

済生会ニュース

院外版



平成20年5月1日発行 三重県松阪市朝日町一区15番地の6 TEL 0598-51-2626(代) / FAX 0598-51-6557
http://www.matsusaka.saiseikai.or.jp

始まります、特定健診・特定保健指導

健診センターあさひ 保健師 辻 井 奈津希

みなさん、こんにちは。最近なにかと話題のメタボリックシンドローム。このメタボリックシンドロームに着目した新しい健診・保健指導が始まったことをご存知ですか？メタボリックシンドロームとは、内臓脂肪蓄積に加え、高血糖、高血圧、脂質異常の2つ以上が重なった状態で、放っておくと心臓病や脳卒中などの深刻な生活習慣病を引き起こす確率が高くなります。そして生活習慣病は増え続けていて、大きな問題になっています。

これをくい止めるために健診・保健指導が『特定健診・特定保健指導』に生まれ変わり、平成20年4月1日から始まりました。これを機に新しい健診・保健指導の仕組みを知り、有効に活用していただきたいと思います。そしてメタボリックシンドロームを予防・改善し、健康な体と生活を手に入れましょう。

それでは『特定健診・特定保健指導』についてご説明します。この『特定健診・特定保健指導』は、生活習慣病の発症リスクを見つけたことが目的で、基準となるのはメタボリックシンドロームです。メタボリックシンドロームが40歳を境に一気に増加していることから、40歳～74歳の医療保険加入者全員が対象となりました。ご家族の皆さんも、もちろん含まれています。

年に一回、受診券や案内などが届きますので、それに従って健診機関や医療機関で受診します。全員が受ける基本的な健診と、医師が必要と認めた場合に受ける詳細な健診があります。問診や検査結果をもとに、メタボリックシンドロームなどのリスク要因の数や年齢なども考慮して、

生活習慣改善の必要性の判定が行われ、生活習慣改善の必要性が低い人、中程度の人、高い人の3つのレベルに分けられて健診結果と合わせて通知されます。こ



こまでが特定健診になります。

引き続き特定保健指導が特定健診受診者全員に行われます。医師、保健師、管理栄養士などが受診者それぞれに面談や電話、メールなどのさまざまな方法で生活習慣改善の支援をします。生活習慣改善の必要性が低い人には「情報提供」、中程度の人には「動機付け支援」、高い人には「積極的支援」が行われます。「情報提供」は全員に行われ、結果と共に資料を送付したりします。「動機付け支援」、「積極的支援」の対象になった方にはこれを受けるための利用券や案内が届きます。「動機付け支援」は1回だけ、「積極的支援」は3～6ヶ月間にわたって保健指導を受けます。保健指導は日ごろの生活習慣を改めるためのアドバイスや助けを得る絶好のチャンスです。健診を受けっぱなしにするのではなく、保健指導の案内が届いたら必ず受けるようにしましょう。

メタボリックシンドロームの予防・解消には食生活を見直し、体を積極的に動かすことが大切です。いま一度、生活習慣を見直し、できることから始めてしっかり予防していきましょう。具体的な方法や目標など、お悩みの方やお困りの方はいつでもご相談ください。

健診センター TEL: 0598-52-6052

入院医療費の計算（支払）方式が変わります

医事課 出口 功一郎

当院は、本年度から厚生労働省のDPC対象病院に指定されました。

これにより、4月以降に入院した方の医療費の計算方法が変わります。但し、平成20年4月以前に入院されている方は、従来の医療費の計算方法である「出来高払い方式」のままです。

「DPC」とは、病名や診療内容について分類（診断群分類）し、分類ごとに1日あたりの費用を定めた新しい医療費の計算（支払）方式です。

従来の医療費の計算方法である「出来高払い方式」では、診療を行った検査や注射、投薬などの量に応じて医療費が計算されていましたが、この新たな医療費の計算方式では、病名や手術、処置等の内容に応じた1日当たりの定額の医療費を基本として全体の医療費の計算を行います。

