

私たちの窓は、いつもみなさまに開かれています

2012年10月1日発行  
NO.388



OCTOBER

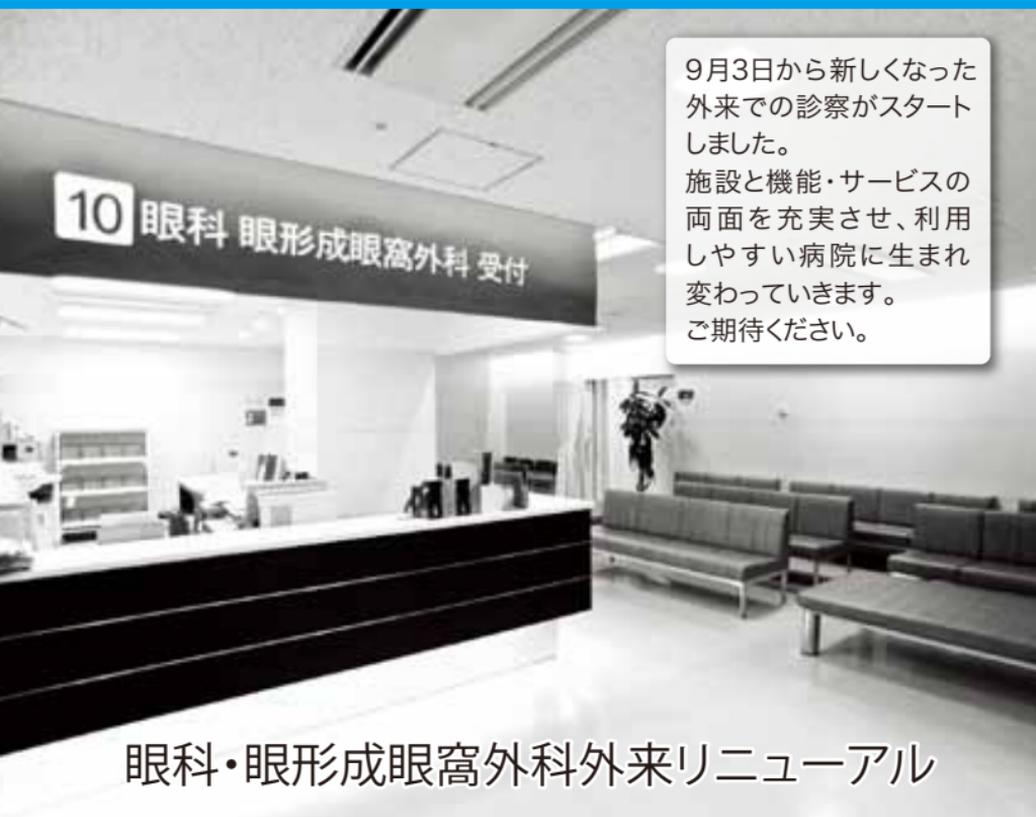
10

特集

## 「緩和ケアとは」 P-3

- お役立ち情報 正しく薬を飲むために 第2回 P-6
- 栄養レシピ れんこん P-8
- 情報カード 国際標準の医療の質を目指して  
JCI 認証取得の取り組み P-9

50<sup>th</sup> Anniversary  
聖隷浜松病院



9月3日から新しくなった  
外来での診察がスタート  
しました。

施設と機能・サービスの  
両面を充実させ、利用  
しやすい病院に生まれ  
変わっていきます。  
ご期待ください。

## 眼科・眼形成眼窩外科外来リニューアル

### 病院理念

私たちは利用して下さる方ひとりひとりのために最善を尽くすことに誇りをもつ



社会福祉法人聖隷福祉事業団

総合病院 聖隷浜松病院

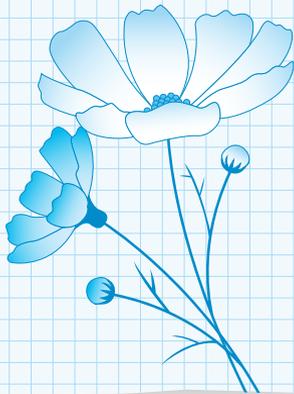


## 「看護の質が問われる時代」

副院長兼総看護部長 / 勝原 裕美子

人の生き死にや生活を支える看護の力は、人びとの生き方や生活の質を左右します。そのため、当院看護部では、看護の力を可視化し、分析し、次の看護に活かすことができるように質のサイクルを回し続けています。

