



しまたに 健康倶楽部(季節号)



平成23年 7月
第5巻 夏号

医療法人社団 島谷病院, 721-0955, 福山市新涯町 2-5-8, 電話 084-953-5511
ホームページ <http://www.fukuyamamed.or.jp/shimatani/>
メール shimatani@fukuyama.hiroshima.med.or.jp

専門医による大腸内視鏡検査のご案内

この度当院では、平成23年6月3日(金)から隔週金曜日午後、内視鏡専門医による**大腸内視鏡検査**がはじまります。

近年では、食生活の欧米化により大腸がんが急増しています。大腸がんの早期には症状がない場合が多いのですが、**早期発見**、切除(内視鏡で行います)により大腸がんはほぼ治る病気とされています。早期発見のためにも内視鏡専門医による検査はいかがでしょうか？

また、検診、定期検査、腹痛、下痢が続く、便秘と下痢を繰り返す、便潜血検査陽性、排便時に血が混じっているなど気になる症状がある場合は、ご遠慮なく当院までお尋ね下さい。



夏号 トピックス

- 1 大腸内視鏡検査のご案内
- 2 検査って?(シリーズ1)
- 3 日本医療機能評価認定
- 4 『夏の病気』対策!
- 5 しまたに健康倶楽部のご案内
- 6 花火大会屋上開放

検査って? (シリーズ第1回 検尿の必要性)

糖尿病や高血圧の人は、なぜ尿検査を定期的に行うのでしょうか？

高血圧の人は腎臓病になるリスクがあります。腎臓は体に不必要な老廃物を尿として出すところですが、血圧が上がるとたくさんの尿を出して血圧を元に戻すような仕組みになっています。腎臓が悪くなっても症状がありません。

そこで尿に蛋白や血液が出ていないかをチェックする必要があります。

また、糖尿病の人は血糖が長年高いまましていると動脈硬化が進みます。この動脈硬化が腎臓に影響を与えると腎臓病を招きます。

ちょっとめんどくさいなあと思うのですが、症状が出てからでは手遅れです。定期的に検査をして異常の早期発見をすることが大切です。



日本医療機能評価機構認定

この度当院は、日本医療機能評価機構(Ver.6.0)の認定をいただきました。医療機能評価とは、患者様が安心して適切な医療を受けることができるよう、病院の質を向上させることを目的とした評価を行うものです。評価は財団法人日本医療機能評価機構による第三者評価です。

今回の認定により、当院における医療の質が一定水準にあると保障されたこととなりますが、私たちはその評価内容を真摯に受け止め、今後もさらなる医療の質の向上とサービスの充実に努めてまいります。



— 基本理念 —

『患者様と共に悩み、そして
共に歩み続ける病院』



— 基本方針 —

1. 説明と同意の原則を遵守します。
2. 納得のできる医療をやさしく提供します
3. チームワークを重視し、職種・職域を越え協力します。
4. ホスピタリティ精神(おもてなしの心)
5. 研鑽を怠らない、変わる自分を目指します。
6. 健全な経営、開かれた経営を目指します。



医療・療養に関するご質問・ご相談等は、総合案内(受付)または地域連携室・在宅ケア室までお気軽にお問い合わせください。



『夏の病気』対策！

ここ近年夏の代名詞ともいべき熱中症ですが、今号はこの熱中症対策を特集します。

熱中症とは

気温が高く暑くなると普段の生活や運動で体温が異常に上昇しないように自律神経が調節をおこないます。暑さによりその調節がうまく機能しなくなると、筋肉のこむらがえりや失神（いわゆる脳貧血：脳への血流が一時的に滞る現象）を起こします。さらに、体温調節と汗による熱の放出のバランスが崩れてしまえば、体温が著しく上昇し死に至る恐れのある病態にもつながります。熱中症の症状には、筋肉のこむらがえりや立ちくらみ、倦怠感や脱力、頭痛、吐き気、嘔吐などがあります。

熱中症対策

熱中症かな？と思われた時は、風通しのよい日陰やクーラーが効いている室内など涼しい環境へ避難してください。冷却には、衣服を脱がせて体から熱の放散を行い、うちわや扇風機などで体を冷やしましょう。また、氷のうなどがあれば、首や脇の下などに当てて体を冷やすことも有効です。

大量の発汗などがあった場合には水分・塩分の補給を行います。補給には、汗で失った塩分も適切に補えるスポーツドリンクなどが最適です。



暑い中、我慢していると室内でも熱中症を発症することもあります。暑さ対策を適切に行い、熱中症にかからないように注意しましょう。

次に**虫さされ**ですが、虫さされは日常的な皮膚病のひとつですが、夏には蚊や蜂、くらげなどによる虫さされが増えてきます。そこで今回は、虫さされ対策もご紹介いたします。

虫に刺されると、赤い発疹、かゆみ、痛みなどの炎症症状がみられます。虫特有の毒成分などが皮膚に注入されることによりアレルギー反応が起こります。この反応により炎症がおきます。これが虫さされの症状です。

アレルギーには即時型（すぐに痒く腫れる）と遅发型（1～2日後に発症）とがありますが、**虫にさされたら**まず、水で洗い流し冷やしましょう。そしてできるだけ掻かずに炎症を広げないようにしましょう。炎症が軽い場合には市販薬で様子を見ることができますが、腫れがひどいときや全身に熱が出たときは、ただの虫さされとせず、早めに病院を受診してください。



今回は熱中症と虫さされをご紹介いたしました。気になる症状などがあれば、お気軽に当院までお越しください。

いきいき参加する！『しまたに健康倶楽部』

第2回 食・口腔・嚥下

いつまでもあなたらしくいるための『食機能と食生活』

日時：7月22日（水） 13:00～14:00 リハビリテーション室

第3回 転倒予防教室

いつまでもあなたらしくいるための『転ばぬ先の智慧』

日時：9月28日（水） 13:00～14:00 リハビリテーション室

参加費は無料です。皆さまのご参加をお待ちしております。



福山市花火大会 当院屋上開放します！

今年度より新しく始まった、健康倶楽部！
皆さまのご参加をお待ちしております。

福山夏祭り花火大会 屋上開放のお知らせ

『福山夏祭り 花火大会』では当院、4F 屋上を開放しております。
当院、屋上からの迫力ある花火大会をお楽しみ下さい！

日時：8月15日（月曜日）予定

詳しくは、当院ホームページまたは院内の掲示板でお知らせいたします。

－ 患者様の権利 －

1. 良質で適切な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療について十分な説明を受け、ご自身で選択する権利があります。
3. 個人情報にかかるプライバシーは守られる権利があります。

医療法人社団 島谷病院

721-0955 福山市新涯町2-5-8

電話番号:

084-953-5511

FAX 番号:

084-953-7304

電子メール:

shimatani@fukuvama.hiroshima.med.or.jp

