北部病院だより　第97号(2016.7)

Showa University Northern Yokohama Hospital

【巻頭言】熱中症のサインを見逃すな
【栄養科】夏野菜で夏バテ防止
【地域医療連携室】選定療養費について
【患者さんからのご意見・ご要望】
【医師の配属・異動・退職、診療統計】
【TOPICS】理事長経営方針説明会開催
【TOPICS】職員消防訓練
【INFORMATION】思い出写真とｴﾋﾟｿｰﾄﾞ大募集

巻頭言　『熱中症のサインを見逃すな！』

熱中症とは？

高温多湿な環境に身体が適応できないことにより生じる様々な症状の総称で、屋内外を問わずに発症します。

気象庁の 3 ヶ月予報（6/24 発表）によると今年は暑い夏が予想されています。猛暑では熱中症が増加します。近年ですと、猛暑日が多かった 2010 年と 2013 年の夏には 1,000 人を超える死亡者が出ています。当院でも、梅雨から盛夏にかけて軽度から重症まで多くの熱中症の患者さんが受診されます。熱中症の発生ピークは、梅雨明け直後からその後の連続した晴天日であるとされ、まだ身体が暑さに慣れていない時期です。

どんな人に多いの？

年齢では 65 歳以上の方が多く、全体の 8 割ほどを占め、大都市圏で頻度が高いとされます。発生場所は自宅や庭が約半数です。屋外の場合では、炎天下の労働、運動中に発生し、若年から中壮年の男性に多く、重症例が少ないのが特徴です。屋内発症例では、高齢、独居、日常生活動作の低下、基礎疾患（神経・心疾患等）を有することが危険因子で、重症例が多く、死亡に至る例も少なくありません。多くの場合、エアコンや扇風機が不使用であることが報告されています。

症状と対象法は？

まずはめまい、たちくらみや顔が火照るなどが初期のサインです。生あくびや大量発汗も初期徴候です。これらの症状がみられたら、まずは涼しい場所へ移動し、服を脱がしたり、緩めたりして風通しを良くします。更に、水をかけたり、濡れタオルをあてて扇ぐなどして身体を冷やします。進行すると頭痛、嘔吐や倦怠感、集中力の低下が見られるようになり、更に進行すると意識障害、けいれんなどが出現します。このような症状がある場合は医療機関での治療が必要です。

熱中症は予防が極めて重要です。屋外作業、運動時には、天気予報を参考にして、暑い日には無理をせず、適宜休憩を取ります。屋内ではエアコンを適宜使用し、室内温度が 28℃を超えないようにしましょう。高齢や脳血管障害等の合併症がある方は体温調節機能が弱って暑いと感じにくく、喉の渇きへの感覚も低下していることが多いです。本人だけでなく、周囲の方々の見守りやアドバイスが重要となります。

こまめな水分摂取は熱中症予防に極めて重要ですが、大量の発汗がある場合には水だけでなく、塩分の補給も必要です。スポーツ飲料や市販の経口補水液を活用しましょう。

暑さを避けるだけが、熱中症予防ではありません。朝夕の比較的涼しい時に、散歩や体操などの軽い運動をして、暑さに身体を慣らすことも重要です。あっ、それから、アルコール飲料は水分補給になりません。ビールが美味しい季節の到来ですが、念の為！

（内科　緒方　浩顕）

栄養科からのご案内

夏野菜で夏バテ防止

★夏野菜を食べよう！

夏野菜は水分を多く含み、体温を下げる働きがあります。汗をかいて失われるミネラルやビタミン類も豊富で、だるさや疲れをとってくれます。生食や簡単な調理法でおいしく食べられますから、なるべく毎日食べましょう。

- トマト…赤い色に含まれるリコピンは、老化防止やガン予防に有効
- キュウリ…身体にこもった熱を取り除く作用やアルコールの代謝を促す
- ナス…ビタミン、ミネラル、食物繊維がバランスよく含まれ、生体調節機能に優れる
- オクラ…独特のぬめりは整腸作用やコレステロール低下作用があり、体力増強に有効

※食事制限のある患者さんは主治医にご相談ください。

地域医療連携室

選定療養費について

『初診時・再診時選定療養費』改定のお知らせ

平成 28 年 4 月 1 日から診療報酬等改定により『紹介状なしの大病院受診時の定額負担』 が導入されます。これは、国の医療政策である「医療機関の機能分担及び医療連携のさらなる推進」のために、一定規模以上の病院に義務化されました。当院は、入院ベッドが 500 床以上の「地域医療支援病院」に指定されているため、導入が義務付けられます。

