

明るく元気にがんばります!!

4月から当院のスタッフとして新たにスタートを切った
元気いっぱいのフレッシュマンです!!



笑顔を忘れずに
頑張ります。



どんな時も心をこめた
看護をしていきます。



安全、安楽な看護を
目指して頑張ります。



頑張りますので、
よろしくお願いします。



患者さんのために、日々
学んでいきます。



早く一人前の技師に
なれるように頑張ります。



皆様の力になれるよう
がんばります。



まだ慣れず悪戦苦闘中
ですが、頑張ります。



よろしくお願いいたします。



自分を磨き、向上心を
もって頑張ります。



早く看護業務を覚え
られるよう頑張ります。



常に思いやりの心を
忘れず、頑張りたいです。



新たな気持ちで、
一生懸命頑張ります。

平成20年4月から

特定健診・特定保健指導が はじまりました

この新しい健診制度では、今までの健診と異なり、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）の状態にある人や予備群となっている人を選び出し、そのリスクの程度に応じて生活習慣改善のための指導（特定保健指導）を行ないます

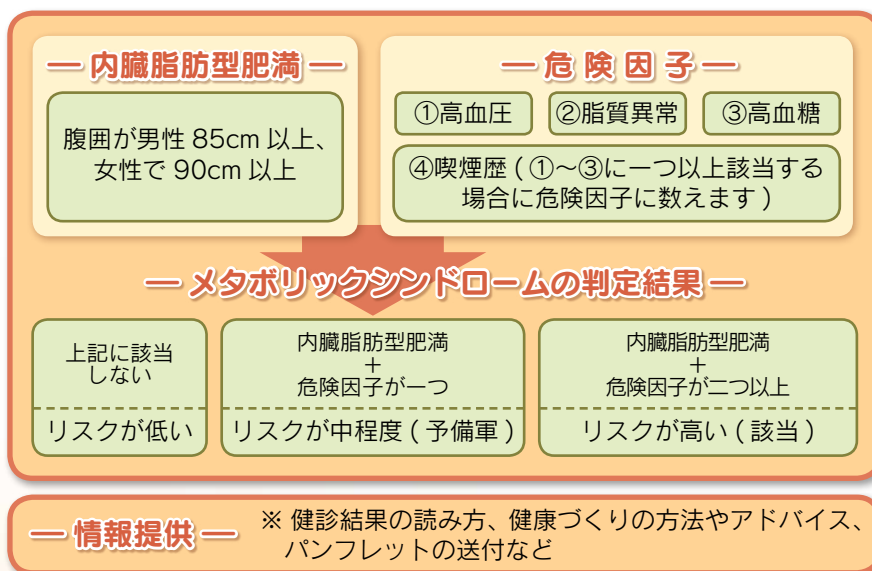
特定健診から保健指導までの流れ

① 特定健診

- ・メタボリックシンドロームに着目した健診です。
- ・生活習慣病の質問や血圧測定・尿検査・血液検査などのほか、腹囲の測定をおこないます。

② 判定・情報提供

- ・受診結果からメタボリックシンドロームのリスクを判定します。
- ・健診受診者全員に、生活習慣の見直しや改善に役立つ情報を提供します。



③ 特定保健指導

リスクが「中程度」または「高い」と判定された方には、その程度に応じて生活習慣病を改善する為の保健指導（動機付け支援、積極的支援）を実施します。

— 動機付け支援 —

保健師など専門家による保健指導（原則 1 回）
生活習慣の改善点を確認し、目標を設定。6 ヶ月
後達成状況を評価する。

— 積極的支援 —

保健師など専門家による 3 ヶ月以上の保健指導
健診結果の改善に向けた目標を設定。6 ヶ月後達
成状況を評価する。

- ※ 高血圧・糖尿病・高脂血症などで服薬中の方を除く。
- ※ 65歳以上の方は、積極的支援の対象となりません。

④ 申込方法

医療保険者から 40 ～ 74 歳の医療保険加入者に対して「特定健康診査受診券」が送られます。受診券には有効期限や自己負担額が記載されていますので必ず確認してください。健診を受けるためには、事前の申込みが必要です。詳しくは下記に問い合わせ下さい。

医事課 医療事務担当（TEL 823-4171・内線 2162）

レーザーによる 経尿道的結石破砕術(TUL)

治療の最前線
第五回



石田 俊哉 先生
(泌尿器科)

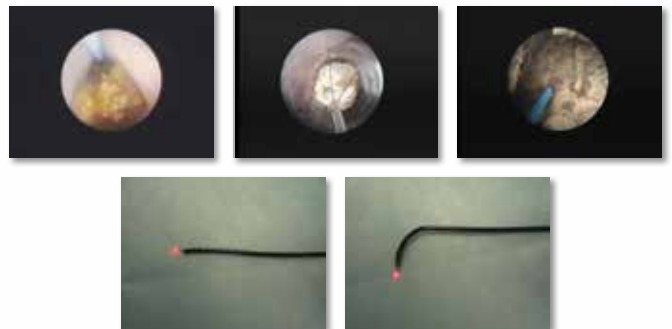
尿路結石症は年々増加傾向にあります。日本人の生涯罹患率は、この30年間で倍増しており、男性で9.0%、女性で3.8%と言われています。つまり、男性の11人に1人、女性の26人に1人は、尿路結石症を患うということになります。しかも、しっかり治療して完治したとして

