仙塩総合病院 広報紙

せんえんだより

2017
7
VOL.39

－ Index －

◆ 健康豆知識「熱中症」
◆ 感染対策研修会
◆ 仙塩総合病院七夕
◆ 入院中のお食事；6月の行事食「水無月膳」
◆ 外来診療担当医/外来からのお知らせ
◆平成30年4月採用看護師募集のお知らせ

基本理念

1. 患者さんに、現在の「最良の医療」と「思いやり」を提供する
2. 患者さんから「信頼され・選ばれる」病院になる
3. 地域医療に「永続的に貢献」する

医療法人寶樹会 仙塩総合病院

健康豆知識

熱中症

◆熱中症とは

高温多湿な環境下で、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなど、身体が適応できないことで生じる健康障害の総称です。
熱中症は、放置すれば死に至ることがあることを認識しておきましょう。

◆熱中症の症状

①→④になるにつれて重症度が高くなります。

①熱失神

脳への血流が瞬間的に不十分になったことで起こります。
特徴…めまい、一時的な失神、顔色が悪くなる

②熱けいれん

大量に汗をかいた後に水だけを補給すると、血液中の塩分（ナトリウム）濃度が低下し、手足や腹部の筋肉に痛みを伴ったけいれんが起こります。
特徴…筋肉痛、手足がつる、
筋肉がけいれんする

③熱疲労

大量の汗をかくことによって水分と塩分（ナトリウム）の補給が追いつかないと、脱水状態になり、熱疲労の症状が起こります。
特徴…頭痛、吐き気・嘔吐、
全身の倦怠感、虚脱感

④熱射病

体温の上昇により、体温調整中枢機能が異常をきたした状態です。
特徴…意識障害、言動が不自然、ふらつき、
呼びかけや刺激への反応がおかしい、
体温が高い

◆熱中症の予防・対策

＊暑さを避ける工夫をしましょう＊

＜室　内＞
・室温と湿度をこまめに確認
・遮光カーテンやすだれなどを利用して日差しを遮る
・扇風機やエアコンで室温を適度に調整する

＜外出時＞
・暑い日は、日中の外出をできるだけ避ける
・衣服は、通気性（麻や綿生地）、吸湿性速乾性のよい服を選ぶ
・帽子をかぶったり、日傘をさすことで直射日光を避ける
・なるべく日陰を選び、こまめな休憩をとる

＊こまめに水分補給をしましょう＊

暑い日は、知らず知らずのうちに汗をかいています。室内、外出時、のどの渇きを感じていない時でも、こまめに水分補給をすることが大切です。（※軽い脱水状態のときはのどの渇きを感じません）

★ポイント★

- **１日あたり1.2ℓの水分補給**
（食事等に含まれる水分は除く）
- **大量の汗をかいた時は、塩分濃度0.1～0.2%程度の飲料で水分補給**（100mℓあたり40～80mgの塩分を含んでいる）
- **アルコール飲料での水分補給は✖**
（アルコールは尿の量を増やし、体内の水分を排泄してしまうため）

仙塩総合病院七夕

今年も恒例の七夕飾りを設置しました。一階では、患者さんほか、多くの方に短冊に願い事を書いていただき、素敵な飾り付けが完成しました。また病棟でも飾り付けを行い、たくさんのところからお星さまにお願いをしました。
みなさまの願いが叶いますように。

6月21日 感染対策研修会を開催しました

東北医科薬科大学病院 感染管理認定看護師 伊藤和子先生をお招きし「標準予防策は基本のき」をテーマに、清掃業務の方も含め総勢六十名が受講しました。
医療法では、地域の皆さまに良質な医療を提供できるよう院内感染対策の体制を確保しなければならないと定め、年二回程度定期的に研修会を開催することが求められています。
この研修会を通じて、病院全体としてさらに感染対策の意識向上に繋げていきたいと思っております。

入院中のお食事

月に1度、四季折々の歳時などにあわせたお食事を
「行事食」として提供をしています。

6月

水無月膳

今回は,水無月膳のご紹介です。

常　食

・冷やしゴマしゃぶうどん
・えび茶巾の炊き合わせ
・三種根菜いそべ巻　・甘酢和え
・アジサイゼリー

冷やしゴマしゃぶうどんは、パプリカと大葉を
トッピングして食彩よく仕上げました。
そして三種根菜いそべ巻は、
揚げ物ですが「梅あん」でさっぱりいただけます。

三種根菜いそべ巻

アジサイゼリー

白あんゼリーをベースに、ピンク色に色づけた
寒天ゼリーと白い寒天ゼリーで、アジサイを
イメージして仕上げました。

ソフト食

・梅粥　・清汁
・えび茶巾の炊き合わせ
・豚角煮　・たくあん
・アジサイゼリー

嚥下食

・梅粥　・清汁
・豚角煮　・炊き合わせ
・たくあん
・アジサイゼリー

たくあんは、一見普通のたくあんに見えますが、
ソフト食・嚥下食の方にも召し上がって
いただけるようゼリーにしています。

たくあん

外来診療担当医表

診療担当医は予告なく変更になることが
ありますので予めご了承ください。

診療科目	受付時間	月	火	水	木	金
内科	8:30〜11:30	橋口　良一 小泉　賢治	佐藤　容子 石垣　五月	佐藤　一俊 菊地　孝夫	佐藤　容子 佐藤　一俊	橋口　良一 石垣　五月
	14:00〜16:00	角田　隆	佐藤　一俊	橋口　良一	大学病院 医　師	小泉　賢治
整形外科	8:30〜11:00	李　榮茂	神尾　一彦 新患のみ 林　耕宇	安島　雄二	宮坂　芳典	長谷川　和重
形成外科	14:00〜16:00	南雲　正人	-	月1〜2回 南雲　正人	-	-

H29.7.15 現在

外来からのお知らせ

内　科　9月12日（火）石垣　五月先生の外来は休診です

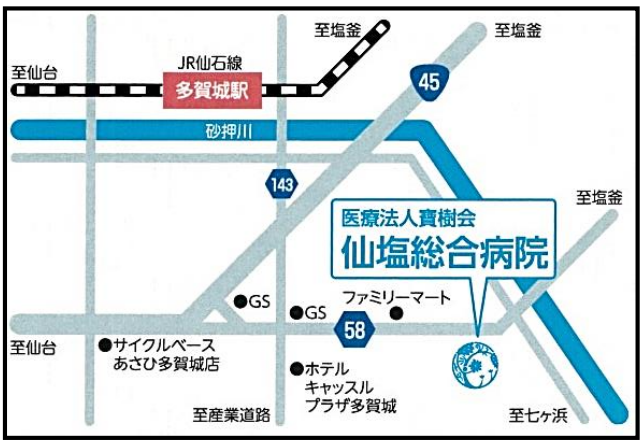
整形外科　7月25日（火）林　耕宇先生の外来は休診です

形成外科　7月・8月診療日は、毎週月曜日と水曜日は「7/26, 8/9, 23」です

平成30年4月採用看護師募集のお知らせ

・応募資格；看護師免許をお持ちの方 または 平成30年3月に取得見込みの方
　仙塩総合病院・仙塩利府病院の両病院で勤務可能な方
・応募期間；平成29年7月1日〜平成29年7月31日　・選考日；平成29年8月5日（土）

応募方法等につきましては、当院ホームページ「採用情報」でご確認をお願いします。

医療法人寶樹会
仙塩総合病院
〒985-0842
宮城県多賀城市桜木2丁目1-1
TEL 022-367-4111（代表）

仙塩総合病院　検索　ホームページでもご覧になることができます