『初診時選定療養費』は、「紹介状」をお持ちでない初診患者さんにご負担いただきます。

『再診時選定療養費』は、当院の医師が、病状が安定したと判断して他の医療機関への 「紹介状」をお渡した患者さんが、引き続きご自身の判断で当院を受診される場合に、その都度ご負担いただきます。

「かかりつけ医」を持ち、必要な場合には「紹介状」を持参して当院を受診してください。

地域の皆様に、より良い医療、質の高い入院医療・専門医療（高度急性期医療）が提供できるよう努めてまいりますので、何卒、ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

平成 28 年 4 月 1 日から

◎ 初診時選定療養費 ： 5,400 円（税込）

◎ 再診時選定療養費 ： 2,700 円（税込）

当院では、２人主治医制を推奨しています。
当院へ受診する際には、かかりつけ医からの紹介状の持参をお願いしております。
症状が落ち着いた(安定された)患者さんにつきましては、紹介元である「かかりつけ医」の先生へ、ご紹介させて頂きます。また、「かかりつけ医」がいない方は、ご一緒にお探しいたしますので、ご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

※2 人主治医制：患者さん一人に対し、「地域のかかりつけ医」と「当院の医師」が互いに連携しながら共同で継続的に治療を行うことです。

医療機関からの問い合わせ･予約等

ご予約・受診に関するお問い合わせは地域医療連携室にご連絡ください。

TEL:045-949-7151 (Fax:045-949-7287) 医療機関専用

平日：8 時～17 時、土曜：8 時～13 時

緊急診療・転院（入院治療）が必要な方も、上記電話番号にご連絡ください。

当番医師に迅速に繋ぎ、受入可否の判断をいたします

患者さんからのご予約

紹介患者さん専用ダイヤルを設けていますので、以下の番号にご連絡ください。

TEL:045-949-7143（患者さん専用）　　平日：9 時～17 時

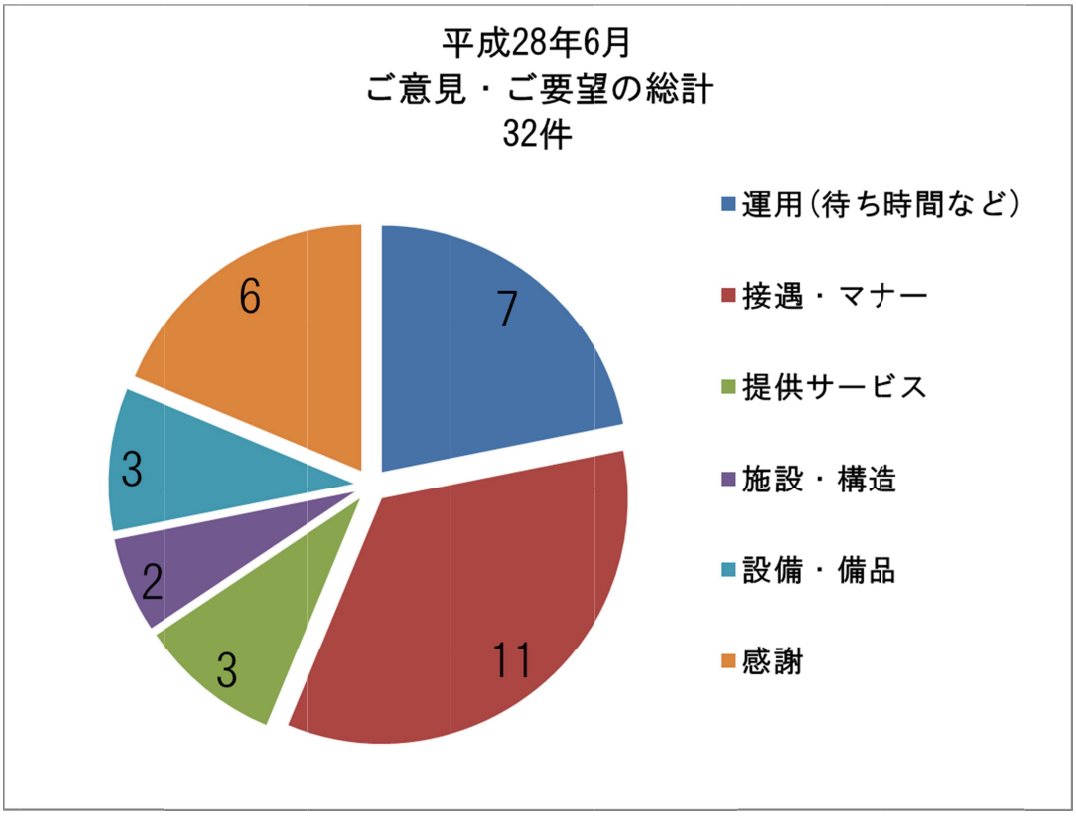
患者さんからのご意見･ご要望

日々患者さんより頂きましたご意見･ご要望に関しましては、関連する部署の責任者に報告し、改善に努めております。

今までのご意見の中で多くいただいたものや最近のご意見･ご要望を中心に改善策を掲載させて頂きました。掲載されていない内容についても対応しておりますのでご了承ください。

