

皮膚科外来を縮小いたします

本年4月1日から皮膚科常勤医が不在となるため、非常勤医師での診療になります。このため、新たな常勤医の赴任まで皮膚科の診療体制を次の通りとさせていただきます。

通院中の皆様に大変なご心配とご迷惑をかけ

ることになり、本当に申し訳ありません。1日も早くこれまで通りの診療を取り戻すために、病院として努力を続けますので、何卒、ご理解とご協力を宜しくお願い申し上げます。

- 外来枠を少なくして、**週2回ほどの外来診療**を予定しています。詳細が決まり次第お知らせいたします。
- 初診の方も含めて**完全予約制**といたします。
- 現在通院中の多くの患者さんは、4月から他院皮膚科に診療していただくことになるため、現在の担当医と相談していただき**診療情報提供書（紹介状）**をお受け取りください。



新採用者のご紹介

- ① 氏名 ② 所属 ③ 出身地
④ 趣味 ⑤ 好きな言葉



- ① 松本 峻弥（まつもと しゅんや）
② 泌尿器科
③ 静岡県
④ テニス・ゴルフ・日本酒
⑤ 笑う門には福来る



- ① 佐野 孝輔（さの こうすけ）
② 検査部
③ 静岡県
④ 映画鑑賞
⑤ 人の世話役を心がけ、報いを望むな、求めるな。



わたしの家族

ICU 稲村優子



『4歳になるチワプーの愛ちゃんです。帰宅するとすぐに抱っこをせがみ、膝の上にいるのが定位置です。最近は寒くなってきたので、気が付くと長男のベッドに忍び込んで寝ていることも…。食べて走っておてんば姫です。』

今月の表紙

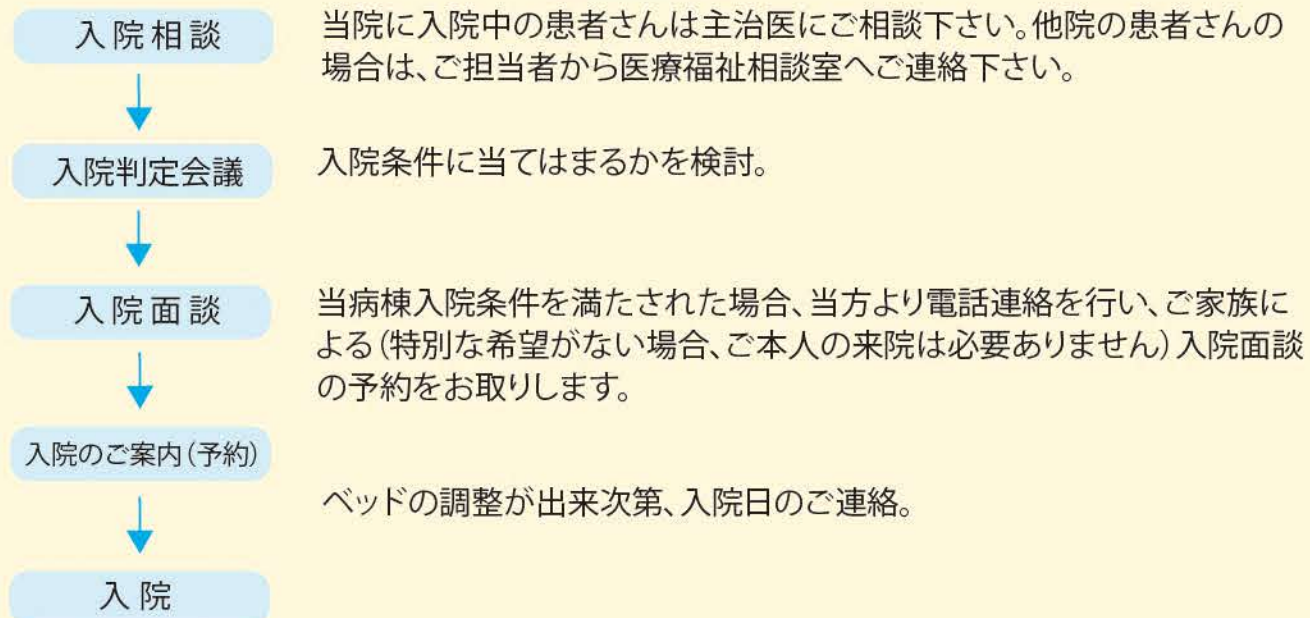
今後も患者さんができるだけ自立してご家庭に戻れるよう、リハビリ病棟のチームがサポートしていきますので宜しくお願いいたします。



