

相模台

さんぽみち

しょうきがしらやま
将棊頭山(聖職の碑)から
宝剣岳・中岳・木曾駒ヶ岳を望む医療法人興生会
相模台病院

- 相模台健診クリニック
- 介護老人保健施設 老健さがみ
- 相模台病院 訪問看護ステーション
- 相模台病院 居宅介護支援事業所
- 座間市相模が丘地域包括支援センター(委託)
- 座間市ひばりが丘地域包括支援センター(委託)

ご挨拶

泌尿器科部長
救急診療部長
石川 弥 医師

今夏も酷暑でしたが、皆様の体調はいかがでしょう。記録的な酷暑日が続けば、ゲリラ豪雨や台風による河川の氾濫や土砂災害など、目まぐるしい気候の変化に、体だけでなく気持ちまでもが付いて行けません。

「気象病」というものに悩まれる患者さんも多いと聞きます。主に気圧の変化による体調不良で、頭痛、めまい、嘔気などの症状が起こります。これは、「内耳」という気圧の変化を感じ取る耳の器官が関係していると考えられています。国内に約1000万人の患者数があるとされ、そのほとんどは自覚無く体調を崩しているらしいのです。「病は気から」とは「気圧」の変化でもあるのだと知らされます。天気が相手なら成す術が無いと悟るわけですが、そこは「気」の持ち様。この病気を克服する方法は、規則正しい生活リズムを心がける事だそう。変わらない生活リズムが「気」の安定を作り出すからです。そうすれば、季節の移ろいを「聴く」ことができるかもしれませんね。

私たち相模台病院は、これからも皆様の健康づくりを応援して参ります。

興生会の理念

私たちは、地域皆様の健康増進のため、安全で安心できる医療・介護を提供します。

基本方針

1. 説明と同意に基づき、良質な医療・介護を提供します。
2. チーム医療(医療・介護)を確立し、全人的医療を提供します。
3. 近隣の医療機関と連携し、地域皆様の心身の健康を守ります。
4. 豊かな人間性と強い使命感を持った医療人を育てます。

インフルエンザの 症状・予防・治療法



医局長 呼吸器内科部長
片桐 日佐子 医師

① インフルエンザと風邪の違い

感染から1～3日間の潜伏期間の後、発熱、頭痛、全身の倦怠感、筋肉痛、関節痛が突然現れ、咳、鼻汁などの上気道炎症症状が続くのが典型的なインフルエンザです。通常の風邪に比べて全身症状が強いのが特徴です。近年は迅速診断キットの普及によって典型症状を呈さない場合があることも分かってきました。特に高齢者では高熱を呈さず鼻汁のみの患者様もいらっしゃいます。



② インフルエンザワクチンについて



現行のインフルエンザワクチンは、接種すればインフルエンザに絶対に掛らない、というものではありません。しかし、インフルエンザの発病を予防することや、発病後の重症化や死亡を予防することに関しては、一定の効果があるとされています。インフルエンザワクチンは、そのシーズンに流行することが予測されると判断されたウイルスを用いて製造されています。

日本では、インフルエンザは例年12月～4月頃に流行し、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えますので、12月中旬迄にワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

③ インフルエンザに感染したら(治療薬)

インフルエンザの診断は迅速診断キットを使用して行います。当院では発症から6時間未満でも診断可能な高感度インフルエンザ迅速診断システムを導入します。

インフルエンザに対する治療薬としては、オセルタミビルリン酸塩(商品名:タミフル)、ザナミビル水和物(商品名:リレンザ)、ペラミビル水和物(商品名:ラピアクタ)、ラニナミビルオクタン酸エステル水和物(商品名:イナビル)の抗インフルエンザウイルス薬があります。これらの薬の服用を適切な時期(発症から48時間以内)に開始すると、発熱期間は通常1～2日間短縮され、鼻や喉からのウイルスの排出量も減少します。症状が出てから2日(48時間)以降に服用を開始した場合、十分な効果は期待できません。効果的な使用の為には用法、用量、期間(服用する日数)を守ることが重要です。

