

令和6年
7/1~

駐車場運営管理を タイムズ24に 外部委託しました



Times

駐車場の適正化を目的に
駐車場利用料金も改定しています

| 駐車料金 | | 割引方法 |
|---------------|--------------------------|---|
| 外来患者 | 入庫より5時間無料 以降60分300円 | 診察券にて処理をしていただきます。 正面玄関に設置されている駐車場用事前精算機 または出口ゲート精算機に診察券を挿入すると 割引料金となります。 |
| | ※診察券による割引処理が必要です | |
| 面会許可者 | 最初の60分無料 以降60分300円 | 面会受付(防災センター前)にて駐車券をご提示 いただき、割引処理を受けてください。 「1F面会受付」 |
| | ※院内にて割引処理が必要です | |
| 外来その他 一般患者 | 最初の30分無料 入庫より60分毎300円 | ファミリーマート・ドトール利用割引 300円(税込)以上ご利用のお客様には60分無料の 割引が受けられます。※1回限り |

改定前:入庫より60分無料 以降60分300円 ※外来患者は5時間まで無料 以降60分300円



「病院の理念」

人道に基づき
赤十字病院として
質の高い医療を提供します

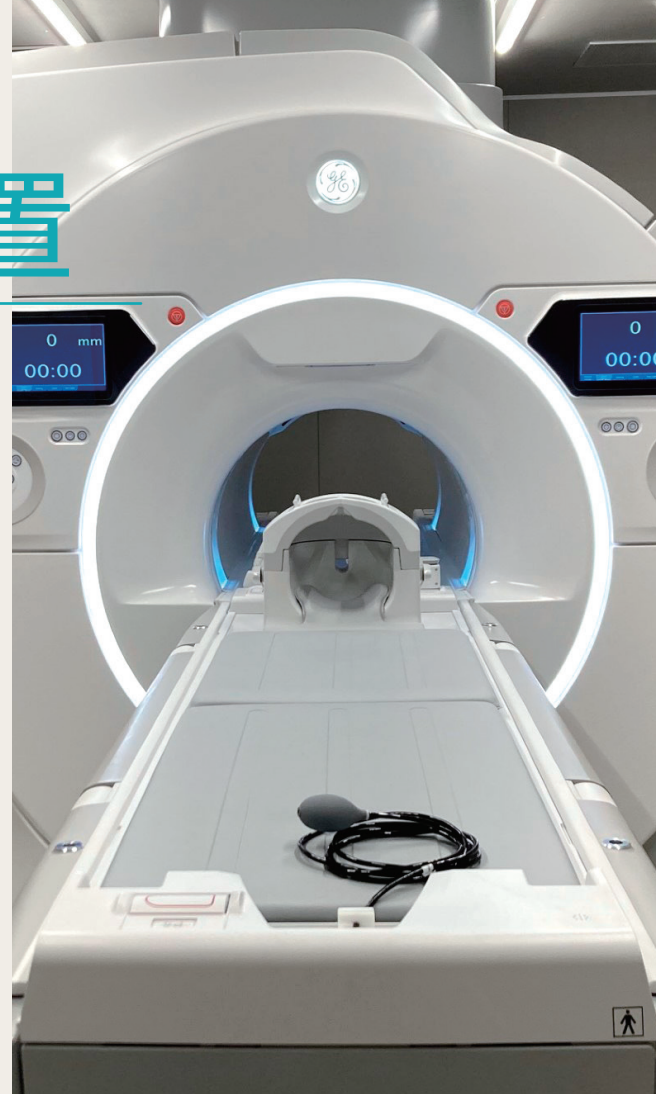
「基本姿勢」

- 赤十字精神のもと、患者さんと協働し、患者中心の医療を実践します。
- 地域の医療・介護・福祉機関と連携を深め、地域完結型医療を目指します。
- 地域基幹病院として、救急医療、急性期医療に注力します。
- 医療安全、感染管理に努め、医療の透明化・標準化に取り組みます。
- 医の倫理に則り、患者さんを尊重し、権利を擁護します。
- 医療の質を高めるための改善活動を継続して行っています。
- 国内外での救援活動を赤十字の一員として推進していきます。
- 人材育成に努め、全人的医療が行える職員を養成します。
- 職員のライフスタイルを尊重し、満足度の高い職場環境を実現します。
- 健全経営に努め、いつまでも必要とされる病院を目指します。



