

聖なる丘だより

第46号

■発行日／平成30年1月



新年のごあいさつ

皆様におかれましては輝かしい新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

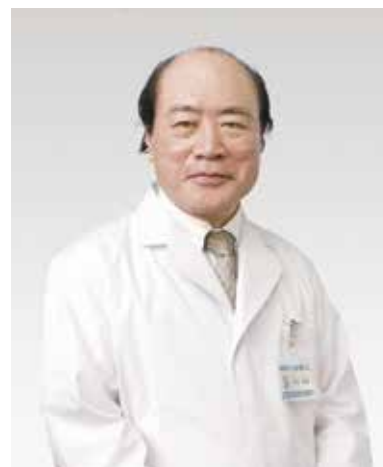
新年に当たり先ずお祈りしたいのは世界の平和と安定です。特に日本海は昨年より緊張状態が続いており国民の心配事です。平和的に解決されるよう切に祈願したいと思います。

さて、セントヒル病院は今年2月に日本医療機能評価機構による認定病院更新の訪問審査を受けます。是非合格して患者さんに対するチーム医療がスムーズに行えるよう、安心できる質の高い医療を追及して行きたいと思っています。

8月にはPETサマーセミナーが湯田にて開催され(菅PETセンター長が大会長)、全国から核医学関係者が参加します。実りある集いになればと期待しているところです。

地域医療に関しましては超高齢社会に備え医療構想が展開されています。宇部市は総人口に占める65歳以上の割合(高齢化率)が既に3割を超えており、全国平均を上回っています。今後、高齢化率は更に上昇し2040年には凡そ10人に4人が高齢者になると見込まれています。これに対応するためには従来の個々の病院中心の医療から地域で医療を守る即ち病院、クリニック、施設、行政が一体となって地域全体で守る「地域包括の医療」が求められています。時代の流れに沿い私たちの個性を生かし本当に地域に役立つ信頼される病院を目標にして進化して参ります。今後ともご指導ご鞭撻の程宜しくお願い申し上げます。

皆様におきまして今年1年が良い年になりますよう心よりお祈りします。



医療法人聖比留会 セントヒル病院

院長 西嶋 雋嘉

病院の理念

信頼される

私達は地域住民に安心できる 病院を目指します。

親しまれる

基本方針

1. 患者さまの人権を尊重し、個人の情報を保護します。
2. 安全管理を徹底し、患者さまに満足される医療を提供します。
3. 最新の医療機器・設備による高水準の医療を提供します。
4. 地域医療機関との連携を強化し、患者さまのニーズに応えます。
5. 働き甲斐のある職場、健全な病院運営に努めます。



医療法人聖比留会

セントヒル病院

〒755-0155 山口県宇部市今村北3丁目7番18号

TEL(0836)51-5111 FAX(0836)51-9999

<http://www.sthill-hp.or.jp/st/>

セントヒル病院

検索



こつそしょうしょう そうだ! 骨粗鬆症の治療をしよう!!

こつそしょうしょう ① 骨粗鬆症とは何?

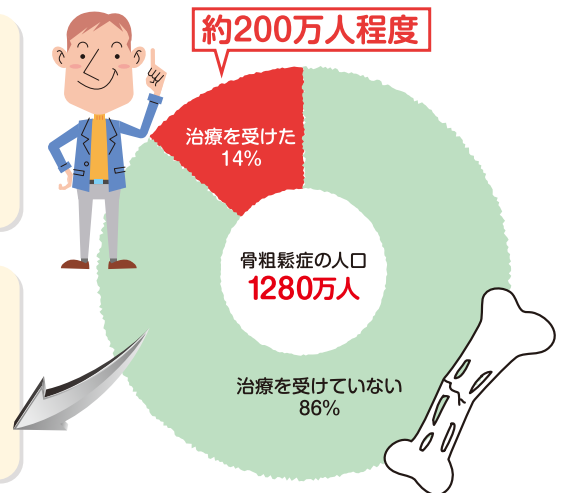
「骨強度の低下を特徴とし、骨折のリスクが増大しやすくなる骨格疾患。」

➡ 簡単に言うと、**立位の状態で転倒すると骨折**する病気。

② 何人くらいいるの?

