つくってみませんか？

～栄養士さん・調理師さんが考えた健康ごはん～

南瓜のハンバーグ

＜食べた調理師の感想（澤田　亜矢子）＞
かぼちゃはカロテンに豊富なので、ヘルシーなメニューです。かぼちゃの煮物に飽きた頃、一度試してみて下さい。

作り方のポイント（調理師・砂走奈々子）：かぼちゃの皮を少し残した方が、いい食感になります。

材料

豚挽き肉 200g
塩　　小さじ1/2弱
胡椒　　少々
南瓜　　1/4個（300g）
玉葱　　1/4個
ブロッコリー 3個
油　　小さじ2

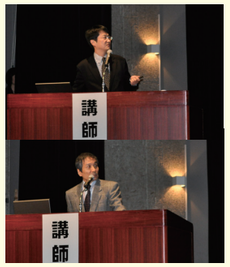
☆ソース
ケチャップ‥大さじ4
ウスターソース
‥大さじ1
醤油‥‥　大さじ1/2
バター‥‥‥大さじ1

作り方

①南瓜はところどころ皮を剥き、ラップに包んで、レンジで3~4分加熱する。熱い内に粗く潰す。　②玉葱はみじん切りにする。　③ボールに挽き肉、塩と胡椒を入れて、練る。　①と②を加えて、混ぜる。4等分にし、小判形に丸める。　④フライパンに油を熱し、③を入れて焼く。焼き色がついたら、返し蓋をし、4分ほど焼いて取り出す。　⑤④のフライパンにソースの材料を入れ、煮立て、ハンバーグにかけ、ブロッコリーを添える。

市民公開講座『食道がん・胃がんについて』が開催されました

去る平成22年12月2日、和光市民文化センターにて独立行政法人国立病院機構埼玉病院主催・朝霞台中央総合病院共催により市民公開講座が開催されました。当院からは、『胃がんについて』内科的立場から吉野副院長が、外科的立場から藤田副院長が講演しました。埼玉病院の先生方も講演され、来場された方々は病気についてや、検診の必要性を十分理解していただけたのではないかと思います。今後もこのような機会には積極的に協力し地域に根ざした病院づくりを目指してまいります。



みなさまからのご意見・ご質問にお答えします

医療サービス向上委員会

当院では、病院サービス向上の一環として院内７ヵ所（外来、病棟）に「ご意見箱」を設置しており、皆様からのご意見・ご質問などを随時受け付けております。ここでは、ご意見箱に寄せられた皆様からのご意見と、それに対する回答をいくつか紹介させていただきます。今後もより良い病院を目指し、皆様のお声に耳を傾けてまいります。

ご意見　院内携帯電話禁止のはり紙があるのに、電話をしながら歩く医師がいます。医師は電話してもいいのでしょうか。（22年11月）

回答　現在、職員は医療用のPHS携帯電話を使っています。緊急連絡や所在確認に使用しています。医療機器等には影響がありません。ご安心下さい。

ご意見　病院理念がしっかりしている上に、村田院長自ら積極的に実践されていることに素晴しさを感じました。素晴しい病院で手術を受けることができ、素直に感動しました。ありがとうございました。（22年11月）

回答　ありがとうございます。励みになるお言葉、大変うれしく思います。これからも病院理念である「高度な医療で愛し愛される病院」「患者様を自分の家族と思う医療」に近づけるよう努力致します。

ご意見をお聞かせ下さい。　より良いサービスを提供するために、皆様のお声をお待ちしています。

朝霞台中央総合病院
〒351-8551　埼玉県朝霞市西弁財1-8-10
TEL. 048-466-2055（代）　FAX. 048-466-2059
ホームページ http://www.asakadai-hp.jp/
携帯電話からは携帯サイトをご覧いただけます
右の QR コードを読み取ってください。

■標榜診療科目
内科　外科　小児科　整形外科　脳神経外科　皮膚科　泌尿器科
眼科　耳鼻咽喉科　婦人科　形成外科　麻酔科
■診療時間／　平日9：00～12：00　14：00～18：30
土曜9：00～12：00　14：00～17：00
（各診療科により診療時間が異なります）
■外来休診日 日曜、祝日・年末年始（12/30 PM～1/3）、診療科により土曜日
緊急の患者様は24時間受付しています。
■救急外来　専門医が不在の場合もあります、電話にてご確認ください。

