

市立千歳市民病院広報 第36号

ふれあい

～平成23年9月1日発刊～



病院理念

『より質の高い 心あたたまる医療の実現』

基本方針

1. 患者様の人権を尊重し、十分な説明と同意のもとに安全で良質な医療をめざします。
2. 地域の基幹病院として医療機関との連携を促進し、地域医療の向上に努め、地域住民の健康維持に貢献します。
3. 救急医療と小児医療及び周産期医療の充実を図り、地域住民が安心できる医療を提供します。
4. 自治体病院として公共性を保ち、効率的な病院経営に努めます。
5. 職員は専門職としての誇りと目標を持ち、常に研鑽して知識と技術の向上に励み、チーム医療を推進します。
6. 働きがいのある職場として環境を整備し、明るい病院づくりをめざします。

院内広報誌『ふれあい』

患者様ならびにご家族の方々に病院をよく知っていただき
職員と患者様の交流の場となる誌面をめざしています。

千歳市北光2丁目1番1号
市立千歳市民病院

編集長 大田 光仁

事務局 総務課総務係

0123-24-3000(内線 231)

セカンドオピニオンについて

当院において、複数の専門医の意見を聞くことにより、患者自身が納得の得られる治療方法を選択できるようにすることを目的として、「セカンド・オピニオンに関する方針」を制定しましたのでお知らせします。

＝ セカンド・オピニオンに関する方針 ＝

セカンド・オピニオン とは

患者様が検査や治療を受けるに当たり、主治医以外の専門的な知識を持った医師に求める意見のことを『セカンド・オピニオン』といいます。

医療に関する専門知識が十分ではない患者様にとっては、主治医から詳しい説明を受けただけではすぐに重大な決断ができないことがあり、その場合、他の医師の考えを聞いてみたいと思うのは当然のことです。

複数の専門医に相談して意見を聞くことにより、患者様ご自身が納得できる治療方法を選択できるようにするために、セカンド・オピニオンを求めることは、尊重されるべき患者様の権利です。

セカンド・オピニオン に関する方針

治療方法を決定するのは患者様ご自身ですので、当院ではインフォームド・コンセント（十分な説明と同意）および自己決定権の尊重が最も重要なことと考えていますが、さらに、複数の専門医の意見を聞くことにより、患者様がより納得の得られる治療方法をご自身で決定できるよう、セカンド・オピニオンを推奨します。

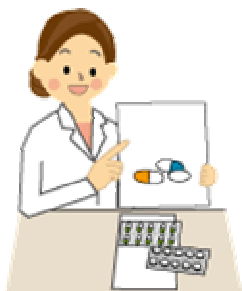
1. 他の医療機関の医師の意見をご希望する場合

当院の担当科へ『セカンド・オピニオンを受けたい』旨のご連絡をください。
患者様が希望する病院を紹介し、セカンド・オピニオンの外来を担当する医師が適切に判断できるよう、当院での診療情報提供書や検査・画像などの資料を提供します。

2. 当院の医師の意見をご希望する場合

今かかっている医療機関の主治医の紹介状が必要となります。「セカンド・オピニオンを市立千歳市民病院で受けたい」とのご希望をお話しいただき、紹介状（診療情報提供書）、資料（検査・画像等）をご持参下さい。ただし、診療科によってはご希望に沿えない場合がありますのでご了承下さい。

飲みづらい薬を飲みやすく



具合の悪いお子様にお薬飲ませるのは大変ですよ。粉薬など、飲ませるときに困ったことはありませんか？お母様は、あせらず怒らずお薬を飲ませてあげましょう。いくつかの例をご紹介しますので、困った時は下記の表を参考に試してみてください。

＜粒のおくすり 飲み合わせ表＞

種別	商品名	相性	味の評価
アイスクリーム アイスクリームはフリーザーから出して 15～30分放置し柔らかくなった状態のものに薬をふりかけ それをかき混ぜてジェラート状にして召し上がってください。	ハーゲンダッツバニラ	★★★★★	濃いめの味でコクがある。 薬が入っているのが解らない
	スーパーカップバニラ	★★★	少しさっぱりしすぎラクトアイス はコク不足
乳製品	牛乳	★★★	口の中に牛乳が膜を作る為 苦くない
ペーストなど	コンデンスミルク チョコレートクリーム	★★★★★	あま～いデザート感覚で ペロッと召し上がれます
絶対ダメ	ポカリスエット 果汁ジュース	××××	苦みが強調されます
	ヨーグルト	×××	ヨーグルト類は全て苦みが 強調されます
	おくすりのもうね	×	苦みが出てしまいます

※注 この比較表は実際に小児科で使用されているものを一例として掲載しました 文責：高坂 直美

夏バテ解消・食中毒についての特集

9月となり暑さも一段落しましたが、「なんとなくだるい」、「食欲が無くなる」、「無気力」など感じることはありませんか？その症状は夏バテが原因かもしれません。また、梅雨期から9月にかけてはもっとも食中毒の発生が増える時期です。そこで今回は夏バテ解消・食中毒についての特集を組みましたのでご紹介します。

