

SUZUCHU VOL.40 NOW

- 発行日 2015年1月1日
- 発行 鈴鹿中央総合病院
- 編集 鈴鹿中央総合病院広報委員会
〒513-8630 鈴鹿市安塚町山之花1275-53
TEL 059-382-1311
URL http://www.miekosei.or.jp/2_sch/
- 編集協力 TCK名古屋

【道】 急性期を担う

…その先にあるもの

■Salon de news

- 日本農村医学会賞を授与
- 病院ボランティア懇談会の開催
- 第6回がん市民公開講座のご案内

■教えてQ&A

片頭痛と脳疾患

■院内【知っ得!辞典】

専門・認定看護師の紹介

■誌面でクッキング

大根入りスタミナ丼



平成26年通常国会において「医療介護総合確保推進法」が成立した。この改正医療法に基づき、平成26年10月より、医療機関がその有する病床において担っている医療機能の現状と今後の方向性を選択し、病棟単位で「高度急性期」「急性期」「回復期」および「慢性期」機能の4区分から1つを選択し、都道府県に報告する「病床機能報告制度」が始まった。

院長 濱田 正行



ひとくちに「病院」といっても、その種類はさまざまである。厚生省が、医療機能を機能別に体系化することに取り組んでいるが、この医療政策の背景は、団塊の世代が75歳を迎える2025年の超高齢化社会を見据えたものである。それぞれの医療機関に明確な役割と機能を持たせることよって人々の大病院志向に歯止めをかけ、患者ひとり一人の症状に合った医療機能で、適切な医療を受けられる仕組みを作ろうという狙いがある。そのため、医療機関では以前よりもはっきりと自分たちの役割と機能を打ち出さねばならない。昨年(平成26年法律第83号)に改正された医療法(昭和23年法律第

病床機能報告制度



急性期を担う

…その先にあるもの

2015号)第30条の12に基づく「病床機能報告制度」が始まり、鈴鹿中央総合病院が出した答えは「急性期機能」だった。ここで、改めて急性期病院の役割を濱田院長に伺った。

かかりつけ医を持つ

「当院は、急性期病院はもとより地域医療支援病院として、がん、心疾患、脳血管障害など急性期高度専門医療の提供と他の地域医療機関では対応困難な疾病などに対応できる病院でなければなりません。さらに限りある病床数の中でより多くの重症患者を受け入れる体制を整備しなければなりません。患者さんには何でも相談できる『かかりつけ医』を持っていただき『かかりつけ医』による適時的確な診療



と判断の下、高度検査や専門医療が必要な場合に当院をご利用ください。三重県も2025年をターゲットにビジョンを構築しなければなりません。日本の地域別将来推計人口は、75歳以上人口の2015年から2025年の10年間の伸びが、全国計では1.32倍にのび、1.5倍を超える市町村が11.3%ある一方で、減少する市町村が16.9%あるという統計をみると、国、県市一律の施策では立ち行かないでしょう。昨年公布された『医療介護総合確保推進法』では、高度急性期から在宅医療・介護までの一連のサービスを地域において総合的に確保する事があるので、効率的かつ質の高い医療提供体制と地域包括ケアシステム(※1)の構築を連動して進めていかなくてはなりません。

2025年の医療提供体制構築の準備は決して早すぎることではない。今後2年ごとの診療報酬改定と5年ごとに実施される医療計画の見直し、そして重要なポイント2018年に実施される医療・介護同時改定と第7期医療計画のスタートが2025年モデル実現に向けた重要な年度となる。2014年度から導入がはじまった「病床機能情報の報告制度」はその前段階である。

急性期病院として

「当院は急性期病院です。『まだ病気は治っていないのに、退院させられる』と思われる方も少なくありませんが急性期の段階を脱した患者さんには『ご自宅への退院に向けて次のステップの病院』への転院をお願いすることがあります。次に救う命を円滑に受け入れるためにも何卒ご協力をお願いいたします。」