今後もお気付きの点やご要望をお聞かせくださいますようお願い申し上げます。

ご意見・ご要望	回答・改善等
＜運用について＞ ナースステーションへインターホンで問い合わせをした際､｢少々お待ちください｣と言われたが 30 分以上待たされた。 他計 7 件	お待たせする時には具体的な時間をお伝えするよう指導しております。 周知徹底できるよう、再度教育いたします。
＜接遇・マナーについて＞ 受付の態度や対応が悪い｡受付の前に行っても何も声をかけて来ないでいたり､ムスッとした表情でいたり､やる気のない声をしていたりした。 他計 11 件	担当ブースを確認したところ、忙しさのあまり丁寧な対応や配慮に欠けていたところがあったかもしれないとのことでありました。 ブース内のスタッフに指導するとともに、翌朝礼で全員に注意喚起いたしました。
＜感謝について＞ 看護師のＴさんはとても親切で､マメに様子を見に来ていただけているようで本人がとても喜んでいます。また、今日は足湯をしていただき、入院してからシャワーを浴びることが出来ていなかったので、お風呂に入れた気分で大変喜んでいました。Ｔさんありがとうございました。 他計 6 件	



医師の配属・異動・退職

新規配属医師

2016 年 6 月

【附属施設より】

・ 河合　延啓	（こどもｾﾝﾀｰ）	江東豊洲病院	こどもｾﾝﾀｰより
・ 山名　啓太	（放射線科）	大学病院	放射線科より
・ 城内　和史	（皮膚科）	東病院	皮膚科より
・ 宮本　大	（外科）	藤が丘病院	形成外科より
・ 小倉　千佳	（耳鼻科）	藤ヶ丘病院	耳鼻科より

異動　退職医師

2016 年 6 月

【退職】

・ 滝西　安隆　　（内科）

・ 山本　明和　　（心臓血管ｶﾃｰﾃﾙ室）

診療統計

前年同月比　（ ）内は 1 日平均

診療実日数 2015 年 5 月（入院：31 日・外来：23 日）、2016 年 5 月（入院：31 日・外来：23 日）

	入院患者数	外来患者数	救急搬送数	手術件数
2015 年 5 月	15,756 人(508.3 人)	24,390 人(1060.4 人)	337 件(10.9 件)	549 件(30.5 件)
2016 年 5 月	17,548 人(566.1 人)	26,264 人(1,141.9 人)	376 件(12.1 件)	661 件(34.8 件)

