

黒木病院だより

しろやま

S H I R O Y A M A

VOL.23

contents



- 表紙 ①
- 休日・夜間の安易な受診は控えましょう! ... ②
- 診療報酬改定に伴うお知らせ ... ③
- 胸部エックス線に関する改正について ... ④
- 栄養科トピックス ⑤
- 「看護の日」記念にて知事表彰 ... ⑥



黒木病院の理念

質の高い医療と専門的な知識にもとづいて地域の皆さまの健康づくりに努め優しさや温かみのある病院をめざし地域社会へ貢献します。

休日・夜間の 安易な受診は控えましょう！



○「コンビニ受診」をひかえませんか？

「夜間の方が空いているから」「昼間は仕事（用事）があるから」等の理由で、軽い症状でも休日や夜間に救急外来を受診するいわゆる「コンビニ受診」が増えています。

このような受診患者が増えると、重症な患者の対応が困難になったり、入院患者の急変に対応がおくれてしまうことが心配されます。

また、病院の医師やスタッフが休養をとれず、疲れて地域医療の救急体制が維持できなくなる恐れもあります。



○休日や夜間の時間帯に受診したいときは…

休日・夜間の急病等は、まず当番医・夜間急病センターを利用しましょう。比較的症状の軽い方は、できるだけ昼間の診療時間内の受診を心がけましょう。

引き続き身近な地域での
救急医療体制を維持していくためにも、
地域の皆様のご理解とご協力をお願いします。

診療報酬改定に伴うお知らせ

入院予定のある患者さまへ

平成22年4月の診療報酬改定により、入院中の患者さまが他の医療機関でお薬の処方を受けることが出来ず、お薬は全て入院中の医療機関で処方すること（例外有り）となっていました。

6月に厚生労働省より通知があり、下記のように変更になりました。

各医療機関の入院料によって異なりますが、当院の場合は「専門的な診療と特有害の処方のみ」、入院中の患者さまが他の医療機関を受診しても処方を受けることが出来るようになっております。（一部対象外病室あり）



【お願い】

- ①「専門的な診療」とありますので、ご自身やご家族等の判断での受診や処方は受けず、必ずスタッフステーション及び担当看護師へご確認ください。
- ②あらかじめ入院が予定されている場合には、かかりつけ医にて定期処方をお受け取りの上、ご入院していただきますようお願い致します。

「個別の診療報酬の算定項目の分かる明細書」の発行について

医療の透明化や患者への情報提供を積極的に推進していく観点から、希望される方には、個別の診療報酬の算定項目の分かる明細書を発行しております。

明細書には、使用した薬剤名や行われた検査項目が記載されます。その点をご理解いただいた上で、希望される方は外来受付窓口、または各病棟窓口までお申し出ください。

尚、全ての患者さまへの明細書の発行については、自動精算機の改修が必要なため現時点では行っておりませんので、ご了承ください。

| 外来 診療明細書 | | （1頁中 1頁） | |
|----------|-------|-------------|-------|
| 患者番号 | 氏名 | 診療期間 | 診療科 |
| 0000 | 黒木 太郎 | 平成22年00月00日 | 外科 |
| 診療項目 | 単位数 | 回数 | 金額 |
| 基本料 | 270 | 1 | 270 |
| 検査 | 26 | 1 | 26 |
| 検査 | 123 | 1 | 123 |
| 検査 | 125 | 1 | 125 |
| 検査 | 39 | 1 | 39 |
| 検査 | 144 | 1 | 144 |
| 検査 | 40 | 1 | 40 |
| 検査 | 13 | 1 | 13 |
| 検査 | 530 | 1 | 530 |
| 合計点数 | | | 1,310 |

特定医療法人 協栄会 黒木病院
宮崎県延岡市北小路1-4番地1
0982-21-6381

労働安全衛生法に基づく 定期健康診断における胸部エックス線検査等の 対象者の見直しに関する改正について

～平成22年4月1日施行～

胸部エックス線検査については、従来、原則全ての方に実施が義務付けられていましたが、下記の通り、見直しが行われました。（厚生労働省より）

1. 定期健康診断の項目に関する省略基準の改正
（労働安全衛生規則第44条第2項の規定に基づき厚生労働大臣が定める基準）

①胸部エックス線検査の対象者の見直し

- 40歳以上の方：全員に実施
- 40歳未満の方：以下のア～ウ以外の方で、医師が必要でないと認める^注ときは、省略することができます。
- ア. 5歳毎の節目年齢（20歳、25歳、30歳及び35歳の方）
- イ. 感染症法で結核に係る定期の健康診断の対象とされている施設等で働かれている方
- ウ. じん肺法で3年に1回のじん肺健康診断の対象とされている方