多職種がチームで社会復帰を支援しています

回復期リハビリテーション病棟

入院までの手順



当院は、急病や怪我をされた患者さんを24時間受け入れる体制をとっている「急性期病院」です。急性期治療が終了した後、患者さんができるだけ良い状態で退院して自宅に戻るなど、社会復帰を目指して集中的にリハビリを行っているのが回復期リハビリテーション病棟です。平成26年、新棟の6階に開設されました。

病棟には自然回復を促す環境が整備され、医師、看護師を始め、リハビリテーションスタッフ、介護福祉士、社会福祉士など多職種がチームを組んで患者さんご家族を支援しています。

当院回復期リハビリテーション病棟の対象患者さん

当院以外の急性期病院からも入院の受入れを行っております。ただ、「入院判定会議」等で当院に入院の適応があると認められた場合に限りです。



対象疾患	入院期間
高次脳機能障害を伴った重症脳血管障害、 重度の頸髄損傷及び頭部外傷を含む多部位外傷	最大入院期間180日まで
脳血管疾患、脊髄損傷、頭部外傷、くも膜下出血の シャント手術後、脳腫瘍、脳炎、急性脳症、脊髄炎、 多発性神経炎、多発性硬化症、腕神経叢損傷等の発症 後又は手術後、義肢装着訓練を要する状態	最大入院期間150日まで
大腿骨、骨盤、脊髄、股関節もしくは膝関節の骨折 又は二肢以上の多発骨折の発症又は手術後の状態	最大入院期間90日まで
外科手術又は肺炎等の治療時の安静により廃用症候群 を有しており、手術後又は発症後の状態	最大入院期間90日まで
大腿骨、骨盤、脊椎、股関節又は膝関節の神経、筋又 は靭帯損傷後の状態	最大入院期間60日まで
股関節又は膝関節の置換術後の状態	最大入院期間90日まで

(現在、感染対策のため各季節ごとのイベントは自粛しています)

おいしい治療食のレシピ

JAとりで総合医療センター 栄養部

血液透析食



ご飯 150g (1合の1/2程度)

酢豚

- 豚バラブロック 80g
- A料理酒 2g (小さじ1/2杯)
- A醤油 3g (小さじ1/2杯)
- 片栗粉 適量
- 揚げ油 適量 (吸油率5%程度)
- 玉ねぎ 30g (1/7個)
- ピーマン 20g (1個)
- 人参 20g (1/5本程度)
- タケノコ水煮 20g
- 生しいたけ 20g (中1個)
- パイン缶 20g
- 炒め油 4g (小さじ1杯)
- Bおろしにんにく 少々 (チューブなら1cm弱程度)
- B砂糖 3g (小さじ1杯)
- Bトマトケチャップ 10g (小さじ2杯)
- B酢 10g (小さじ2杯)
- B醤油 3g (小さじ1/2杯)
- B中華味 0.5g (ひとつまみ)
- 水溶き片栗粉 適量

チンゲン菜のバター炒め

- チンゲン菜 80g (1株と半分程度)
- サラダ油 4g (小さじ1杯)
- バター 2g (小さじ1/2杯)
- コショウ 少々

甘酢和え

- きゅうり 20g (1/5本)
- 春雨 10g
- C砂糖 5g (大さじ1/2杯)
- C酢 5g (小さじ1杯)

作り方

酢豚

- 豚バラブロックは1個 20g程度の角切りにしておく。豚角切り肉とAの調味料をポリ袋に入れ、軽く揉みこんで10分程置く。
- 玉ねぎ・ピーマン・人参・タケノコ水煮・生しいたけは全て一口大に切る。人参は軽く下茹でしておく。
- ①の豚肉に片栗粉をまぶし、熱した油で素揚げする。
- フライパンに炒め油を敷き、②の野菜を炒める。
- 野菜に火が通ってきたら、③の豚肉とパイン缶を加え炒める。
- Bのおろしにんにくと調味料を加え軽く炒める。火を止めて水溶き片栗粉を加えひとまぜする。
- フライパンに再度火をつけ、トロミがついたら完成。