日本では40才以上の骨粗鬆症患者さん**1280万人**もいる。

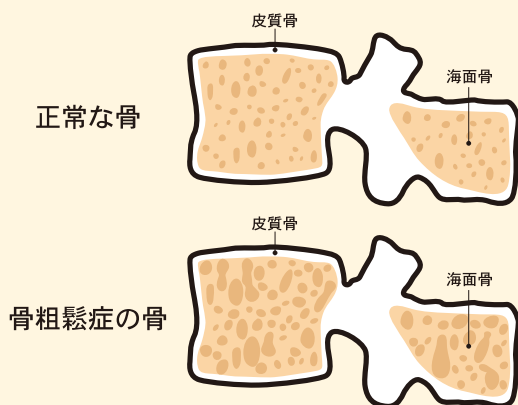
➡ ただし、治療しているのは約200万人程度と少ない!



③ 何がおこっているの?

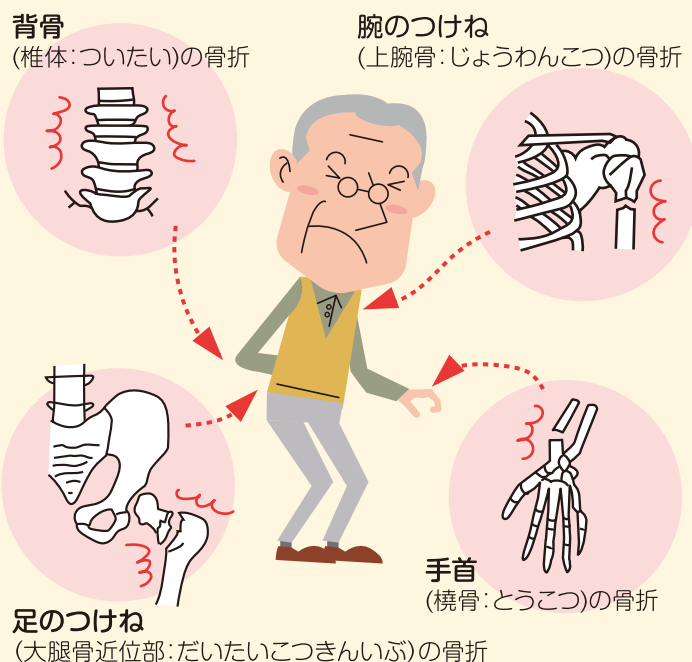
- 閉経に伴うエストロゲン欠乏、カルシウム、ビタミンD・Kの不足による**骨吸収亢進作用**
- 加齢による筋力低下、寝たきりなどで**力学的負荷の低下**

➡ 骨がスカスカになり骨折しやすくなる



④ どこが折れる?

● 橈骨 ● 肋骨 ● 大腿骨 ● 椎体骨折



⑤ 骨折すると何が悪い?

- 次の骨折が起こりやすくなる!
- 寝たきりになる原因のうち15%が転倒・骨折

ますどんな骨折でも痛い!



骨粗鬆症について知ろう!

⑥ 検査はどうする?



