

16例マルチスライスCTを導入

平成27年5月下旬より、16列マルチスライスCTを導入し稼働しています。本装置は、4月にリリースされたばかりで、最新の技術が搭載されています。

CT装置の肝となる画像データを収集する最小のデータ収集幅は0.5mmと、とても細かなデータを収集することが可能です。またX線管球1回転につき16枚の画像取得が可能で、詳細かつスピーディな検査を実施することができます。胸部CT撮影であれば10秒程度の短い息止めで細かな情報が得られ、骨折部位においては細かな骨のズレを捉えることができる装置です。

メディアではCT装置の被ばくの問題が取り上げられることがあります。本装置の被ばく低減対策として、少ない

X線量で撮影した場でも画質を低下させる要因の一つである ノイズをソフトウエア上で低減させる技術と、体の大きさや 部位により自動でX線の量を制御できる機能を備えていま す。これらの機能により検査に使用するX線の量をソフト・ ハードの両面から低減し、検査を実施できる装置です。

一般的なCT装置では、手術などにより、体内に金属があった場合、その金属の周囲の画像が乱れ、診断しにくくなる場合があります。本装置では、体内金属の画像の乱れを低減するソフトウエアを搭載しており、手術により金属を入れられた患者様の術後経過観察にも有用性が高い装置です。

また、装置の開口径は780mmの大開口であり、息止め時間をわかりやすく表示するモニタの搭載、患者様が安心してやすめるワイドな寝台、動きの不自由な患者様に対応できる寝台の最低地上高約30cmなど患者様へやさしい設計となっています。

この装置で検査を実施していくにあたり、装置の性能や技術を十分に発揮させ、患者様へ安心、安全な検査を提供できるよう、日々、研鑽に努めてまいります。

ご質問等あればご気軽にお声をおかけください。

*専門誌ではありますが【INNERVISION(インナービジョン) 2015年8月号】にて当施設の紹介記事が掲載されました。







薬剤科だより

こんにちは。今回は薬の保管方法についてです。

皆さんはお薬をどのように保管していますか?棚に置く、冷蔵庫に入れる、空き箱に入れる、お菓子やのりの缶に入れている方もいますね。お薬にはそれぞれ適した保存方法があります。遮光(直射日光を避ける)と湿気を避けることが特に大切です。

保管の目安		
薬の種類	保管方法	保管期間、その他
錠 剤 (シートのまま)	直射日光を避けて室温 缶に入れるとなお良い	もらってから半年~1年間
錠 (一包化されたもの)	直射日光を避けて室温 缶に入れるとなお良い	もらってから3ヶ月位 色が変わっていたらのまない
散剤	直射日光を避けて室温 缶に入れるとなお良い	もらってから3ヶ月位 色が変わっていたり貰った時より湿ってサラサラ感がない時はのまない
液体	冷蔵庫	封が開いていなければ室温で良いものもある。開封後は冷蔵庫に保管し1週間。 病院で処方された薬は○日分と書いてあるのでその期間を超えて服用しないこと。
坐薬	冷蔵庫	室温で保存できるものもある
インスリン	開封前は冷蔵庫 使用中のものは室温	病院や薬局からもらって家に帰るまでの間は室温でも良い。長期間室温は×。使用中のものは室温に置き1ヶ月以上過ぎたら残りは捨てて未開封のものを開ける事。
瓶入りの錠剤、散剤 (市販薬に多い)	開封したら半年。箱に書かれている期限は未 開封の場合で開けたら長くは持たない。	出来れば1ヶ月以内に使い切る方が良いが勿体無いので半年位はもつかな?というのが私個人的な見解です。
目薬	病院で処方されたものの中には冷蔵庫に保管が必要なものもある。(緑内障の薬等)市販薬はほとんどが未開封の場合は室温開封したら早めに使う。	目薬には防腐剤が入っているものが多いが開封したら1ヶ月位をすぎたら使わないほうが良い。
シップ、軟膏類	直射日光を避けて室温 開封後は早めに使い切る。	シップは内袋を開封後は早めに使い切る。乾燥して薬剤が蒸発してしまったり、粘着力が変わる場合がある。

※お薬をもらうときに薬剤師に保管方法や使用期限を確認してください。 古くなった薬は効果がなかったり時にアレルギーを起こすことがあるので思い切って処分しましょう。

職員紹介



蕨野

山下

今 西 主任 こんにちは!この度、外来師長を務めることになりました山下理恵です。毎日来院される沢山の患者様の痛みや不安など一つでも解決また軽減できるよう医師とともに何かお手伝いが出来ればと思っております。診察・治療内容、検査などについて何かご不明な点や待ち時間等についても遠慮なく声をかけて下さい。診察や処置などの待ち時間が少しでも短縮できるよう外来スタッフー同努力していきたいと思います。経験不足でご迷惑をお掛けすることもあると思いますが、精一杯頑張りたいと思います。

