

広報誌



 TAKEMOTO
HOSPITAL

菜の花だより

あなたのための医療でありたい

謹賀新年

第62号

2022年1月
発行

医療法人創治 竹本病院



新年のご挨拶



新年あけましておめでとうございます。
謹んで新年のお慶びを申し上げます。
昨年を振り返りますと、御承知の通り、新型コロナウイルスが全世界に拡大し、日本のみならず、世界を取り巻く経済環境に大打撃を及ぼし、様々な業種の方々にも業績の悪化を起こしました。
医療業界においても外来患者様の受診抑制や入院制限などがあり、医療経営の圧迫による業績悪化を余儀なくされました。これにより患者様や、また職員の方々にも大きな御迷惑や御苦勞をおかけ致しましたが、多くの方々の御協力をいただき、無事に新年を迎えることが出来て大変うれしく思っております。
また、ワクチンの開発や新型コロナウイルスに対する予防薬などの研究開発が続々と出現して、また治療法も確立しつつある様です。我々医療従事者はこの困難に全員で勇気と努力をもって取り組んで行く所存でありますので、御支援の程宜しく願い申し上げます。
今年が皆様にとりまして、コロナが終息して一刻も早くよりよい新年になります様に御祈念申し上げます。私の年頭の御挨拶とさせていただきます。

院長 竹本範彦



入浴中の事故にご用心



～ヒートショックと入浴熱中症～

入浴中の事故の実際

高齢者の増加に伴って、入浴中の事故は増え続けています。2013年のデータですが、全国の入浴中の急死者数は年間約19,000人と推計されています。

急激な温度変化により体がダメージを受けるヒートショックは、寒い脱衣所から急に熱い湯に入ったときに血圧が変動して心筋梗塞しんきんこうそくを起こすことがあるので、入浴事故の主な原因とされてきました。しかし高齢者の入浴事故を調査した結果では、ヒートショックは7%で、入浴熱中症が84%でした。

入浴熱中症に要注意

体温37℃の人が全身浴をした場合、湯温が41℃では33分で、42℃では26分で体温が40℃に達するという研究報告があります。体温が40℃を超えると熱中症の症状が出始めて、意識障害が起き、42.5℃に達すると心室細動を起こして突然死する危険性が高まります。

高齢者は熱さを感じにくく、長時間浴槽に浸かる傾向にあり、予兆なく意識障害に陥りやすいです。体格の小さな子どもや瘠せた人は、体が温まりやすいので注意が必要です。飲酒後に入浴すると眠り込んでしまったり、ダイエット目的の入浴では症状をがまんしてしまい、長風呂になりやすいので大変危険です。

入浴中の事故を防ぐには

サウナ愛好家が、サウナ室と水風呂への入浴を繰り返す温冷交代浴によって得られる快感を「ととのう」と表現します。自律神経の働きを高める方法のひとつですが、ヒートショックと同じことです。高血圧や心臓に病気のある方には危険です。持病がなくても体調が良くないときには、サウナも入浴も控えましょう。

体温を過度に上昇させない入浴の仕方などを工夫して(表)、安全な入浴を心がけましょう。

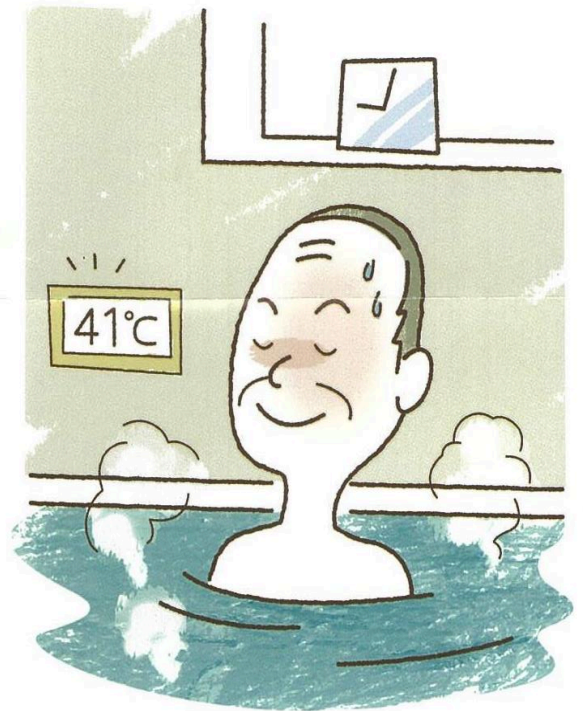


表 入浴事故を防ぐ工夫

- 湯温を41℃以下にする。
- 浴槽につかる時間は10分以内にする。
- 浴室に時計を置く。
- 半身浴やシャワーを取り入れる。
- 入浴後の体温測定を習慣にする。
- 飲酒後に入浴しない。
- 入浴する際に同居者に一声かける。