1日当たりの定額の医療費は、診断群分類と呼ばれ

る分類ごとに入院日数に応じて求められています。なお、手術などの医師の専門的な技術料については、これまで通りの出来高払い方式で医療費が計算され、入院にかかる医療費は、定額分（包括分）と出来高分とを合わせたものとなります。

以下のDPC会計方式のイメージ図を参考にしてください。



おくすり通信

済生会松阪総合病院 薬剤部



★★

今回は鉄剤についてお話します。

貧血の症状は赤血球の減少に伴う酸素欠乏によるものと、酸素欠乏を血液循環で補うための心拍数の増加による循環動態の変化に由来するもので、「全身がだるい」、「疲れやすい」、「めまい」、などがあげられます。鉄欠乏性貧血で、食事療法では十分でない場合、薬剤の形で鉄を補給します。

【鉄剤(商品名)】

フェロミア錠 50mg[®]、フェロ・グラデュメット[®]、スローフィー[®]、インクレミンシロップ[®] など



★★鉄剤には、他の薬剤などとの間に相互作用があるので注意してください★★

- ・ テトラサイクリン系抗生物質・・・お互いの吸収が抑制されるため、間隔を空けて服用する
- ・ キノロン系抗菌剤・・・キノロン系抗菌剤の吸収が阻害されるため、間隔を空けて服用する
- ・ セフジニル・・・セフジニル(商品名:セフゾンカプセル)の吸収が阻害されるため、3時間以上空けて服用する。
- ・ 制酸剤・・・鉄吸収を抑制するが、臨床上的影響はそれほど大きくはないと思われる。できれば間隔を空けて服用する
- ・ タンニン酸を含有する食品(緑茶、コーヒーなど)・・・高分子キレートを形成するが、タンニン酸含有飲料による服薬は薬の効果にほとんど影響しないといえる

●鉄剤を服用することによって、便が黒くなったりしますが、問題はありません●

何かご不明な点があれば薬剤部までお尋ねください

アサリのスープ



材 料 (4人分)

- アサリ(殻付き)..... 300g
- 玉ねぎ..... 1/4個
- にんじん..... 1/3本
- セロリの葉..... 1本分
- にんにく..... 1/2ヶ分
- バター..... 5g
- トマト..... 1/2個
- 固形スープの素..... 1個
- 水..... 2カップ
- 酢..... 大さじ1杯

- 塩・こしょう..... 各少々
- パセリ..... 少々

作り方

- ①にんじんは薄く半月切りに、玉ねぎ・にんにくはみじん切りにする。
 - ②トマトは湯むきして種を取り出し、ざく切りする。
 - ③鍋にバターを溶かし、玉ねぎ・にんじん・にんにくを炒め、セロリの葉・水・固形スープの素を入れる。
 - ④5分程度中火煮た後、アサリ・酢を加え、煮たら
 - ⑤アサリの口が開いたら塩・こしょうで調味し、セロリの葉を取り出し、器に盛ってパセリのみじん切りを散らす。
- (1人分53kcal カルシウム89mg)

【アサリ】

アサリやシジミにはタウリン、ベタインなど疲労回復、肝機能強化に利く栄養素が豊富。
☆お酢がポイント!! ☆
お酢には素材に含まれるカルシウムを引き出すチカラがあります。お酢のはたらきでアサリのカルシウムが煮汁に溶け出すので、お酢を入れない場合と比べると、カルシウムが約1.4倍アップ!!
管理栄養士：村林 由紀

平成20年2月7日にNPO法人卒後臨床研修評価機構による審査を受けました。当院での初期研修医数は平成18年度6人、平成19年度8人、平成20年度7人であり、幸いほぼ満足すべき研修医数を確保してきました。しかし今後も「研修医や患者さんに選ばれる病院になり続ける」ためには臨床研修に対する客観的な評価を受ける必要がありました。