「また、昨年も触れましたが、この地域の消化器疾患や心臓疾患に対するより専門的で高度なセンター的役割を担う別棟増築を実現するための準備に入ります。当院に求められる急性期医療の実現に向けて日々努めてまいりますので地域の皆さまのご支援ご協力をお願いいたします。」

取材・撮影 TCK名古屋

こちら 解説室

※1 地域包括ケアシステム

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目的に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしく人生の最後まで暮らし続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供されるシステムの構築を実現していくこと。

診療科	診察室	月	火	水	木	金
内科	1診 新患	(循) 大村 崇	(呼) 山本伸仁	(循) 太田覚史	(循) 小西克尚	(循) 北村哲也
	2診 新患	(消) 向 克巳	(血・腫) 景山裕紀	(消) 齊藤知規	(血・腫) 伊藤竜吾	(消) 佐瀬友博
	3診 新患			(腎) 高木幹郎		(消・肝) 岡野 宏
	予約	(緩和) 川上恵基	(血・腫) 川上恵基		(血・腫) 川上恵基	
	4診 予約	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(肝) 西村 晃	(消) 松崎晋平	(肝) 西村 晃
	5診 予約	(循) 北村哲也	(消) 佐瀬友博	(循) 北村哲也	(循) 濱田正行	(循) 濱田正行
	6診 予約	(消・肝) 岡野 宏	(消) 向 克巳	(消) 向 克巳	(消) 齊藤知規	(腎) 高木幹郎
	7診 予約	(循) 森 拓也	(血・腫) 伊藤竜吾	(循) 大村 崇	(循) 太田覚史	(循) 森 拓也
	8診 予約	(呼) 山本伸仁	(呼) 予約 午後・大西真裕	(血・腫) 景山裕紀	(呼) 山本伸仁	(呼) 小林裕康(大学医)
	9診 予約	(腫) 水野聡朗 (第2・4週のみ)	(消) 午前・熊澤広朗 (腎) 午後・玉田香介	(血・腫) 午前・永春圭規 (消) 午後・山内良太	(消) 午前・栃尾智正 (消) 午後・菅大典	(循) 午前・小西克尚 (循) 午後・高崎亮宏
10診 予約	消化器(新患)	(消) 田中宏樹	消化器(新患)	(消) 磯野功明	(消) 松崎晋平	
眼科	1診	(初診) 有馬美香	有馬美香		(初診) 有馬美香	有馬美香
	2診	宮田良平	(初診) 宮田良平		宮田良平	(初診) 宮田良平
	3診	湯浅 湖	湯浅 湖	(初診) 湯浅 湖	湯浅 湖	湯浅 湖
	午後	手術	予約検査	予約検査	手術	予約検査
小児科	1診	藤原 卓	西 英明	西 英明	西 英明	藤原 卓
	2診		(腎) 下野吉樹	藤原 卓	(腎) 下野吉樹	
	3診 特殊外来				第1・3・5中野千鶴子	篠木敏彦(第2週のみ)
	午後	検査 (予約制)	予防接種 (予約制)	乳児健診 1~4M		乳児健診 7M~
耳鼻咽喉科	1診 予約	鈴木慎也	新患のみ	藤田祐一	藤田祐一	鈴木慎也
	2診	藤田祐一		鈴木慎也	鈴木慎也	藤田祐一
呼吸器外科	1診	手術	渡邊拓弥	川野 理	手術	深井一郎
	2診 新患		深井一郎	深井一郎		
心臓血管外科					金光真治	
外科	1診 新患	田岡大樹	大倉康生	金兒博司	金兒博司	田岡大樹
	2診 予約	金兒博司	田岡大樹	大倉康生	大倉康生	大森隆夫
	3診	伊藤貴洋	野口大介	草深智樹	大森隆夫	伊藤貴洋
整形外科 8:30~11:00	1診 予約	池村重人	山田浩之	(第2・4週初診) 長尾信人	山田浩之	池村重人
	2診 予約	宮村 岳	長尾信人	稲田 均	稲田 均	稲田 均
	3診 新患	山田浩之	池村重人	(第1・3・5週初診) 宮村 岳	宮村 岳	長尾信人
	4診	午前 大学医 午後 手術	午前 大学医 午後 ギプス	午後 手術	午前 大学医 午後 手術	検査
脳神経外科	1診	川口健司	森川篤憲	森川篤憲	川口健司 (紹介予約のみ)	川口健司
	2診	安田竜太	第1・3・5週 田中克浩 第2・4週 安田竜太			田中克浩
	午後		手術		手術	
午前・午後		頭痛外来午後予約 川口健司	アンギオ・検査	頭痛外来午後予約 川口健司	アンギオ・検査	
神経内科	1診 新患	伊藤伸朗	高島慎吾	牧 聡樹	伊藤伸朗	牧 聡樹
	2診	(午前新患) 高島慎吾	牧 聡樹	伊藤伸朗	平田佳寛	高島慎吾
	3診				第1・3週 葛原茂樹	
皮膚科	1診	川端栄理子(代務医)	大学医	休診	川端栄理子(代務医)	休診
精神科	1診(完全予約制)			(予約) 松本卓也		(予約) 松本卓也
産婦人科	1診(一般初診)	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二
	完全予約診 2診(妊婦12w以降)	丹羽正幸	早川滋彦	矢納研二	丹羽正幸	早川滋彦
泌尿器科	1診 新患	鈴木竜一 (8:30~11:00)	荒木富雄	担当医(8:30~10:30)	西井正彦	長谷川万里子 (代務医)
	2診 予約再来	西井正彦	鈴木竜一	(予約のみ) 荒木富雄	鈴木竜一	荒木富雄
麻酔科	1診 完全予約	(再診予約) 橋本 宇	(初診予約) 橋本 宇		(再診予約) 橋本 宇	(再診予約) 橋本 宇
放射線治療	1診 完全予約	(予約) 村田るみ	(予約) 村田 健	(予約) 村田るみ		(予約) 村田るみ
病理診断科	完全予約	(予約) 村田哲也	(予約) 村田哲也	(予約) 村田哲也	(予約) 村田哲也	(予約) 村田哲也
健診センター		第1,3,5週 川原田和子 第2,4週 濱田正行	西村・川原田	西村・川原田	西村・川原田	第1・3週 西村 第2・4・5週 川原田
		西村 晃		(脳ドック) 森川篤憲		(脳ドック) 森川篤憲

