

2023 秋号 ほ、えみ

《病院理念》

私達は院「誠」の医療を推進いたします

1. 私達は他人の為に尽くして感謝しよう

1. 私達は自分の力で伸びて行こう

1. 私達は私達の規則を尊重しよう

《基本方針》

1. 地域に根ざした病院として、安心できる医療提供に努めます

1. インフォームドコンセントを徹底し、患者様の選択を尊重した医療をめざします

1. 患者様のプライバシーを尊重いたします

1. 知識と技術の向上に努め最善の医療をいたします

1. 優しさ思いやりを大切に心のこもった公平な医療をいたします



この度は、日頃の診療では伝えきれない事をお話させていただきます。いきなりですが、脳卒中(脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血が主に)による脳血管障害は、全死因の中、1. 癌2. 心疾患3. 老衰4. 脳血管障害の3%です。印象としてはさほど多くはない、と思えますが、実際の診療では死亡に至る前の後遺症に悩む方々、合併症で死に至る方が、非常に多くおられます。脳卒中は間接的に影響が非常に強い疾患です。



◎診察日【脳神経外科】

月～金曜日 8時45分～12時00分

月～金曜日 14時00分～17時00分

脳卒中にいつなつてしまつか、私にもわかりません。いつかは、脳卒中になつてしまわないか考えれば不安にならない訳がありません。わからない事に右往左往しても、全く意味はありません。では、どうしま

えれば幸いです。では、予防はどのようにしていきましょうか? あくまで私見ですが、脳卒中(範囲を狭くしますが脳梗塞・脳出血)の発症予防に関係して言えば、動脈硬化(特に血管内皮障害)に注目しています。

経年的かつ生理的な理由での動脈硬化は避けられませんが、動脈硬化を悪化・進行させうる要因として、血圧異常、血糖異常、脂質異常、喫煙、炎症、老化(脱水を含む)ほかを考えます。それらを治療で正常範囲に落ち着ける事が、大切だと考えています。

中でも血圧異常、血糖異常、脂質異常などは、病院を訪れた

脳卒中・その予防治療と実践について

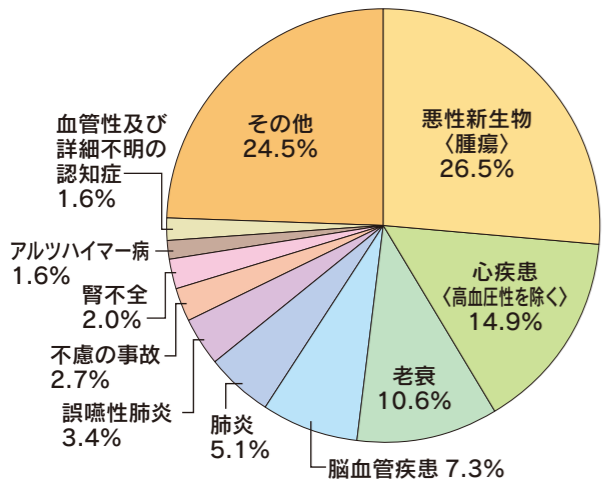
脳神経外科部長 宮崎 始

脳卒中にならない為、予防対策をとつてみませんか? 何もせず、無駄に時間を過ごすことは、避けましょう。日々のわずかな時間と意識を御自身の健康管理に向けてもら

実際の血液検査や一般的な健康診断等で異常を指摘された場合、何かしらの行動をとりましょう。喫煙は、減煙から禁煙への努力をしてみましょう(血管内皮に炎症を起こす可能性があります)。過度の飲酒は血液が脱水に強く傾き、循環不全・血栓形成を助長し脳梗塞の可能性が高くなります。血糖異常や脂質異常は食事・運動など日常生活の過ごし方を考え直していきましょう。

肥満は直接的に病気とは言い難いのですが、食べすぎ、運動不足など肥満体型になれば脂質異常、血糖異常、高血圧となりやすく、また肉体的・精神的に弱くなり食事量は変わらないのに運動不足、活動性の低下に至り、さらに肥満へと悪循環になります。

主な死因の構成割合(令和3年(2021))