～夏バテ解消、疲労回復にビタミンB₁～

夏バテの原因

- 冷たい物の摂り過ぎ 胃腸の栄養吸収や水分代謝の働きが弱まる
- 冷房による体の冷え 血流が悪くなり代謝が低下する
- 多量の発汗 水溶性のビタミンやミネラルの不足
- 暑さによる睡眠不足 疲労の蓄積



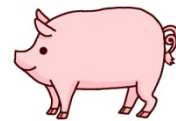
この夏、食べ易い、暑いからと言って麺類やアイスなど食べ過ぎなかったでしょうか？どちらも糖質が多い食べ物。糖質を代謝するにはビタミンB₁が必要です。不足すると代謝が低下し、疲労物質が溜まり疲れやすくなります。

1日の推奨量

ビタミンB₁を多く含む食品

豚肉、うなぎ、大豆、玄米

男性(18～69歳) 1.3～1.4mg
女性(18～69歳) 1.1mg



また、汗で失われたミネラルを野菜から、筋肉の材料となるたんぱく質を肉・魚・大豆製品からバランス良く摂取することが大切です。

ビタミンB₁を多く含むレシピの紹介

枝豆と豚肉のつくね（2人分）

材料	分量	材料	分量
豚ひき肉	120g	ゆで枝豆(豆のみ)	50g
酒 , 塩	大1杯, 小1/4杯	サラダ油	小1杯
ネギみじん切り	1/3本分	酒	大1杯
生姜しぼり汁	1/2かけ分	大根おろし	100g
片栗粉	小1杯	ポン酢しょうゆ	大1杯

【作り方】

- ① ボールに a と枝豆を入れて混ぜ合わせ、6等分して小判形に整える。
- ② フライパンに油を中火で熱し、①を入れて4分ほど焼く。
- ③ 裏返して酒をふり、弱めの中火で3～4分焼く。



④ 器に盛り、大根おろしとポン酢しょうゆで食べる。



ビタミンB₁はニンニク、にら、ねぎ、玉ねぎ等に含まれるアリシンと一緒に摂ると、効率良く摂取できます。

～食中毒に注意しましょう～

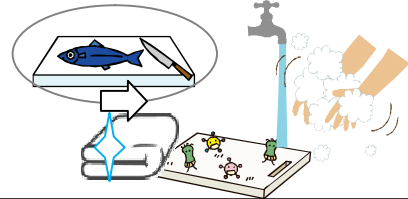
食中毒は9～10月も夏と同様に多発します。暑さが残るこの季節もまだまだ注意が必要です。基本的な予防方法を3原則に沿ってご紹介します。

食中毒予防の3原則！「つけない」「ふやさない」「やっつける」

1. 「つけない」

「洗う」予防の基本。手はもちろん、調理器具も使用後はきれいに洗いましょう。生食する野菜は流水で洗い、生肉や生魚から離しておきましょう。

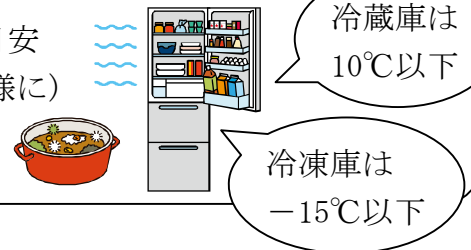
- 調理器具は食材を扱う度に洗って使用する
- 手や調理器具は清潔なタオルで拭く
- 肉や魚は密閉の容器・袋で保存する



2. 「ふやさない」

「冷して保存」細菌の多くは10℃以下で増殖がゆっくりとなり-15℃以下で停止します。ただし冷しても菌は死滅しないので冷蔵庫の過信は禁物です。

- 冷蔵庫は詰め過ぎず余裕がある ※7割程度が目安
- 残り物は小分けにして保存する(カレー等も同様に)
- 冷蔵保存でも時間が経ち過ぎたら捨てる



3. 「やっつける」

「加熱」加熱により細菌やウイルスの多くは死滅します。

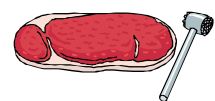
- 調理器具は使用後よく洗い、熱湯で殺菌する
- 肉や魚はピンク色の部分がなくなるまで加熱する



※ 特に、ひき肉や細切れ肉、筋切りした肉、タレに漬け込んだ肉、レバーなどの内臓は内部まで菌が入り込んでいることがあるので、十分に加熱しましょう。

目安は中心部の温度が75度で1分以上の加熱です。

例えば、ハンバーグなら竹串を刺して肉汁が透明になり、中の赤身がなくなった状態です。



抵抗力の弱い子供や高齢者は重い症状になりやすい為、特に注意しましょう。

文責：鎌倉由香利

職場紹介シリーズ・第1弾

今回から、普段あまり知ることのない、病院のなかでのいろんな職種や仕事の内容などについてシリーズで、ご紹介していこうと思います。

医事課



【医事課の仕事】

当院では、病院の事務手続き全般を行うため、総務課、経営企画課、医事課の3課からなる事務局を置いています。そのうち医事課では、患者様の受付、案内や会計を行う窓口業務、医療費を計算・請求する業務、カルテなどの診療情報を管理する業務、また、健康診断を行う健診センターでの受付業務を行っています。