自宅では

- 腰が曲がったら
- 以前より背が縮んだと感じたら

➡ **骨粗鬆症**を疑いましょう



病院では

- 骨密度検査**が行えます

⑦ 診断は？

大腿骨近位部骨折(太ももの付け根)
椎体骨折 (背骨の骨折)

肋骨、骨盤、上腕骨近位部
(うでの付け根)
橈骨遠位端骨折

+ 骨密度が
80%未満



こつそしょうしょう
骨粗鬆症

骨密度が
70%未満

⑧ 治療は？

薬物以外

食事療法

- カルシウムの摂取:700-800mg/日
(牛乳1本200ml≒Ca200mg)
- ビタミンDの摂取
- 日光浴(ビタミンDの合成のため)

ビタミンD を多く含む食品

しらす干し	さんま
きくらげ	いくら
いわし	干ししいたけ
さけ	うなぎ

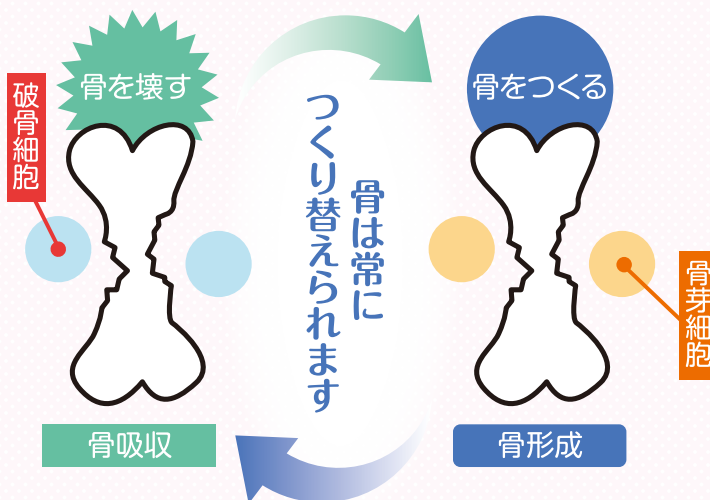
運動療法

- ウォーキング
- 筋力訓練
- 有酸素運動

体を動かす
療法だよ



薬物



- ビタミンD
- 選択的エストロゲン受容体モジュレーター (SERM)

▶ 毎日内服

●骨吸収抑制薬

ビスフォスフォネート (BP)
デノスマブ

▶ 週1回内服
月1回内服・注射
半年に1回注射

●骨形成促進剤

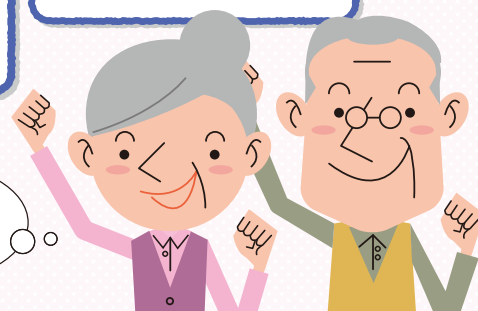
副甲状腺ホルモン薬

▶ 毎日注射
週1回注射

骨粗鬆症の治療を希望されれば当院にお越しください。
骨密度測定から治療まで行うことができます。

整形外科 岡崎朋也

骨粗鬆症を
予防しよう!!



中国腎不全研究会にて優秀賞を受賞!

Congratulations!

11月5日(日)広島国際会議場にて第26回中国腎不全研究会が行われました。

当院からは、ポスターセッションにて以下の2演題をエントリーし、それぞれ優秀ポスター賞、優秀演題賞をいただきました。

バスキュラーアクセス部門

優秀ポスター賞

難易度別穿刺基準と血管エコーを活用した患者と共に守るバスキュラーアクセス



腎臓リハビリテーション部門

優秀演題賞

透析中の左右同時手指運動に左右別運動を加えての認知症予防・改善効果の検討



選考委員からは満場一致にて優秀賞をいただきました。また、同一施設から2演題優秀賞を受賞することは初めてのことだそうです。今後もセントヒル病院腎臓センターでは、日々研鑽を積み患者さんにより良い医療を提供できるよう努めていきたいと思ひます。



