

黒木病院だより

# しろやま

S H I R O Y A M A

VOL.54

## contents



- 表紙 ..... ① フィットネス ..... ④
- ドラッグインフォメーション ..... ② 緩和ケア病棟 ..... ⑤
- リハビリテーション科だより ..... ③ 地域医療連携室からのお知らせ ..... ⑥



高千穂の峰と桜

## 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、優しさと温かみのある病院をめざし、地域社会へ貢献します。

## 薬の保管方法

暖かい時期に入り、これから暑く、湿気の多い季節に差し掛かろうとしています。お薬は、環境や保存方法次第で成分が分解してしまったり、変質してしまったりします。問題がなかったとしても、溶けてしまったり変色してしまった薬は服用する方にとって気持ちの悪いものです。(見た目に変化のあった場合、使うのはめましましょう。)今回はお薬の保管方法について紹介したいと思います。

### 一般的なお薬の保管方法 (特に錠剤、カプセル剤)

#### ● 直射日光を避ける

#### ● 高温、高湿を避ける

薬の中には光や温度によって分解してしまうものが結構あります。また湿度の高い環境では薬が溶けてしまったり、雑菌の発生する場合があります。

指定された保存方法があればそれに従いますが、特に指定のない場合、冷暗所（15～25℃、日差し当たらない場所）に保存するのが一般的です。

タッパーなどに乾燥剤を入れて保管するのもよいでしょう。

#### ● 粉薬

あらかじめ変色しても服用できるか聞いておきましょう。直射日光や湿度に気をつけて。

#### ● 液剤

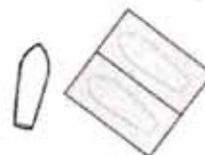
冷蔵庫で保存するのが一般的です。凍結は避けてください。成分が沈んでいる場合は使っていいか確認を取りましょう。

#### ● 軟膏・クリーム

冷暗所で保管します。固まったり変色が起こった場合、分離した場合などは使うのは止めましょう。

#### ● 坐薬

冷蔵保存が一般的です。溶けたもの、割れたものの使用は止めましょう。



今回は、『褥瘡（じょくそう）』について少しお話しします。

## 『褥瘡』とは??

一般的に「床ずれ（とこずれ）」とも言われています。寝たきりによって、体重で圧迫されている場所の血流が、悪くなったり滞る事で、皮膚の一部が赤い色味を帯びたり、ただれたり、傷ができてしまう事です。

## 『褥瘡』発生の原因

褥瘡は、皮膚の同じ部分（特に骨が突出している部分）への圧迫が持続する事で起こります。

皮膚の同じ部分に長時間の圧迫がかかり、血流が悪くなり、皮膚や皮下組織、筋肉などに酸素や栄養が行きわたらなくなり、褥瘡発生につながります。

## 『褥瘡』になりやすい体の部位

骨が突き出した部位は強く圧迫されて、褥瘡ができやすくなります。褥瘡のしやすい部位は、寝ている体の向きや姿勢によって違ってきます。



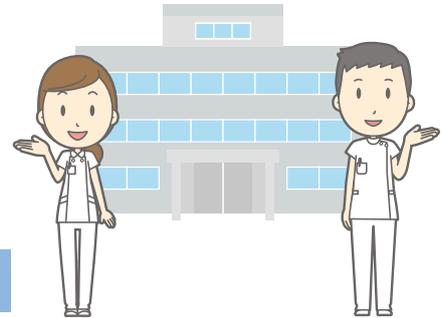
図：褥瘡ができやすい部位

## 『褥瘡』の見分け方

褥瘡のしやすい部位の皮膚が赤くなっている場合、人差し指で赤くなっている部分を軽く3秒ほど圧迫し、白っぽく変化するかどうかを確認する方法があります（指押し法）。押した時に白く変化し、離すと再び赤くなるものは褥瘡ではありません。押ししても赤みが消えずそのままの状態であれば、初期の褥瘡と考えます。

# 「メディカルフィットネスのべおか」のご案内

「メディカルフィットネスのべおか」は厚生労働省から指定運動療法施設として認可された健康増進施設で、医療機関が運営し、健康の増進のみならず、生活習慣病や寝たきり予防にもご利用いただけます。



## 1 初回運動の流れ

### ①問診・血圧測定

問診確認後、運動前には必ず血圧を測定し、運動可能な状態かをトレーナーがチェックします。

### ②運動開始

お客様に合わせてウォーキングや自転車、マシントレーニング等をトレーナーのアドバイスを受けながら行います。



## 2 料金システム（価格はすべて税込価格）

### ●初回利用 2,000円

※2回目のご利用から、自分にあった内容を選んでいただきます。

たまにしか時間が  
つukれない方にお  
勧め!

- 1回施設利用 800円
- 回数券(7回分) 5,000円  
※有効期限6ヶ月
- 回数券(12回分) 8,000円  
※有効期限6ヶ月



**特典!**

『しろやま』を見て  
ご入会された方は、初回利用料  
2,000円をなんと無料!

頻繁にご利用  
できる方にお  
勧め!

- 1ヶ月パスカード 6,000円
  - 3ヶ月パスカード 13,000円
- ※いずれも個人に応じたメニュー作成体力測定付き



生活習慣病を  
改善したい方  
にお勧め!