ひとり一人の看護師が「看護の質」を意識して力を持つこと、そしてその力を結集することに一丸となって取り組み、当院を利用してくださる方々のために最善を尽くせるよう、また患者さんや地域の皆さんに喜んでいただけるよう、惜しみない努力を続けていきたいと思えます。



## 特集

# 緩和ケアとは

皆さんは、緩和ケア(緩和医療)という言葉を目にしたことがありますか。痛みや身体のだるさなどの身体のだらさ、落ち込みや悲しみなどの心のつらさ、そのような患者さん・ご家族が感じている苦痛を和らげて、これまでと変わらない日常生活を営みながら、前向きに治療に取り組んでいただけるように支援する医療、それが緩和ケアです。



## ● 緩和ケアを受ける

患者さん・ご家族は病気や治療の時期に関係なく、いつでも緩和ケアを受けることができます。

当院では、医師・看護師・薬剤師・リハビリテーション療法士・臨床心理士・医療ソーシャルワーカーなど様々な職種で構成された緩和ケアサポートチームが、病棟や外来に横断的に活動し、当院の医療スタッフが提供する緩和ケアを支援しています。チームメンバーが患者さん・ご家族と直に話をさせていただくこともあります。痛い、眠れない、だるい、お腹がはる、手足がむくむ、気持ちがづらい、病院に通うのがづらい…など、些細に思われることでも、日常生活の邪魔になる症状や事柄は全て緩和ケアの対象となります。どうぞ遠慮なく主治医や担当看護師・薬剤師に、まずご相談ください。

## ● 鎮痛剤について

痛み無く日常生活を楽に営んでいただくために、鎮痛薬(痛み止め)は欠かせません。病気そのものの治療が日進月歩であるように、痛みの治療もまた日々進歩しています。医療用麻薬(モルヒネなどの総称)は決して

こわい薬ではありません。胃や他の内臓を荒らすことはなく、中毒・依存になることもありません。どうぞ安心して服薬を続けてください。

痛みやつらい症状を我慢しても誰も褒めてはくれません。患者さん・ご家族の行動範囲を狭めることなく、生活の質を向上していただくことが緩和ケアの目標です。まずは「痛い」「つらい」と主治医や看護師に伝えてください。そこから、あなたの緩和ケアは始まります。



# 正しく薬を 飲むために…

第2回

前回(6月号)は薬を飲む時間について解説しました。  
今回は薬を飲むときの飲み物について紹介します。

**最** 近では口腔内崩壊錠という口の中ですぐに溶けて、水なしでも服用できる薬もありますが、薬は一般的には水(白湯)と一緒に飲むように言われています。その理由は「薬を吸収しやすくするため」です。

薬を水なしで飲むと溶けにくいので、吸収が遅れ効果が現れにくくなったり、場合によっては、溶けずに便として出てしまうことがあります。薬が効果を十分に発揮するには、薬が溶けて吸収されなければなりません。

また、十分な水で飲まない、薬がのど(食道)にひっかかったまま溶け出し、食道の炎症を起こして潰瘍になることもあります。粉薬の場合、水なしで飲んで気管に入ってしまう、肺炎を引き起こしてしまった例もあるようです。必ずコップ一杯(約200ml)ぐらいの水で飲むようにして下さい。

**で** は、お茶やジュースで薬を飲むのはどうでしょうか？

以前は緑茶・ウーロン茶などのお茶で飲むと、一部の薬の成分がお茶のタンニンと反応してしまい、吸収されづらくなると言われていましたが、今は特に影響がないとされています。

炭酸飲料水やジュース・牛乳などで薬を飲むと薬の成分にもよりますが、一般的には薬の吸収が悪くなり効果が減弱する傾向が見られます。また、血圧降下薬の種類によっては、グレープフルーツジュースで飲むと薬の分解が抑えられて、作用が強くなってしまふことがありますので注意が必要です。