発行日：平成23年1月4日

かけ橋

朝霞台中央総合病院広報誌

朝霞台中央総合病院広報誌

朝霞・和光・新座・志木の４市を主な診療圏とし、地域の皆様の健康を共に考えていきます。

●院長挨拶
●医師コラム・・・麻酔科医師「ペインクリニック」
●64列マルチスライスCT導入　●嗜好調査結果報告　●医事課の部屋　●つくってみませんか？　●埼玉病院主催　市民公開講座に当院の医師が講演！　●みなさまからのご意見箱・ご質問にお答えします

Vol.16

謹賀新年

朝霞台中央総合病院関連施設

朝霞台中央総合病院
附属第二診療所
埼玉県朝霞市西弁財1-3-6
電　話：048-466-8066
http://www.tmg.or.jp/asakadai_doc/

朝霞台中央
訪問看護ステーション
TEL. 048-466-1814
http://www.asakadai-hp.jp/houmon/

介護老人保健施設
グリーンビレッジ朝霞台
朝霞市大字宮戸3番地
TEL 048-486-6622
http://gv-asakadai.tmg.gr.jp/
利用者募集中！
通所リハビリ／一般入所／短期入所

2011年おめでとうございます

昨年は暑い夏、短い秋、
四季を失ったような一年でした
異常気象と人は言う

異常気象？
宇宙は絶え間なく変化している
地球には、今より暑かった時も、氷に埋まった時もあった
異常気象、宇宙の変化の一部分

人も宇宙の一員
人の体も絶え間なく変化し続けている
外なる宇宙(気)と内なる宇宙(気)が調和しないと、気が病む
体内宇宙に不具合が生じた時が病気

人間の事情を自然現象は受け入れてくれない
自然現象なら、逆らわず従う事も大事か

新たな日が来て、新たな空も去っていきます
城山三郎さんが書いていました

「この日、この空、この私」

一日一日を大事に
今年も皆さんが元気で幸せな時を過ごせますように

本年もよろしくお願いいたします

院長　村田　順

医師のコラム

ペインクリニックのご紹介

朝霞台中央総合病院
麻酔科　小高桂子
麻酔科　石橋桜子

皆様には、ペインクリニックといってもまだなじみの少ない言葉かもしれませんが、どのようなところなのかご紹介させていただきます。

Q.ペインクリニックってどんなところですか？

A. 痛みの診断・治療を行う診療科で、当院では麻酔科・ペインクリニック専門医が担当しています。
ここで診断や治療を行う代表的な痛みとしては、腰痛・手足の痛みや冷え・頭痛や顔の痛み・肩こりや首の痛みなどです。当院では、からだの痛みに対しては整形外科と協力して診療を行っています。また、帯状疱疹、がんが原因である痛みに対しても皮膚科や外科と連携して治療を行います。痛みの伴わない病気として、突発性難聴や顔面麻痺なども当科での治療の対象となります。

Q.ペインクリニックではどういう診療をするのでしょうか？

A. 痛みは病気やけがをした時の自覚症状ですが、血圧や肝機能、発熱のように調べると数字で結果が分かるようなものではないために、他人からはわかりにくく、つらい思いをされている患者さんが多くいらっしゃいます。当科は、患者さんの痛みの原因や症状を主に問診から確認し、必要であれば追加の検査を行って治療につなげていきます。具体的には、内服薬の投与や、点滴、「神経ブロック」といわれる注射などで 痛みの治療を行います。

Q.神経ブロックとはどんなものなのでしょうか？

A. 神経ブロックとは、痛みを感じる原因となっている部分や神経の周囲に局所麻酔薬を注射し、その部分の知覚神経や痛みを伝える脳への経路をブロックすることによって痛みを軽減する治療法です。その意義・効果には以下のような点が挙げられます。

1.痛みの悪循環を断ち切ります。

痛みは知覚神経を通って頭で痛みとして感じるだけでなく、反射性にその部分への血流を 悪くしたり、ケイレン（凝り）などを引き起こし、さらに痛みを悪くするという悪循環を 形成します。特に慢性的に痛みのある方はこの傾向が強くなるため、この悪循環を断つことに よって、ブロックに使用した薬の作用時間以上の効果を得ることができます。

2.血流を改善します。

自律神経の一種である交感神経をブロックすることによって、血管を拡張させ血流を良くします。血の巡りが悪いことによる痛みを取ることで、血行を良くして自然治癒力を高めることができます。皆さんは神経ブロックの注射はとても痛いとお考えのことが多いのですが、点滴を受ける時とさほど違いはありませんのでご安心ください。実際に行う際には、詳しく説明をさせていただきます。

