

広報 第七十五号

さくら前線

部署紹介

今回は、外来の紹介です

皆様、こんにちは。私たち外来スタッフは地域の皆様のご健康を第一に考えます。

一つ一つの小さな悩み事でも改善し、不安のない生活を送れるようお手伝いさせていただきます。

「病院に通院が難しくなってきた」「薬の飲み方がわからなくなってきた」「介護するのが大変になってきた」など、どんな些細なことでも構いませんので、何かお困り事がございましたら、気軽にお話ください。

皆様から信頼されるべく日々努力して参ります。至らない点もあると思いますが、これからもどうぞ宜しくお願い申し上げます。

栄養課だより①

野菜とれていますか？

日々少しずつ暖かくなり、店先にも春を彩る山菜が並び、新たまねぎや春キャベツなどがおいしい季節になりました。とはいっても、日本人の大部分は、野菜不足です。体調を整える働きのあるビタミン・ミネラルなどが多く含まれている野菜を1日350g（緑黄色野菜は120g以上）とすることで、高血圧、脂質異常症、糖尿病、がんをはじめとする生活習慣病を防ぐほか、ストレスやかぜなども予防します（裏面へ）。

院内講習会

「褥瘡管理の基本について」

2月28日・3月9日17時40分より、褥瘡委員会主催の院内講習会が行われました。

褥瘡とは、床ずれのことを指し、一定時間血流低下に陥った組織の不可逆的な（元に戻らない）阻血性障害を言います。特に骨の突出した皮膚の薄い部分は好発部位であり、いかに血流低下を招く外力を減らすかが重要となります。そのためにも患者様のポジショニング・体位変換のとり方や、適切な体圧分散用具を使用する必要性（管理）があります。

その他、褥瘡予防・管理ガイドライン（第3版）の紹介や治療の基本（主に外用薬）について講義いただきました。病床期間の長い患者様ほどリスクは高まり、根治も長引くほど困難になるので、日頃の予防管理の大切さを実感いたしました。



看護研究発表会

3月11日、第2回目となるさくらライフグループ看護研究発表会が千葉県船橋市にて実施されました。当院からも看護部長や副主任が同席し、「透析患者の気分転換への影響 及び効果」も足浴の方

法の模索と題して研究発表してきました。理事長はじめ各グループ関係者の集まる中での講演だけにかんりの緊張感が伝わってきます。左上写真のビルは会場となったクロスウェーブ船橋です。

透析設備のリニューアル

透析室の電動ベッド（1/25）および透析装置の入替（3/11・12）が行われました。具体的には透析個人監視装置10台、透析液供給装置1台、RO精製水システム機1台が新しく搬入設置となりました。



個人監視装置



透析液供給装置



精製水製造装置

(水道水の浄化)

透析液

(混合)



材料 (2人分)	
キャベツ	3枚 (160g)
トマト	1個
長ネギ	1/2本 (70g)
鶏ひき肉	140g
塩・こしょう	少々
スライスチーズ (とけるもの)	2枚
顆粒コンソメ	小さじ1

キャベツはビタミン C が豊富で、ビタミン U、カリウムなどを含み、抗酸化力や免疫力を高めます。水に溶けやすいビタミンも蒸し汁と一緒にいただけるメニューです。

- ① キャベツはざく切り、トマトは薄切り、長ネギはみじん切りにする。
- ② ボウルに鶏ひき肉とみじん切りにした長ネギ塩・こしょうを入れ、よく混ぜる。
- ③ 耐熱皿にキャベツの1/3量をしき、その上に②の肉だねを半分量を広げて、トマト半分量、スライスチーズを乗せ、残りのキャベツの半分を乗せる。同様に肉だね、トマト、チーズ、キャベツの順に重ねる。
- ④ コンソメを③の上にもふりかけ、ラップをふんわりと掛けて、電子レンジで500W約8分加熱し、2〜4等分に切り分け、器に盛り、蒸し汁を掛ける。

栄養課だより②

レンジで簡単!! 野菜レシピ!

春キャベツの重ね蒸し (調理時間約20分)

つくり方

1人分栄養価
 エネルギー 246 kcal たんぱく質 18.9 g
 脂質 13.7 g 塩分 0.7 g

病院だより



訪問診療・訪問看護
ご相談承ります

吾妻さくら病院では通院が難しい方や、自宅での療養を希望する方に対して、医師・看護師がご自宅に定期的に訪問して診療や健康状態の観察、療養上の相談、指導を行う「訪問診療・訪問看護」を実施しています。

在宅療養でお困りの際はぜひ一度ご相談ください。ご自宅へお伺いしての面談もいたします。

担当：唐澤

入院患者様の個人情報保護のため、電話による入院の有無や病棟・病室番号の照会は原則としてお答えできません。ご理解をお願い致します。

- 面会制限の一部解除
入院患者様の面会は一部解除となりました。面会制限該当者は以下です。
- ① 高校生以下の方
- ② 感冒症状（発熱、咳）のある方
- 当院では、医療の問題・介護の問題があり在宅での生活が困難な方や転院、人工透析療法、訪問診療を希望されている方など、ご相談は医療相談窓口にて対応させていただきます。
- 入院患者様の照会について
患者様の個人情報保護のため、電話による入院の有無や病棟・病室番号の照会は原則としてお答えできません。ご理解をお願い致します。

診療案内(4月)

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	中澤※1	中澤※2	中澤	中澤	於川※4	於川
	午後						休診
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	原口 (群大)	渡邊 (群大)	休診	鈴木 (群大)	笹口	(群大)
	午後						休診
心療内科	午後	休診※3	休診	休診	休診	休診	休診

- ※1 第1月曜(3日)は内科休診となります。
- ※2 火曜午前は訪問診療で不在 (外科による代診)となる場合がございます。
- ※3 第3月曜日(17日)午後の診療になります。
- ※4 第1・3金曜日(7・21日)の診療となります。
- ◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
- ◆ 外科休診日でも軽度のケガ等のご相談ください。
- ◆ 4月休日当番医は 9日(内科・外科)・23日(外科)となります。
- ※4月から外科医師(月火木)が交替になります。

外来受付時間： 午前 8時45分 から 12時00分まで
 / 午後 13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日 (当番医は救急対応)

- ※ 4月10日(月)は内科医代診となります。
- ※ 於川医師の診療は第1・3金曜日および毎週土曜日となります。
- ※ 診療日変更となる場合もございますので、院内掲示板や受付窓口にて最新情報をご確認ください。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1
 TEL: 0279-75-3011
 FAX: 0279-75-3299
 URL: <http://www.a-sakurahosp.com/>