山下理恵

今回外来主任になりました今西由紀子です。主に外来と手術室に勤務しています。手 術室に入っていることも多く、なかなか顔を覚えている方も少ないかもしれません。外 来でお困りごとや、診療等について疑問・質問があれば、遠慮無く声を掛けて下さい。

今 西 由紀子

今回、2階病棟の主任をさせていただく事になりました、蕨野加奈です。まだまだ不慣れな点が多く、患者様にはご迷惑をかけると思いますが、いつも笑顔を心がけ、皆様に声掛けをしたいと思いますので、宜しくお願いします。 蕨野加奈

みなさん、こんにちは。

4月から橘病院薬剤科で薬剤師として勤務することになった松元秀憲です。出身は都城ですが、高校卒業後、熊本・鹿児島・長崎を転々とし、10年振りに宮崎の地へと帰ってきました。霧島を見ると「帰ってきたんだな」と、ほっとします。

今年薬剤師国家試験に合格したばかりで学生から社会人への変化にあたふたしています。

しかし、「変化=CHANGE」は少し見方を変えれば「チャンス=CHANCE」でもあります。この機を逃さず自分の成長につなげていけるよう日々、努力しています。患者様に対しては安心してお薬を服用できるように分かりやすい説明、スタッフのみなさんには迅速かつ確実な情報提供を心掛けていきたいと思います。そして願わくば、自分の行動が病院のスタッフ・患者様を含め、みなさんの笑顔に結び付けば良いなと思っています!

仕事上ほとんど薬局から出ることはありませんが、院内で見かけたら気軽に話しかけていただけると嬉しいです。

松元秀憲

Room

『人工膝関節手術を受けて』

都城市在住

私は、20年前から膝に水が溜まり何回も溜った水を 抜いたり、また近くの温泉プールで歩行を10年間続け ましたが良くならず困っていました。このとき近くの 方から橘病院で手術して歩けるようになったとの話を 聞きました。柏木先生のお勧めで84歳でしたが手術す ることを決め平成24年12月に左膝、そして翌年1月に 右膝の手術を行い3ヶ月後退院しました。

入院中は、柏木先生をはじめスタッフの皆様のやさ しい指導を戴きました。特にリハビリの大切さを聞き、 先生や理学療法士の指導された通りに、またこのリハ ビリが今の私の仕事だと思い頑張りました。

退院後もめきめきとよくなり、今は朝30分の歩行を 行っております。大手を振ってさっそうと歩く夢を持っ ておりましたが、それが今実現した感じです。手術をし てよかったと主人と喜んでおります。

柏木先生をはじめ皆々様ありがとうございました。

『人工股関節の手術を受けて』

今井 トキヱ

私は、昔から神経痛を持っていましたが、平成23年の秋頃より痛みが出るようになり整骨院に通っていました。3ヶ月治療を続けても痛みが治まらずひどくなって夜が眠れなくなりました。整骨院の先生に話をしたら「早く大きな病院へ行きなさい。」と言われて娘の休みを待って2月1日に橘病院へ行きました。その時診てもらった先生から「今井さん、早く院長先生に診てもらいなさい。」と言われ、次の診察で柏木先生に診てもらいました。

「先生、夜が眠れないです。1日でも早く手術してください。」と何回も頼みました。以前知人から橘病院には、アメリカで勉強されてものすごく良い先生がいらっしゃると話を聞いたことがありました。その柏木先生に2月21日入院、2月22日に手術をしてもらいました。手術は、いつの間にか終わっていました。手術が終わってから娘に「ひとつも痛くなかったよ。」と言ったら笑いながら「お母さん明日からは、リハビリよ。」「自分のことだから頑張るよ。」そう言って眠っていました。

柏木先生、スタッフの皆様本当にありがとうございました。

1年後の定期診察も無事終わり、今は野菜を作ったり、庭の草取りや一泊で温泉に行ったりして楽しんでいます。

足のむくみについて

※疑問に思った事は、遠慮なく当院のリハビリスタッフにお尋ね下さい。

■はじめに

「夕方になると足がむくんでだるい」そんな症状に気づく人は、多いことと思います。どうしてむくみがおこるのか、放っておいてよいものなのか、気になるところです。今回は、そんなむくみの原因や対処についてお話したいと思います。

■むくみとは?

むくみとは、医学的には**浮腫(ふしゅ)**と呼びます。何らかの原因で血液などが心臓に戻りにくくなり、体内の水分バランスが崩れ、血液中の水分が血管やリンパ管の外にしみだして、皮膚の下に溜まった状態のことをいいます。

■どうして足に起こるの?