特殊外来

ご予約は各科外来へお願いします
眼科 Tel.059-382-1311(代)

レーザー治療 火・水・金曜日午後要予約
 斜視・弱視外来 火・水・金曜日午後要予約
 (但し、初診は予約不可のため
 外来診療受付時間内に来院してください)
 予約時間は検査開始時間になります

小児科

水・金曜日 午後 乳児健診(要予約)
 第1・3・5木曜日 午後 発達神経外来(要予約)
 火曜日 午後 予防接種(要予約)
 水曜日 午後 肥満・成長ホルモン外来(要予約)
 第2金曜日 午後 小児リウマチ膠原病外来(要予約)

耳鼻咽喉科

FNA検査 木曜日 午後(要予約)

外科

ストーマ外来 水・木曜日14:00~(要予約)
 乳腺外来 月曜日14:00~(要予約)

整形外科

リウマチ科 水・金曜日(要予約)
 受付時間 8:30~11:00

脳神経外科

木曜日 完全紹介患者予約制(要予約)
 頭痛外来 火・木曜日
 13:00~16:00(要予約)

神経内科

特殊外来 第1・3木曜日午後(完全予約制)
 物忘れ外来 第1・3・5月曜日14:00~16:00要予約

皮膚科

受付時間 8:30~10:30
 入院・手術不可

精神科

水・金曜日 完全予約制(要予約)

産婦人科

妊婦健診 月~金曜日完全予約制(要予約)
 妊婦健診第2木曜日休診
 助産師外来 月~金曜日(要予約)