おめでとうございます♪



栄養管理室の おすすめレシピ

鮭のきのこ マヨネーズ焼き

明けましておめでとうございます。年末年始は皆様どのように過ごされましたか。

今回は冬の高血圧についてです。冬は、①寒さにより血管が収縮しやすい ②忘年会やお正月など食べ過ぎ、飲み過ぎる機会が多く、アルコールや塩分摂取量が増える ③運動不足になりやすく体重が増えがちなどによって、他の季節よりも血圧が上がりやすいと言われていいます。それに伴って脳出血や脳梗塞、心筋梗塞のリスクも高くなります。生活習慣を見直して、寒い冬を健康に過ごしましょう。

❄️ 寒い冬の高血圧対策 ❄️

- ✓ 塩分を控えましょう。アルコールは適量を。おせち料理は、塩分・糖分が多い料理がありますので食べ過ぎに注意しましょう。
- ✓ 積極的に野菜や海藻類を摂取し、ビタミン・ミネラルを補給しましょう。
- ✓ 便秘にならないよう、食物繊維をしっかり摂りましょう。(トイレでいきむ事で血圧が上がります)
- ✓ 急激な温度変化に気をつけましょう。室内のみでなく、脱衣所や浴室、トイレもあらかじめ暖めておくとい良いです。外出時の防寒対策はしっかりと。
- ✓ 寒くても、生活のなかで身体を動かす意識、適度な運動を心掛けましょう。散歩や運動は、冷え込んだ朝よりも気温が上がった日中に行うと良いです。

<作り方>

- ①えのきたけ、しめじは石づきをとり、7～8mm長さに切る。
生しいたけ、玉ねぎは薄くスライス、赤ピーマンは5mm角に切る。
- ②鮭に、生姜汁、酒、コショウを振り、しばらく置く。
- ③オーブンの鉄板にクッキングシートを敷き、油を塗って②の鮭を乗せ、180℃で5分程度焼く。
- ④Aを混ぜ合わせ③の上に寄せ、赤ピーマンを彩りよく散らす。
再び180℃のオーブンで8～10分程度焼く。
※野菜に火が通り、表面に焼き色が付いたらOK。
表面が焦げそうな場合は、クッキングシートやアルミホイルを被せて加熱しましょう。
- ⑤お皿に盛り、付け合せを添える。

1人あたり

- エネルギー.....197kcal
- たんぱく質.....16.8g
- 脂質.....12.8g
- 塩分.....0.3g



<材料(2人分)>

鮭	70g(1切れ)
生姜汁	2g
酒	1g
こしょう	少々
焼き油	2g
えのきたけ	10g
しめじ	10g
生しいたけ	10g
玉ねぎ	5g
マヨネーズ	10g
赤ピーマン	5g

～付け合せ～	
ブロッコリー	20g
にんじん	10g

薬剤部だより

今回はセントヒル病院薬剤部の活動について紹介します。

～ 調 剤 ～

主に入院患者さんへの調剤が中心となりますが、処方チェックはもちろん、誤投与防止の観点からも患者さん一人ひとりに合った調剤をするよう心がけています。

注射薬では投与量・投与経路・投与速度・投与時間・投与間隔のチェックに加え相互作用・安定性・配合変化などを他のスタッフへ助言しながら、安心・安全に投与できるよう、内服薬同様の調剤を実践しています。

～ 病 棟 業 務 ～

2フロアある一般病棟には、1フロアごとに1名の薬剤師が常駐しており、服薬説明や薬の管理を担っています。特にベッドサイドの時間を大切にしており、アレルギー・副作用チェックから、持参薬の確認、服薬状況の評価や吸入指導まで、薬剤師能を発揮し、アドヒアランスの向上に寄与しています。

～ 化学療法支援 ～

治療法の審査において中心的役割を果たすと共に、専用の設備内(安全キャビネット)で全ての抗がん剤を無菌的に調製しています。入院患者さんのみならず、外来で抗がん剤治療を受ける患者さんにも心のケアを忘れず丁寧な服薬指導を行っています。

～ P E T 業 務 ～

当院ではPET/CT検査時に投与される薬剤(18F-FDG:フルオロデオキシグルコース等)を県内で唯一院内の無菌設備内で合成しています。安心安全な検査ができるよう、合成された薬剤の純度、性状等を薬剤師が厳しくチェックしています。