2018年3月に発売されたバロキサビル マルボキシル(商品名:ゾフルーザ)は1回のみでの服用で有効な治療薬で、本院もすでに処方開始しています。ウイルスの増殖を抑制し、従来薬と比較してウイルスの排出時間を短縮させる効果が検証されており、家庭や職場での感染の広がりを抑えられるのではないかと考えます。





薬剤師
八城 学

病院薬剤師の薬学的管理

病院薬剤師は薬の専門的な知識を活かし、薬の体内での動き、薬の飲み合わせ、患者様の病気の状態などについて考え、処方される前の薬や処方された後の薬の内容について確認しています。

例えば、腎臓が悪い患者様の腎臓の機能を確認し、腎臓の機能が正常な人と同じ効果が期待できるよう薬の量を医師に提案したり、服用する間隔を延ばすなどの提案をしています。また、薬の飲み合わせにより吸収が低下してしまう薬では時間をずらして服用するなど、医師と連携をとりながら処方の適切な提案をしています。さらに、注射薬については薬の量に加え、点滴時間が適正かどうか、様々な注射薬を一緒に混ぜることによる問題がないかなどをチェックしています。

薬の体内での動き

薬を飲むと(注射すると)、薬は血液中に入った後、様々な臓器に運ばれます。そこで薬の効果を発揮した後、肝臓へ送られ体の外に排泄されやすい形に変わります。そして尿や便に含まれて体の外に排出されます。薬が肝臓で排泄されやすい形に変わることを「代謝」といい、体外へ排出されることを「排泄」といいます。

薬の飲み合わせ

薬によっては飲み合わせが悪いものがあります。数種類の薬を同時に服用することにより、薬の吸収が低下したり、薬の代謝や排泄が低下したりすることがあります。代謝や排泄が低下すると、薬が体に蓄積して効果が強く現れたり、体に有害な作用を引き起こしたりすることがあるので注意が必要です。

病気の状態と薬

体に入った薬は肝臓や腎臓によって体の外に排泄されますが、肝臓や腎臓の悪い人では薬を体の外に排泄しにくくなり、薬が体内に蓄積してしまいます。その結果、薬の効果が強く現れたり、体に有害な作用を引き起こしたりすることがあります。

病院薬剤師は他の医療従事者と連携を取りながら、
薬の専門的な知識を基に患者様の安全な薬物治療が行えるよう日々努めています。

看護部

高校生の1日看護体験



毎夏恒例の高校生を対象とした一日看護体験を7月27日に開催しました。今回は近隣の8校から男子5名を含む29名の生徒さんが参加してくださり大盛況でした。

学校の制服から白衣に着替え、看護師と一緒に血圧測定やストレッチャー体験、入院患者様との交流などを病棟で行いました。

今回は参加者全員が看護師になるという夢を持った生徒さんだったので、彼らの将来の一助になればいいのではないかと思います。

そんな彼らから寄せられた感想を一部ですがご紹介いたします。

「貴重な体験ばかりで、一層看護師を目指す気持ちが高まった。」
「ドラマでは分からない所を見ることができ、緊張感も体感できた。」
「患者さまには優しく接するけれど、ナースステーションでは緊張感のある場面を見ることができ良い体験になった。」

参加してくださった皆さん、たくさんの笑顔をありがとうございました。その笑顔に私たち看護師も元気をもらいました!いただいた元気は患者さまに還元していきたいと思ひます。





旬を満喫!