麻酔科

ペインクリニック 月・火・木・金曜日
 完全予約制(要予約)

放射線診療

CT・MRI・RI・放射線治療・MMG(要予約)

病理診断科

完全予約制

健診センター「オリーブ」

人間ドック・脳ドック・肺がんドック
 月・火・水・木・金曜日(予約制)
 *健診センターにて受付致します。
 TEL:059-384-1017

内科よりお願い

◇呼吸器内科(山本医師)への紹介は火曜日
 お願いします。
 ◇腎臓内科(高木医師)への紹介は水曜日
 お願いします。
 ◇消化器内科への紹介は月・水・金曜日(新患)
 お願いします。
 ◇循環器内科への紹介は月・水・木・金曜日(新患)
 お願いします。

小児科よりお願い

◇腎・尿路系疾患の紹介は火・木(下野医師)に
 お願いします。

心臓血管外科よりお知らせ

◇診察の曜日が毎週金曜日から毎週木曜日
 に変更となりました。

眼科よりお知らせ

◇3診 湯浅 湖先生(月・火・水(初診)・木・
 金)開始します。

当院では、医療を受ける患者さまやそのご家族に適切で質の高い医療を提供するために、医師をはじめとする各分野のスタッフがそれぞれの専門性を生かし、チームとして連携し医療を行っています。今号では「栄養サポートチーム(NST)」をご紹介します。

基本的医療の礎と位置づけられるのが栄養管理です。

栄養サポートチーム(NST: Nutrition support team、以下 NST と略す)は、症例個々や各疾患治療に応じて、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師などの多職種で連携を保ち、それぞれの専門知識や技術を出しあって栄養管理を実施して

いるチームです。

急性期の総合病院では、多種多様な患者さまの栄養管理に対応しなければなりません。適切な栄養管理は生命予後を改善する可能性を持っており、また、患者さまの QOL の向上に大いに貢献できると考えます。当院は 1998 年 6 月に全国で 1 番最初に全科型の NST が稼働されました。NST メンバーは一般業務を行いながら NST 業務を兼務しています。おもな活動内容としては、症例検討会や勉強会をランチタイムミーティングにて週 1 回実施、NST ラウンド回診(全 9 病棟を 4 部門に分け、1日1部門回診)にて、患者さまの栄養状態を評価し、経腸栄養、静脈栄養、



経口摂取内容の検討・プランニング等を行っています。

NST が医療の質の向上や医療費の削減に貢献することはよく知られていますが、他にも院内での円滑なコミュニケーションや信頼関係の構築、実践的な人材の育成、医療人としての自信の獲得、さらには臨床栄養研究の推進など、多岐にわたる効果が期待できます。

今後も研修会や勉強会を通し、個々の知識向上に努めるとともに、適切な栄養管理を行っていききたいと思います。



各種サービスをご活用ください

母親教室

- 前期(妊娠4~5ヶ月) ●毎月1回/1月19日・2月16日・3月9日
- 後期(妊娠8ヶ月の終わり) ●毎月1回/1月26日・2月23日・3月16日
- 場所:どちらも2階講義室 午後1時より3時まで
- 乳房マッサージについても受け付けております。
- ※詳しくは産婦人科外来 TEL 059-384-1024まで

募集しています

看護職員募集

看護師さん・助産師さんを募集しています。「病院見学」および「職場復帰支援研修」を随時行っています。お気軽にお問い合わせください。

担当:看護部豊田 TEL 059-382-1311 (代)

外来のご案内

- ◆診療受付時間/午前8:30~11:30
(皮膚科午前8:30~10:30迄)
(整形外科新患のみ午前8:30~11:00迄)
※再来受付機のご利用は
午前7:50~11:30まで
- ◆休診日/土曜・日曜・祝日
年末年始(12月30日~1月3日)
※救急の場合は休診日や診療時間帯に関わらず対応いたします。
- ◆診療申込み
初診の方および、受診する科が初めての方は診療申込用紙に必要事項をご記入の上、必ず保険証とあわせて新患受付にお出ください。
- ◆患者さんへのご案内
●診察券はご来院の際、必ずお持ちください。各科共通で永久使用しています。
●毎月1回、保険証の確認を行っており