～ 薬 品 管 理 ～

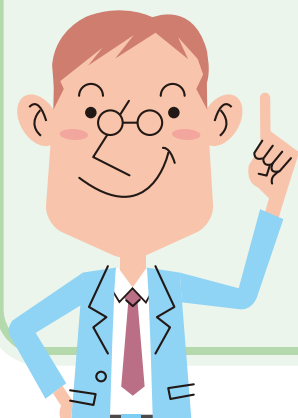
院内にある薬は、期限チェックをはじめ全て薬剤部が管理しています。当院では2012年から導入された処方・注射オーダリングシステムと薬品管理システムとを連動させ、最小単位(1A,1V等)で院内の薬品在庫状況を把握できるようにしています。

～ 地 域 連 携 ～

在宅でも服薬を継続してもらうため、地域連携室の退院前カンファレンスに参加し、家族や訪問看護師などに退院後の服薬管理を想定したお薬情報を提供しています。

～ 学 会 活 動 ～

毎月、薬剤部内で症例発表会を開くと共に、院内の研究会や委員会でも積極的に発表しています。2017年度も日本医療薬学会でポスター発表するなど学術活動も盛んです。



現在、薬剤師4名・薬剤助手2名と決して多い人数ではありませんが、いつも患者さんへの奉仕の精神を忘れず、薬物療法が最適なものになるよう、一丸となって努力しています。



にこにこ園秋の運動会

10月27日(金)職員用保育施設にこにこ園でプチ運動会を行いました。入場行進、大好きなしまじろうのダンスやかけっこ、玉入れなど練習の成果を出し切って最後まで元気いっぱい楽しみました。泣き出すこともなく、みんなよく頑張りました！

運動会を通して大きな成長を見せてくれた子どもたちです。



新人職員紹介



透析室事務

藤井 梨夏子

透析室事務の藤井です。2017年4月から透析室の事務員として勤務しております。最初は分からないことが多かったですが、事務の先輩方が優しく丁寧に指導して下さいました。おかげで、少しずつ出来る仕事が増えました。まだまだ知識不足で、覚えることもたくさんありますが、一生懸命頑張っていきますので、よろしくお願い致します。



透析室看護師

藤田 香澄

4月より透析室に勤務しております。知識も技術も未熟で迷惑をかけてしまうことが多いです。しかし、先輩看護師の方々が丁寧に指導してくださるので、日々色々なことを学んでいます。患者さんに信頼される看護師になれるよう頑張っていきますので、よろしくお願い致します。



3階病棟

江原 光稀

入職して6ヶ月が過ぎましたが、まだまだ未熟に感じる部分もあります。しかし受持ち患者さんの退院までの援助や、処置の介助を行うことで少しずつ一人前の看護師になるためのスキルを磨いています。仕事上わからないこともあります。先輩看護師が1つ1つ丁寧に教えていただけることもあり、とても良い職場環境です。苦難を乗り越え成長していきたいと思っています。