注)「医師が必要でない」と認めるとは、胸部エックス線検査にあつては、呼吸器疾患等に係る自覚症状及び他覚症状、既往歴等を勘案し、医師が総合的に判断することをいいます。したがって、胸部エックス線検査の省略については、年齢等により機械的に決定されるものではないことに留意してください。

②喀痰検査の省略基準を改正

従来の省略基準^{*1}に加え、上記①の「胸部エックス線検査の対象者の見直し」を追加いたしました。また喀痰検査の趣旨・目的^{*2}をふまえ、胸部エックス線検査を省略された方は、喀痰検査も省略されることとなります。

- ※1 胸部エックス線検査によっては病変の発見されない者又は胸部エックス線検査によって結核発病のおそれがないと診断された者
- ※2 肺結核の確定診断のために、結核菌が検出されるか否かを確認



2. 定期健康診断の特例の廃止（旧労働安全衛生規則第44条第2項）
満17歳又は満18歳の労働者で、前年度等の雇入時の健康診断等で結核に関して要観察者とされなかった場合、胸部エックス線検査及び喀痰検査を行わないこととされていた規定を廃止いたしました。（40歳未満の労働者については、個々に上記1により胸部エックス線検査等の実施を判断することとなります。）

当院は40歳未満の方の胸部エックス線検査を 全員対象 とさせていただきます



(理由)
胸部エックス線検査は、ほとんどの健診のコースに含まれているため、申込みがあった時点で胸部エックス線検査もご希望とみなしています。



※ この内容に関するお問い合わせは健診部までご連絡ください。（内線：140）

栄養科トピックス

第19回

野菜を食べよう

野菜の機能性を理解し、健康のために野菜をもっと食べましょう。

野菜を十分に摂ることで、疾病を予防しましょう

野菜には、ビタミン、ミネラル、食物繊維など、体の調子を整え、機能を正常に維持する大切な栄養素が含まれています。さらに、野菜は免疫力の向上、抗酸化作用などの機能性により、脳卒中、高血圧、がんを予防する効果が高いといわれています。

最近の研究では、野菜を総量として十分に摂取している人は疾病リスクが低く、健康状態が良好であることが明らかになっており、野菜の多様な成分が相互作用し、健康な体づくりに影響していると考えられます。

脂質が少なく低エネルギー、メタボ予防にも効果的

食べすぎはメタボリックシンドロームの原因になります。野菜は、肉や魚、あるいは穀類と比べるとエネルギーが低く、脂質もほとんど含まれません。しっかり食べると満腹感が得られるため、過剰なエネルギー摂取を防ぎます。また、野菜に含まれる食物繊維には、体内でのコレステロールの吸収を妨げ、血糖値を上がりやすくする働きがあるので、動脈硬化や糖尿病を予防するといわれています。

★ 1日に摂りたい、望ましい野菜の量は、350gです ★

不足している、日本人の野菜摂取量。

「健康日本 21」では、1日の野菜摂取量の目標は350g。しかし、国民健康・栄養調査で野菜の平均摂取量を見ると、ほぼ290gから300g前後で推移しており、特に20代から30代の若い世代で野菜摂取量が少なくなっています。

一皿70gが目安 1日5皿を目標にしましょう。

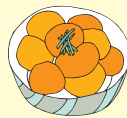
野菜350gといっても、なかなか実感しにくいものです。そこで、野菜70g相当の量を1皿分と考え、5皿分で350gにすると分かりやすくなります。1食で5皿食べるのではなく、朝1皿分、昼2皿分、夕2皿分などに分けて食べ、1日3回の食事では合計5皿分を目指しましょう。

1皿分の目安 ※重量はあくまでも一例です。

■ほうれんそうのおひたし
(80g)