最新型MRI装置 について

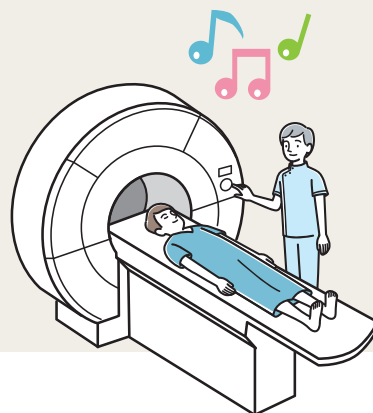
当院では、令和6年3月にMRI装置の更新を行いました。新装置はGEヘルスケア社製の最新型MRI装置 SIGNA HERO 3テスラで、**患者さんへの負担軽減と世界最高水準の検査**ができるようになりました。



GEヘルスケア・ジャパン社製Signa HERO 3T(高磁場装置)

患者さんへの負担軽減

新装置は、従来と比べ患者さんに寝て頂く空間が10cm広く設計されており、検査室内の照明環境も同時に見直すことで閉塞感の強い印象のMRI検査が、少しでも開放感を感じていただけるよう配慮しました。また全検査ヘッドホンからの音楽を聴きながら検査ができるようになりました。

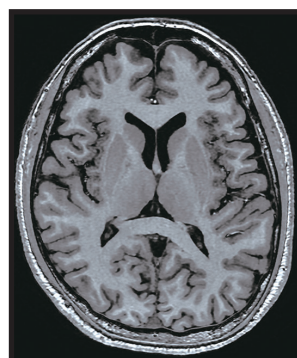


高速・高画質化

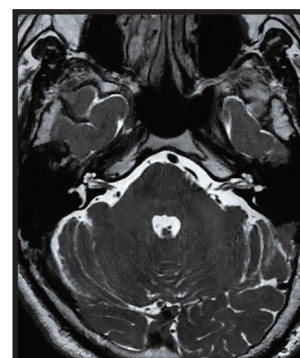
最も注目していただきたい進化としては、AIRecon(深層学習画像再構成技術)を利用した画質の向上があります。これは従来よりも画像のSNR(信号対雑音比)を飛躍的に向上させ、短時間でより鮮明で詳細な画像が提供できるようになりました。

脳検査

脳検査では、上記技術により検査時間を短縮しながらも解像度を高めることができました。



<全脳>

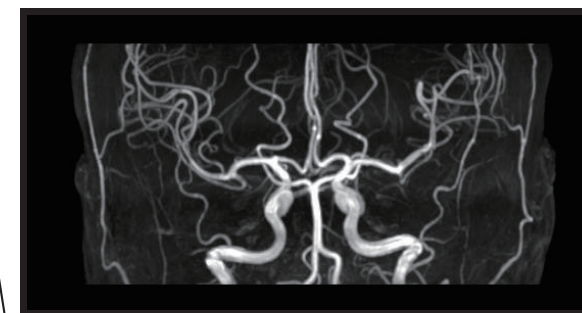


<内耳道:高分解能>

脳血管撮影

脳血管撮影では、微細な血管まで描出することができ、またCTなどで頻繁に行われる3D撮像(薄いスライス撮影)においても、従来5分程度要した検査時間が、3~4分程度まで短縮でき、**全体の検査時間も従来比30%の短縮を実現**しました。

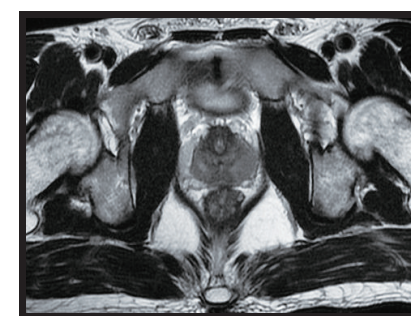
検査時間
従来比の
30%短縮!



