

# みどりの 通信

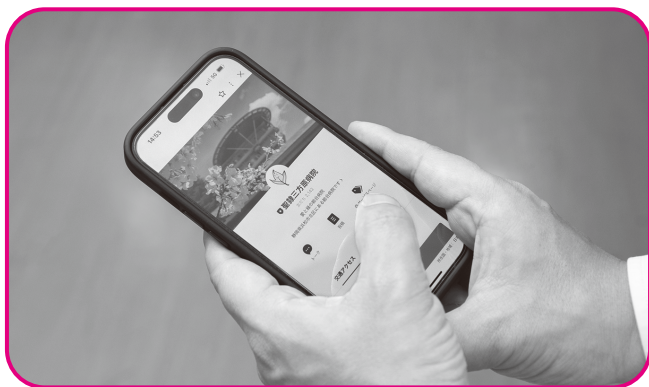


2023

5

NO.510

## LINE公式アカウントの運用開始!



4月より聖隷三方原病院LINE公式アカウントを開設しました。スマートフォンやタブレットで病院の公式情報をご覧になれます。ぜひこの機会にお友だち追加をしてみてください。

80<sup>th</sup>  
SEIREI MIKATAHARA

【理 念】キリスト教精神に基づく「隣人愛」

【経営方針】この地域にしっかりと根ざし、住民に信頼される病院づくり



社会福祉法人 聖隷福祉事業団  
医療保護施設

総合病院 聖隷三方原病院

SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL

〒433-8558 浜松市北区三方原町 3453

TEL 053-436-1251 (代) FAX 053-438-2971

# おしらせ



## 卒後臨床研修医の紹介

すぎやま いずみ  
**杉山 和**  
(浜松医科大学 2022 年卒)



## 無料Wi-Fiサービスの提供開始！

長期の入院患者さんをはじめ、外来患者さんやそのご家族からご要望の多いWi-Fi導入について、現代社会では必要なインフラであることと、導入による患者さんご家族のQOLの向上を図るため、当院は病院全館でご利用できる患者用無料Wi-Fiサービスを2023年4月3日（月）より提供を開始しました。サービスの利用につきましては、聖隷三方原病院LINE公式アカウント（新規開設）にお友だち追加をしていただければ、どなたでも利用に必要なパスワードを入手することができます。ぜひこの機会にご利用してみてください。



登録はこちら→



がん、肝炎、糖尿病等の疾病により  
長期にわたる治療が必要な求職者の皆様へ  
～ハローワーク浜松による就職支援のご案内～

患者さんの悩み・不安にハローワーク浜松の就職支援ナビゲーターがアドバイスします！

日 時：5月17日(水) 10:00～12:00

場 所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

お問い合わせ：医療相談室

電 話：053-439-9046

※事前予約可能です。医療相談室にて予約ください。

あれ!? これって…  
認知症？

## 認知症相談会

認知症の人には  
どう接したらいいの？

認知症に関する相談を、認知症看護認定看護師、医療ソーシャルワーカーがお受けします。ひとりで悩まず、ご相談ください。

日 時：5月25日(木) 14:00～17:00

※事前予約制、30分程度／1件

場 所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

申し込み：医療相談室(よろず相談地域支援室内)

電 話：053-439-0006

受付時間：月～金 8:30～17:00

主 催：聖隷三方原病院 浜松市認知症疾患医療センター

## 人間ドックのご案内

### 聖隷予防検診センター

お申し込み：

**0120-938-375**

【予約受付時間】

◆月～金曜日 9:00～16:30

◆土曜日 9:00～12:00

# がん相談支援センターからのお知らせ

## がん患者さん等のための 就労に関する相談会

静岡産業保健総合支援センターから派遣された両立支援促進員と当院の相談員がご相談をお受けいたします。

### 予約制

日 時：7月13日(木) 13:00～16:00

場 所：聖隷三方原病院 よろず相談地域支援室

対 象：患者さんご家族

## おしゃべり会「じゃがいも」

同じ病気を抱えている患者さんといっしょにお話してみませんか？おしゃべり会はみなさんで体験をわかちあい、支えあう会です。

日 時：5月18日(木) 13:00～14:00

場 所：Web開催

内 容：Web会議ツールを使用して、Web上でお話をいたします。詳しくは病院HPをご覧ください。

参加費：無料(Web通信に伴う費用につきましては、ご利用者様負担)

申込み：がん相談支援センター(053-439-9047)へお電話にてお申込みをお願いします。

最新情報はこちら→



お問い合わせ：よろず相談地域支援室内  
がん相談支援センター  
電 話：053-439-9047

## ～ 初夏のお弁当作り ～

新生活が始まってお弁当を作り始めることがあると思いますが、最近  
は梅雨前から気温が高い傾向にあるので食中毒に気を付けなければなり  
ません。

### 食中毒予防の三原則は細菌を 「つけない」「増やさない」「やっつける」 「つけない」

- ①調理をする前には、しっかりと手を洗いましょう。
- ②お弁当箱や盛付に使う箸はきれいに洗い乾燥させたものを使いましょう。
- ③お弁当用のおにぎりやパンはラップや調理用手袋を使うと衛生的です。

### 「増やさない」

- ①食材はすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する意識を持つ。そして消費・賞味期限内に使いきる。
- ②保存の際は冷めるように小分けして清潔な容器を使用する。温め直すときは十分に加熱する。

### 「やっつける」

- ①肉魚卵を使った器具は洗って熱湯をかける（台所用殺菌漂白剤の使用も効果的）
- ②加熱して食べる食品は十分に火を通して、調理後は室温に放置しない。

前日にお弁当の材料の準備をしておくことや調理時間のかかるものから先に取りかかるなど限られた時間を上手に使うことがポイントです。また気温が高い日の持ち運びの際には保冷バックと保冷剤を上手に使いましょう。