TOPICS

理事長経営方針説明会を開催しました。

6 月 10 日(金)経営方針説明会を開催し、小口理事長の講演を伺いました。

昭和大学の現状を踏まえ、今後の取り組みについて、職員一同確認することが出来ました。

また、当院が患者さんにより質の高い医療を提供するために何が必要かを考える機会となりました。

今後も至誠一貫の精神で、より良いチーム医療が行えるよう日々精進していきたいと思います。

TOPICS

平成28年度第1回職員消防訓練を行いました。

毎年、火災予防の一環として、火災発生時の初期対応及び避難経路の確認を目的に消防訓練を行っております。

今年度の第１回目は５月 30 日（月）に開催しました。

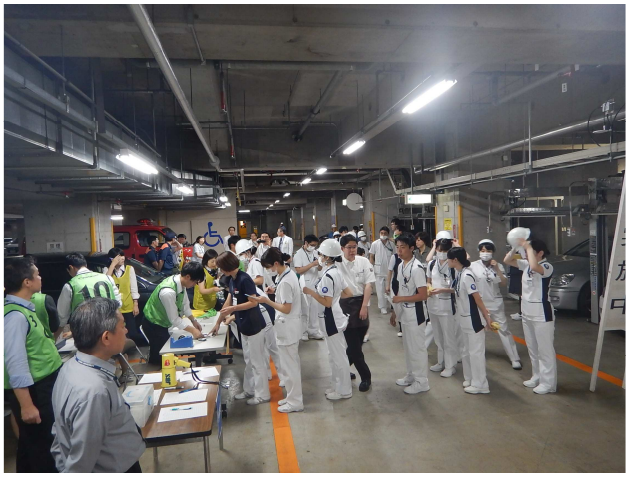
都筑消防署の方から、最後に講評をいただきました。

講評を踏まえて、次回の訓練に活かしていきたいと思います。

第１部：避難報告訓練

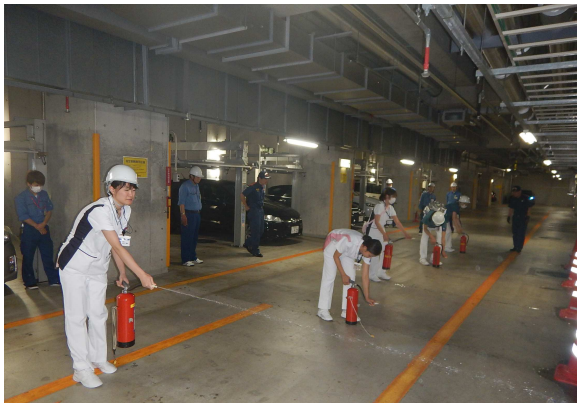
病院職員約 200 名以上が参加しました。
今回は、中央棟５階Ａ病棟で火災が発生した想定で行い、火災発生時にスタッフがどういった動きをするのか、初期消火の仕方など確認することができました。また、入院患者さんの担送訓練も合わせて行いました。

避難報告訓練では、当日あいにくの雨模様のため避難場所を中央棟地下駐車場に変更して行いました。初めての試みでしたが、職員全員が緊張感を持ち迅速に避難、報告することができました。



《避難報告訓練の様子》

第２部：水消化器体験



《水消化器体験の様子》

都都筑消防署の方々に消火器使用方法のレクチャーをしていただき、水消火器の体験訓練を行いました。

消火器を扱うのが初めての職員も多く、有意義な体験となりました。

今後も、定期的に消防・災害訓練を実施し、非常時に備えて準備していきます。

（管理課）

INFORMATION

思い出写真とエピソード大募集

皆さんの記憶の中にある昭和大学横浜市北部病院を教えてください！

当院の病院だよりは今年 10 月に第 100 号になります。

皆さんからの写真やエピソードと共に当院の歩みを辿りたいと思います。

《募集内容》

・当院に関わる思い出写真
　例）当院での写真（職業体験・実習等）、当院周辺の写真など
・当院にまつわるエピソード

《応募方法》

・ 下記フォーマットにご記入の上、管理課へご提出ください。
　※写真はプリント、メモリー共可
・ MAIL：nhepisode@ofc.showa-u.ac.jp
　※お預かりしましたデータはご返却致しかねますので、予めご了承ください。

〇当院にまつわるエピソード〇

※ご記入いただいたエピソードは管理課へご提出ください。

編 集 後 記

梅雨も明けないうちから真夏並みの暑さに見舞われ、首都圏では水不足も心配されていますね。この夏はいったいどこまで気温が上がるのか？どうやって乗り切ろうか？とあれこれ考えた結果、私は大掃除をしようと思い立ちました。昨年末はあまりの慌ただしさに大掃除どころではなかったので、半年遅れということになります。掃除に加えて古くなったカーテンを新調し、エアコンのクリーニングを行い、ついでに息子の髪の毛も短く刈りたいと思います。涼しげな部屋（＆息子）を想像しただけで、スッキリさわやかな気持ちになるので不思議です。

心と身体をベストな状態に保ち、元気に夏を乗り切りたいものですね。皆さんも暑さの本番に備えて、何か『夏支度』をされてみてはいかがでしょうか。

広報委員会　委員　林田　香代

北部病院だより　第 97 号
平成２８年７月１日発行
発行責任者 世良田 和幸 (昭和大学横浜市北部病院長)
編集責任者　緒方　浩顕 (広報委員会 委員長)
発行　昭和大学横浜市北部病院
〒224-8503　横浜市都筑区茅ケ崎中央 35-1
電話 045-949-7000(代表)
URL：http://www.showa-u.ac.jp/SUHY/index.html
北部病院ホームページにて最新・過去の『病院だより』がご覧いただけます。