

院内勉強会を開催！

介護保険制度と居宅介護支援の勉強会



6月11日（水）午後6時20分から、介護保険制度と居宅サービスの現状について、当院医療相談室とリハビリテーション科職員による勉強会が行われました。

前半は、「介護保険制度について」をリハビリテーション科職員から、後半はケーススタディとして、訪問看護ステーションの職員から、実際に居宅介護支援を行った事例を紹介しながら、その現状と課題について説明を行いました。

質疑の時間では、医療機関との連携等について活発な質問がありました。

N S T 勉強会



6月17日（火）午後6時から管理棟会議室において、N S Tについての勉強会を開催しました。

N S Tとは、栄養管理のサポートについて、医師・看護師・薬剤師・管理栄養士などそれぞれの専門職が、知識・技術を活かしながら実践するチームをいいます。

当日は、N S Tの意義、栄養管理の必要性、専門職の役割、N S Tによる栄養管理の流れ等について、外部講師から説明があり、約20名の職員が熱心に受講いたしました。

新病院情報

現場の上空からお送りします♪

92本にもなる杭打ちが終わり、現在は免震用のゴムのようなものをのせる台座をつくっているところです。こちらは最近撮影した現場の上空写真です。このあたりは「まちづくり推進地区*」で、ここ数年で現場周辺は新築住宅や公園が建設される予定です。

*八潮南部東まちづくり推進地区 まちづくり計画 <http://www.city.yashio.lg.jp/6821.htm>

新病院への引っ越しの時には、周辺も様変わりしているでしょう…楽しみです(*^*)v



上空北側からの航空写真（7月12日撮影）



八潮中央総合病院院外広報誌

ふれあい

2014年

8月

発行：医療法人 社団協友会 八潮中央総合病院

編集：広報委員会 〒340-0808 埼玉県八潮市緑町1丁目41-3 TEL048-996-1131 FAX048-997-2315

救急救命士の病院実習

今年度も八潮市消防署から救急救命士の病院実習の依頼があり、5月26日から6月6日までは高橋救急救命士、6月9日から20日までは遠藤救急救命士が、それぞれ実習されました。

救急救命士の病院実習は、救急救命士が行う救命処置や応急処置などの病院前救護の能力向上を図るために行われるもので、当院での実習は、救急搬送された患者様の救急診療の補助や各種検査の見学などを行いました。

こうした実習や救急症例カンファレンスなどを通じて、今後とも八潮市消防署との連携を図りながら、地域の救急医療の充実を図ってまいりたいと思います。



高橋救急救命士



遠藤救急救命士



熱中症にご注意ください！

予防のポイント 本間 恵医師

今年も猛暑の影響で、熱中症の症状で救急搬送される方が相次いでいます。
7月30日、当院と八潮市消防署の職員で行われた救急症例検討会において、当院の本間恵医師が熱中症について解説しました。
検討会では、主に救急隊員向けの症例の説明でしたが、ここでは一般の方向けの予防のポイントをご紹介します。

① 上手にエアコンを使いましょう

特に高齢になると暑さをあまり感じなくなり、知らない間に熱中症になってしまうことがあります。夜になっても外気温は下がらず防犯上問題もあるため、窓を開けて過ごすのはお勧めできません。風向きを調節し直接人には当たらないようにして、28℃位で弱めに連続運転すると体にも懐にも優しいようです。



② 暑くなる日は要注意

熱中症は、暑い環境に長時間さらされることにより発症します。蒸し暑い日は、汗もなかなか蒸発しないため体に熱がこもりやすく要注意です。また、寝不足、肥満、安定剤の内服などでも熱中症が起こりやすいです。猛暑の中、体調の悪いときは無理に外出しないようにしましょう。



③ 水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給するようにしましょう。汗は水分だけではなく塩分も含んでいますので、スポーツドリンクを飲みましょう。（苦手なら薄めてもよいです）
ただし、腎機能が低下して尿が出にくい方や心不全の方は、主治医の指示通り過剰に飲まないように気を付けましょう。



④ 「おかしい!？」と思ったら病院へ

熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、倦怠感などの症状から、重症化すると意識不明になり命にかかわることがあります。また、この時期は熱中症と思って家で様子を見ていたら、実は脳卒中や敗血症などほかの命にかかわる病気であったなどということもあります。「おかしい」と思ったら、涼しいところに避難し医療機関に相談、受診しましょう。



⑤ 周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、家族やご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。暑い中イベントやスポーツなどを行う場合には熱中症予防運動指針などを参考にして、必要あれば中止することも考慮しましょう。一般の気温計で28℃以上で警戒、31℃以上で厳重警戒、35℃以上で危険・運動は原則中止です。



管理栄養士のメディカルレシピ

豚しゃぶ梅マヨネーズ

《豚しゃぶ梅マヨネーズ》

1人分のカロリー189kcal
塩分1g

●材料2人分

豚肉スライス60g
だし汁5cc
マヨネーズ6g
ねり梅または梅干しの種を抜いて細かく刻んだもの3g
キャベツ40g
人参5g
ノンオイルおろし醤油ドレッシング5cc



●作り方

- ① キャベツ、人参を短冊切りにし沸騰したお湯でゆで、ざるにあげ、水気を切って冷ましておく。
- ② 別のなべでお湯を沸騰させ豚肉スライスを一枚ずつはがしてお湯にいれる。
全てに火が通ったらざるにあげ冷ましておく。
- ③ だし汁、マヨネーズ、ねり梅を混ぜ合わせて、皿に盛った豚肉にかける。
- ④ キャベツ、人参にドレッシングを混ぜて豚肉に添える。



管理栄養士の一口メモ

夏真っ盛りの毎日ですが、食事は食べられていますか？

さて、今回は病院で夏至の日に提供した行事食をご紹介します。

豚しゃぶ梅マヨネーズ・・・ビタミンB+クエン酸でスタミナアップ!!

夏野菜の味噌和え・・・ビタミンCでストレスに負けない!!

デザートは紫陽花寒天は、2色のゼリーで紫陽花の花を、枝豆のずんだあんで葉をイメージしました。

～夏バテ予防としてのアドバイス～

1日3食食べる事が大切です。朝のうちは涼しいので食欲が出やすいと思います。

朝食はきちんと食べるようにしましょう。おすすめの食材は、ビタミン、ミネラルを豊富にふくむ、魚、豚肉、納豆、豆腐、野菜などをメニューに取り入れてみてはいかがでしょうか。

また、冷たい飲み物や食べ物は胃腸の働きが弱くなって、消化吸収能力が低下してしまいます。煮物や味噌汁など火を使った温かい料理も食べるようにして、夏バテ対策をしていきましょう!!