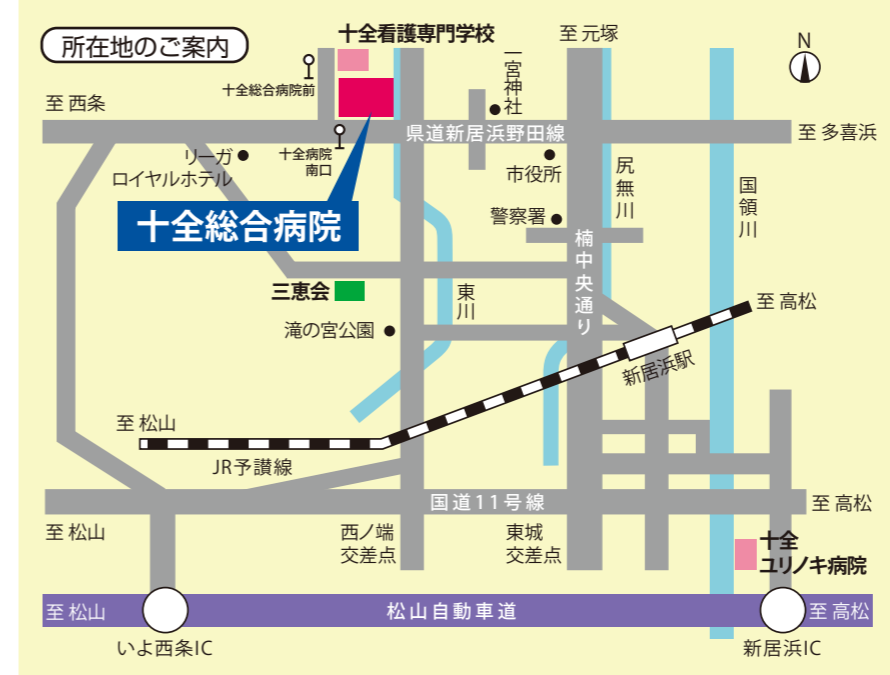
出典: 令和3年(2021)人口動態統計月報年計(概数)の概要(厚生労働省)

参加費無料 申込不要

健康教室のお知らせ

開催日	内容	担当
10/4 (水)	糖尿病の薬物療法について	薬剤師
10/11 (水)	糖尿病とは	糖尿病看護認定看護師
10/18 (水)	地方祭のため、お休みとします。	
10/25 (水)	糖尿病の検査について	臨床検査技師
11/1 (水)	糖尿病の食事療法について	管理栄養士
11/8 (水)	公開糖尿病教室があります。通常の教室はお休みします。	各担当者
11/15 (水)	糖尿病の薬物治療について	薬剤師
11/22 (水)	糖尿病の運動療法について	理学療法士
11/29 (水)	糖尿病とは	糖尿病看護認定看護師
12/6 (水)	糖尿病の検査について	臨床検査技師
12/13 (水)	糖尿病の食事療法について	管理栄養士
12/20 (水)	糖尿病の運動療法について	理学療法士
12/27 (水)	糖尿病の薬物療法について	薬剤師

※都庁より内容が変更になる場合があります。



《お車》新居浜ICから約20分、いよ西条ICから約20分
【駐車場完備 272 台収容可能】

《バス》瀬戸内バス……「十全総合病院前(広瀬→多喜浜線)」下車
「十全病院南口(今治→マイントピア別子線)」下車

《JR》JR 予讃線……新居浜(いはいま)駅下車、タクシーで約10分

一般財団法人 積善会

十全総合病院

〒792-8586 愛媛県新居浜市北新町1番5号
TEL(0897)33-1818 FAX(0897)37-2124

ホームページアドレス <https://jyuzen.jp/>

QRコード: ホームページ, フェイスブック

編集 広報誌編集活動委員会

医療・福祉 十全グループ

- 十全看護専門学校
あたたかい気持ちとあつい心をもった看護師の育成を図っています。
- 愛媛十全医療学院
理学療法士、作業療法士の育成
校是【博く学び、深く思い、厚く思いやる】
- 愛媛十全医療学院附属病院【内科・整形外科】
生活能力の回復と維持を図っています。
- 医療法人 十全会 十全ユリノキ病院【精神科】
あたたかい心、思いやりの心、私達は心の医療を推進します。

社会福祉法人 三恵会

子供から高齢者まで、幅広い世代へのお世話をしています。

- 総合福祉施設 やすらぎの郷
- 介護老人福祉施設 ハートランド三恵
- 介護老人保健施設 リハビリステーション三恵荘
- 介護老人保健施設 希望の館
- 障害者支援施設 三恵ホーム
- 児童福祉施設 十全保育園
- 児童福祉施設 中萩保育園
- 総合福祉館 コミュニティハウス三恵
- 福祉施設 恵海
- 養護老人ホーム 新居浜市立慈光園

病院敷地内 全面禁煙

トイレや人目につかないところでの喫煙は防火管理上も大変危険ですので、喫煙はくれぐれもご遠慮ください。皆様のご理解とご協力を、よろしくお願いいたします。 病院長

移動図書館 青い鳥号

来院予定日

10/ 4水・25水

11/ 8水・22水

12/ 6水・20水

来院時間 午後3:10～3:50

お問い合わせは…
新居浜市立別子銅山記念図書館
TEL(0897)32-1911

◎悪天候や特殊な事情により、運行を中止することがあります。

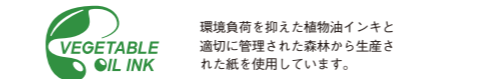
患者さまの権利

私たちは患者さまとのより良い信頼関係を築くため「患者さまの権利」を尊重します。

1. 良質で安全な医療を平等にうける権利
1. 病気の診断・治療方針・今後の見込みについて十分な説明をうける権利
1. 他院を含め他の医師の意見(セカンドオピニオン)を求める権利
1. 自分が受ける医療に参加し自ら決定する権利
1. 診療上の個人のプライバシーについて保護される権利
1. 診療記録の開示を求める権利

