

ふれあい看護体験



5月12日の看護の日にあわせた記念行事として、「ふれあい看護体験」を実施しました。例年、近隣の高校生の皆さんを対象として行っており、今年度は病棟での見学・食事介助や配膳体験を行い、レポートで記念撮影をしました。

【理念】キリスト教精神に基づく「病人愛」
【運営方針】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・地域医療支援病院

総合病院 **聖隷三方原病院**
SEIREI MIKATAHARA GENERAL HOSPITAL



聖隷三方原病院は、財団法人日本医療機能評価機構の定める認定基準を達成しています。

おしらせ



就職説明会・看護体験研修のお知らせ

聖隷三方原病院に就職をお考えの看護学生の皆さまを対象に、看護師・助産師の就職説明会と看護体験研修（ご希望の方のみ）を行います。

開催日：7月3日（土）、7月21日（水）、7月27日（火）、
8月4日（水）

会場：聖隷三方原病院

内容：就職説明会（開催日の午前 9：00～12：00）
看護体験研修（開催日の午後 1：00～3：30）

持ち物：筆記用具、靴（ナースシューズまたは白いスニーカー）

服装：軽装、清潔感のある服装でお越しください。

詳しくは病院ホームページをご覧ください。

<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/nurse/724.html>

お申し込み・お問い合わせ

FAX、E-mailにて下記担当者宛てにご連絡ください。

上記ホームページからも申し込みできます。

聖隷三方原病院 総務課 担当：加藤、吉田

TEL：053-439-9050（直通）、FAX：053-438-2971

E-mail：mk-hosp@sis.seirei.or.jp

『みどりの通信』へのご意見、ご感想をお待ちしております。

皆様からお寄せいただいたご意見・ご感想を今後の誌面内容の参考にさせていただきます。

e-mail：mkwebmaster@sis.seirei.or.jp FAX：053-438-2971 みどりの通信編集部

がん患者さんのためのおしゃべり会「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：7月29日(木) 14:30～15:30

場 所：聖隷三方原病院 第7会議室(管理棟2階)

対 象：がん患者さんとご家族

お問い合わせ：よろず相談地域支援室

浜松がんサポートセンター

電 話：053-439-9047



聖隷厚生園講義 ぶち宝石箱展

～画家 中道芳美さんと共に、楽しく描く仲間たちの作品展～

期 間：8月2日(月)～8月31日(火)

場 所：患者さんのための「医学情報プラザ」

(土・日・祝日を除く、10:00～16:00)

どなたでもご覧いただけます。ぜひお立ち寄りください。

夜間火災総合訓練を行います

病棟での火災発生を想定した避難誘導や発生時の初期消火活動の訓練を実施します。

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

日 時：7月14日(水) 17:30～18:00



栄養課通信7月

低カロリーでヘルシー野菜 冬瓜

夏に収穫する野菜でも風通しの良い所に置いておけば、冬まで保存できることから名前がつけられたといわれている冬瓜。冬瓜は全体の96%以上が水分で100gあたり16kcalと低カロリーです。その他に、ビタミンCやカリウムが含まれています。

冬瓜は水分が多いため利尿効果が高まり、カリウムは体内の余分なナトリウムを排出する、むくみを抑える効果があります。

ビタミンCは、血管を強くし免疫を高めるため風邪の予防に効果があります。

冬瓜はとても淡白な味のため、うま味のある食材と一緒に調理することをおすすめします。

簡単！旬のレシピ

冬瓜海老あんかけ

《栄養価 1人分》

エネルギー	60kcal
カリウム	248mg
ビタミンC	38mg

4人分

冬瓜	400g	☆銀あん	
むきえび	45g	鰹と昆布だし汁	1カップ
☆煮込みだし		みりん	大さじ2
鰹と昆布だし汁	3カップ	薄口醤油	大さじ2
酒	大さじ2	酒	大さじ1
塩	大さじ1/2	水溶き片栗粉	適量

《作り方》

- ① 冬瓜は5cmの角切りにし、皮をむいてワタを取る。
- ② 鍋に煮込みだしと冬瓜を入れて中火にかけ、煮立ったら弱火にして20分煮る。
冬瓜が半透明になって中まで煮えたら器に取り出しておく。
- ③ 銀あんの材料を鍋に入れて火にかけ、煮立ったらむきえびを入れる。
- ④ ひた煮立ちして、とろみがついたら火からおろし、冬瓜にかける。

