析装置が自動で行ってくれる全自動 月より ついて患者さんや透析装置の監視 コンソール(全自動透析装置) そこで当院では、2014年10 【準備・開始・終了】 全自動コンソー を導 を透

たことで、 ルの導入により透析業務が効率化 終了】を施行します。全自動コンソー マンパワーをそそぐことができるよ や合併症を持った患者さんのケアに 介護が必要な患者さん

析 ていきます。 的に行い、透析治療の質を向上させ ることができるようになりました。 者さんにオンラインHDFを提供 ソールの導入により、より多くの患 る画期的な透析法です。全自動コン 活の質) を除去することが可能とな ます。オンラインHDFは、 の綺麗な透析液(補液) ます。オンラインHDFとは、 ラインHDF(オンライン血液濾過 ADL (日常生活動作) やQOL 通して毒素を洗う仕組みになってい 透析)という治療を行うことができ 当院ではオンラインHDFを積極 また、全自動コンソールは、 (HD)では除去しきれない毒素 を向上させることができ を透析膜に 血液透 オン り

時間が経てば、必ず 【医療について】 医療の水準が上がらなければもう駄目だと考えます。 停滞していたら、それはもう堕落の始まりだと考えます。 でも医療の水準は上げ それが、私たち医療者として、患者さんに対し て、社会に対して果たすべき責任です。

院内全体面会制限のお知らせ

インフルエンザ・ノロウィルスなどの感染症が流行する季節となりました。患者の安全を第一に 考え、流行時期が過ぎるまで**院内全体で面会制限**をしています。

入院患者がインフルエンザやノロウィルスなどの感染症に感染すると重大な症状を招く危険 性があります。



- ▼ご家族の方は面会許可証を持参し、病室へ入るときは必ず手指消毒・マスクの着用をしてください。
- ▼ご家族以外の方の不要不急の面会はご遠慮ください。
- ✓お子様は感染の危険がありますので、お連れにならないでください。
- ☑ ご家族の方でも、発熱・咳・下痢・嘔吐などの症状がある場合は、面会はお止め下さい。

院内感染予防のため、ご理解ご協力をお願いします。



クリスマスコンサート 🎎

昨年12月21日エントランスホールにて、県立富岡東高校音楽部と富岡オカリナクラブの皆さんによるクリスマスコンサートを開催しました。女子高生の美しい歌声とオカリナの音色がホールいっぱいに広がり、心地よい時間をすごすことができました。また、23日には甘楽教会愛光会の聖歌隊による慰問が行われました。気品高い歌声が病棟を包み、入院患者へやすらぎをもたらしてくれました。







『つながろう がんに負けない いのちのリレー』 リレー・フォー・ライフ・ジャパン2014ぐんまに 参加しました

リレー・フォー・ライフ (Relay For Life) とは、がん 患者や家族、その支援者らが公園やグランドを会場 に交代で24時間にわたって歩き、がん征圧への願い を新たに絆を深め合う寄付イベントです。昨年10月 11日(土)~12日(日)に群馬県総合スポーツセン ターで開催され、公立七日市病院のスタッフととも に参加しました。がん診療連携拠点病院としての思 いを胸に、24時間いのちのリレーを続けることがで きました。











市民公開講座を開催いたしました

がん診療連携拠点病院強化事業として市民公開講座を昨年の11月21日(金)に開催いたしました。講師は群馬県認知症疾患医療センター篠塚病院の田中眞先生をお迎えし、認知症について理解が深まるお話をいただきました。

金曜日の夜という忙しい時間帯にもかかわらず、大勢の地域の方や、医療福祉関係者の参加をいただきました。

今年も地域に貢献できるような講演会・研修会などを企画 したいと思いますので、ご意見、ご希望がございましたらお問 い合わせ下さい。



今年も元気にナイトスクールを開講します

毎週第1・3水曜日 18時より。どなたでも参加できます。



テーマについては、ホームページまたは院内掲示版をご覧ください。

公立富岡総合病院 患者支援係(がん相談支援センター)
TEL.0274-63-2111 FAX.0274-64-1406
E-mail tomihp@mail.gunma.med.or.jp
Web http://www.tomioka-hosp.jp