ペインクリニック

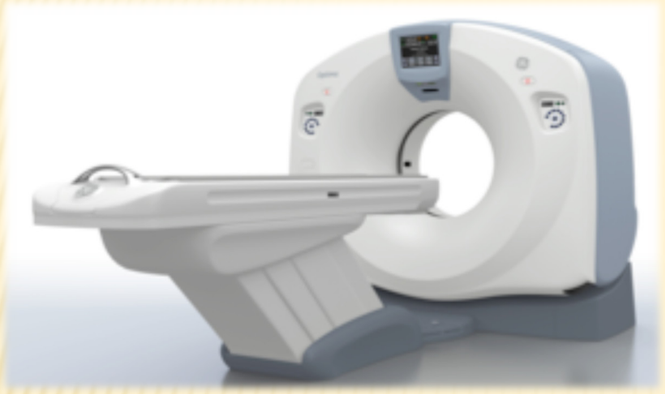
毎週水曜日 14:30～17:00（予約制）
医師　小高桂子
※診察をご希望の方は、
まず主治医にご相談ください

帯状疱疹(ヘルペス)とペインクリニック

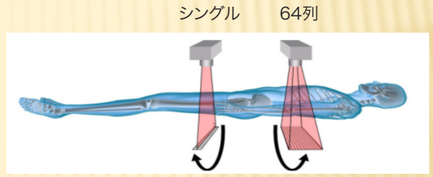
帯状疱疹（ヘルペス）の原因となるのは、小さな頃にかかった水痘（水ぼうそう）のウィルスです。このウィルスは、水痘にかかった時からずっと体の中のある神経の根元に冬眠しています。そして、体力が低下した時などに再び活動を始め神経炎を起こし、その神経が関係する体の部分の皮フにたくさんの小さな発疹（水ぶくれ）を作ります。体の一部に帯状に発疹ができることが多いため、帯状疱疹と呼ばれています。皮膚の変化が起こる前後に、同じ部分に痛みを感じる場合が多いようです。
この帯状疱疹の治療は、皮膚症状の改善と痛みの治療になりますが、まずは皮膚科を受診してください。早期に抗ウィルス剤を使用することによって、皮膚や神経のダメージを少なくすることができます。痛みの治療は、皮膚科でも行いますが、痛みの症状が強い時は特別な治療が必要になります。強い痛みを我慢し続けると、痛みを感じる部分の感受性が高まってしまい、のちに帯状疱疹後神経痛となることがあります。この神経痛にいったんなってしまうと、非常に治りが悪くなるため、早期にペインクリニックで痛みを減らす治療を受けていただくことで、神経痛になるのを防ぐことができます。この場合、ペインクリニックでの治療は主として神経ブロックになりますが、同時に内服や必要に応じ点滴の治療も行います。また、帯状疱疹後神経痛になってしまったとしても、治療を受けていただくことでその程度を軽くすることができる場合も多いので、あきらめないで一度ペインクリニックにご相談ください。

朝霞台中央総合病院

64列マルチスライスＣＴ導入
(Optima CT660 Pro)



64列マルチスライスCTとは?
今回のＣＴは検出器が６４個ある為、１回転で６４スライスの断層画像を撮影する事が可能です。

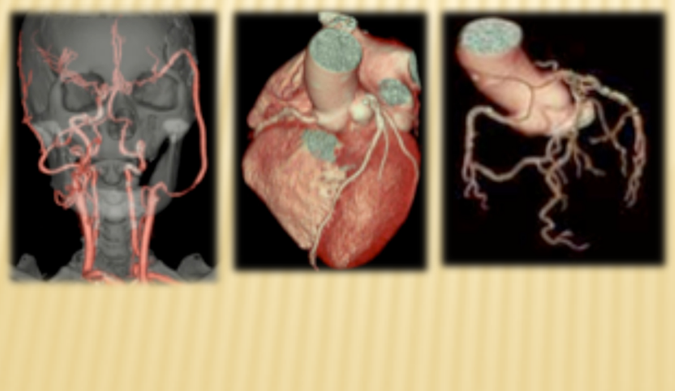


特徴

今回導入したＣＴ装置では、検出器が６４個に増えたことにより高速撮影が可能となりました。
また新たに開発された画像再構成法（ＡＳｉＲ）によって画像に影響を与えるノイズやアーチファクト成分を除去することが可能となりました。その結果被曝を今までの約４０％削減でき、高画質＝低被曝が実現されました。

