

# ベリタス病院 NEWS



2011年6月号(vol.113)

## 訪問看護ステーションについて



ベリタス訪問看護ステーションは、2005年11月に開設されたステーションです。昨年は縮小しておりましたが、2011年4月1日より、訪問リハビリテーションも加わり、改めて再スタートしました。

訪問看護ステーションでは、病気や障害を持った人が住み慣れた地域で、その人らしく療養生活をおくれるように健康状態の管理や助言、リハビリテーションを行います。また、医師やケアマネジャーと連携を密に図り、ご自宅での看取りもサポートします。

現在訪問看護ステーションのスタッフは、看護師4人、理学療法士2人で、日々の訪問に努めています。

ご本人、介護されるご家族の皆様が安心して療養生活を継続できるようにスタッフ同心をこめてご支援いたします。

いつでもお気軽にご相談ください。

お問い合わせ ベリタス訪問看護ステーション  
(直通) 072-793-8353

## 健康診断の血液検査について

春は健康診断の季節でもあります。会社や、学校で、健康診断を受ける機会も多いかと思いますが、健康診断において血液検査で具体的にどんなことを調べているのかについてご存知の方は少ないかと思いますが、今回は、健康診断でよく検査される項目について簡単にご説明いたします。

肝機能	AST (GOT)	血中にある酵素の一種で、臓器に異常があると血中の値が上昇します。GOTとGPTは特に肝臓に異常がある場合の診断に用いられます。	脂質	LDL-Chol	主に肝臓で作られ、コレステロールなどの脂質を運搬する働きを持っています。そのため多くなると末梢血管へ運ばれる脂質が多くなり動脈硬化の原因となります。
	ALT (GPT)			HDL-Chol	血管内の余分なコレステロールを掃除します。その役割から、LDL-Cholは悪玉コレステロール、HDL-Cholは善玉コレステロールといわれています。
	-GTP			TG (中性脂肪)	体内にある脂肪の一種で、動脈硬化の指針の一つとなります。
血糖	血糖 (FBS)	空腹時の血中のブドウ糖をはかります。糖尿病になると血糖値がうまく下がらなくなり、値が上がります。	貧血	赤血球 (RBC)	血液中の赤血球数、さらに赤血球中の酸素を運ぶ役割である血色素を調べます。値が低いと酸素不足になり貧血を起こします。
				血色素 (HGB)	

## トライやるウィークについてのお願い

当院では毎年、トライやるウィークに協力しております。5月～7月にかけて、近隣中学校の生徒さんたちが職業体験として外来や病棟などで業務を行う場合がありますので、ご協力の程よろしく申し上げます。

## 第124回 医療講演会

日時・場所： 6月23日（木）13：30～15：00  
明峰公民館  
川西市萩原台西3-282-11

テーマ： 「腰痛予防のための運動  
～自宅で出来る体操を中心に～」

講師： ベリタス病院 理学療法士 木原秀樹

日常生活の中で一番容易に再発する腰痛に着目し講演をさせていただきます。

内容は腰痛の病態や予防するための自宅で行える簡単な体操指導、日常生活でのちょっとした腰痛を防ぐ方法についてお話させていただきます。

## 第125回 医療講演会

日時・場所： 6月30日（木）13：30～15：00  
多田公民館  
川西市多田院1-5-1

テーマ： 「消化器の病気あれこれ」

講師： ベリタス病院副院長・内視鏡センター長  
片岡伸一

最近の傾向として胃がんは減りましたが、大腸がんが増えています。胃潰瘍は減りましたが、胸やけが増えています。肝炎は減りましたが、脂肪肝による肝硬変が見られるようになってきました。

今回は最近の消化器疾患の傾向についてお話したいと思います。

参加のための予約等は必要ありませんので、どうぞそのままお越しください。  
参加費用は無料です。  
その他お問い合わせは当院「地域医療連携室」まで

TEL 072-793-7890(代) FAX 072-793-0900  
e-mail [rennkei@shinshinkai.jp](mailto:rennkei@shinshinkai.jp)

## 新人看護師ローテーション研修



毎年3月に国家試験に合格したばかりの新人看護師が入職してきます。

ベリタス病院では患者様に、より良い看護が出来るように、計画を立てている様々な取り組みをしています。まず、4月の1カ月間は、基礎的な知識・技術（社会人としてのマナーや倫理・注射など）を学びます。そして、5月から2人



1組になって1～2カ月毎に各病棟をまわり、先輩看護師と一緒にいろんな知識や経験を身につけていきます。

少しでも早く一人前の看護師になるよう一生懸命に頑張りますのであたたかく見守って下さい。

## クールビズについて

ベリタス病院では、地球温暖化防止運動に賛同し、5月10日から一般事務職員の服装をノーネクタイ・ノー上着とさせていただいております。ご来院の皆様には、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。





## 食中毒を予防しよう

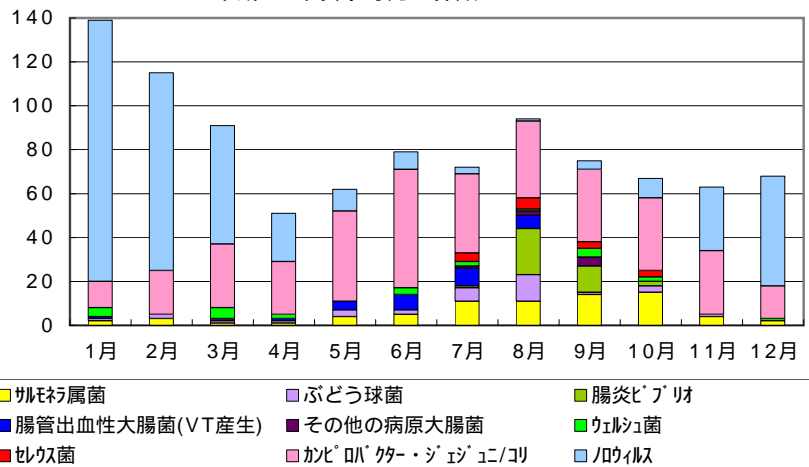


梅雨の時期から気温や湿度が高くなると、注意が必要なのが食中毒です。夏場の温度や湿度が細菌の増殖に適しているためです。しかし近年では冬場に発生する数も増加しています。12月～2月頃の冬場にはノロウイルスが多く発生しますが、6月～9月の夏場にはカンピロバクターの発生件数がダントツに多くなっています。家庭でできる食中毒予防のポイントを知り、食中毒発生を予防しましょう。