- 3ヶ月パスカード 10,000円

※条件

- ・生活習慣病で定期的に黒木病院に通院し、医師より運動を勧められた方。
- ・黒木病院の二次健診で医師より運動を勧められた方。



詳しくは

メディカルフィットネスのべおか TEL0982-42-3838 まで

# 緩和ケア病棟NEWS



## 入院規準

- 1 がんの治癒や延命を目的とした治療が終了している場合。
- 2 がんに伴う身体的、精神的、社会的苦痛があり入院による緩和治療が必要な場合。
- 3 患者さんご家族が緩和ケア病棟の方針を理解し、入院を希望している場合。(社会的、経済的、宗教的な理由は問いません)
- 4 ご家族が患者さんの意思が確認できない場合は、患者さんの意思を代弁できる方が緩和ケア病棟での治療を希望していること。



## 患者さんが緩和ケア病棟に入院する目安

- 痛み・食欲不振・呼吸困難などの病状コントロールのため入院が望ましいと考えられる場合。
- 身体が衰弱して、自宅で過ごすことが難しくなった場合。
- ご家族の事情等で、自宅での介護が難しくなった場合  
(介護保険のサービスやご家族間での調整が出来ない場合のみ)など。

## 退院基準

- 1 患者さん、ご家族が退院を希望しているとき。
- 2 病状が安定したとき。
- 3 在宅ケアが可能と判断されたとき。
- 4 苦痛が軽減し、新たに抗がん剤治療や放射線治療を希望されるとき。
- 5 悪性腫瘍以外の並存疾患に対する治療を優先する必要があるとき。

以上の場合、退院や一般病棟への転棟となります。



緩和ケア病棟に関する  
お問い合わせ

黒木病院 緩和ケア相談室  
(代表電話) 0982-21-6381

# 地域医療連携室よりご案内

## 業務内容

- 紹介患者様の受付・応対
- 紹介患者様のCT検査の予約調整
- 他医療機関よりの転院調整
- 情報提供書・返書の管理
- 地域医療機関との連携を図り患者様の家の近くの医療機関などの情報提供を行います。

### 1 紹介患者の受付・応対

- かかりつけ医から当院へ紹介状持参され、受診の際に受付から診察までスムーズに対応できるようご案内します。（紹介状持参の際は一報いただくと、診療日のご案内ができます）
- 待ち時間が短縮され、また検査などの重複を避けることができます。
- 紹介状とともに保険証・お薬手帳をご持参ください。



「風邪かな?」「調子が悪いな」という時はかかりつけ医へ。専門的治療や検査が必要な時は当院へ。

紹介状には、「かかりつけ医」の診断が書かれていますので、当院でもスムーズに治療を受けることができます。

### 2 紹介患者のCT検査の予約調整

- かかりつけの医療機関よりCT検査のご依頼を受け付けております。当院でCT検査のみ行い、検査結果説明はかかりつけの医療機関にて行います。かかりつけの医療機関からの電話予約が必要になりますので、ご相談ください。



### 3 当院とかかりつけ医との連携

当院と地域の医療機関、皆様のかかりつけ医とは連携を図っています。たとえば、高血圧症で当院に長年通院している患者に対して、加齢や他の疾患により通院負担が大きくなった場合、自宅近くの診療所へ御紹介し通院負担を軽減することができます。また、糖尿病の方は合併症を患っている場合が少なくありません。そのような方は2つの病院を掛け持ちして通っていることが多く、時間的にも経済的にも大きな負担になります。そのような方の負担を軽減する為に、当院では初診の方だけでなく再診の方にも自宅近くの診療所に対応できる疾患の方には「かかりつけ医をもちませんか?」と提案させていただく場合もあります。診療所に御紹介した後も、診療所と当院とは連携を図っていますので、何か新たな症状がある場合には改めて当院を受診することもできます。当院では患者様の症状にあわせ、お近くのかかりつけ医を御紹介しています。ご希望の方は、主治医または地域医療連携室まで、ご相談下さい。

当院には、地域のかかりつけの先生方とを結ぶ専用窓口として、『地域医療連携室』を設置しております。

TEL : 0982-23-1013 (担当 佐藤)



財団法人 日本医療機能評価機構 認定病院

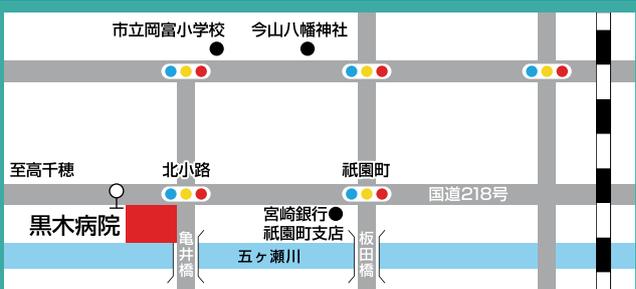
内科・外科・消化器外科・肛門外科・放射線科・循環器内科

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>



- 診察時間 / 午前9:00~12:30 (受付11:30迄)  
(※急患・紹介は、この限りではございません。)
- 休 診 日 / 日・祝祭日