スタッフ募集中

セントヒル病院は、長く働いていける職場を目指しています。
私たちと一緒に働いてみませんか？

募集職種	看護師 ▶ 募集人員5名	准看護師 ▶ 募集人員5名
勤務内容	病棟、透析室、外来、手術室での看護業務	病棟、透析室、外来、手術室での看護業務
勤務時間	(日 勤) 8:30~17:00 休憩60分 (夜 勤) 16:30~ 9:00 休憩120分 (透析日勤) 8:00~16:30 休憩60分 (透析夜勤) 16:30~24:00 休憩 60分 ※その他、配属部署により早出・遅出勤務等あります。	
給 与	[基本給] 月額200,000円~ *職務経験考慮いたします [賞 与] 年2回 *人事考課制度の適用有り [昇 給] 年1回	[基本給] 月額156,000円~180,700円 *職務経験考慮いたします [賞 与] 年2回 *人事考課制度の適用有り [昇 給] 年1回
諸 手 当	[夜 勤 手 当] 14,500円/回 [透析夜勤手当] 6,500円/回 [認定看護師] 20,000円/月 [住 宅 手 当] 10,000円/月(借家の世帯主であること) [通 勤 手 当] 通勤距離に応じる、限度額20,000円/月	[夜 勤 手 当] 12,300円/回 [夜間透析手当] 6,000円/回 [住 宅 手 当] 10,000円/月(借家の世帯主であること) [通 勤 手 当] 通勤距離に応じる、限度額20,000円/月
●休 日/原則として週休2日、1ヶ月単位の変形労働時間制による週37.5時間勤務 その他、正月休暇、盆休暇有り 年次有給休暇 初年度10日(入職日より5日取得可) ●社 会 保 険/健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険 ●退職金制度/確定給付企業年金制度有り(勤続3年以上) ●そ の 他/院内託児所有り、夜間保育有り(2回/週)、育児休業及び育児短時間正社員制度有り、長期職員研修における援助有り ●採用担当者/看護部長 宇都宮 ●電話番号/(0836)51-5111		

PET検診コースのご紹介

※通常は料金①となりますが、ご夫婦そろって受診される方、誕生月に受診される方等は料金②となります。その他、料金②となる条件については当院ホームページをご覧ください。※料金については2018年1月31日までの料金となります。それ以降は料金に変更される可能性があります。

コース名	コース説明	料金①	料金②
PET/CTコース	PET/CT単独のコースです。	¥78,710	¥74,080
スタンダードコース (標準コース)	PET/CTに腹部エコー、血液検査を加えたがん検診標準コースです。	¥111,945	¥105,360
スタンダード・レディースコース	スタンダードの内容に、乳腺エコー、骨盤部MRIマンモグラフィ検査を加えた女性向けコースです。	¥134,640	¥126,720
エグゼクティブコース(男性)	肺・甲状腺・乳腺・腹部などのがんに加え、脳血管疾患等も視野に入れ総合的検査をするコースです。	¥145,095	¥136,560
エグゼクティブコース(女性)		¥155,635	¥146,480

患 者 さ ま の 権 利

1.人権を尊重される権利

- 疾病の種類、社会的立場等に関わらず、すべての人には良質な医療を平等かつ公平に受けられる権利があります。患者さまは個々の人格や価値観などを尊重され、自らの意見を述べる権利があります。
- 人道的ターミナルケアを受ける権利及びリビングウィルを尊重し、できる限り尊厳を保ちつつ死を迎える為にあらゆる可能な支援を受ける権利があります。

2.最善の医療を安全に受けられる権利

- 常に患者さまご自身にとって最善の医療を受ける権利があります。

3.プライバシーが守られる権利

- ご提供いただいた病気に関わる私的な情報や診療の経過で得られた情報は当院の規程に従い厳正に取り扱います。患者さま自身の許可なく第三者へ提供しません。
- 医療の発展のため、治療の成果等を研究や教育へ活用させていただく事があります。使用の際には、プライバシーの保護には細心の注意を払います。

4.医療の情報を知る権利

- ご自身のカルテに記載された自分自身の情報を開示され、自己の健康状態について情報を得る権利があります。

5.理解し納得できるまで説明を受ける権利

- 治療や検査の必要性や効果、危険性、他の治療方法の有無などについて、わかりやすい言葉や方法での説明を求める権利があります。

6.医療行為を選択する権利

- 自分の意思で主体的に治療方法等を決定することができます。また、複数の専門医等(セカンドオピニオン)の意見を求めたり、他の医療機関へ移動する事も出来ます。してほしくない治療を断ることもできます。
- 他の医師の意見を求めることで不利な扱いを受けることはありません。

平成14年9月10日作成
平成19年11月8日改定
平成20年11月6日改定
平成24年4月1日見直し