チンゲン菜のバター炒め

- チンゲン菜は良く洗って一口大に切る。
- 熱したフライパンにサラダ油を敷き、チンゲン菜を入れ炒める。
- チンゲン菜に火が通ったら、バターを加え、胡椒を振って完成。(バターは焦げやすいので最後に加えると風味が良い)

甘酢和え

- 春雨は沸騰したお湯で2~3分湯がき、水さらしして、水気を切る。食べやすい大きさに切る。
- きゅうりは細切りにする。
- Cの調味料を合わせ、用意した春雨ときゅうりを加えて和える。

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩 (g)
ご飯	243	4.3	0.6	55.1	63	67	0
酢豚	458	14.0	36.4	22.2	486	164	1.4
チンゲン菜	56	0.5	5.7	1.6	209	22	0.1
甘酢和え	60	0.2	0	14.4	41	12	0
合計	817	19.0	42.7	93.3	799	265	1.5

お薬の話 第9回

便秘薬(下剤)について

薬剤師 菊地 清明

便秘薬の種類(当院採用薬一部抜粋)

分類	特徴	当院採用 薬剤名
浸透圧性下剤	腸管内への水分移行を増やして便を軟らかくし、排便を促します	マグミット モビコール
※刺激性下剤	小腸から吸収され、直接大腸粘膜を刺激し、腸管運動を促します	アローゼン センノシド ピコスルファート ラキソベロン
漢方薬	生薬の“山椒”と“乾姜”が腹痛やお腹の張りをやわらげ、また体をあたためて胃腸の調子を改善します	ツムラ大建中湯
※浣腸剤	肛門と直腸の粘膜を刺激して、排便を促します。ただちに排便効果が得られます	グリセリン浣腸
坐剤	腸内で炭酸ガスを発生させ、腸の運動を高め排便を促します	新レシカルボン坐剤
その他	腸管内への水分分泌を増やして便を軟らかくし排便を促します	アミティーザ

便秘という症状のようには女性に多いですが、男女問わずこの症状でお悩みの方は多いのではないかと思います。今回は便秘薬について説明します。

○便秘とは
便秘とは便が大腸内に長時間とどまり、本来体の外に排出すべき便を十分量かつ快適に排出できない状態のことを指します。稀に大腸

癌が原因で便秘になることや、便秘が原因で腸閉塞や腸管穿孔(腸に穴が開くこと)になる場合もあるので便秘が続いて気になるときは受診しましょう。

- Q 薬を飲み始めても良くなりません。どうすれば良いですか？
- A 便秘薬の種類によっては、症状の改善がみられるまでに時間がかかることもあります。症状の改善が感じられない場合や、薬がどうしても合わないと感じる場合などは、自己判断で服用をやめたり服用する量を増やしたりせず、まずは医師に相談しましょう。
- Q 便秘薬を飲み続けても良いですか？
- A 便秘薬は規則正しい排便のリズムを取り戻すために使用するものです。薬だけに頼るのではなく、日常のバランスのとれた食事や適度な運動等の規則正しい生活習慣を心がけることで、服用間隔を少しずつ延ばせるようにしましょう。
- また上の表の※が付いている刺激性下剤と浣腸剤は、長期間にわたり頻繁に服用することによって薬が効きづらくなることがあります。医師と相談しつつ漫然と服用しないようにしましょう。(お薬の話は今回で終了です)

医療費のニ二情報

医療費と消費税

健康保険が適用される範囲内で診療を受ける場合などには、患者さんが支払う医療費に消費税は加算されませんが、健康保険が適用されない自由診療(医療費は全額、患者さん負担)の場合には、消費税がかかります。

消費税が加算されるものの例

- 自由診療:健康診断、人間ドック、予防接種等
- 乳児の健診
- 診断書作成料
- 個室料金
- 歯科自由診療

詳細については会計窓口でお尋ねください。

消費税が加算されない場合

- 健康保険が適用される診療
- 出産に係る費用



NPO法人 こ・こ・ろ

NPO法人 理事長
志賀 恵子



こども食堂の様子

こころの拠り所として こども食堂を開設

ひきこもりや不登校などの悩みをかかえている方に対して相談室を開くなど、こどもの居場所や地域との交流の場を提供する活動をされているNPO法人こ・こ・ろの理事長、志賀恵子さんにお話を伺いました。「平成21年から厚生労働省のひきこもり支援推進事業として、都道府県に『ひきこもり地域支援センター』を設置する事業がスタートしたことから、個人で心理学を勉強した方が集まり2011年2月にNPO法人こ・こ・ろを設立しました。すぐに震災があり、被災された方々の心のケアのため炊き出しを取手と竜ヶ崎で行ったのが最初です。現在会員が12名で認定心理士や社会福祉士、民生委員の方などがおります。