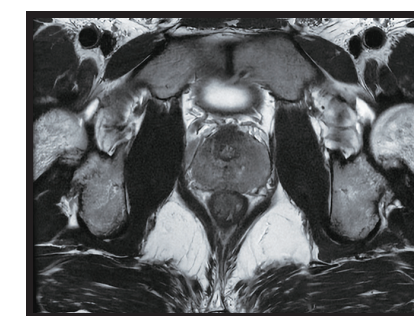
<脳:MRA>

前立腺検査

前立腺検査では、検査時間をそのままに従来のスライスの厚みを半分にでき、AIReconによりノイズが低減された**高解像度の画像**が得られました。



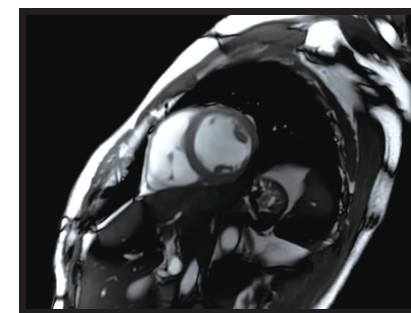
<前立腺:従来装置>



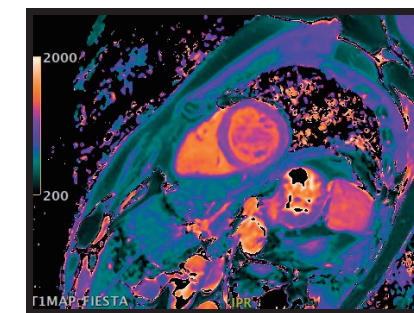
<前立腺:新装置>

心臓検査

心臓検査においても上記技術により検査時間の短縮が図られています。従来は動きのある心臓を撮像するために、心電同期をしながら何度も息止めが必要でしたが、新装置では数回の息止めで検査でき、従来約1時間程かかっていた**検査時間も大幅に短縮**できました。



<心臓>



<心臓>

検査時間!
大幅に短縮!



患者さんへの負担を軽減しつつ高画質を実現できる最新型MRI装置についてご紹介させていただきました。是非ともご活用いただき、MRI検査がこの地域のみなさまの健康の維持向上に少しでも貢献できることを心より願っております。

高齢者糖尿病の考え方と治療

～若い方と何が違うの?!～

65歳以上の高齢者の糖尿病は検査の見方や治療、生活の注意点に一般成人と異なる点が多いことがガイドラインにも記されています。今回は**チームおかげ**のスタッフからその違いについて解説させていただきます。

チームおかげとは？

糖尿病をはじめとした、生活習慣病に関する問題を地域の皆さんと解決していく多職種から構成された専門性のチームです。



医師より

糖尿病は、インスリン作用不足により血糖値が慢性的に高くなる病気で、1型(インスリン分泌不全)と2型(インスリン抵抗性)の2つの主な病型があります。糖尿病は高齢者と若い人とは症状や治療方法が異なります。若い人の場合、糖尿病の症状はわかりやすいことが多く、頻りにトイレに行く、喉が渇く、体がだるいなどがあります。治療は、インスリンや内服薬、食事や運動による厳格な血糖コントロールを行い、合併症を防ぐことが大切です。一方、高齢者は糖尿病の症状が目立たないことも多く、疲れやすさやだるさが加齢からくるもの、と見過ごされることがあります。また、心臓病や骨折のリスクが高くなるため、治療では無理に血糖値を下げず、生活の質を保つことが重要です。特に低血糖は転倒や認知機能の低下につながることもあり、注意が必要です。このように、若い人では厳格な血糖管理が必要ですが、高齢者は生活の質を重視した柔軟な治療が求められます。