ます。3ヶ月以上、確認が取れない場合は再来受付機での受付ができません。保険証に変更がある場合は必ず受付までお申し出ください。

- 受診の際、お車でお越しの方は駐車整理券を会計後お出しいただき、駐車料金無料の磁気処理をお受けください。

◆紹介状をお持ちの方

- 紹介患者さん専用受付を設置いたしております。紹介状をお持ちの場合は紹介受付へお越しください。係の者がご案内させていただきます。

◆初診時の保険外併用療養費について

- 初診で紹介状をお持ちでない場合は、保険外併用療養費2,160円をいただきます。紹介状をお持ちいただければ保険外併用療養費の2,160円は不要となります。

病院の理念

良質で高度な医療を提供することにより、地域の皆様に信頼され、選ばれた病院でありたい。

病院の目標

- 1.患者さまの尊厳重視と、公正な医療の提供
- 2.最新で高度な医療の提供
- 3.医師の説明と、患者さまの選択に基づく医療の提供
- 4.情報の開示と、セカンドオピニオンの推進
- 5.地域医療ネットワークの推進

地域医療支援病院
がん診療連携拠点病院  三重厚生連
鈴鹿中央総合病院

TEL (059) 382-1311

地域連携NOW!!



INFORMATION

鈴鹿中央総合病院／2階講義室にて

研修会を行います。

本研修会は、地域の医療従事者を対象に新しい医療のあり方や見識を高めるため、毎月定期的に勉強会を行い地域医療技術向上を目的としています。

お問合せ先 地域連携室 TEL.059-384-1057 (直通)

周手術期の口腔ケア勉強会

日時 平成27年1月15日(木曜日) ●18:30~20:00

演題 「周手術期の口腔ケアについて」

講師：三重大学病院 歯科口腔外科 講師／野村 城二先生
講師：ヒルカワ歯科 院長／蛭川 幸史先生

学術講演会

日時 平成27年1月22日(木曜日) ●18:15~19:30

演題 「大腸癌化学療法の最前線 ~2015Update~」

演者：愛知県がんセンター中央病院
薬物療法部長／室 圭先生

日時 平成27年2月26日(木曜日) ●18:15~19:30

演題 「これだけは知っておきたい乳癌の臨床」

演者：大垣市民病院
乳腺外科部長／亀井 桂太郎先生

日時 平成27年3月26日(木曜日) ●18:15~19:30

演題 「進行再発大腸癌における化学療法(仮)」

演者：三重大学医学部附属病院 腫瘍内科
講師／水野 聡朗先生

呼吸器疾患相談会 ●19:00~

演題 「持ち寄り症例の相談会」

平成27年
1月8日
(木曜日)

平成27年
2月12日
(木曜日)

平成27年
3月12日
(木曜日)

新任
ドクター
紹介

泌尿器科医員

西井 正彦
(にしい まさひこ)



患者さまと同じ目線に立ち、
丁寧な診察を心がけます。

平成26年11月1日着任



BCT ●午前7:00~8:00

BCT: Basic Clinical Teaching

※事情により予定変更する場合があります

日時 平成27年1月14日(水曜日)

演題 「妊婦と薬・産婦人科救急疾患」

演者：産婦人科医師／丹羽 正幸

日時 平成27年1月28日(水曜日)

演題 「眼科救急疾患」

演者：眼科医師／有馬 美香

日時 平成27年2月4日(水曜日)

演題 「急性腹症」

演者：外科医師／金児 博司

日時 平成27年2月18日(水曜日)

演題 「頭部外傷」

演者：脳神経外科医師／安田 竜太

RCC ●午前7:00~8:00

RCC: Resident Case Conference

※事情により予定変更する場合があります

日時 平成27年1月21日(水曜日)