■かぼちゃの煮物
(75g)



■野菜サラダ
(75g)



■冷やしトマト
(75g)



■具たくさん味噌汁
(75g)



野菜を多く使った料理は2皿分と考えます。

■野菜炒め
(野菜のみ調理前180g)



野菜の総量アップに、 食生活でひと工夫！

- 野菜の作り置きメニューを用意
・きんぴらごぼう ・ひじき煮 ・ナムルなど
- 生でおいしく食べられる野菜を用意
・トマト ・レタス
- いつもの肉、魚料理に付け合せを増やす
- 具たくさん汁物をつくる
・けんちん汁 ・ミネストローネ など

野菜ジュースは、野菜摂取のサポートに

野菜の栄養成分が簡単に摂れるため、市販の野菜ジュースは便利です。しかし、野菜の代わりではなく、野菜が摂りにくい時に食生活をサポートする飲み物として活用したいものです。

「看護の日」記念にて知事表彰

顧問(教育担当) 池田 敏子

この度、宮崎県知事賞を頂くことになり、この貴重な機会を与えてくださいました関係者の皆様に心より感謝申し上げます。延岡看護専門学校に長きに亘って勤めることが出来たのはひとえに延岡市医師会、会員の先生方、実習施設の関係者の皆様など、多くの方々のご協力、ご支援によるものです。重ねて御礼申し上げます。

顧みますれば私自身何かを成し遂げたいということもなく、「地域の皆様のニーズに対応し、安全安心な医療看護を提供できる看護職の育成」に向けてひたすら学生と向き合ってきただけです。現在、医療専門課程の卒業生も1103名になり、延岡市内をはじめ、県内外で活躍しています。私自身も黒木病院で教育に携われる機会を頂き、成長した卒業生と共に仕事ができることはこの上ない喜びです。看護職自身の成長を見守り、支援しながら、地域医療の担い手としての当院の人材の育成に努めてまいります。



発行所 黒木病院 広報委員会
発行日 2010年7月吉日

早いものでもう7月、夏本番となりました。夏といえば、花火大会やお祭りなど色々なイベントが目白押しですが、今年度は口蹄疫にて自粛になり、中止または延期となるのでしょうか？一日でも早い終息を願いたいものです。さて、夏到来ということで皆様、こまめな水分補給で熱中症対策にも心がけて、楽しく夏をお過ごし下さい。

編集後記

※詳細は、ホームページまたは、事務部までお問い合わせ下さい。

◆スタッフ募集のお知らせ◆
・医師(常勤・非常勤)

◆健康診断・人間ドック・生活習慣病予防健診を希望の方◆

予約制になっております。事前にお電話にてお申し込み下さい。

| | |
|------------|---|
| 健診日 | 月～金曜日(祝日除く) |
| 予約受付時間 | 平日 8:30～17:00 土曜 8:30～12:00 |
| お問い合わせ申し込み | 健診部 TEL 0982-21-6381 FAX 0982-33-8380 |

財団法人 日本医療機能評価機構 認定病院

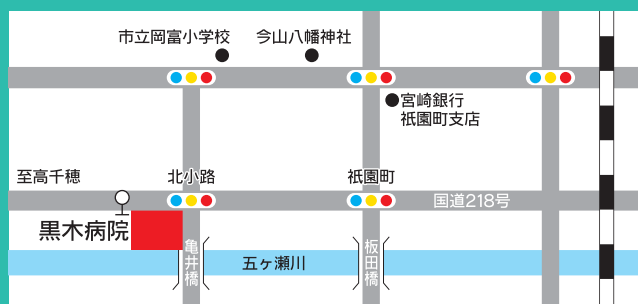
内科・外科・胃腸科・肛門科・泌尿器科・放射線科

特定医療法人 健寿会

救急指定

KUROKI 黒木病院

〒882-0041 宮崎県延岡市北小路14番地1
TEL (0982) 21-6381 FAX (0982) 33-8380
ホームページ <http://www.kuroki-h.or.jp>



診療時間/9:00～12:30(受付11:30まで) 14:00～17:00
但し、月・土曜日は9:00～12:30(受付11:30まで)
急患の場合は、この限りではありません。