

平成 29 年 6 月 診療予定表

(午前:9:00~12:00 午後:3:00~6:00) ※予告無く変更となる場合があります。

日	曜日	午前診				午後診				糖尿病	当直
		内科・一診	内科・二診	内科・三診	小児科	内科・一診	内科・二診	内科・三診	皮膚科		
1	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
2	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山	津島			鈴木-	松崎
3	土	津島	鈴木康		濱田	津島					押領司
4	日	休診(日直 押領司)									廣野
5	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅	津島	森上		竹崎
6	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
7	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
8	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
9	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山	津島				松浦
10	土	津島	鈴木康		濱田	津島				谷口	桑原
11	日	休診(日直 桑原)									津島
12	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅	津島			竹崎
13	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
14	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					岸
15	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
16	金	前田隆	多田羅	佐尾山	辻	佐尾山	津島				藤原
17	土	津島	鈴木康		濱田	津島					桑原
18	日	休診(日直 桑原)									山田
19	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅	津島	森上		竹崎
20	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
21	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					藤原
22	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
23	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山	津島			鈴木-	荒井
24	土	津島	鈴木康		濱田	津島				谷口	穴田
25	日	休診(日直 穴田)									山田
26	月	前田純	前田隆	加藤	濱田	前田純	多田羅	津島			竹崎
27	火	前田純	波間	佐尾山	辻	佐尾山	波間	津島			波間
28	水	岸	多田羅	佐尾山	濱田	岸					多田羅
29	木	佐尾山	多田羅	津島	辻	佐尾山	津島	和田			山田
30	金	前田隆	多田羅		辻	佐尾山	津島			鈴木-	津島

専門外来	消化器内科	前田純 波間大輔	泌尿器科	多田羅梨
	消化器外科	鈴木康之 和田侑希子	小児科	濱田嘉徳 辻正子
	呼吸器外科	加藤歩	皮膚科	森上徹也
	糖尿病外来	鈴木一永 谷口洋		



当院では、正面玄関や病棟に「ふれあいの箱」というご意見箱を設置しておりますので、当院に対するご意見・ご要望等ございましたらご遠慮なくお聞かせください。

善通寺 前田病院

広報 純心便り



トピックス

- 今月の一言・・・理事長
- 中性脂肪とコレステロールについて
- M R S A について
- 旬の素材で簡単料理・・・給食

〔純心会理念〕
信頼される医療
想いと優しさの伝わるケア
私たちはそれを目指します

今月の一言

六月に入りましたが、まだ梅雨に入っていないようで暑い日が続いております。六月になると各地で蛍の話題が出てまいります。我々の施設でも、毎年こくぶんじ荘で蛍祭りが行われます。六月四日、国分寺町の蛍保存会の皆様から、施設の一室で蛍を放し入所されている皆様に見て頂いておられます。今年には気候の影響でしょうか、各地で蛍が見られるようですね。善通寺市でも山北の八幡様の近くで沢山の蛍が飛んでいるとのこと。私も一度、夜遅くになってから見に行こうかなと



理事長 前田隆史

思ったりもしています。さて新聞紙上では相変わらず総理の知人への肩入れが取りざたされておられ、今回、朝日新聞では、眞子様を擁護する記事になっていたりして、眞子様の話題を押しつけて加計学園問題がトピック記事になっていたりして、忖度はないと首相は云っているだけです。政府専用機で外国へ一緒に行き、何を話していたのでしょうか。その話をしているといふのはあまりに不自然です。政府のこのような態度が続くと、国民の間で日本の政治家に対して不信感が拡がり、自民党政権の信頼を揺るがすことになりかねないでしょう。党内にしっかりと判断が出来る人がいないのでしょうか。国会日程が終わるまでごまかしておればいだけと考えているのでしょうか。すっきりしない気持ちで暑い夏を迎えねばならないようです。

中性脂肪とコレステロール

新年度になり健康診断のシーズン到来です。すでに健康診断を受けられたと思いますが、結果が気になる方も多いのでは。特に中性脂肪やコレステロール値が気になるのではないのでしょうか。

中性脂肪とコレステロールの違いはご存知ですか？**中性脂肪**とは、いわゆる脂肪のことです。内臓や身体各箇所に蓄えられています。エネルギー源になる他、体温維持、体外の衝撃から臓器を守るなど人間の体にはなくてはならないものです。しかし、摂取し過ぎて余った中性脂肪は、皮下脂肪や内臓脂肪となり体内に蓄えられていくため肥満の原因になります。

中性脂肪が増える原因は、悪玉コレステロールの増加、善玉コレステロールの減少、善玉コレステロールの減少の原因にもなり、動脈硬化を引き起こし様々な大病の原因にもなります。

コレステロールも脂肪の一種ですが、身体の脂肪膜やホルモンの原料、または胆汁の原料としても使われます。コレステロールには善玉(HDL)と悪玉(LDL)があります。悪玉コレステロールは、肝臓で作られ血液により全身に運ばれ有効利用されますが、過剰になると血液の壁に入り込み動脈硬化の原因となります。一方、善玉コレステロールは、小腸などで作られ、動脈に溜まった悪玉コレステロールを引き抜いて肝臓に回収する役割をします。

健康診断の結果が良くなかった方は、もう一度日常生活を見直してみましよう。

中性脂肪が増える原因

- ▼過食
- ▼アルコール
- ▼運動不足
- ▼遺伝体質

MRSAとは

黄色ブドウ球菌は非常にありふれた菌で、私たちの髪の毛や皮膚、鼻の粘膜、口腔内、傷口などによく付着しています。しかし、黄色ブドウ球菌は、基本的に弱毒菌のため、私たちの抵抗力がしっかりあれば、特に重症化するとはありません。