* 冷蔵庫に入れて冷やしても美味しく食べられます。



栄養課 管理栄養士 桂 知子

そけいヘルニア(脱腸)について

「ヘルニア」と聞くと、まずみなさんが想像するのは腰のヘルニア(腰椎ヘルニア)ではないでしょうか。「ヘルニア」という言葉は、ラテン語で“飛び出す”という意味があり、体の組織の一部が正常な場所から飛び出した状態を指します。「鼠径(そけい)」とは、足の付け根の部分指します。今回お話しする「そけい(鼠径)ヘルニア」とは、足の付け根の部分に腸などの一部が飛び出てきてしまう病気のことをいいます。

そけいヘルニアは、世間では「脱腸」と呼ばれることも多く、耳にしたことがある方もいらっしゃるかもしれません。「ヘルニア(飛び出す)」という言葉のとおり、足の付け根が膨らんでくるのが特徴的な症状です。この膨らみは、立ったり力を入れると現れ、寝たりすると消えてしまうのも特徴のひとつです。(図1)

そけいヘルニアの治療を受ける方は年間に約15万人程度いるといわれ、決してめずらしい病気ではありません。また、そけいヘルニアの治療法

は手術しかないため、どこの病院も外科が治療を担当することになります。

この病気は加齢や腹圧により、お腹の壁を支える筋肉や筋膜が弱くなり、その隙間から腸などが飛び出してくることが膨らみの原因とされています。薬や筋肉を鍛えるなどの方法では、この隙間を塞ぐことはできないため、手術でその隙間を塞ぐ処置が必要になります(この隙間を塞ぐために、手術では人工のメッシュを用いて修復・補強を行います)。最近では、手術法や用いる補強用のメッシュの素材が改良され、より患者様への負担が少なくなるような工夫が試みられています。

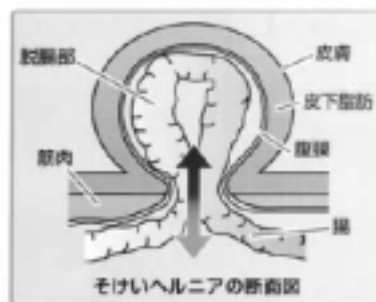
そけいヘルニアは良性の疾患ですが、自然に治ることとはなく放置すれば徐々に大きくなることや、まれに膨らんだ状態から元に戻らなくなる(この状態を“嵌頓(かんとん)”)と言い、緊急に手術が必要な危険な状態)ことがあるため、基本的には手術をお勧めしています。

当院では、そけいヘルニアの手術を年間約150人の患者様に対して行っています(入院期間は3~5日間、手術は下半身麻酔で行い、手術時間は約40分程度です)。

外科
医師
木村 泰生



そけいヘルニアになると多くの場合
そけい部（足の付け根周辺）が
ふくれてきます。



そけいヘルニアの断面図

図1

この度、当院ではそけいヘルニア患者様を対象に『そけいヘルニア専門外来』を開設しました。毎週月曜日と木曜日の午前中に診察を行っています。

受診にあたってはお手元に紹介状をご用意のうえ、地域医療連携室をご利用ください。

聖隷三方原病院 地域医療連携室

TEL: 053-439-0001

月～金曜 8:30～19:00

土曜 8:30～13:00

新任医師紹介



総合診療内科 日置 文良
(東邦大 1969年卒)



耳鼻咽喉科 大嶋 吾郎
(浜松医科大 1997年卒)



歯科 碓田 勇司
(日本歯科大 2004年卒)



麻酔科 植田 広
(浜松医科大 2007年卒)

編集後記

7月に入り、朝夕の涼しさも消えて夏本番が近づいてきました。夏の旬の食べ物のひとつにスイカがあげられますね。スイカに含まれる果糖やブドウ糖は他の糖質に比べエネルギーに変わるのが速いので、夏の暑さで疲れた身体を癒すには即効性があるそうです。暑い夏がはじまると食欲も落ちてしまいがちですが、見た目涼しいものや辛いもの、食欲が出るもの…とひと工夫して、夏ならではの食を楽しみましょう。

今月の花：スイートピー

「スイート（甘い）」と「ピー（豆）」という意味です。最初の発見者はイタリアの神父さんでした。花の形は蝶型で、花びらの色はやさしい柔らかなパステルカラーです。

今月の色：リンカーン・オレンジ 初夏の太陽の色です。

発行責任者：総合病院 聖隷三方原病院 病院長 萩野 和功
〒433-8558 浜松市北区三方原町 3453
TEL 053-436-1251 (代) / FAX 053-438-2971
<http://www.seirei.or.jp/mikatahara/>