

平成31年 1月号 Vol.4

# 東朋病院

## 桜通信

### 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

大阪は災害の少ない地域でしたが、昨年は地震、台風と災害が多く、特に9月上旬の台風後の停電は各地で多大な混乱を引き起こしました。

2週間ほど停電になった地域も多く、医療機関も例外ではなく重症患者の転院、搬送に多大な労力を要しました。

日本は着実に高齢化社会に向かっており、高齢者の医療、在宅介護の充実が急務となっています。しっかりとした地域医療構想を構築し、疾病構造の変化や認知症高齢者、独居者の増加に備える必要があります。

当院も地域医療への貢献と高齢者の介護、治療を充実させるべく、頑張っていく所存です。

東朋病院  
院長 石田 勲



# 新年のご挨拶

「平成最後の年の大災害を超えて」

新年あけましておめでとうございます。

平成最後の年明けです。

去年は当院にとって大変な一年でした。まず6月に震度6弱の地震を受け、給水ポンプの故障や壁のひび割れ等が発生。その補修の最中、9月の台風21号の直撃により送電線が切断され、突然の停電で病院機能が停止しました。少し前に同規模の病院で、エアコンが故障して何人もの患者様が熱中症で亡くなった時期です。夜に向け真っ暗で蒸し暑くなる中、何とか患者様の安全を確保しようとそれこそ手探りでスタッフ全員が危険を押しての作業や、知恵を絞りながら必死に患者様に寄り添い、でき得る事・最善と思われる事をしました。人工呼吸器などを着けている患者様を中心に他院へ転送作業が終了した深夜0時ごろには電線が復旧となりましたが、当院の変圧器が過電流により故障し電気の供給ができない状態と判明しました。新しい変圧器の設計・制作が完了するまでの一か月間、100人の入院患者様のうち約60人の患者様には一時的に他院へ転院避難して頂きました。闘病中の患者様や家族様にも多大なご負担、ご心配とご迷惑をお掛けしたことを深くお詫びいたします。しかしそんな中でも多くの家族様、患者様御自身から逆に笑顔で「大変ですね、頑張ってください」と励まして頂いたり「必ずここに帰ってきたいです」と言って頂け、疲れて倒れそうな時でもまた頑張り立ち上がる力が湧いてきたことを覚えています。

復旧までの間は駐車場が埋まるような巨大な災害用発電機を3台借りて稼働させ、何とか最低限の病室の冷房や電気、機械の電源を確保しました。お蔭様で誰一人熱中症や管理不足等で重症化や死亡されることはありませんでした。ただ、近隣の住民の方々には発電機の騒音が24時間続き、過大なストレスとご迷惑をお掛けして大変申し訳なく思っています。



そんな中でも病院の窮状に皆様ご理解頂き、我慢を下さったり、電源を貸して下さったりとご協力いただき本当に感謝しております。

検査機器も動かず外来機能も停止した為に、多くの患者様の診療を止むを得ずお断りもしました。また機材や配線が交差する暗い部屋の中や廊下・待合室で点滴受けて頂いたり、電気を使わないリハビリなどを我慢して受けて下さった多くの外来患者様方にもお詫びと感謝を申し上げます。今回の災害では、多くの病院が無理にベットを空けて下さり患者様を受け入れて下さいました。エレベーターも動かず担架で患者様を担いで階段を昇降するのを何人も手伝って下さった病院もあります。一人一人が患者様を想い、生命を想い働いている姿に感動しました。ありがとうございました。

多くの方々に支えられ、スタッフ全員が最善を尽くし、何より多くの患者様や家族様の皆様に助けられ、約1か月後には入院・外来共に完全復旧しました。10月中には満床に回復し11月には病床稼働率も100%に回復いたしました。患者様を救うという一つの信念を見失わず、損得よりも医療者としてすべき事を目指していれば、多くの人の力に助けられる事、スタッフ一丸（私の名前ではなく）となり、患者様と共に頑張れば大きな災害をも乗り越えることもできる事を学びました。



いのしし走る平成最後の年、新しい年号の始まる年を東朋病院スタッフ一同、患者様の健康の為、苦痛を軽減するために猪突猛進の勢いで頑張っていきたいと考えております。本年もよろしくお願い申し上げます。

東朋病院  
副院長 一丸 之寿

## スポーツ栄養

スポーツ内科的な問題が生じる背景として最も多いのが、栄養面の問題です。例えば、運動により消費したエネルギー量を、食事により摂取できていないと、『消費エネルギー>摂取エネルギー』となり、エネルギー不足となります。この状態が継続すると、スポーツ貧血や無月経、疲労骨折またオーバートレーニング症候群などを引き起こしやすくなります。

そのような症状を早期発見・早期治療するために、ドクターと連携をとり、スポーツ栄養指導を実施しております。『パフォーマンスを高めるためには何kcalの食事が必要か?』、『素早く疲労回復(リカバリー)するための食事の内容とタイミングとは?』、『無月経および貧血改善のための食事とは?』など個人の問題に対してアプローチしております。また、一人ひとりの身体組成や生活環境を考慮した上で、適切かつ継続可能な栄養計画のご提案を心掛けております。

管理栄養士・田中がお送りする  
おすすめレシピ♪

### “たな”カフェ ～七草がゆ～



あけましておめでとうございます。  
年末年始、夜更かししたり、おせち料理やお餅を食べすぎたり、普段より不健康な生活をしていませんか? そんな体に、七草がゆはいかがでしょうか。  
ところで、七草がゆの七草って何かご存知ですか