演題 「臨床研修医の経験症例発表」



ご近所のお医者さま

当院の登録医院を毎回5機関ずつ紹介しております。

笠井歯科医院



院長
笠井 方尋
副院長
笠井 可奈

◆診療科

●一般歯科●小児歯科

◆特色

歯ぐきや顎の状態は、人それぞれ違っていています。虫歯の治療だけではなく、コミュニケーションを取りながら予防にも努めています。

●休診日

木曜・日曜・祝日

●診療時間

9:00~13:00 15:00~19:00

土曜日 9:00~12:00 14:00~17:00

●所在地

〒513-0806 鈴鹿市算所1丁目1-17

●電話 **059-378-0578**

fax 059-378-9416

しもむら内科



往診可

医師名
下村 敦

<http://www.myclinic.ne.jp/shimomura/>

◆診療科

●内科●循環器科●胃腸科

◆特色

“かかりつけ医”として、皆様のかになりたいと考えています。どんな健康不安でも、まずはご相談ください。ユニバーサルデザイン認定施設です。

●休診日

木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

●診療時間

9:00~12:00 15:00~18:30

●所在地

〒513-0826 鈴鹿市住吉2丁目17-7

●電話 **059-375-6111**

fax 059-375-6112

とら整形クリニック



往診可

医師名
田中 秀虎

<http://www1.ocn.ne.jp/~tora.cl/>

◆診療科

●整形外科●リウマチ科
●リハビリテーション科

◆特色

画像や病気の詳しい説明を心がけています。ブロック注射によってギックリ腰のような急性の痛みを和らげるようにしています。

●休診日

木曜午後・日曜・祝日

●診療時間

9:00~12:00 15:30~18:30

(土曜日は15:00~17:00)

土曜日午後はまず電話での問い合わせを

●所在地

〒519-0121 亀山市江ヶ室二丁目4番21号

●電話 **0595-84-1700**

fax 0595-84-1717

三重心身クリニック



(PC用) <http://www.mp-clinic.jp/>

医師名
臼井 卓士

◆診療科

●心療内科●内科●精神科

◆特色

うつ病、パニック障害、ストレス疾患、心身症、不眠などの心療内科・精神科疾患の診療を行っています。

●休診日

木曜・日曜・祝日

●診療時間

9:00~12:00 14:30~18:00

土曜日 9:00~16:00

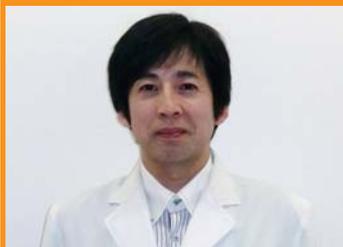
●所在地

〒513-0824 鈴鹿市道伯町字寛田2064-1

●電話 **059-375-1100**

fax 059-375-1115

みえスマイル眼科



医師名
井田 広重

◆診療科

●眼科

◆特色

日帰白内障手術を行っています。院内には地域の方々からの手作りの作品がいくつか展示されており、リラックスして治療して頂けるよう、スタッフ一同心がけております。

●休診日

木曜午後・土曜午後・日曜・祝日

火曜日午後は手術のみ

●診療時間

9:00~12:00 15:00~18:00

●所在地

〒513-0811 鈴鹿市柳町字森1664-1

●電話 **059-369-2323**

fax 059-369-1800

SALON DE 鈴木ニュース NEWS

Coffee Break



病院ボランティア懇談会の開催

12月9日(火)に再来機の手順説明や患者さんの案内等の活動をして頂いているボランティアの方に感謝すると共に



日本農村医学会賞を授与されました。

当院の濱田院長が地域の基幹病院として多年にわたり医療・福祉の向上に努め、後継者の育成や学会運営に貢献してきたことを評価され日本農村医学会賞を受賞しました。

農村部で働く優れた医師の育成も厚生連病院の努めとして今後も尽力されます。

*日本農村学会とは
日本学術会議から認定されており、農村及び地域の実態に立脚して、医療と保健に関するすべての問題を調査研究し、その健全なる向上、発展を期することを目的としています。

