

薬剤科便り

お薬手帳について

調剤薬局や病院受診時にお薬手帳の提出をお願いされた方は多いと思います。薬剤師はお薬手帳をみて アレルギーや他の医療機関でもらわれた薬と当院で使用する薬との飲み合わせや重複投与(同じ又は同様 の効能の薬が重なって処方される)、副作用等を確認します。医療機関以外で購入したものでも他の薬剤との 飲み合わせがあるものや手術に影響のあるものもあるのでお薬手帳には医療機関で貰った薬だけでなく、 ドラッグストアや通販で購入した薬や健康食品の内容も記入して下さい。

特に今回は大規模災害時にはお薬手帳を持っていると緊急時に役立ちます。ということを伝えたいです。 糖尿病、高血圧、狭心症、その他、持病がありお薬の服用を継続する必要があるけれど、災害により、自宅から お薬が取り出せなかったり、無くなってしまったりする場合があります。

東日本大震災や熊本地震の時のように避難生活がながくなり、またかかりつけの、医療機関も被災したりして、お薬をもらう事が難しくなります。避難所に救護所がもうけられ、診察を受けてお薬をもらう事ができます。その際、お薬手帳があれば、いつもお薬をもらっている薬の内容やアレルギー、これまでの服用歴(何を

今まで服用していたか)、副作用歴の有無が分かるためスムーズに安心してお薬をもらう事ができます。さらに血圧や血糖値なども記載されているとよりわかりやすくなります。

通常は医療用のお薬は医師の診察をうけ処方箋を発行してもらい、その処方箋を調剤薬局に持って行くことでお薬を受け取ることができますが、大災害の場合、厚生労働省により特別に、持病のある被災者は処方箋が無くても後から処方箋を書いてもらう事を条件に薬局でお薬を受け取れるようになりました。

大規模災害だけでなく、大雨や台風、火山の大噴火などいつ、 何が起こるかわかりません。避難する時には、お薬手帳をすぐ に持ち出せるようにいつも携帯してください。



介護保険制度について

高齢化が急速に進み、介護が必要な高齢者が増えています。

一方、少子化や核家族化などにより、家族だけで介護するのは非常に困難になってきています。介護保険制度は、できるだけ家族の負担を軽くし、介護を社会全体で支えあうために生まれました。

介護保険では、介護サービスを利用する高齢者の視点に立った制度とし、高齢者自身によってサービスの種類 ・内容や提供事業所などの選択が行われるようになりました。

介護保険サービスを受けるまでの手順

介護保険のサービスを利用するためには、介護が必要かどうかの認定(要介護認定)を受ける必要があります。

| 1、申 請 | 介護が必要になったらまず申請が必要です。 市役所介護保険課・総合支所(旧4町役場)に申請して下さい。 |
|---------------|---|
| 2、調 查 | 心身の状態について調査します。 |
| 3、審査・判定 | どのくらいの介護が必要か審査します。 |
| 4、認定・通知 | 要介護度を認定・通知します(原則として申請から30日以内に通知されます)。 |
| 5、介護サービス計画の作成 | 利用者の希望や状態に応じた介護サービス計画を作成します。 |
| 6、介護サービスの利用 | ケアプランに基づいて、在宅サービスと施設サービスが利用できます。 |

当院入院中に申請を希望される場合は、病棟スタッフに声をかけて下さい。

栄養科だより

毎年9月1日は防災の日です。

防災の日は、大正12年9月1日に発生した関東大震災に由来しています。

先日、情報提供や啓蒙の意味を込め、災害用備蓄を使用した献立を提供しました。

<u>χ=⊐</u>—

- ・アルファ米を使用した親子丼
- ・じゃがいもの揚げ煮風
- ・インスタントのワカメスープ
- ・カルシウムウエハース

備蓄食品の紹介当院では、災害時に備え、

3日分の食糧を備蓄しております。今回は提供した、アルファ米について紹介します。



☆アルファ米セットに入っている物品☆

・説明書・炊きあがったごはんを詰めるパック・しゃもじ・しそふりかけ・輪ゴム・スプーン・ビニールタイ・袋を切るための安全なカッター

アルファ米とは、炊飯して、米のデンプンをアルファ化(糊化)させた後、乾燥処理によって、そのアルファ化した状態を固定させたお米です。水か、お湯を加えるだけで、軟らかくおいしいごはんができあがります。