こういった判断をするのはなかなか難しいので、必ず水か白湯で飲むようにして下さい。



～栄養card～

季節の変わり目の風邪予防に！



# れんこん



10月～3月に旬をむかえる「れんこん」は、シャキシャキとした歯ざわりが特徴で、煮物やサラダ、揚げ物などいろいろな料理に利用できます。

## { 栄養 }

主な栄養分は糖質で、不溶性の食物繊維が多く含まれるため、便秘予防が出来ます。ビタミンCも多く含まれ、疲労回復や風邪の予防が期待できます。また、野菜には含まれることが少ないビタミンB6やB12を含み、貧血の予防も期待できます。

## { 選び方 }

形が丸くて肉厚のもの、長く太くてまっすぐなもの、外皮が淡黄色か淡褐色でつやがあるものを選びましょう。

## { 保存方法 }

土がついたものは、湿らせた新聞紙で包んでからポリ袋に入れて冷暗所で保存します。切ったものは、空気にふれないよう切り口をラップで包み、ポリ袋に入れて野菜室に保存します。皮をむいたものは、全体が水に浸かるように密閉容器で保存しておけば変色を防げます。

文責：栄養課 天野 由梨

※次号では「れんこん」を使ったレシピをご紹介します。

## 国際標準の医療の質を目指して JCI認証取得の取り組み

聖隷浜松病院では現在、国際的な医療機能評価機関Joint Commission International (JCI) の認証取得に取り組んでいます。

JCIは医療の質と患者安全の向上を目的とした認定活動を世界各国で行っています。JCIの認証審査は、国際標準の視点で1,220の広範な項目により厳しく評価されるもので、病院全体のシステムの整備と職員全員の意志統一、そして、医療の質の継続的な改善が求められます。

当院はJCIの取り組みにより、医療の質と安全のさらなる向上を図り、国際標準レベルの医療を提供できるよう目指していきます。

## JCIとは

アメリカの医療機能評価機関Joint Commission (JC) の国際部門。JCIの認証は2012年9月現在、53ヶ国562医療機関に達し、日本の病院では亀田メディカルセンター、NTT東日本関東病院、聖路加国際病院が認証を取得しています。



# 聖隷浜松病院からのお知らせ

## 新任医師紹介



外科  
やまもと ひろたか  
**山本 博崇**  
徳島大学  
(2004年卒)



眼形成眼窩外科  
おおた ゆう  
**太田 優**  
東海大学  
(2004年卒)

### ■ 紹介状をお持ちください

紹介状及び**予約が必要な診療科(紹介・予約制)**がありますので事前にご確認ください。なお、当院を受診される際に、他の医療機関からの紹介状をお持ちで無い場合は、初診時**選定療養費**として**3,150円**を別途ご負担いただいております。

当院では、基幹病院と地域の「かかりつけ医」(医院、診療所等)が役割を分担し、連携しながら適切な医療を提供する「地域医療連携」を推進しています。皆様のご理解ご協力をお願いいたします。

※初診時は医療機関からの事前予約にご協力をお願いいたします。

新しいお部屋で、  
新しい命との出会いの  
瞬間を迎えませんか  
2013年6月新病棟利用開始予定

\*妊娠かな?と思ったら…

**妊娠検査薬等で確認できれば、  
紹介状の必要はありません**

産科外来へ直接電話し、受診希望日の7日～10日位前までにご予約ください。

**産科外来直通 ☎ 053-474-3067 (月～金曜15:00～16:30)**

当院産科では、医師・助産師とともに、妊娠分娩のお手伝いをいたします。

♥産後母子同室 ♥夫立ち会い分娩

♥院内助産(個室で家族と助産師が見守り安心して出産に臨めます)



社会福祉法人聖隷福祉事業団

総合 **聖隷浜松病院**  
病院

日本医療機能評価機構認定  
地域医療支援病院

〒430-8558 浜松市中区住吉2-12-12 ☎053-474-2222

発行責任者 病院長 鳥居 裕一

●面会時間 (月～土曜)14:00～20:00 (日曜・祝日)10:00～20:00 (小児科)15:00～19:00

※C2・C3・C4病棟の面会者は1階総合受付にて手続きをし、面会者札を着用されるようお願い致します。

ホームページ <http://www.seirei.or.jp/hamamatsu>