

あけぼの

医療法人社団曙会 佐々木外科病院
〒753-0076 山口県山口市泉都町9番13号
TEL 083-923-8811 FAX 083-932-2477
URL <http://sasaki-geka.jp/>

機器の更新について(CT、骨密度測定器)

当院では、Aquilion Lightning 80列マルチスライスCT(キヤノンメディカルシステムズ製)を設置しました。

患者様が横になるだけで、苦痛なく頭部、胸部、腹部の断層像が鮮明に撮影できます。検査はとても簡単で、短時間ながら広範囲の撮影が行なえ、頭部外傷、脳出血などの頭部疾患から胸部疾患、腹部臓器(肝・胆・膵・腎・膀胱・その他)疾患、整形外科領域の骨折の評価にいたるまで、全身の診断が可能です。

従来の機器では、被ばく線量が最大で75%低減されていましたが、新しい機器では、同一検査において、さらに被ばく線量が低減されています。

詳しい検査内容などについては、医師、看護師または診療放射線技師まで、お気軽にお尋ねください。

また、骨密度測定装置ALPHYS LF(日立製作所製)を設置しました。

骨粗しょう症の診断基準は、原則として、腰椎または大腿骨近位部(脚の付け根の部分)の骨密度とされています。日本骨粗鬆症学会が作成する「予防と治療ガイドライン2015年版」でも、腰椎と大腿骨近位部の両方を測定することが望ましいとされています。

当院では、腰椎と大腿骨近位部の両方を測定することで、腰椎部に多い圧迫骨折や脊椎変形による腰の曲がり、大腿骨頸部に多い転倒による骨折(寝たきりの原因)の予防をサポートします。

検査時間は10分程度です。患者様は検査着に着替えていただき、横になっているだけで可能となる簡単な検査です。



Aquilion Lightning(TSX-036A)



ALPHYS LF

インフルエンザ予防接種について

インフルエンザの流行が、毎年、大きなニュースとして報道されています。インフルエンザは冬の疾患のように思われていますが、ここ数年はほぼ毎月のようにインフルエンザの発症事例が報告されています。

今年の山口県内でのインフルエンザの集団発生は、9月3日に宇部市内の保育所で報告されており、過去5年間で一番早く、昨年と比べると約2ヶ月も早い発生となっています。このような状況から、いつインフルエンザワクチンを接種するか、タイミングが難しいですが、いずれにしても、早めの予防・対策が大切となります。

インフルエンザを予防する策として、一番大切なのは「予防接種」を受けることです。予防接種を受けたからといって、インフルエンザにかからないということは、ありませんが、かかりにくかったり、重症化せずに比較的軽い症状で済むのが予防接種の利点です。

インフルエンザウイルスの抗体ができるまでに接種してから1～3週間程度かかり、その効果は約5ヶ月間持続するとされていますので、流行する時期にしっかりと抗体ができるよう、早めの予防接種をお勧めします。

65歳以上の方には公費負担があります。

山口市に居住されている方は1回1,490円で接種できます。2019年度の接種期間は、10月1日(火)から2020年2月29日(土)までとなっています。

接種料金など詳しいことは、当院または各市町担当課までお問い合わせください。



インフルエンザを 予防しましょう！



3つの予防習慣を続けましょう



手洗い



うがい



マスク

十分な栄養と睡眠をとって日々の体調管理を大切にしましょう

インフルエンザ予防接種期間 2019年10月1日(火)～2020年2月29日(土)

	65歳以上	13歳以上65歳未満
費用	1,490円/回(山口市民の場合) 居住する市町により、費用が異なります。	4,000円/回
回数	1回 (2回目をご希望される場合は、4,000円)	1回

インフルエンザ予防接種をご希望の方は、電話(083-923-8811)又は当院受付で、ご予約をお願いいたします。

60歳から64歳までで、心臓、腎臓または呼吸器の機能に日常生活が極度に制限される程度の障がいのある方あるいはHIV(ヒト免疫不全ウイルス)により免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障がいのある方は、補助の対象になります。障がいの程度は、身体障害者手帳または医師の診断書により確認させていただきます。