黄色ブドウ球菌による感染症の治療には、ペニシリンという抗生物質を使用しますが、そのうちペニシリンが効かない黄色ブドウ球菌(耐性黄色ブドウ球菌)が現われてきました。その耐性黄色ブドウ球菌に開発された抗生物質がメチシリンです。



しかし、メチシリンにも抵抗性を示すという耐性黄色ブドウ球菌が出現し、それをメチシリン耐性黄色ブドウ球菌(MRSA)といいます。



MRSAは「の黄色ブドウ球菌の仲間」で、性質は黄色ブドウ球菌と一緒にですが、耐性遺伝子を持っており、抗生物質(菌を殺す薬)が効きにくくなっています。その為、治療が思うように

進まず、患者の抵抗力だけが頼りになる場合が多いのです。

重症化すると、敗血症(生体のある部分で感染症を起こしている場所から血液中に病原体が入り込み、重篤な全身症状を引き起こす病気)や、髄膜炎、心内膜炎、骨髄炎などに陥って死亡する事も少なくありません。



重症化しやすい状態

- 無菌室が必要になるくらい抵抗力が低下した場合
- 大手術の後
- 重症のやけどを負った場合
- 血管内にカテーテルを長時間入れている場合

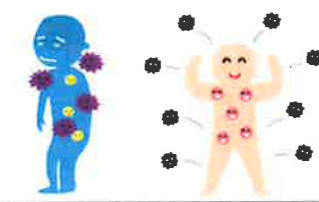


このような場合にMRSAに感染すると、様々な病気を起こしやすく、治療しにくい。そのため、MRSAは大変恐れられています。家庭や施設で生活されている方々に、重症化しやすい状態の方は少ないため、MRSAのために実害が起きるということは通常考えにくいようです。

保菌と症状

菌の検出は、必ずしもその菌による感染症とは言えません。MRSAは非常にありふれた菌で、鼻の中にMRSAを付着したまま家庭や施設で過ごされる方もいます。MRSAを付着しているけれども、病気が起こしていない状態を「保菌」といいます。

MRSAを保菌していても、健康な人であれば、数日で自分の抵抗力で駆除してしまえますが、高齢になるとそのまま「保菌」した状態が続くことがあります。



しかし、「保菌」しているからといっても、家庭や施設で過ごせるような人であれば、重症化して、実害を及ぼすようなことはありません。つまりMRSAを「保菌」していても心配はなく、周りの人にも害は及ぼさないということです。一方、MRSAを「発症」している患者というのは、感染した結果、咳やくしゃみ、発熱、下痢のような症状が現れて、臨床的に問題となる感染症状を呈している患者のことです。



感染対策

家庭や施設で、MRSAによる実害が起きないといっても、MRSAが広く蔓延するのは好ましいことではありません。また、私たちの周りにはMRSA以外にも様々な病原体が存在するため、蔓延を防ぐ努力は必要なことです。感染を防ぐためには、施設内を清掃(消毒)すると同時に、手洗い、うがいをきちんと行なうことが、簡単に効果的な方法です。施設では、職員一人一人が「一ケア一洗い」に努めることで確実にMRSA検出患者数が減ります。

また、80%エタノール含有速乾性手指消毒剤による手指消毒が有効です。その他に、こまめに手指消毒を行います。その他にも、ベッドのシーツを交換する際には、シーツを包み込むように交換する。マットレス、布団などは日光消毒をおこなう。汚染されたと思われる物品には消毒用アルコールを用いて清拭するなどの対策が挙げられます。



New Face

ふくだ まさひこ
福田 正彦 (総務)



去年の11月よりご縁をいただき善通寺前田病院 総務担当で勤務しています。信頼される医療、想いとやさしさの伝わるケアの理念を皆様感じていただけるよう、裏方で頼りになる存在に、また皆様の声をしっかり聞き入れられるよう努力していきたいと思っています。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

ひらお まさき
平尾 正樹 (総務)



今年の3月より総務でお世話になっている平尾正樹です。異種業界からの転職ですが、人と人との繋がり大切さは変わらないと思います。職員の方から、利用者様からの「ありがとう」の言葉が励みになると伺います。私も「ありがとう」の言葉をたくさん頂ける様努力していきたいと思っております。よろしくお願い致します。

大豆に負けない豊富な栄養で夏バテ予防に『枝豆』



●●● 枝豆と玉ねぎのかき揚げ ●●●

【作り方】

- ①枝豆は生なら塩茹でし、冷凍を使う場合は袋の表示通りに解凍し、さやから取り出しておきます
 - ②玉ねぎは薄切りにします
 - ③ポウルに枝豆と玉ねぎを入れたら天ぷら粉をまぶし、冷水を加えてサクッと混ぜてかき揚げのタネを作ります
 - ④170℃くらいに熱した揚げ油に木べらを使って滑らすように落とし入れて揚げると完成♪
- ※木べらを一度油にくぐらせてから使うと具が滑りやすくなります

【豆知識】

大豆が成熟する前に収穫したものが枝豆です。しかし、大豆は豆類ですが枝豆は野菜類に分類されます。そのため枝豆は豆類と野菜類の栄養を合わせ持っています。大豆に豊富に含まれるたんぱく質や脂質をはじめ、ビタミンB群やビタミンCは大豆よりも多く含まれています。

【材料】(2人分)
玉ねぎ・・・1個、枝豆(さや付き)・・・100g、
天ぷら粉・・・適量、冷水・・・天ぷら粉と同量、
揚げ油・・・適量、塩(食べるときに)適量