血糖値が高いほどヘモグロビンに結合するブドウ糖(HbA1c:ヘモグロビンA1c)の量が多くなり一旦結合したヘモグロビンは、赤血球の寿命(120日)がくるまで元には戻りません。HbA1cは血糖コントロールの指標で過去1～2ヶ月の平均血糖値をみています。時間をかけてゆっくり変化する指標なので、採血当日の食事や運動など短期間の血糖値の変動の影響を受けません。HbA1cの目標値は年齢、臓器障害、低血糖の危険性などを考慮し高齢者では個別に少し高めに設定されることがありますので主治医の先生に相談してください。また、採血の結果をもらったら自分の値を確認して1-2か月前を振り返ってみましょう。

臨床検査技師より



高齢者糖尿病のHbA1cの目安; 7～8.5%未満(状態に応じて個別設定されます)



管理栄養士より

- ◎野菜や豆類の摂取が多く、食品の多様性に富んだ食事
- ◎筋肉量を維持するために、魚類などの良質なたんぱく質の摂取
- ◎1日3回の主食摂取と、健康的な体重の維持
- ◎こまめな水分補給(喉の渇きに気づきにくい)

「バランスの良い自分に合った量の食事」が大切ですが、特に高齢者糖尿病では以下を意識しましょう。

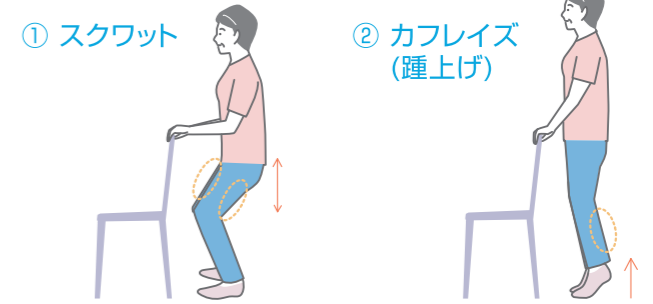


運動療法はウォーキングや自転車などの有酸素運動と筋力を強化する**レジスタンス運動**をバランスよく組み合わせて行います。高齢者糖尿病では筋肉量が低下しやすく、転倒の危険性が増すことや、血糖値が上昇しやすくなることが知られています。そのためレジスタンス運動がより重要となってきます。

理学療法士より



①②のような運動を10～20回×3セット、週3回から始めましょう。



薬剤師より

高齢者では、加齢とともに腎機能や肝機能が低下し、薬剤の体内蓄積が起こりやすく、有害事象を来しやすくなることが知られています。また、多剤を服用している状態になることもしばしば見られます(ポリファーマシー)。高齢者糖尿病の特徴として低血糖を来しやすいため、シンプルな薬剤で厳格になり過ぎない**血糖コントロール**を行う事が大切です。

低血糖は血糖を下げる薬を飲んでいる方に起こることがあります。そのような方がいつもより食事が少なすぎた時や運動量が多すぎた時、他にも薬が効きすぎた時などに起こしやすくなります。

看護師より

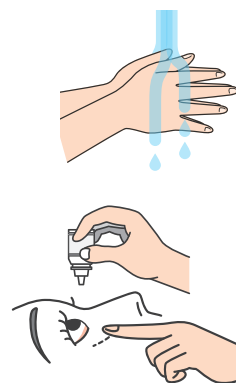


代表的な症状は発汗・動悸・手のふるえなどですが、高齢になるとふらふらする、動作がぎこちないなどの症状や、急に場所・人・状況がわからないという認知症に似た症状が出る場合があります。意識があつてうまく飲み込みができる場合は糖分の入っている飲物やブドウ糖を摂取してもらいます。意識がない場合やうまく飲み込めない場合は救急車を要請しましょう。