### カンピロバクターの特徴

- 原因食品は主に食肉やその加工品(特に鶏肉の汚染率が高い)
- 少量の菌で感染し、犬・猫などのペットの糞便で感染することもある。
- わずかな酸素があるところでも増殖し、4℃以下の低温でも生存することができる。
- 症状は主に発熱・頭痛・下痢・腹痛。
- 乾燥に弱いので、食品を十分に加熱する、使用した調理器具は洗浄後よく乾燥させること。

平成22年食中毒発生件数 【厚生労働省】



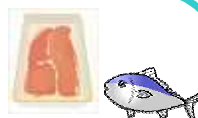
## 家庭でできる食中毒予防の為の6つのポイント

### point① 食品の購入



- 消費期限などの表示をチェック!
- 肉・魚はそれぞれ分けて包む
- 購入したら寄り道しないでまっすぐ帰る

### point② 家庭での保存



- 帰ったらすぐ冷蔵庫へ!
- 肉・魚は汁がもれないように包んで保存
- 冷蔵庫は10℃以下に維持
- 冷凍庫は-15℃以下に維持

### point③ 下準備



- 冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
- こまめに手を洗う
- 包丁などの器具、ふきんは洗って消毒
- 生肉・魚は生で食べるものから離す
- 野菜もよく洗う

### point④ 調理



- 加熱は十分に(目安は中心部分の温度が85℃で1分間以上)
- 作業前に手を洗う
- 調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ
- 電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

### point⑤ 食事



- 食事の前に手を洗う
- 盛付は清潔な器具、食器を使う
- 食事を長時間室温に放置しない

### point⑥ 残った食品



- 時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる
- 早く冷えるように小分けする
- 温めなおすときは十分に加熱する(目安は85℃以上)



旬を食べよう

## アスパラと鰯の焼びたし

エネルギー：211kcal

塩分：1.5g



### 材料 (2人分)



グリーンアスパラガス	1と1/2束
鰯(あじ)	2尾
白ねぎ	1/2本
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1/2
赤唐辛子	1/2本
レモン絞り汁	大さじ1/2
水	大さじ1



### 作り方



白ねぎは斜めうす切りにし、と合わせてパットにあける。鰯はゼイゴを取る。頭を落としてワタを抜き、水洗いする。水気をふき、半分に切っておく。グリーンアスパラガスは根元のかたい部分を切る。焼き網を十分に熱し、グリーンアスパラガスと鰯を焼いて中まで火を通す。焼けたらグリーンアスパラガスを半分に切る。熱いうちに に漬け込んで味をなじませる。

参考,引用：キッコーマンホームクッキングH.P.

## 治験(創薬センター)からのお知らせ



創薬センターでは、糖尿病の治験にご協力いただける方を募集しています。

**「糖尿病」と診断されている方**  
**未治療または経口糖尿病治療薬を服用されている方**  
 (但し、インスリン治療中の方はご参加いただけません)  
**HbA1cが高め(6.5%~10.0%)の方**  
**20歳以上の方(男女は問いません)**

参加基準に合わない場合や、予定人数に達した場合には治験にご参加いただけない場合がございますので、予めご了承ください。治験中は通院にかかる患者様の負担を軽減する「負担軽減費」が支払われます。個人情報保護されますので、ご安心してお問い合わせください。左記以外にも参加基準がございます。

上記に該当し治験にご興味をお持ちの方、および治験に関するご質問は、医事課受付又は内科受付を通して、創薬センターまでお問い合わせください。(募集期間：~2011年7月31日まで)

### 治験とは・・・

長い研究を経て生まれた「お薬の候補」を厚生労働省から「薬」として認めてもらう為に、患者様や健康な方にご協力を頂いて効果や安全性を詳しく調べる必要があります。これらを目的として実施する臨床試験を「治験」といい、それにご参加頂く方を「創薬ボランティア」といいます。治験はご参加いただいた「創薬ボランティア」の人権や安全に配慮し、国の定めた基準に基づき実施されます。現在使用されているお薬はすべてこの「治験」を経て「承認」され、必要とする多くの患者様の治療に役立てられています。

1. 人間性のある真心のこもった医療
2. 優秀な医療技術
3. 安定した経営基盤
4. 安全な医療
5. 快適な医療環境

以上、5つのキ・ワ・ドが互いにバランスよく作用しながら地域の皆様に信頼・愛される病院を目指します。

### ベリタス病院ニュース

発行 医療法人 晋真会 ベリタス病院 広報委員会  
 〒666-0125 兵庫県川西市新田 1-2-23  
 Tel 072-793-7890 Fax 072-792-5771  
 HPアドレス <http://www.shinshinkai.jp/>  
 メールアドレス [info@shinshinkai.jp](mailto:info@shinshinkai.jp)

発行責任者 野崎 雅夫  
 発行日 平成23年6月1日