今回の審査までにあまりできていなかった項目では
 1. 研修医への形成的な評価システム 2. 指導者の業務と自覚 3. 研修の中断や精神的なサポート体制などであり、予想どおり厳しい評価を受けました。また研修医の診療行為に対する安全や責任を確保するために細かく明文化する必要性も指摘されましたが、今回の受講により、当院での研修システムの現状を改めて把握し、全般的に整備ができ、臨床研修が病院全体で取り組むべき重要な仕事であることを再確認することができました。

審査結果は幸い、全89項目中「適切」と評価を受けた項目が8割以上を占めて、認定証の有効期間は原則2年のところを4年に延長していただきました。また総評として「病院全体がアットホームであり、医師だけでなく病院全体として研修医を育てているのがよくわかる。研修医も看護師やコメディカルは良きパートナーでありかつ指導者である事を認識し感謝している。研修医はのびのびと元気がよく、ここでの研修を生か

して成長していくてくれるであろう」と高く評価していただき、今までの当院のやり方は間違っていなかったとほっとしました。

なお、機能評価の認定については全国で卒後臨床研修を管理している約1100の大学や病院の中で30番目の早さで、県下では3番目でした。三重県での医師不足や研修医数が少ないのは全国的にも有名で残念ですが、三重大学とわれわれ教育関連病院とが連携したミエメディカルコンプレックス（MMC）を中心として、県全体で研修医を育てるシステムや活動が徐々に評価されつつあります。今後もさらに県内だけでなく、全国から優秀な研修医が集まってくる病院や三重県になるようさらなる努力と工夫を続け、「地域医療に貢献できる良医」を育てる使命を果たしたいと考えています。



NPO法人卒後臨床研修評価機構の認定を受けて・・・

外科 専攻医 家 城 洋 平

今年の3月1日より当院は、臨床研修病院として、NPO法人卒後臨床研修評価機構の認定を受けることができました。この認定とは、医学部を卒業したばかりの初期臨床研修医に対してどのような臨床研修プログラムを設置し、どれほど充実した研修を送れているか、日々の医療行為に対する安全性を確保しながら上級医や指導医がどのような指導を行っているのかを審査されるというものです。

当院では、毎年6、7名の研修医が新しく就職し、毎日が新しく、まためまぐるしくもある日々を過ごしていますが、私を含め同期の6名の医師もこの春晴れて当院の2年間の初期研修を修了することができました。こうして私たちが無事臨床研修を卒業できたのも、毎日笑顔や叱咤激励の言葉をくださる先生方、看護師の方々、コメディカルの方々、貴重な時間を割いて研修プログラム作成に取り組んでくれている先生方、仕事環境をよりよいものにしてくださる事務の方々のお

かけであります。この場を借りて、心からお礼申し上げます。

今思えばあつという間の2年間でありましたが、さまざまな方とのふれあう中で医療だけにとどまらず社会人として新人である私たちを支えてくださったことも、私たちには大きな大きな財産となることはいふまでもないでしょう。

近年医療、病院、医師、医療従事者に対する社会からの注目は計り知れないほどの影響力があり、時に重荷のように感じてしまうこともあります。そうした中でも日々頑張って活気のある病院づくりを目指しております。公的な機関からの認定ももちろんですが、地域の方々からのこれまで以上の期待と信頼にこたえられるようにしていきたいと思っております。これからもどうぞよろしくお祈りいたします。



「第6回 いちにち糖尿病教室」開催のお知らせ

日時 6月19日(木) 午前11:00～午後2:00 場所 済生会松阪総合病院 2病棟7階 講堂

参加費 昼食代として、500円 定員 30名

申し込み方法：参加は予約制になっております。当院内科外来まで、お申し出ください。



new face

新任 Dr. 紹介

よろしくお願いします!