患者さまの責務

1. 医師が説明し同意した治療方針に協力する義務があります。
1. 自分自身の健康に関する情報はできる限り正確にお伝えください。
1. 院内の規則を守り、他の患者さまの治療に支障を来さないよう協力をお願いします。



環境負荷を抑えた植物油インキと適切に管理された森林から生産された紙を使用しています。

看護師・薬剤師
大募集！

十全総合病院

出張

病院見学会

場所

イオンモール新居浜
2階 無印良品前ブリッジ

日時

2023年10月28日
10時～16時



- ・十全総合病院の良いところ紹介
紹介動画、ポスター、パンフレット…など
- ・個別就職説明会
カジュアルに何でも質問OK！
- ・現地説明会予約受付
- ・各種制度お知らせ (奨学金、就職支度金など)

やること



給料は？

忙しい？

blank あっても大丈夫？

休みは？

現場スタッフ、責任者に何でも質問できる
この機会にぜひお気軽にご参加ください！

※在学中の方、休職中の方、転職をお考えの方どなたでも！



放射線科 骨密度測定装置を 更新しました



少しのダイエットと少しの運動を始め、できる限り続けましょう。体調不良の時は、無理をせず安静または病院へ足を運び診てもらいましょう。年をとるなーとは決して言えませんが、できません。だから年齢に合わせて、良い歳の取り方を心がけましょう。改善にむけての行動が、脳卒中発症の可能性を低くし、皆さんの未来、人生を損なう危険性を小さくできると思っております。

当然、これだけでは脳卒中という狭い範囲でも不足しています。ただ、健康を損なうかもしれない、という避けられるかもしれない危険性を少なくできる、と考えますので、これを読まれた方々は、今日からできる事から予防への行動をとってみましょう。自分では、どうしようもない時は医師を頼ってください。それに応えるのが私たちの仕事です。よろしくお願ひします。

- ＜骨密度検査の重要性＞
- 骨密度の測定は骨強度を調べる検査です。
 - 骨強度が低下すると転んで手をこたただけで骨折する場合があります。
 - 骨折部位によっては、日常生活動作の低下や寝たきりに結びつきます。
 - そのため、早期予防と早期治療が重要です。
- ＜骨粗鬆症のハイリスクグループ＞
- 次の項目にひとつでもあてはまる方は、骨密度検査をお勧めします。
- ① 65歳以上の方
 - ② 65歳未満でも左記が当てはまる方
 - 喫煙
 - 過度のアルコール摂取(1日ビール600ml、日本酒200ml、焼酎120ml以上)
 - ③ 骨折の家族歴がある方
 - ④ 生活習慣病(糖尿病、高血圧、肥満症、脂質異常症など)がある
 - ⑤ 骨折歴がある
 - ⑥ 関節リウマチがある
 - ⑦ ステロイド薬を使用している

生活不活発を予防しましょう

リハビリテーション科作業療法士 加藤 暁子

風邪をひいてしばらく寝込んだあと、起きるとふらつきたり歩いてもすぐに疲れたりしたことはありませんか。これは安静による全身の一時的な衰弱によるものです。

多くの方は数日で元の体力に戻ることができそうですが、高齢者や元々基礎疾患があると容易でないことが多々あります。人間の骨格筋は不動の状態が続くと3日目から筋力低下と萎縮が始まり、1週間で10から15%ずつ筋力が衰えると報告されています。つまり長期臥床の生活を強いられると起き上がりや起立・歩行が困難となり、寝たきりになる可能性があります。否定できません。

生活不活発はフレイル(心身の機能低下から要介護と健康体の中間をさす虚弱のこと)を引き起こします。またフレイルが更に進むと、治療介入が必要な廃用症候群に陥る可能性があります。

廃用症候群は、関節可動域制限、筋力低下・筋肉萎縮、骨粗鬆症、褥瘡、心肺機能低下・持久力・体力低下、めまい・ふらつき、うつ・意欲低下・認知症 など全身、局所的に様々な悪影響を及ぼす症状を認めます。若年者より体力や運動準備機能の低い高齢者に多く、回復が難しいのが特徴です。フレイルや廃用症候群に陥らないためには、必要以上の安静を取らずに生活不活発を日頃から予防することが大切です。