家庭でも、地震や台風などの災害に備え、水分や食糧を確保し、避難経路や避難場所の確認などを行っておきましょう。



①水かお湯を入れて袋をとじて、蒸らす。 お湯は15分、水は60分~150分



②蒸らし終わったら、良くかき混ぜる。 ふっくらとしたごはんのできあがり

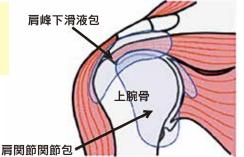
リハビリワンポイントアドバイス

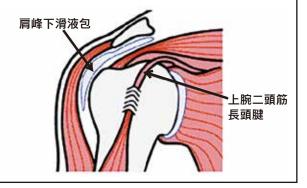
四十肩・五十肩

肩関節周囲炎とは

いわゆる五十肩とは、肩関節周囲炎の俗称で、中年以降特に40~50歳代に好発し肩関節部の疼痛と拘縮をき たすことからこう呼ばれ、日常の会話にも良く使われるほど多くの方が経験する疾患です。病態は多彩で、関節を 構成する骨、軟骨、靱帯や腱などが老化して肩関節の周囲の組織に炎症が起きることが主な原因と考えられてい ます。肩関節の動きをよくする袋(肩峰下滑液包)や関節を包む袋(関節包)が癒着するとさらに動きが悪くなりま す(拘縮または凍結肩)。運動時・夜間時に痛みがあることも特徴です。







◆安静時・夜間時の姿勢

ポイント

痛みを軽減させるためにクッション や丸めたタオルなどを肩と肘の下に置 き、支えるようにしましょう。

◆振り子体操

- ①痛みのない方でテーブルに手をつき、 痛みのある方の手を垂らす。
- ②なるべく肩の力を抜いてリラックスし た状態で、腕を振り子のように前後に 動かす。











※無理のない範囲で動かしましょう。

◆体まわし(肩甲骨のストレッチ)

- ①椅子に腰かけ両足を広げ、膝の上に手 をのせる。
- ②(右の肩甲骨を伸ばすとき)左手の肘 を伸ばした状態で、右の肩を前に出す。
- ③左右5秒ずつ行う。







※両肘を必ず伸ばした状態で行いましょう。 無理のない範囲でゆっくり行いましょう。

外来診療予定表

| | 月曜 | 火 曜 | 水 曜 | 木曜 | 金 曜 | 土曜 |
|----------------|---------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 午前診療 | 柏木Dr | 柏木Dr | 花堂 Dr | 柏木Dr | 花堂 Dr | 柏木Dr |
| | 川越 Dr | 矢野 Dr | 川越 Dr | 花堂 Dr | 川越 Dr | 花堂 Dr |
| 診 療 | (花堂 Dr) | | | 川越 Dr | | 川越 Dr |
| | 外来手術·手術 | 手 術 | 手 術 | | 手 術 | 宮医大Dr |
| 午後診療 | 花堂 Dr | 花堂 Dr | 花堂 Dr | | 花堂 Dr | 宮医大Dr |
| | 川越 Dr | 宮医大Dr | 川越 Dr | | 川越 Dr | |
| | (矢野 Dr) | | | | | |
| | 外来手術·手術 | 手 術 | 手 術 | | 手 術 | |

- ※なお、Drの都合により急遽、予定変更になる場合もありますのでご了承ください。
- ※緊急で手術が入る場合は、診療時間が変更になりますのでご了承ください。

土曜日 外来担当医

柏木 Dr第2・第4土曜日(第1・第3・第5土曜日は、病棟診療)花堂 Dr第1・第3土曜日(第2・第4・第5土曜日は、病棟診療)川越 Dr第1・第2・第4・第5土曜日(第3土曜日は、病棟診療)



●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□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