### お弁当メニューのポイント

#### ①栄養のバランス

主食（ごはん・パン・麺の炭水化物）がお弁当箱の1/2が目安。主菜（魚・肉・卵の蛋白質を多く含むおかず）を1～2品、副菜（野菜・きのこ・いも・海藻を使ったおかず）が2品くらいをそろえるとバランスが良いでしょう。

#### ②色や食材のバランス

単色の色合いより、赤・黄・緑・白・黒・茶色の食材を組み合わせると色彩豊かなお弁当になり食欲増加と栄養のバランスも整います。旬の食材は季節感を感じて地産地消にも繋がります。

#### ③味や調理のバランス

毎日作るお弁当で、おかずが飽きないようにするためにも色々な味付けや煮る・揚げる・茹でるなどの調理法でバランスを考えて日々変化をつけましょう。揚げ物や炒め物が多いとカロリーが増えてしまうので焼き物や蒸し物もおすすめです。

# てんかんの正しい理解と治療

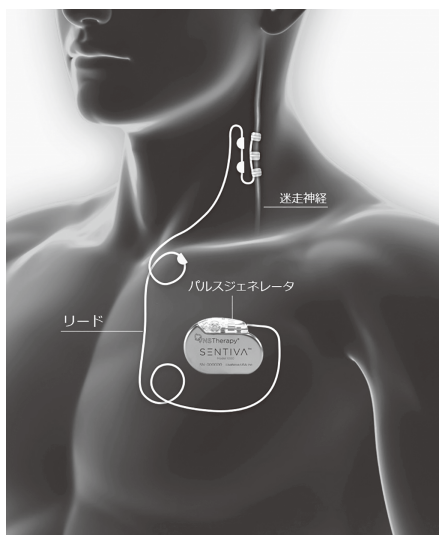
てんかんは脳の病気ではとてもよく見かける病気です。人口の100人に1人くらいの割合で起きると言われています。非常に活発な活動をする神経細胞があると、それが周囲の神経細胞も同じように活発にして、最後は同期してしまいます。その状態がてんかんの発作と考えられています。心理的な状態も関係はしますが、それが原因ではありません。一部の神経細胞の異常な活動の結果起きるものです。

治療の基本は抗てんかん発作薬と呼ばれる薬剤です。近年では新たな薬剤も次々に処方できるようになり選択肢は大幅に増えています。新たな薬剤の多くは深刻な副作用が少ない特徴があります。これらに切替えたり組合せたり工夫することで、発作が止まる患者さんもいます。

# 治療最前線

脳神経外科  
やまもと たかみち  
副院長 山本 貴道

薬剤を様々試みても発作が完全に止まらない場合、開頭による手術療法が考慮されます。手術は古くからありましたが、本邦では普及に時間がかかりました。啓発が不十分なため現在でもまだまだ手術を受ける患者さんは少ないと言えます。また最近では図に示すようにペースメーカーに似た

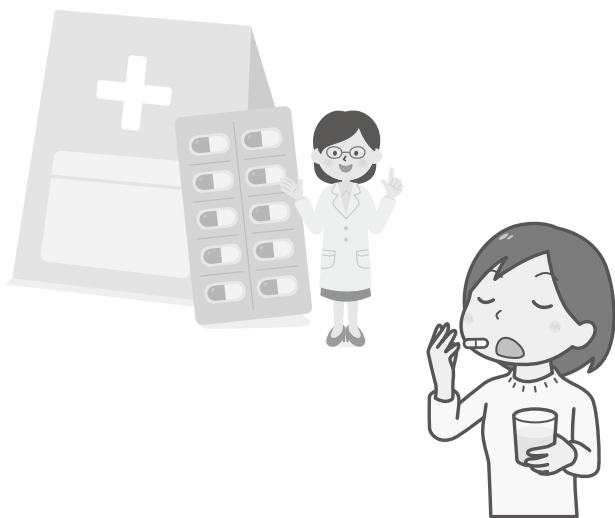


(VNSシステム: 実際は体内に埋込まれており外からは見えません。  
LivaNova Japanのご好意による)

次ページへ続く



ジェネレータを体内に植込む迷走神経刺激療法 (VNS) と呼ばれる治療が盛んに行われるようになってきました。発作の始まる部位 (焦点) が複数ある場合やそもそも焦点がはっきりしない場合など、VNSが選択されます。発作の直前に心拍が速くなる患者さんが多くいますが、それを感知して早期に電気刺激を送り発作を抑制します。発作が完全に消えていない場合、これらの外科治療の選択肢についても外来にてご相談に乗りたいと思います。外来受診をお待ちしております。







# 病院で働く人たち



## 小児看護専門看護師

小児看護専門看護師は、子どもたちが健やかに成長・発達していくことができるように療養生活を支援しています。当院では、障がいのある子どもたちが生活している聖隷おおぞら療育セン



まきのぞみ  
真木 希

ターに所属し、主に、入所や短期入所を利用する重症心身障害児・者のケアや遊びの支援、困りごとへの対応などを行っています。言葉や表情でうまく気持ちを表現できない子どもたちの思いを感じ、寄り添い、笑顔や心地よさを引き出すことを大切にしています。

### 看護外来のご案内

看護外来では、患者さんやご家族がその人らしい生活をスムーズに送れるよう、専門的な知識、技術を持った看護師が相談をお受けしています。

看護外来は予約制です。

- ・ ストーマ外来
- ・ がん看護外来
- ・ 皮膚・排泄ケア外来
- ・ 助産師外来
- ・ フットケア外来
- ・ 母乳外来



お問い合わせ先

よろず相談地域支援室（看護相談室）

TEL:053-436-1251（代）