

五十鈴の風

平成23年1月発行
発行：市立伊勢総合病院

安心していただける医療を

謹
賀
新
年

- 年頭のあいさつ・・・・・・・・・・院長 間島 雄一
- 院内トピックス①・・・・・・・・・・眼科診療再開のお知らせ
- 院内部署シリーズ・・・・・・・・・・薬局
- 栄養管理課だより・・・・・・・・・・魚のパン粉焼き
- 院内各科紹介・・・・・・・・・・内科
- 健康メモ・・・・・・・・・・肥厚性癥痕、ケロイドについて
- 院内トピックス②・・・・・・・・・・オータムコンサート&クリスマスコンサート
- いきいき健康体操・・・・・・・・・・第6回【腰の筋力アップ体操】



「雪前迫る(湖沢カールから奥穂高岳) 仁木 康雄 (内科) 撮影

事務局だより

皆様から「五十鈴の風」の表紙を飾る写真を募集しています。広報図書委員会事務局(総務課 中村)までお願いします。

市立伊勢総合病院 の 基 本 理 念

- 患者様の立場より 愛情と責任を持ち、安全で安心していただける医療
- 病院機能の立場より 良質かつ高度の医療
- 地域医療の立場より 円滑かつ密な機能分担、合理的かつ効率的な医療

迎春

年頭のあいさつ

病院事業管理者 院長 間島 雄一



あけましておめでとうございます。本年も市立伊勢総合病院は市民の皆さんに安全で高度の医療を提供してまいりますのでよろしくお願いいたします。

当院は市民病院でありますので、職員一同市民のための医療、市民のための病院を常に心がけてまいります。そして市民の皆さんには、この病院の良さを肌で感じていただきたいと思います。

恒例の市民の方を対象とした病院祭りは、昨年11月に開催されました。約1000名の市民の方々が、祭りに参加していただき盛会裏に終わりました。昨年6月の市民公開講座は「手のしびれ」を神経内科科長の松本勝久医師が、「やさしく治すお腹のがん」を外科科長の伊藤史人医師が講演しました。また11月の市民公開講座は「困っていませんか？ 胸やけ、むかむか、お腹いた」を内科医長の青木雅俊医師が、「いつまでも素敵女性で！」を産婦人科科長の村松温美医師が講演しました。いずれの公開講座も参加された方々に大変好評でした。今後も公開講座で新しい情報を発信してまいります。

さて、本年2月から2名の眼科医師が赴任し、診療を開始します。眼科の外来診療や手術を積極的に行ってまいりますので、おおいに御利用いただきたいと思います。

院内トピックス

2月1日から眼科診療を再開します。

木曜日の午後のみとなっていました眼科の診療を、平成23年2月1日から、全面的に再開します。医師2名による毎日の外来診療と、手術、入院治療も可能となります。

再開にあたり、様々な眼科疾患に対応した最新の医療機器を整備しました。また、他の診療科受診中の患者さんについても医師間の連携が円滑に行われ、これまで以上に充実した、より質の高い医療を提供できるようになりました。



院内部署シリーズ

薬局



外来処方箋を院外へ発行するようになり、薬剤師の業務は病棟中心へと大きく変化しました。院内の各部署へ薬剤師を配置し、薬剤師8名・助手3名で業務を行っています。

医師や看護師などのスタッフと連携をとりながら薬の適正使用チェックを行い、入院された患者さんのベッドサイドに伺って、薬の効果・飲み方・注意点等を説明しています。

また、従来の薬剤師業務である“調剤”も行っています。飲み方・量・副作用・期間・相互作用などをチェックして薬を作ります。

注射薬も同じように調剤しますが、特に抗ガン剤や高カロリー輸液などは無菌的に薬局にて混合しています。

医薬品が適正に使用できるためには、購入・保管・供給の管理を行うのも薬剤師の業務となります。今後も最新の情報を取り入れ、責任と自信を持って、安全で安心していただける質の高い医療を提供してまいります。

病院正面玄関の突きあたりに“お薬相談窓口”が設けてあります。お薬に関して疑問がありましたら、お気軽にご相談下さい。

(薬局長 高尾 雄介)

栄養士おすすめメニュー



栄養管理課だより

魚のパン粉焼き

いつもの揚げ物を、カロリーダウンさせた「魚のパン粉焼き」を紹介します。揚げ物は、高カロリーのメニューとなりますが、今回は油をたっぷり使わず少量の油でおいしく、カロリーダウンさせ、仕上げます。

ホキを使用しましたが、ご家庭にある魚で代用してみてください。

★揚げ物からパン粉焼きにすることで1人分 80kcal カロリーダウンできます。

材料(4人分)

- ホキ(1切 70g)..... 4切
- 食塩..... 小さじ0.5
- こしょう..... 少々
- パン粉..... 0.5カップ強
- 乾燥パセリまたは刻んだ生のパセリ..... 少々
- 油..... 大さじ1



作り方(レシピ)

- ①パン粉とパセリと油を混ぜる。
- ②魚に塩・こしょうをふり、①を片面(盛り付け時、上になる面)につける。
- ③②を温めたオーブントースターに入れ、8~10分、パン粉がきつね色になるまで焼く。
(フライパンで焼く場合、フッ素樹脂加工のフライパンであれば、油を使用せず、焼くことができます。)