第15回 院内実践研究発表会



当院では年1回、症例研究・実践の発表を行っております。

日常業務を理論付け、文章にし、客観的に見て疎かになっていることや、今まで気がつかなかった事柄などを洗い出し、発表することで今後の業務につなげていくというものです。

今回は、看護部の看護師、武田光生さんと板山郁未さんが発表を行いました。

発表者2名共、自分が携わった医療研究について、熱心に語っており、他職種の方々も引き込まれるように聞き入っていました。



1 題目

終末期患者との関わりの中で学んだターミナルケアと家族支援について

発表者：看護部 武田光生

2 題目

回復期リハビリテーション病棟スタッフの統一した情報共有に向けて

発表者：看護部 板山郁未



管理栄養士の健康レシピ



栄養科 科長 吉井智美



カボチャにはカロテン、ビタミンB群を多く含んでいます。特に西洋カボチャにはビタミンCも豊富な上、カロテンはホウレン草に匹敵するほど含まれています。

抗発ガン作用や免疫賦活作用で知られていますが、その他にも体内でビタミンAに変換され、髪健康維持や、視力維持、粘膜や皮膚の健康維持、そして、喉や肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれています。

主な有効成分とその効用

●カボチャはカリウムをたくさん含んでいます。

ナトリウム(塩分)を排泄する役割があり、高血圧に効果があります。また、長時間の運動による筋肉の痙攣などを防ぐ働きもあります

●アンチエイジング効果

カボチャ、特に西洋カボチャには抗酸化ビタミンと言われているビタミンC、ビタミンE、そしてβカロテンが沢山含まれています。

●カボチャを食べてお腹もすっきり

食物繊維も豊富に含まれています。カボチャには水溶性の他不溶性食物繊維が多く、便秘の予防や改善に役立ちます。

おいしいカボチャの選び方

皮の表面に艶があるもの。下に緑ではなく、黄色い部分があるような色むらは地面と接していた部分で、日焼けしていない部分になります。これは生産者がこまめに天地替えをするなどしていれば出来ません。なので、無いに越した事はありませんが、あってもそんなに問題はありません。

保存方法

まるごと置いておく場合は非常に保存性が高いので、なるべく涼しい風通しの良いところに置いておくだけで2カ月くらいは大丈夫です。

カットした物は、中のワタの部分から傷み始めるので、スプーンなどでワタと種を掻きとり、それからラップなどでピットリと包んで冷蔵庫に入れておきましょう。1週間ほどは大丈夫です。

～ カボチャコロッセ ～

抗酸化作用の高いビタミンA、C、Eがいずれも豊富なかぼちゃ。油調理でビタミンAやEの吸収率もアップします。

材料(1人分)

かぼちゃ 80 g
A バター 小さじ1/4 (1 g)
A 砂糖 小さじ1/3 (1 g)
A 醤油 小さじ1/6 (1 g)