も、1度尿路結石症になった方の60%は10年以内に再発するという、やっかいな病気です。直接命にかかわるような疾患ではありませんが、尿管結石は激痛を伴いますし、放置すると腎不全を来すこともあります。小さな結石は自然排石することが多く大事には至りませんが、直径8mmを越えるような結石は尿管の途中で引っかかってしまい、何らかの対処が必要になってきます。

かつては尿路結石症に対して、開腹手術で結石を取り除くという治療が行われていましたが、近年は体外衝撃波による結石破砕が治療の第1選択となっております。当院でも、年間のべ250人前後の方に体外衝撃波結石破砕術を行っております。しかし、体外衝撃波でどうしても破砕されない場合や骨盤の骨と重なっている位置のため破砕ができないなどの理由で、他の処置が必要になることが度々あります。そのような時に経尿道的結石破砕術(TUL)を行います。TULは、尿道から尿管鏡を挿入して直接結石を見ながら破砕する手術です。全身麻酔が

必要ですが、おなかを切ることなく結石を破砕できるので、5日ほどの入院で済みます。体外衝撃波よりも確実に破砕できることや、痛みを伴わない(麻酔で眠っている)ので、最初からTULを選択する方も増えてきております。

TULの際に結石を破砕するための器機には様々ありますが、当院では昨年レーザーを導入しました。レーザーの利点は、破砕力が強く、細くて柔らかい尿管鏡でも使用できることです。これにより上部尿管や腎盂の結石まで治療可能となり、しかも尿管への侵襲が著しく軽減しました。当院は県内で最もTULの手術件数が多く、レーザーを持っている唯一の病院なので、多くの患者さんが紹介されてきております。



このように尿路結石の治療法は日々進歩しておりますが、結石をつくらないことこそが最も大事です。尿路結石症の予防法は、①十分な飲水をとる、②バランスのとれた食生活をする、③運動をする、という事が基本になります。メタボリック症候群とも関連が指摘されており、日々の生活が重要です。みなさん注意して下さい。

腎・尿管結石再発防止のための食事

シュウ酸、尿酸、シスチンなどを多く含んでいる食品は、腎結石が再発しやすいので食事の注意が必要です。また、尿が濃くなると結石が出来やすいので、水を多く飲み、尿を薄くするようにしましょう。これからの季節、



焼き鳥、モツの煮込み、枝豆をつまみにしてビールをジョッキで乾杯していると痛風ばかりでなく、腎・尿管結石の再発が起こるかも？普段からのバランスの取れた食生活で生活習慣病や腎結石などは予防できます。

うつ病教室の開催のお知らせ

うつ病について正しい知識を身につけ病気を克服していくために、当院の医師や看護師等が皆さんにわかりやすくお話しします。

どなたでも参加できますので、お気軽にご参加ください。

■日 時	平成20年6月21日(土) 午前10時30分から12時
■場 所	市立秋田総合病院 1階外来ホール
■参 加 費	無料。車でお越しの方には、駐車券に無料スタンプを押します。
■事前申込み	不要。当日、直接会場にお越しください。

■予定プログラム テーマ(うつ病と自殺)		
1	うつ病と自殺について(15分)	医師
2	うつ病の薬について(15分)	薬剤師
3	自殺のサインと対応について(15分)	看護師
4	社会資源の活用について(10分)	ケースワーカー

問い合わせ先 「精神科外来窓口」 ☎ 018-823-4171(代表)



糖尿病教室のお知らせ

■講義内容1	■講 師
糖尿病について	医師
食事療法について	管理栄養士
薬物療法について	薬剤師
■講義内容2	■講 師
運動療法について	理学療法士
血糖測定の意義について	臨床検査技師
日常生活の注意点 糖尿病協会紹介	看護師

平成20年度糖尿病教室は、毎月第2火曜日午後1時から午後2時半まで、当院2階講堂にて開講いたします。参加費は無料、事前申し込みは不要です。

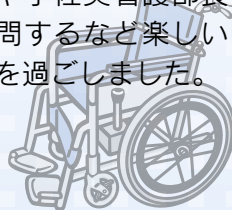
講義内容1 開講日 5月13日、7月8日、9月9日、11月11日、1月13日、3月10日

講義内容2 開講日 6月10日、8月12日、10月14日、12月9日、2月10日、4月14日

車椅子の寄贈について



平成20年2月13日に川尻小学校の皆様より車椅子が贈呈されました。これは川尻小学校さわやか委員会のみんながアルミ缶を回収し、車椅子を購入したものであり、病院に役立ててほしいとの思いで寄贈されました。佐々木院長も「大変ありがたく、大事に使わせていただきます。」と述べ、贈呈式の後には、佐々木院長や宇佐美看護部長に質問するなど楽しい時間を過ごしました。



市立秋田総合病院

理 念

- 市立秋田総合病院は、すべての人々の幸福のため、良質で安全な医療を提供し続けることを目指します。

基本方針

- 患者さんに信頼されるあたたかい、心の通い合う医療を行います。
- 多様化する医療への要望に応えるために、常に医療水準の向上に努め、地域の中核病院としての役割を果たします。
- 患者さんの権利や意思を尊重し、十分な診療情報の提供と相互理解に基づく医療を行います。
- 医療の安全のさらなる向上に努めます。
- 良質な医療を提供していくために、健全な病院経営を目指し、業務の改善と効率的な運営に努めます。

編集・発行/市立秋田総合病院 平成20年5月30日発行

〒010-0933 秋田県秋田市川元松丘町4番30号 Tel(代表):018-823-4171 Fax:018-866-7026

E-mail: ro-homn@city.akita.akita.jp http://www.city.akita.akita.jp/city/ho/newwho/default.htm