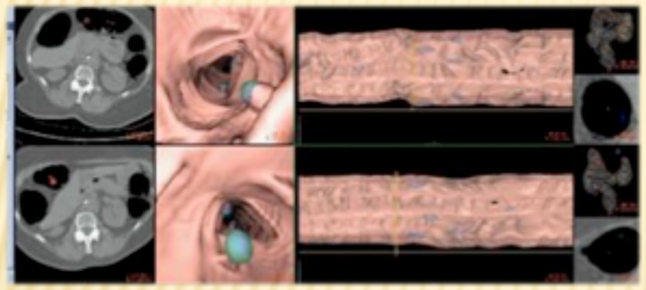
ASiR使用前

ASiR使用後



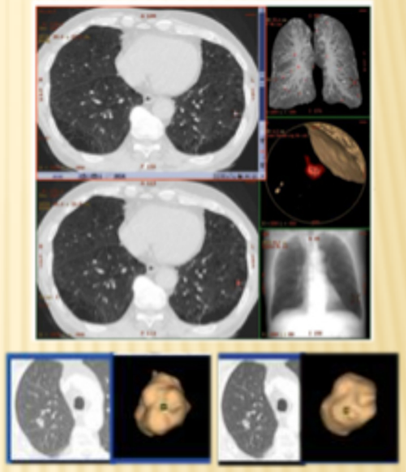
大腸３Ｄ－ＣＴ

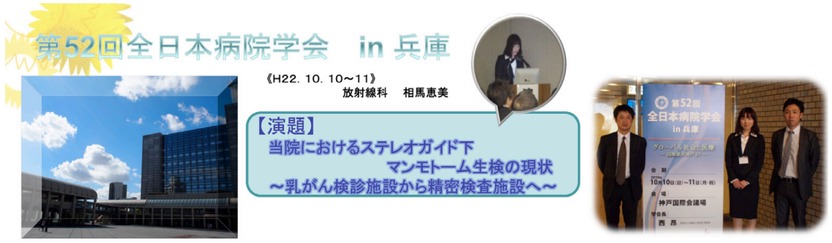
大腸３Ｄ－ＣＴ検査は、内視鏡で覗いた様な画像を得られることから「仮想内視鏡検査」と呼ばれています。
検査方法は、腸の中をきれいにする前処置を受けていただき、大腸を膨らますため空気をお尻から注入した後、ＣＴの撮影を行います。
空気を注入する細い管をお尻から挿入する必要はありますが、内視鏡の挿入や、バリウムを注入する必要はありません。



肺専用解析ソフトウェア Lung VCAR

LungVCARは、肺のＣＴ画像より、病変を見つけ出し、あらゆる角度から病変を観察・確認し、病変部の自動抽出が可能であり、又、計測によって経時的に比較観察することが出来ます。





昨年に引き続き放射線科から、朝霞台中央総合病院の代表として、全日本病院学会に参加発表してきました。
H20．12月に精密検査であるマンモトーム装置を導入したことにより、他院への紹介や経過観察を余議なくされていた症例に対し、当院で確定診断が出来るようになり、治療までスムーズに行えるようになったという事を報告してきました。
当院でマンモトーム装置を導入し、今現在約９０症例行ってきて、その内、悪性症例が１３例見つかりました。
この１３例の患者様はすぐに当院で治療へと進む事が出来ました。
全国でもまだ精密検査が出来る施設が少ない中で、当院で行っているマンモトーム生検を紹介できたことにより、乳がん検診に対する早期発見・早期治療を取り組めていければ良いと思っています。

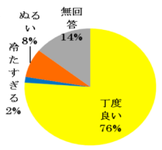
嗜好調査

当院では患者様に喜ばれる食事を提供するために、定期的に「嗜好調査」を行っています。昨年9月に行った調査の結果をお知らせ致します。
管理栄養士が各病室を訪問し、患者様一人一人に用紙を渡し、記入が困難な方には聞き取りを行いました。今回は①めん類、②デザートと飲み物の温度、③盛り付けや量を含めた満足度についてお聞きしました。

① めん類について(うどん)