貴重なご意見やご要望をいただく交流の場として懇親会を開催しました。ボランティアの皆さまの意見も参考にさせていただきますながらサービス向上に努めて行きます。

第6回がん市民公開講座
のご案内です。

平成27年2月28日(土) 13時から「第6回がん市民公開講座」を鈴鹿市文化会館げやきホールにて開催します。こうした市民講座は、拠点病院が担う重要な役割の一つとして、年に一度「がん」をテーマに掲げた市民公開講座を開催しております。今回の講演テーマは「消化管がんに対する内視鏡治療の現状と当院の取り組み」です。ですので皆さまお誘い合わせの上ご来場ください。(詳細については後日お知らせします。)



教えてQ&A

〈脳神経外科部長 川口 健司〉

片頭痛と脳疾患

「片頭痛と脳疾患」にスポットをあてたQ&Aをお送りします。

Q 片頭痛が頻繁にあります。痛み止めを飲めば落ち着くのですが、頻繁に起こるので心配です。何科に罹ったらいいですか？

A 片頭痛の治療は、神経内科、脳神経外科で一般に行われています。より専門的な治療を希望される場合は、頭痛専門医による頭痛外来受診をお勧めします。頻度が高く生活に支障を来すような難治性の片頭痛や、痛み止めを頻繁に服用した為に薬物乱用頭痛に陥っている場合は、頭痛外来での治療が望ましいです。

Q 片頭痛持ちちは脳梗塞になりやすいって本当？

A 頭痛が起きる前に目がチカチカするなどの症状が生じるものを「前兆のある片頭痛」と呼びます。この「前兆のある片頭痛」で45歳未満の若年女性では脳梗塞のリスクがやや高いと言われています。特に喫煙や経口避妊薬服用に

Q 片頭痛の予防には？

A 片頭痛の予防には誘因を避けること、内服薬による予防治療があります。女性の生理、天候不良、気圧の変化、安堵感などの誘因は避けることは難しいですが、寝不足や寝過ぎ、人混み、アルコール、ストレス等の誘因は避けることができます。片頭痛予防薬も非常に効果があります。片頭痛の回数が月に2回以上の場合に予防薬の適応となります。毎日服用する必要はありませんが、服用開始から1〜2カ月ほどで効果が始め、頭痛の回数が減り、頭痛が生じても程度が軽くなって頓服薬がよく効くようになります。頭痛が落ち着いて6カ月経過すれば少しずつ予防薬を減らしていき、ぶり返しがなければ飲まなくても良くなります。予防治療は頭痛外来で受けられます。

Q 片頭痛の予防には？

A 片頭痛の予防には誘因を避けること、内服薬による予防治療があります。女性の生理、天候不良、気圧の変化、安堵感などの誘因は避けることは難しいですが、寝不足や寝過ぎ、人混み、アルコール、ストレス等の誘因は避けることができます。片頭痛予防薬も非常に効果があります。片頭痛の回数が月に2回以上の場合に予防薬の適応となります。毎日服用する必要はありませんが、服用開始から1〜2カ月ほどで効果が始め、頭痛が生じても程度が軽くなって頓服薬がよく効くようになります。頭痛が落ち着いて6カ月経過すれば少しずつ予防薬を減らしていき、ぶり返しがなければ飲まなくても良くなります。予防治療は頭痛外来で受けられます。

Q 片頭痛の予防には？

質問募集

教えてQ&Aでは皆さんの質問を募集しています。病院の事、家族の病気の事など、広報委員会「教えてQ&A係」までお寄せください。
〒513-8630 鈴鹿市安塚町字山之花1-275番地の303
鈴鹿中央総合病院 広報委員会「教えてQ&A係」

院内 知っ得! 辞典

がん放射線療法看護
認定看護師になるために...