内科 矢津卓宏 内科 稲垣悠二 外科 村田泰洋 外科 家城洋平 整形外科 萬濃裕司 産婦人科 前沢忠志 口腔外科 上田貴史

■ 外来診療担当表

(2008年5月1日)

● 受付時間 8:00~12:00 (診療科と曜日によって多少変更あります)

● 休診日 土・日曜日、祝祭日、年末年始(12/30~1/3)、創立記念日(5/30)

★担当医は変更になることもあります。

		月	火	水	木	金
内科	一診					
	二診	須川 正宏	南川 光三	垂見 敏明	須川 正宏	南川 光三
	三診	保田憲基 (午後 (予約のみ))	小林 稔彦	脇田 喜弘	小林 稔彦	保田 憲基
	四診	橋本 章	橋本 章	井口 正士	井口 正士	中島 啓吾
	五診	清水 敦哉	上村 泰弘	上村 泰弘	大学医師 (午前)	上村 泰弘
	六診	垣本 斉		矢津 卓宏	坂井 正孝	
	七診 消化器外来	中島 啓吾	清水 敦哉	中島 啓吾	清水 敦哉	脇田 喜弘
	八診 泌尿器外来	坂井 正孝	垂見 敏明	垣本 斉	保田 憲基	矢津 卓宏
外科	一診	藤森 健而	長沼 達史	長沼 達史	村田 泰洋	田中 穰
	二診	田中 穰	村田泰洋(第1・3・5火曜) 柏倉由実(第2・4火曜)	家城 洋平	柏倉 由実	長沼 達史
	午後		外科医師 (肛門・乳腺)			外科医師 (肛門・乳腺)
脳神経外科	一診	諸岡 芳人	黒木 香行	諸岡 芳人		諸岡 芳人
	二診	村田 浩人	清水 重利	村田 浩人	清水 重利	黒木 香行
整形外科	一診	今原 敏博	整形外科医師	今原 敏博	整形外科医師	今原 敏博
	二診	竹上 謙次	森本 政司	森本 政司	竹上 謙次	森本 政司
	三診	萬濃 裕司	竹上 謙次	高北 久嗣	萬濃 裕司	高北 久嗣
	午後			乳児検診(要予約)	竹上謙次(腰痛外来) (要予約・紹介のみ)	
産婦人科	午	一診	高倉 哲司	前沢 忠志	高倉 哲司	菅谷 健
	前	二診	竹内 茂人	高倉 哲司	前沢 忠志	前沢 忠志
	三診				竹内 茂人	
	午後 (初診のみ)	一診		手術	高倉 哲司	手術
ART・生殖医療センター (完全予約制)	午前	一診再診	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健	菅谷 健
	二診再診	竹内 茂人	竹内 茂人	竹内 茂人	竹内 茂人	竹内 茂人
	午後	一診新患	菅谷 健	手術	菅谷 健	手術
	二診新患	竹内 茂人	竹内 茂人			
	夕	一診再診	菅谷 健		菅谷 健	
	二診再診	竹内 茂人	竹内 茂人			
小児科	午前		老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市	老谷 嘉市
	午後		予防接種	乳児検診	老谷 嘉市 アレルギー外来(第1木曜)	乳児検診
眼科	一診	宮村 昌孝	交代	宮村 昌孝	宮村 昌孝	宮村 昌孝
	二診	江崎 弘治		江崎 弘治	江崎 弘治	江崎 弘治
皮膚科		垂水 千早	垂水 千早	垂水 千早	近藤 誠	垂水 千早
耳鼻咽喉科			大学医師	大学医師		大学医師
泌尿器科	一診	森 脩	小川 和彦	森 脩	柳川 眞	金原 弘幸
	二診(新患)	小川 和彦	柳川 眞	金原 弘幸	小川 和彦	柳川 眞
神経内科		坂井 利行	近藤 昌秀	坂井 利行	近藤 昌秀	神経内科医師
麻酔科		宮村とよ子	宮村とよ子	宮村とよ子	宮村とよ子	宮村とよ子
放射線科		寺田 尚弘	野本 由人	加藤 幹愛	中川 俊男	野本 由人
		村田知恵子				
口腔外科		佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一	佐藤 耕一
		上田 貴史	上田 貴史	上田 貴史	上田 貴史	上田 貴史