予防には「栄養」「運動」「社会参加」の3つがポイントとなります。バランスの良い栄養と規則正しい食事をとること、体力の維持・向上に適切な歩行活動と筋力を落とさないような運動習慣、趣味や余暇活動など社会交流で外出の機会を作り閉じこもりがちにならないことです。

健康でいつまでも元気に自分らしく生活できることは、誰しも願っています。生活不活発化に陥らないように、普段から運動習慣や栄養摂取に心がけてください。

引用文献：厚生労働省HP

乳房超音波検査で乳がん検診を気軽にうけてみませんか？



日本で乳がんは、2017年に女性の最も多いがんの1位となり、女性のがん死亡数は2018年に5位と年々増加しています。

仕事や家事・家族の事で、忙しくて検診に行けてないんよ～！でも乳がん検診うけたいね～☆

そんな元気な愛媛の女性の皆さんに気軽に受けてもらいたいと当院は考えました！

検査時間	平日(月～金) 16時～	各曜日1名	予約制
	土曜日(第1・3・5) 10時～、11時～	各1名	
検査料金	3,960円(税込)		
★20分程度の検査です。痛みはありません。			

超音波検査 おすすめ理由

- ① 当院では女性の臨床検査技師がおこないます(認定取得超音波検査士在籍)
- ② 放射線を使わないので被曝の心配がありません、痛みもありません
- ③ 年齢や乳腺組織の多い少ないに関わらず小さな乳がんでも見つけることができます
- ④ 乳腺や乳管の状態もわかります
- ⑤ 授乳中の方も安心して検査することができます

これらに該当する人は特におすすめします 乳がんのリスク要因

- 家族(母親、姉妹など)に乳がんにかかった人がいる
- 乳がんや良性の乳腺疾患にかかったことがある
- 喫煙していた、または喫煙している
- 飲酒量が多い
- 初産が30歳以上だった
- 初潮がきた年齢がはやい
- 肥満である(閉経後)
- 閉経の年齢が遅い

予約・お問い合わせ先

連絡先 十全総合病院 健康管理科 電話(0897)33-1818

お問い合わせ時間 平日 10時～17時まで
第1・3・5土曜日 9時～12時まで

平日・土曜日の乳房超音波検査の希望をお伝えください。
ご相談があればピンクリボンアドバイザーがお話を伺います。

患者さんの療養生活をサポートします！

入退院支援センター 退院調整看護師 印南 智子

PFMという言葉をご存知ですか？ Patient Flow Managementの略で入院患者さんの情報を入院前から把握し、問題解決に向けて早期に介入すると同時に、退院後までサポートする事を目的とした複合的組織です。

当院では2021年4月に入退院支援センターとして再編成され、センター長である中村院長を筆頭に、看護副部長、入院支援看護師2名、退院調整看護師4名、医療ソーシャルワーカー(MSW)3名が業務にあたっています。当センターにおける、入院から退院までの療養支援の取り組みについて紹介します。

入院支援部門は、入院を予定している患者さんが、入院後どのような経過をたどるのかイメージでき、安心して入院療養を受けられるよう支援を行っています。面談の際には、入院に対する不安や心配事を確認し、医師や病棟看護師、退院支援部門に繋ぐ役割を担っています。

退院支援部門は、入院早期より病棟と連携し、患者さんの身体面・精神面・社会面の情報をアセスメントし、多職種介入の必要性を判断しています。支援が必要な患者さんには、本人や家族の希望する生活の場に戻れるよう、医療費制度や福祉サービス等様々な制度の提案を行うと共に多職種で連携し、安心して治療や療養生活の継続ができるように支援しています。

当センターでは、外来相談として通院中の患者さんの療養生活の相談も受け付けております。また、退院後の療養継続やレスパイト入院等、ケアマネジャー他院外との多職種からの相談対応も行っております。療養生活に不安のある方は、一度ご相談ください。

今後も安心していただける医療提供に努めながら、地域に根ざし、皆様に親しまれ、信頼できる病院の窓口として、センター職員一同活動してまいります。

第28回 十全公開 糖尿病教室

テーマ 「アドボカシー～偏見にNO!」

開催期間 11月7日(火)～13日(月)

内容 ポスター展示、動画上映(予定)

場所 外来棟2Fエレベーター前



ピンクリボンフェス 2023 ~そうだ、乳がん検診にいこう~

NEW! 乳がん検診啓発をテーマとした 新居浜西高校書道部

新作 大型書道アート を展示!!

展示期間 9月30日(土)～10月31日(火)

展示場所 外来棟2F 生理検査室前 **10月は世界的な乳がん啓発月間**

期間中は

- 乳がんのテーマカラー【ピンク】で院内装飾
- 乳がん検診についてのポスター展示
- 各種パンフレット配布
- オリジナルピンクリボングッズ販売(収益は新居浜市に寄付)も開催