教育課程には腫瘍学やがん放射線療法概論等が含まれており、がん種別の放射線療法や集学的治療について、放射線療法の専門医や放射線技師、医学物理士等による専門性の高い講義を受けている。そのほか、治療完遂のための患者セルフケア支援、がん放射線療法における安全確保など、学習範囲は幅広い。

専門・認定看護師の紹介

がん放射線療法看護認定看護師

がん放射線療法は、治療技術や、装置の進歩などにより、根治を目指す治療から、症状緩和に至るまで、がんの早期から終末期まですべての時期に行われています。当院でも、トモセラピーという最新の装置を用いて、さまざまな治療段階の患者さまが治療を受けられています。患者さまやそのご家族ははじめの治療環境に不安で戸惑われていることと思います。

がん放射線療法看護認定看護師は、病気や治療に関する専門的知識をもとに、放射線治療により起こりうる副作用を予測したうえで、予防するための日常生活指導を行います。それに加え、放射線治療中に抱く不安や治療の経過の中で生じる気持ちの変化といった、心理・精神面のケアを行い、予定通り放射線治療を最後まで受けられるようにサポートしていく役割が求められています。治療に來られる患者さまと関われる時間はわずかですが、患者さまが最後まで治療を終えることができるように日々の関わりを大切にしていきたいと思っています。

佐藤有紀



Q トイレの数が少ない。特に、洋式が少ないので不便を感じる。今の和式を洋式にしてほしい。和式が使用しにくい。本堂にこまる。

A ご不便をお掛け致しますが、洋式トイレにつきましては総合受付横(男女洋式各1)リハビリ横(男女洋式各1)尿一般検査室横(男女各洋式1)泌尿器科横(男女各洋式1)となっておりますのでご利用ください。変更については和式を希望される方もあり今後の検討課題とさせていただきます。

～冬レシピ～ 大根と白菜の冬野菜をたっぷり使った手軽にできる料理です。生姜・ニンニクを使って免疫力アップ、風邪に負けないようスタミナをつけてください!



※スペースの関係で誌面での紹介レシピは1品になります。

大根入りスタミナ丼

栄養量1人分 エネルギー/653kcal
蛋白質/24.4g 塩分/1.9g

材料1人分

牛肉ももスライス	70g
大根	50g
人参	10g
玉葱	30g
にら	10g

調味料<<4人分>>

濃口醤油	大さじ1 (18g)
酒	大さじ2 (30g)
砂糖	10g
ごま油	13g
白すりごま	30g
豆板醤	3g
生姜みじん切り	2g
おろしにんにく(1片分)	2g
ごま油	3g
ご飯	150g



管理栄養士
田島 睦美
(たしまむつみ)

- ①大根は千切りにつく。人参は斜め千切りにする。玉ねぎは薄切り、にらと牛肉は5cm長さに切る。
- ②ボウルに調味料Aを合わせ牛肉を入れて混ぜ、にら以外の材料を加えて混ぜる。
- ③フライパンにごま油を入れて熱し、②を入れて肉の色が変わるまで炒め、にらを加えてさっと炒める。
- ④丼にご飯を入れ、③のをせる。

誌面でクッキングレシピ

ジャージー・ボーイズ

2014年 アメリカ 134分 監督:クリント・イーストウッド

60年代に人気を博した音楽グループ「ザ・フォー・シーズンズ」。そのメンバーが経験する栄光と挫折、そして再生を描く。監督は映画界の生きる伝説、クリント・イーストウッド。人気グループが味わう人生の浮き沈みを、あえてその起伏を抑えた演出で、物語を映し出します。「人生に浮き沈みがあるのは当たり前だ」84歳を越えた名匠の達観と余裕。その姿勢によって作られた映画は、あえてドラマチックにならない演出を用いながらも、大きな感動を観客に残します。これまでの経験に裏付けられた名演出と、出演者が吹き替えなしで歌い上げる往年の名曲たちが胸を打つ「とっておき」の作品です。



作品介绍 総務課 小林 慎平
とっておき映画

当院ホームページで、その他のレシピをご覧ください。

http://www.miekosei.or.jp/2_sch/