浮腫は重力の負荷のかかる部分に強く起こりやすくなります。これは、血液は高い所から低い所に向かって重力によって引っ張られる性質が関係しています。血液が高い所にあればあるほど、重力の力は強く働き、強い力で低い所に向かって血液が引っ張られてしまいます(図1)。その為、身体の中で1番低い位置にある"足"に浮腫が強く起こりやすいのです。



また、立ち仕事やデスクワークなどの座り仕事などで足に浮腫が起きやすいのは、長い時間同じ姿勢でいることも原因です。ふくらはぎの筋肉は"第二の心臓"とも呼ばれており、足を動かさないでいると、血液を心臓に戻す「筋ポンプ作用」が働きにくくなります(図2)。その為、足に血液が溜まり浮腫が強くなっていきます。

■浮腫が起きたらどうなるの?

浮腫が持続すればするほど、血流が悪くなり、血管・神経・関節など、すべての組織の栄養状態が悪くなっていきます。それにより、関節の可動域制限や筋力の低下が生じてきます。また、重症な場合は

浮腫

痛み・しびれ・細胞の破壊などを起こすこともあります。

そこで、足の浮腫を 和らげるために効果的 な運動のうち、手軽に 行える運動を2つ紹介 します。



浮腫の解消運動

①足趾のグーパー運動

足の指の曲げ伸ばしを繰り返します。【10回程繰り返して下さい。】

ー緒に足首も動かすと、更に 効果的です。(例:足の指を伸 ばした時に、一緒に足首を持 ち上げる。)

②かかとの運動

座っている(または、立っている)状態でかかとを持ち上げ、つま先立ちをしたり、元に戻ったりを繰り返します。 【10回程繰り返して下さい。】





指を思い切り 広げます

指をギュ〜ッと 曲げます









上記の運動を、それぞれ【10回程繰り返す】のを【1セット】として始めて、徐々にセット数を増やして下さい。**痛みを出さない範囲**で、無理なく続けて下さい。数をこなす事よりも、継続していくことが大事です。

栄養科だより



寒さに負けない身体を作ろう!

インフルエンザをはじめとした様々なウイルスが流行する時期が近づいてきました。ウイルス感染を防ぐために、手洗い・うがいが基本ですが、自らの免疫力を高めておくことも大切です。

からだをあたためることが、免疫力を高める手段の一つになります。そこで、今回はからだをあたためる食事のポイントについてご紹介します。

からだをあたためる食事のポイント

11バランスのよい食事をとりましょう。

→炭水化物·たんぱく質·脂質·ビタミン·ミネラルをバ ランス良くとりましょう。

2ビタミンEを多く含む食材を選びましょう。

→ビタミンEは、末梢の血管を広げ、血行促進を助けて くれます。かぼちゃ、大根葉、うなぎ、アーモンドなど に多く含まれます。

日鉄を含む食品をしつかりとりましょう。

→たんぱく質・ビタミンCを含む食品と食べ合わせる と、吸収率が高まります。レバー、大豆、ひじきなどに 多く含まれます。

☑上白糖が多く含まれる物の食べすぎに注意しましょう。

→上白糖はからだを冷やしてしまうと 言われています。

精製されていない、黒糖やテンサイ糖を選ぶと良いでしょう。

日香辛料を上手に使いましょう。

→生姜に含まれるショウガ オール、唐辛子に含まれる カプサイシンは血行を促進 してからだをあたためる働 きがあります。



上記の食事ポイントの他に、入浴やマッサージ、適度な全身運動なども血行促進ために有効です。 免疫力を高めて、寒い季節も元気に乗り越えましょう!

肉団子と白菜のピリ辛スープ

1人前 エネルギー: 152kcal・塩分: 1.1g

①蓮根·長ねざ·椎茸はみじん切り、人参·生姜はすりお3し、 卵を割り入れ、挽肉と一緒に粘りが出るまで混ぜます。

- ②白菜はざく切りにします。
- ③水を沸騰させ、鶏ガラスープを溶かします。 そこに白菜を入れ、芯が軟らかくなってき たら、**●**を丸めていれます。
- ④★の調味料を混ぜ合わせ、③に溶かします。
- ⑤肉団子に火が通ったら、ごま油で風味づけ して完成です♪



○材料(4人前)	
鶏挽肉	·· 250g
蓮 根	· 25g
長ねぎ	·· 25g
人 参	·· 35g
椎 茸	·· 20g
生姜	·· 5g ·· 1個
白菜	·· 100g
水	· 4cup
鶏ガラスープの素	- 大さじ1
「コチュジャン	- 大さじ1
★- 酒	. 大さじ1
	… 小さじ1
ごま油	… 小さじ1







当院外来フロアに 生花を展示しています。 月2回程度展示していますので 是非御覧ください。

池坊 柏木輝行

●皆さんから何か疑問に思われることやご質問があれば、当院の医師、看護師、理学療法士、栄養士、薬剤師、放射線技師、 事務員がお答えいたしますので文書や口頭、メールでかまいません。お寄せください。 (メールアドレス info@tachibana – hospital. jp)

発行元:医療法人橘会橘病院(財)日本医療機能評価機構認定病院編集橋病院広報委員会ホームページ.http://www.tachibana-hospital.jp