今が旬!! さつまいも

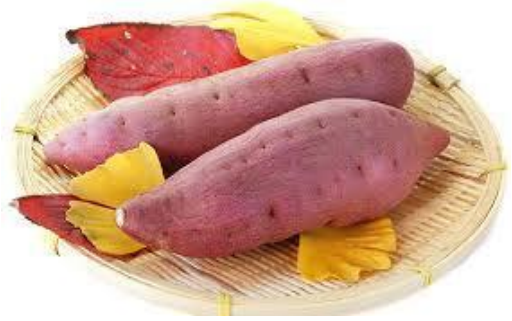


さつまいもは、いも類の中でも非常に多くの食物繊維が含まれています。中でも、不溶性食物繊維のセルロースが腸を刺激し、便通を促進するため、便秘解消に効果的です。

セルロースはコレステロールなどの余分な脂質の排出や血糖値の急上昇を防ぐ働きがあります。

また、さつまいもには、食物繊維以外にも便秘予防に効果的なヤラピンという成分が含まれています。これは、さつまいもを切ったときに切り口から出る白い液体で、腸の蠕動運動を促進し、便を軟らかくする効果があります。さつまいもが便秘に効果的なのは、食物繊維とヤラピンの相乗効果が大きいと言われています。

その他、さつまいもにはビタミンC、ビタミンB群やミネラル類が豊富に含まれ、さつまいもは、「野菜を凝縮するとさつまいもになる」と表現した栄養学者がいるほど、栄養価の高い食品です。



プロ直伝！甘くて美味しいさつまいもの天ぷら（エネルギー200kcal）



材料（1人前）

さつまいも（1/2本）	約100g
天ぷら粉	25g
（ふるいにかけておく）	
水（冷水が良い）	40cc
打ち粉（天ぷら粉）	適量
揚げ油	適量

作り方

- ① さつまいもは水洗いし、アルミホイルに包み、オーブントースターで片面を25分焼き、ひっくり返して再度25分焼き火を通します。火が通り、さつまいもがある程度冷めたら、1cm幅にスライスしておきます。
☞ さつまいもは70℃前後で時間をかけ加熱すると甘味が増して美味しくなります。これは、さつまいもに含まれるアミラーゼという酵素によって、でんぷんが甘味のある麦芽糖に変わるためです。
- ② ボウルに冷水を入れ、次に天ぷら粉を入れて混ぜます。天ぷら粉と水の割合は、天ぷら粉1：水1.6！
☞ 水は冷水を使用し、粉と水を混ぜるときは、水に粉を入れるのがポイントです。かき混ぜ過ぎないように注意して下さい。
- ③ さつまいもに打ち粉（天ぷら粉）を軽くまぶし、②で作った衣をつけ、180℃に熱した油で揚げます。さつまいもは先に火を通しているのので、揚げ加減は、衣が揚がるくらいで良いです。揚げた天ぷらは、しっかりと油をきることで、カラッと仕上げることができます。

☆管理栄養士のひと言アドバイス☆

食物繊維やカロリーを考慮して、1日の摂取量は、中くらいのサイズ1本を目安にして下さい。

食物繊維も摂り過ぎると逆に便秘になることもあります。

さつまいもを召し上がるときは、水分もしっかり摂ることを心がけてください。



「年末年始」休診のお知らせ

年末年始の診療は右記のとおりです。

なお、急患の方は、この限りではありません。



年月	日	曜	午前	午後
令和元年 12月	28	土	診療	休診
	29	日	休診	休診
	30	月	診療	診療
	31	火	休診	休診
令和2年 1月	1	水	休診	休診
	2	木	休診	休診
	3	金	休診	休診
	4	土	10時より診療	
	5	日	休診	休診
	6	月	診療	診療
	7	火	診療	診療

アンケートの実施について

佐々木外科病院サービス委員会では、11月上旬に入院患者さま、中旬に外来患者さまを対象にして、患者様満足度アンケートの実施を予定しています。

医療サービス向上のため、ご協力いただきますようよろしくお願い申し上げます。



患者相談窓口についてのお知らせ

患者相談窓口では、患者様やご家族様からの様々なご相談やご意見をお受けし、その内容に応じて、関係部署と連携し、解決に向けてのご支援をさせていただきます。

相談窓口：佐々木外科病院 地域医療連携室(電話 083-923-8817)

曙会理念

地域の皆様の保健・医療・福祉のために貢献し、皆様に信頼され、地域とともに発展する組織をめざします。

佐々木外科病院理念

1. 消化器疾患を中心に、がん・外傷・整形外科領域の外科系専門病院として地域医療に貢献します。
2. 患者様から信頼される良質な医療を提供します。
3. 患者様の「病気」だけにとらわれず、「人」としてふれあう「やさしい医療」を実践します。

佐々木外科病院基本方針

1. 急性期病院として、急病にはいつでも（365日・24時間）受診できる病院を実現します。
2. 良質な医療の提供のため、医療設備の充実を図るとともに、より高い知識と技能を修得します。
3. 職員は相互に協力してチーム医療を行い、患者サービスの向上に努めます。
4. 患者様に必要かつ最適な医療が受けられることを第一に考え、患者様を中心とした地域医療機関との連携を行います。