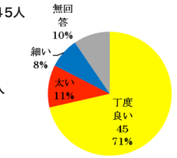
・温度

丁度良い 48人
冷たすぎる 1人
ぬるい 5人
無回答 9人



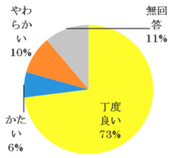
・太さ

丁度良い 45人
太い 7人
細い 5人
無回答 6人



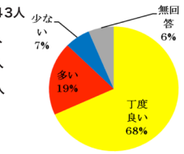
・かたさ

丁度良い 46人
かたい 4人
やわらかい 6人
無回答 7人



・量

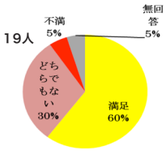
丁度良い 43人
多い 12人
少ない 4人
無回答 4人



③ 満足度について

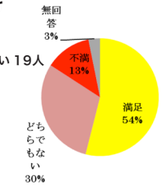
・温度

満足 38人
どちらでもない 19人
不満 3人
無回答 3人



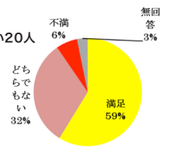
・味付け

満足 34人
どちらでもない 19人
不満 8人
無回答 2人



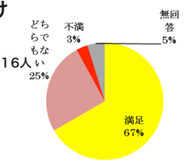
・量

満足 37人
どちらでもない20人
不満 4人
無回答 2人



・盛り付け

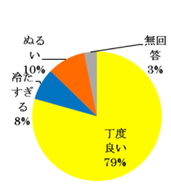
満足 42人
どちらでもない 16人
不満 2人
無回答 3人



② 温度について

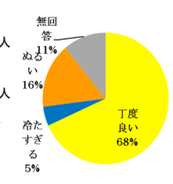
・デザート

丁度良い 50人
冷たすぎる 5人
ぬるい 6人
無回答 2人



・飲み物

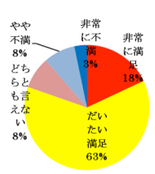
丁度良い 43人
冷たすぎる 3人
ぬるい 10人
無回答 7人



④ 総合評価

・全体

非常に満足11人
だいたい満足 38人
どちらとも言えない 5人
やや不満 5人
非常に不満2人
無回答 0人



考　察

①めん類について

温度については8割近くが丁度良いと回答しており、ほぼ全員の患者様に適温で提供できていると言えます。
太さ・かたさ・量について7割が丁度良いと回答しており、多くの患者様が現在提供しているうどんに満足していると言えます。中には太い、かたい、量が多いという意見もありましたが、かたいという患者様に対しては煮込みめんを提案するなどの対応を取り、量についてもエネルギーコントロールが無ければ1/2量などで対応をして行きたいと思います。

②温度について

温度については夏の時期にデザートや飲み物が冷たく提供できているかどうかを確認するため実施しました。デザートは8割、飲み物は7割とどちらもほとんどの患者様に丁度良い温度で提供できていた事が確認できました。

③満足度・総合評価

満足度では、すべての項目でほぼ満足していると言えますが、味付けでは他の食種に比べ糖尿食で不満の割合が高かったです。このため栄養指導などを通して食事を理解して頂き、次回の調査では不満の割合が減るようにしたいと思います。
全体では、非常に満足とだいたい満足を合わせ8割を超えており、患者様に満足な料理が提供できていると言えます。それぞれ嗜好は様々であるため、すべての患者様を満足させることは難しいですが、一人でも多く満足できるよう献立も努力を重ねていきたいと思います。
その他患者様から挙がった意見を参考に、改善が必要だと判断された項目については検討し、改善していきたいと思います。次回の調査では回収率を今回よりも高くし、より多くの患者様の意見を聞き取り、今後に活かせるよう取り組みたいと思います。
ご協力を頂きました患者様、病院スタッフに心より感謝申し上げます。
ありがとうございました。

朝霞台中央総合病院

医事課の部屋

医事課にはいろいろな業務があり、
患者様と医師や看護師などとの“かけはし役”として
さまざまな業務に携わっています。

- 外来(各科受付窓口、総合受付、外来会計、診療報酬請求・・・等)
- 入院(病棟事務、入退院窓口、入院会計、診療報酬請求・・・等)
- 診療情報管理室(患者様のカルテを管理・保管しています。)
- 地域医療連携室
  (地域の医院、クリニック、病院、施設からの紹介患者様の
  受け入れ調整を行っています。)

医事課からのお知らせ

【健康保険証につて】

・健康保険証は病院へ受診する際の手続きに必要です。病院へ受診される場合は毎月健康保険証の提示をお願い致します。

【限度額適用認定証につて】

・入院される方(住民税非課税以外の方)については、加入する医療保険から事前に「所得区分」の認定証を発行してもらうことにより、病院での支払負担を軽減することができます。高額療養費の申請も不要になります。詳しくは、医事課入院係へお問合せください。

【高額医療・高額介護合算療養費制度について】

・世帯内の同一の医療保険の加入者の方について、毎年8月から1年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度です。詳しくは、ご加入の医療保険にお問合せください。

【医療費控除制度について】

・納税者本人または生計を同一にする家族の方が、病気やけがで病院にかかった場合、1年間(1月1日から12月31日まで)に支払った医療費が所得から控除される制度です。高額療養費の制度とは異なります。医療費には、健康保険の一部負担金、薬剤の一部負担金、入院の食事代、おむつ代、差額ベット代・・・などがあります。詳しくは、最寄りの税務署にお問合せください。