衣

小麦粉 小さじ1弱 (2.5 g)
卵 3 g
パン粉 大さじ1 (3 g)
揚げ油 適量

(1) カボチャはタネをとり、皮をむき、レンジで加熱して柔らかくする。

(2) ボウルに、カボチャ、Aを入れてマッシュする。

(3) お好みの大きさに成形し、小麦粉、卵、パン粉の順に衣を付けて揚げたら出来上がりです。



正しいアルコール（エタノール）消毒液の使い方知っていますか？

新型コロナウイルス感染拡大防止のために外出先のスーパーや飲食店など多くの施設で消毒スポットがおかれていることが当たり前になりました。

しかし、ただアルコール消毒液を手に付けるだけで満足していませんか？

あなたの手指消毒は不十分かもしれません。正しい手指消毒をマスターして、新型コロナウイルス感染拡大防止に努めましょう。ポイントは大きく2点です。

- ・ポンプはしっかり押しきるまで1プッシュ！15秒以上すりこめないようなら追加する
- ・指先を中心につけて、下の図の様に正しい手順でまんべんなく刷り込む



当院は新型コロナウイルス感染症検査協力医療機関です

発熱等の症状がある方は、
必ず事前にお電話くださいますようお願いいたします。

専任の看護師が対応させていただきます。

来院されたらそのままプレハブの場所までご案内させていただきます。

来院されたら・・・

新型コロナウイルス抗原検査、またはPCR検査を実施いたします。

鼻腔に綿棒を入れ採取します。
結果判定まで、抗原検査は15分ほど、PCR検査は60分ほどお時間がかかります。



対応時間帯

月～金(祝日除く)
9:00～17:30
0880-35-4151

スタッフ
募集中



医療法人創治 竹本病院

ワークライフバランス

当院では教育システム、育児支援の充実、多様な勤務形態を導入して、働きやすい職場作りを目指し、看護ケアの質向上へ繋がるよう取り組んでいます。

充実した福利厚生

特別休暇制度有り。
結婚しても働きやすい環境です。

長期勤務者には年1度ハワイ研修もあります。

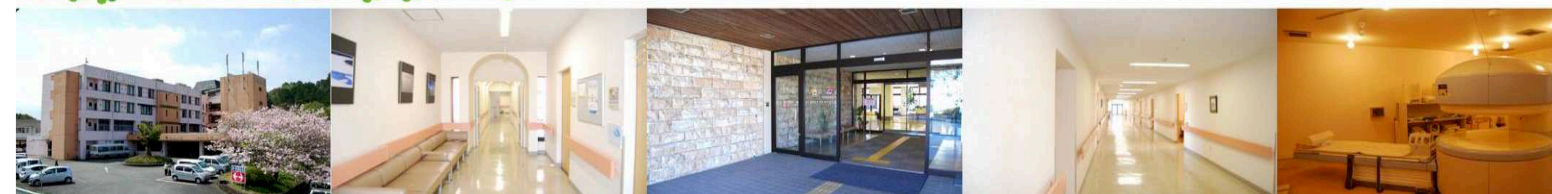
自然豊かな西南地域

当院は高知県西南部の四万十川に面しており、周辺にはサーフィンや釣りなどが楽しめるスポットが数々ある為、休日など利用してリフレッシュできます。

募集職種

看護師・言語聴覚士・薬剤師

病院見学随時募集中



診療担当医表

令和4年1月現在

	2診	3診	4診	5診	6診	眼科外来	
月	午前	竹本 範彦	藤永 泰宏	—	高慶 承平	休診	山下 千恵
	午後	竹本 範彦	江川 徹	—	温 環	休診	山下 千恵
火	午前	竹本 範彦	高慶 承平	—	休診	川田 祥子	山下 千恵
	午後	竹本 範彦	休診	—	温 環	休診	山下 千恵
水	午前	竹本 範彦	藤永 泰宏	—	温 環	川田 祥子	山下 千恵
	午後	竹本 範彦	江川 徹	—	中嶋 均	休診	山下 千恵
木	午前	竹本 範彦	高慶 承平	—	中嶋 均	川田 祥子	山下 千恵 第1・2・4・5のみ
	午後	江川 徹	藤永 泰宏	—	温 環	休診	休診
金	午前	竹本 範彦	藤永 泰宏	—	門脇 祐治	休診	山下 千恵
	午後	中嶋 均 16:00まで 温 環 16:00から	休診	—	門脇 祐治 16:00まで	休診	山下 千恵
土	午前	高慶 承平 第1・3・5のみ	休診	—	高知大医師	休診	山下 千恵 第1・3・5のみ

循環器内科	竹本 範彦・藤永 泰宏
内 科	中嶋 均・高慶 承平・門脇 祐治
消化器内科	江川 徹
呼吸器内科	江口 誠一
整形外科	高知大医師
眼 科	山下 千恵
脳神経外科	川田 祥子

■診療時間

午前9時～午後5時30分

土曜日 午前中

■休診

第2・4土曜日

日曜日・祭日（急患はこの限りではありません）



● 当院の基本方針

地域住民の健康の増進を図り、信頼される病院を目指し地域医療に貢献いたします

1. 地域に根ざした医療

3. 患者様中心の医療

5. 健全な病院経営基盤の確立

2. 医療レベルの向上

4. リハビリテーション機能の充実

竹本病院 ご案内



交通案内

土佐くろしお鉄道
中村駅より



タクシー

約5分



徒歩

約15分

患者様の権利章典

当院では、ご利用の皆様へより良い医療をやさしく安全に提供し、納得のいく医療を受けていただけるよう、努力しています。そうした私たちの医療活動の前提として、患者様には以下に掲げられるような、「患者様の権利」があり、私達医療従事者にはそれを守り発展させる義務があると考えています。

あなたには、人格を持った個人として尊重される権利があります。

あなたには、必要かつ最善の医療を平等に受ける権利があります。

あなたには、病状、検査、治療等の説明と情報を十分に受けたうえで、医療内容などを自らの意思で決定する権利があります。

あなたには、あなた自身の医療に関する情報の提供を求める権利があります。

あなたの医療に関する個人情報、およびプライバシーは保護される権利があります。

あなたには、ほかの医師の意見（セカンドオピニオン）を求め、納得のいく医療を受ける権利があります。



竹本病院

広報 第62号 2022年 1月発行

〒787-0015 高知県四万十市右山 1973番地2

電話:0880-35-4151 FAX:0880-35-4155

発行・編集

竹本病院広報委員会
編集長: 杉本 一等

E-mail: th-takemoto@poem.ocn.ne.jp



医療法人創治 竹本病院

検索

スタッフ
募集中

URL <http://takemoto-hp.com>

詳しい情報については、ホームページでご覧下さい。