こども食堂を始めたのは4年前です。毎月、第1・3火曜日の午後に開催し、現在、12～13名が利用しています。市内の高校生や大学生もボランティアで手伝ってくれており、宿題をしたり遊んだりした後、スタッフと一緒にテーブルを囲んで夕食を食べてから帰って行きます。学校でもない、家庭でもないこの場所が子

供たちのこころの拠り所になって欲しいと思っています。夕食はこども食堂の調理場で約50食を造り、子供100円、大人300円で提供しています。近隣の高齢者の方でお弁当を買いに来られる方もおり、地域の交流の場となっています。

こ・こ・ろには、ひきこもり支援の活動もあります。家族にひきこもりを抱える方々の『家族会』や、ひきこもり本人への相談にも応じておりますので、一人で悩まないで必ず相談して欲しいです。

財政面ですが、これまでは社会福祉協議会や『赤い羽根』から助成金を頂いていましたが今年の3月で終了します。このため社会福祉法人の茨城県共同募金会が行っている『いばらきテーマ型募金』に参加し今年の3月末まで募金を募っています」と話されていました。志賀さんは現在、認定心理士、産業カウンセラー、ひきこもり支援相談士の資格をお持ちですが、今年、公認心理師（国家資格）の試験を受けるそうです。こどもの育成支援に取り組む熱い思いを感じました。

連絡先 TEL・FAX 0297-48-4464
E-mail shiga85274@biscuit.ocn.ne.jp

連携医のご紹介

有田内科整形リハビリクリニック



院長 有田 元英
副院長 有田 由美子

診療科目 神経内科、整形外科、リハビリテーション科
内科、小児科、在宅医療

診療時間 午前：月・火・木・金・土 9時～13時
午後：月・火・木・金 15時～18時

休診日 日曜日・祝日・水曜日

連絡先 TEL 0297-70-3331
〒300-1537 取手市毛有 363-2

当院は2002年旧藤代町毛有に開業し、今年で20年目になりました。院長がリハビリテーション科専門医として、整形外科、リハビリテーション科、神経内科を担当し、神経、骨関節、運動、知覚、認知など機能障害を対象に診療しております。副院長は、一般内科、小児科、在宅医療、学校医などを中心に診療しております。

併設の通所リハビリ施設において、高齢・機能障害リハビリを提供し、令和2年より研修医と協働で在宅・外来診療を行い、賑やかで活気のある診療所を目指しております。

JAとりで総合医療センターの医療スタッフ、各診療科、連携室、事務部門の皆様と緊密に連携し、地域医療を支えていくべく、努力奮闘中です。

わたしたちの職種を ご紹介します

皆さんの中には「歯科衛生士」という職種をご存知ない方も多いのではないのでしょうか。歯科衛生士は歯科疾患の予防及び口腔衛生の向上を図ることを目的として、人々の歯・口腔の健康づくりをサポートする国家資格の専門職です。

当院には歯科衛生士が2名おります。業務内容は幅広く主に3つに分けられます。

- ①口腔外科診療補助の他、摂食嚥下機能評価検査のアシスタントとしてスケジュール管理や器材の準備を行います。また全身麻酔の手術にも立ち会います。
- ②ご自身でお口の中をきれいに保つことが難しい入院患者さんに対し、誤嚥性肺炎防止や嚥下機能の維持・改善目的で定期的に口腔ケアを行っています。病棟ス

歯科衛生士

タッフへの指導など、口腔ケアの啓蒙活動も行っています。

③手術や化学療法を予定している入院中のがん患者さんに対し、治療開始前から、術後の合併症予防目的としてセルフケアの方法などを指導しています。

受診される患者さんの不安を和らげ、スムーズに診察が行われるよう心がけています。さまざまな疾患をもつ患者さんに日々携わるため、口腔内だけでなく全身疾患の病態について常に知識の向上に努めていきたいと思ひます。

当院では現在、歯科衛生士を募集しています。お気軽にご連絡ください。



【ご連絡先】
JAとりで総合医療センター
TEL：0297-74-5551（代）