点眼剤は眼に直接使用する薬剤です。正しく使用しないと、飲み薬と同じように、必要な効果が得られなかったり、思わぬ副作用が出ることがあります。

点眼剤の使い方

- ①手をせっけんと流水できれいに洗ってください。
- ②下まぶたを軽く下にひき、**1回1滴**を点眼します。この時容器の先がまぶたやまつ毛に触れないように注意してください。
- ③点眼後は静かにまぶたを閉じて、**まばたきをしないで**1~5分程度眼をつぶります。
- ④眼からあふれた点眼液は清潔なガーゼやティッシュなどで軽くふき取ってください。



点眼剤を使用するときの注意点

2つ以上の点眼剤を使用する場合

複数の点眼剤を使用するときは、**点眼の間隔を5分以上あけてください**。
間隔をあけずに続けて点眼すると先に点眼した薬が後に使用した薬によって眼から洗い流されて効果が出にくくなる場合があります。
点眼する順番は医師の指示に従ってください。指示がない場合は点眼剤の特徴により順番が変わってきます。5分以上間隔をあけて次の順番で点眼してください。

- ①水性点眼剤(一般的な点眼剤はこれに当たることが多いです)
- ②懸濁性点眼剤(振ってから点眼する様に指示がある薬です)
- ③ゲル化製剤(点眼するとゲル化する点眼剤です)
- ④眼軟膏(目に使用する軟膏薬です)



保管方法と使用期限

冷所保存や遮光(光にあてない)の指示がある場合はそれに従ってください。特に注意がない場合も直射日光は避けて、涼しい所で保管してください。
開封後の点眼剤の使用期限は薬ごとに異なりますが、**開封後1ヶ月経過した点眼剤は使用しないでください**。

コンタクトレンズを使用している場合

点眼剤に含まれている防腐剤によってコンタクトレンズが変形、着色することもあります。**点眼前にはコンタクトレンズをはずし、点眼後5分以上あけて装着する**ことが望ましいです。

❗ 使用されている点眼剤によっては注意点が異なることもあります。



お手軽! わんぱく バランスサンド



材料 (1人分)

- 食パン …………… 6枚切り2枚
- カット野菜 …………… 1袋弱(約80g)
- フリルレタス …………… 1枚(20g)
- かぼちゃ …………… 80g
- 卵 …………… 1個
- ロースハム …………… 1枚
- マヨネーズ …………… 大さじ1/2(6g)
- こしょう …………… 少々

下準備

- ・カット野菜は袋のままマヨネーズを加え、よく和える。
- ・かぼちゃは皮のまま一口大に切り、耐熱容器に入れフタをし、電子レンジで加熱する。(500W約3分)こしょうを振り、フォークなどで粗く潰す。
- ・フリルレタスは水洗いし、キッチンペーパーなどで水気をよく拭き取る。
- ・卵は好みの固さにゆで、半分に切る。

ひとこと

気温が下がり食中毒の心配も少なくなりました。行楽シーズンに手作りのサンドイッチはいかがでしょう。サンドイッチは脂質比率が高く、栄養バランスが偏りやすいため、色々な食材を詰め込んだ“わんぱくバランスサンド”がおすすめです♪



管理栄養士 土田 千晴

まるでヘルシー
定食!?



栄養価(1人分当たり)

エネルギー:498kcal タンパク質:20.7g
脂質:16.5g 食塩相当量:2.0g

レシピ

- ①ラップを大きめに広げ、食パンを1枚のせる。
- ②①の食パンの上に準備した具材をのせ、もう一枚の食パンでサンドし、ラップで全体をきつめに包む。
- ③そのまま3分ほど置き、食パンと具材を馴染ませる。
- ④包丁で半分に一気に切る。

調理のポイント

◎具材を選ぶときは彩りを意識すると、自然と色々な食材が摂れてバランスがよくなります。

◎野菜はカット野菜が簡単便利。レタスとキャベツのタイプを合わせても。

◎かぼちゃは冷凍かカット済みのものを使うと、さらにお手軽。

◎サンドするときはギュッと力を込めて。巻くときはラップがおすすめ。