【窓口業務について】

窓口では総合案内、新患・再来の受付業務、診察券の発行や保険証の確認を行うほか、診察後の会計精算と予約の受付業務などを行っています。

窓口は患者様が最初に訪れる場所であり、病院の顔としての役割があります。

このことから明るく適切なお案内をするため、普段から積極的に接遇研修を行い、患者様がスムーズに受診ができるよう心がけています。ご不明な点などお気軽にご相談ください。

【医療費について】

医療費は、基本的に国が定める診療報酬によるものとされ、医事課では、その基準に従って外来や入院の医療費を算定しています。

特に、一般の入院医療費については、当院では病名別に入院1日当たりの医療費があらかじめ設定されている「診断群分類による包括評価制度(DPC制度)」を導入しています。

このため、緊急を要しない他の診療科や他の病院への受診は控えていただくことがありますので、入院期間内に必要となる服用中のお薬は入院前にご準備いただくなど、ご協力をお願いいたします。

このほか、医療費に関しては、医事課医療費担当までお問い合わせください。

【診療情報の管理について】

医事課のもう一つの役割は、カルテなど診療に関係する記録を適切に管理することです。診療記録は、患者様の治療の履歴であり、病気や検査の内容、薬剤の使用状況など、その後の治療にとっても欠かせない記録となっています。

また、診療情報は個人情報であり、個人情報保護条例などの規定に沿った運用や情報開示の手続きについても医事課の業務となっています。

平成21年からは、それまで患者様ごとに1冊であった手書きの紙カルテに代わり、コンピューター端末から入力する電子カルテを導入しています。

これにより、カルテの取り寄せにかかる時間が短縮され、検査結果も併せて参照できるなど、患者様が複数の診療科を受診する場合でも情報共有がしやすく、診療時間の効率化につながっています。

情報開示など診療情報に関するご相談がありましたらお気軽にお問い合わせください。

【健診センターについて】

医事課では、健診センターの受付業務や請求業務を併せて行っています。人間ドックや成人病検診などの総合的な健康診断のほか、最近では、脳ドックや女性特有のがん検診などに関心が高まっており、年々、受診者が増加する傾向にあります。

各種の健康診断は職場や団体ごとに申し込みするほか、特に個人向けには例年1月から3月までの間、費用負担の少ない検診コースも設定していますので、是非、ご利用ください。

文責 医事課科長 徳永隆



編集後記

つい最近までの猛暑が和らぎ、過ごしやすくなってきました。皆さん、体調はいかがですか？ これからは紅葉の季節。いつも気づくと茶色く葉が散っている……。

今年は1歳半の子供にキレイな紅葉を見せてあげたいと思っています。 K・N

患者様の権利と責任

当院では、患者様の人権を尊重し、患者様と医療従事者が信頼と協力のもと、より質の高い心あたたまる

医療を実現するため、『患者様の権利と責任』を定めています。

1 医療を受ける権利

どなたでも公平に、安全で適切な医療を継続して受けることができます。

2 知る権利

ご自分の病状や検査、治療について、理解し納得できるまで十分な説明を受けることができます。また、ご自分の診療録(カルテ)の開示を求めることができます。

3 自分で決定する権利

十分な情報提供を受けたうえで、ご自分の意思により検査や治療に対する同意や選択、拒否を決定することができます。

また、他院の医師の意見(セカンド・オピニオン)を求めることができます。

4 プライバシーの権利

診療の過程で得られた個人情報や病院内での私的なプライバシーが保護されます。

5 参加と協力の責任

これらの権利を守るため、患者様には医療従事者とともに医療に参加し、協力することが求められます。

- ① 現在の病状や過去の治療歴について、できるだけ正確に教えてください。
- ② 検査や治療は、必要性和安全性を十分理解したうえで受けてください。
- ③ 他の患者様の権利を尊重し、職員の業務に支障をきたさないよう、病院内のルール・マナーを守ってください。
- ④ 医療費の請求を受けた時は、速やかにお支払いください。
- ⑤ 臨床研究や医療従事者の教育にご理解のうえ、ご協力をお願いします。

平成 22 年 4 月 1 日
市立千歳市民病院 院長

『患者様の権利と責任』について、何かご意見がありましたら承りますので、ご遠慮なく医師、看護師、その他の職員もしくは【患者様相談窓口：1階医事カウンター①番窓口】までお知らせください。

患者様からいただきましたご意見を尊重し、日常の診療の改善に役立てたいと考えておりますので、どうぞよろしく申し上げます。