当院内科には現在9名の医師が在籍し外来、入院、救急など日々の診療を行っています。医師はそれぞれの分野で研鑽をつみ各種医学会の認定する認定医、専門医さらには指導医となり一般内科診療のみならず消化器（胃腸や肝、胆、膵臓）、呼吸器（肺、気管支）、内分泌代謝（糖尿病ほか）、血液などの病気の専門的な医療にあたっています。

たとえば消化器では内視鏡やCT/MRIなど画像検査による診断から、おなかを切らずに早期がんや胆石を処理する手技等の内視鏡治療まで一貫して行われます。呼吸器では近年増加している肺がんの診断、外科と連携しての手術療法、抗がん剤による化学療法、精度の高い放射線治療まで集学的治療が可能です。このほかにも糖尿病、食事療法の専門外来や通院で抗がん剤治療を行う外来化学療法室を設けるなど患者さんにとって最も適した良質な医療を提供することに心がけています。

病気の治療の主役は患者の皆様であり、我々は説明と同意（インフォームドコンセント）に努めますのでわからないことは気軽にご質問ください。

当院は内科学会教育施設であり、全国で第1・2号の内科専門医を輩出した伝統のある診療科です。今後とも新しい知識を吸収しながら皆様の信頼を得てこの地域の医療に貢献できるよう一層の努力を続けていきますのでよろしくお願いいたします。
（内科 科長 池田 健）

健康メモ

はんこん
肥厚性癬痕、ケロイドについて

外傷や熱傷、手術などにより人体の皮膚に傷が生じた場合、正常な経過をたどれば最終的には軟らかく平坦な癬痕(傷跡のこと)となって落ち着きます。しかし、傷が深く広範囲であったり、治療に時間がかかると赤みのある硬く盛り上がった状態となることがあり、これを肥厚性癬痕といいます。これとよく似た臨床像にケロイドがあります。両者の区別として、肥厚性癬痕は傷の範囲内の隆起ですが、ケロイドは傷の範囲を越えて健常皮膚へ拡大していきます。また肥厚性癬痕ではかゆみ・痛み・ひきつれる感覚といった症状が出現しますが（症状のないケースもあります）、ケロイドではこれらの症状が特に強いのが特徴的です。生じやすい部位として、ケロイドは皮膚の緊張の強い前胸部、肩部、肩甲部、上腕部、恥骨上部、耳介、耳垂などがあります。肥厚性癬痕は皮膚の薄い部位や血流の悪い部位に生じやすいと言われています。反対に、頭部、まぶた、手のひら、足の裏、粘膜には生じにくいと言われています。経過にも違いがあり、肥厚性癬痕の場合、隆起・赤みのピークは受傷後3ヶ月～1年で、半年～数年以内に軽減しますが、ケロイドは数年以上ときに生涯に渡り増大傾向を示します。

両者の治療として、内服薬、副腎皮質ステロイド含有テープ貼付、圧迫療法、副腎皮質ステロイドの局所注射があります。また程度や治療経過に応じて外科的治療を行う場合もあります。



肥厚性癬痕



ケロイド

現在、過去の傷跡の見た目が気になっている方、気になっているが治らないだろうと諦めている方、何らかの症状のある方は、一度形成外科にご相談下さい。

（形成外科医師 佐野 孝治）

オータムコンサート&クリスマスコンサート

11月16日、病院1階ロビーにてオータムコンサートを開催しました。病院職員が演奏するピアノや二胡と共に熱唱しました。

更に12月16日には、毎年恒例の伊勢ハンドベルクワイアーの皆さんによるクリスマスコンサートを開催しました。ハンドベルの清らかな音色を入院患者さんやそのご家族の皆様楽しんで頂きました。



いきいき♪

いきいき健康体操

理学療法室より

第6回 【腰の筋力アップ体操】

今回は、転倒予防の為に、腰の筋力アップ体操を紹介します。就寝前や日中の空き時間などに行なってみてください。



① 四つ這い姿勢からの腕立て

- 1) 四つ這いで両肘を軽く曲げる
- 2) 肘を曲げて3~5秒間停止後、ゆっくり元に戻る
- ※ この動作を5~10回反復する



② 四つ這い姿勢からの体幹上下運動

- 1) 四つ這いで頭を下げながら腰を丸く引き上げる
- 2) 丸めて3~5秒間停止後、ゆっくり元に戻る
- 3) 反対に腰を下に突き出し、頭を上げながらできるだけ腰を反らし、5秒間停止する
- ※ この動作を5~10回反復する



③ うつ伏せ姿勢からの片足(両足)膝上げ

- 1) 両膝を曲げて、うつ伏せになる両手は顎の下に置く
- 2) 膝を曲げた状態で、ゆっくりと片足(両足)の膝を持ち上げる
- 3) 上げて3~5秒間停止後、ゆっくり下げる動作を5~10回反復する

- ② 四つ這い姿勢からの体幹上下運動は、腰痛の人や腰が弱い人は注意して行なってください。
- ③ うつ伏せ姿勢からの片足(両足)膝上げは、腰に負担がかかるので、体力・健康水準の高い人に適しています。腰痛・体力が弱い人は、片足の膝を持ち上げる運動をしてください。

(理学療法士 森 孝之)