身近なもので健康レシピ

きのこのマリネ

秋の味覚
きのこ

材料(3人分)

- 好きなきのこ 200g
- 写真はしめじ・えりんぎ等を1パックずつ使用
- セロリ 50g
- 赤パプリカ 50g
- んにく 1片
- 料理酒 大さじ1
- オリーブオイル 大さじ1
- パセリ 適量
- 〈マリネ液〉
- 浅漬けの素(液体) 大さじ2
- オリーブオイル 大さじ1
- 酢 大さじ1

作り方

- ①きのこの石づきを取り、食べやすい大きさに切る。
- ②セロリ・赤パプリカを5cm位の長さで薄切りにする。
- ③フライパンでオリーブオイルを熱し、包丁ですり潰したんにくを炒めて、香りが出てきたらきのこを入れる。
- ④少ししんなりしたら料理酒を入れて、そこへセロリと赤パプリカを入れて軽く炒める。
- ⑤炒めた具材をタッパーに入れ、そこにマリネ液を加え漬け込む。冷蔵庫で1時間ほど冷やす。
- ⑥器に盛りパセリをかけて完成。

●栄養豆知識

きのこは全般的に食物繊維とビタミンDを多く含んでいます。食物繊維は便秘の解消に、ビタミンDはカルシウムの吸収を助けてくれる効果があり骨を丈夫にします。

●栄養量(1人分)

エネルギー97kcal/
たんぱく質2.1g/脂質7.1g/塩分1.0g



診療支援部 栄養科



※バスの車両は、運行状況により変わる場合がございます。



■送迎バス時刻表■

小田急相模原コース(平日・土曜)

南口発	病院発
7 50	7
8 10 28 50	8
9 10 30 50	9 5 25 45
10 10 30 50	10 5 25 45
11 10 30 50	11 5 25 45
12 10 50	12 5 45
13 10 40	13 5 35
14 10 40	14 5 35
15 10 40	15 5 35
16 10 40	16 5 35
17 10 40	17 5 35
18 10 40	18 5 35
19 10	19 5 35

中央林間コース(平日・土曜)

北口発	病院発
7 40	7
8 10 45	8
9 35	9 15
10 25	10 5 55
11 15	11 45
12 5	12 40
13 0 40	13 20
14 35	14 15
15 25	15 5 55
16 15	16 45
17 5 50	17 30
18 35	18 15 55
19	19 35

赤字は土曜日運休となります。 ※日曜・祝祭日、休診日はすべて運休となります。

※平成30年春に大型商業施設が病院周辺に開業するため、交通状況によっては、送迎バス運行の見直しをさせていただく場合がありますので、ご了承ください。

●お願い

- 車イスでのご利用には対応しておりません。
- 交通事情により時刻表通りに運行できない場合がございます。
- 途中降車はできません。
- 満席の場合はご乗車できませんのでご了承ください。
- 相模台病院及び関連施設にお越しの方以外のご利用はできません。
- 運転手が行き先をおたずねする場合がございます。

座間市コミュニティバス「ザマフレンド号」(有料)をご利用の患者様・ご家族様へ

◆小松原・相模が丘循環コース ◆小田急相模原方面循環コース 各コース共、相模が丘または小田急住宅入口で下車されて、病院まで徒歩5～6分の距離となります。



医療法人興生会

<http://www.sagamidai.com/>

発行: 相模台病院 事務部広報担当 ☎252-0001 座間市相模が丘6-24-28

- 外来診療医師担当表は、総合受付に設置のチラシ・病院ホームページにてご確認ください。
- 病院への問合せ等で電話番号のかけ間違いのないよう、よくご確認ください。

- 相模台病院 (TEL) 046-256-0011
- 相模台健診クリニック (TEL) 046-256-9235
- 介護老人保健施設 老健さがみ (TEL) 046-266-5010
- 相模台病院訪問看護ステーション (TEL) 046-251-0363
- 相模台病院居宅介護支援事業所 (TEL) 046-256-1550
- 座間市相模が丘地域包括支援センター (TEL) 046-266-5222
- 座間市ひばりが丘地域包括支援センター (TEL) 046-255-2555