せり・・・食欲増進、解熱、整腸作用、冷え防止など  
なずな・・・解熱、利尿作用、便秘、高血圧など  
ごぎょう・・・去痰、咳止め、内臓回復など  
はこべら・・・利尿作用、鎮痛作用、腹痛回復など  
ほとけのざ・・・整腸作用、高血圧予防など  
すずな(かぶ)・・・利尿作用、便秘解消、風邪予防など  
すずしろ(大根)・・・食欲増進、利尿作用、消化不良改善など

七草がゆを食べるのは、「無病息災」「長寿健康」を願うためです。  
第二の脳といわれる腸管をいたわるためにも、作って食べてみませんか。

#### ■材料

米・・・1/2合  
水・・・5-6カップ  
(好みの硬さに合わせて  
水を調整)  
七草粥セット・・・1パック  
塩・・・一つまみ  
胡麻・・・少々

#### ■作り方

- ①米を洗い、水を入れ、強火で沸騰するまで炊き、一度かきまぜ、その後弱火に40分ほど炊く。
- ②その間に、七草粥セットの野菜を水で洗い、食べやすい大きさに細かく刻み、さっとゆでる。
- ③①に野菜と塩を入れ、10分ほど炊き、火を止めて少し蒸らす。
- ④器に盛り、ゴマを散らす。

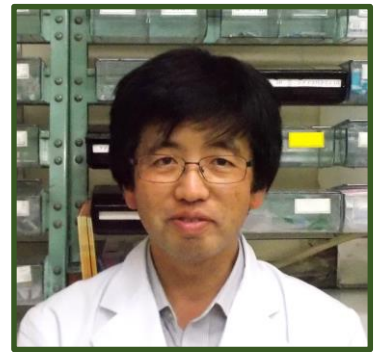
たんぱく質を補うために、じゃこやツナを加えてアレンジもいいですね。

## ★ 皮膚科のご案内 ★

皮膚科では、身体全体、爪（爪白癬、巻き爪等）や髪の毛、口の中における日常的に皮膚に遭遇する疾患（湿疹、かぶれ、やけど）の診断と治療を週1回、専門の非常勤医師が行っております。

診察医：北嶋医師

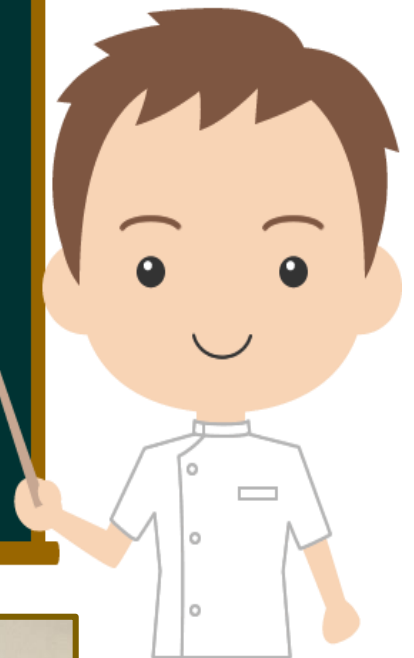
診察日時：毎週水曜日 13：30～16：30



## リハビリテーションのご案内

10月1日より理学療法士によるリハビリテーションが開始となりました。高齢世帯の場合、病気になると介護サービスなどを利用しても退院が困難になることが多々あります。しかし理学療法士が疾患の治療と同時に関わることにより、体力低下を予防し、疾患の改善と共に動作練習を進めることで、元の生活を取り戻せる可能性が高まります。例えば、高齢者は身体的・精神的特性により肺炎となり易く、重篤な状態に陥ることがあります。しかし早期よりベッド上で精神緩和も含めて関わり、疾患の改善に合わせ動作強度を高めることで、体力低下を予防でき、場合によっては疾患の改善も早まる可能性があります。その結果、肺炎（病気）になる前の生活状態に近づく可能性も高まります。

リハビリテーション（理学療法）は医師による処方が必要である為、希望だけでは受けることはできませんが、処方された際は、患者様はもちろん、家族様の希望に近づけられるよう努めてまいりますので、どうぞ宜しくお願いいたします。



## 台風被害によるお詫びとご報告

拝啓 時下ますますご繁栄のこととお喜び申し上げます。平素は格別のご愛顧を賜り、厚くお礼申し上げます。

平成30年9月4日（火）に発生いたしました台風21号により、東朋病院では全館停電となる被害が生じました。この被害により、患者様には転院や検査等が出来ないといったご迷惑をおかけしました。また、近隣の皆様におかれましては、臨時の発電機を設置した為、騒音等で大変ご迷惑をおかけいたしました。大変申し訳ございませんでした。

そして復旧に関しては、関係業者様の迅速なご尽力により、予定より早期に復旧することができました。大変ありがとうございました。

今後とも地域の皆様方から信頼をいただける医療を提供できるよう、尽力してまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

敬具

東朋病院  
事務長 石橋 篤

## 肺ドックを受けてみませんか？

### こんな方にオススメ

- ・息切れが気になる方
- ・喫煙される方
- ・胸の痛みがある方
- ・肺がんが心配な方
- ・体重が減っている方
- ・周囲に喫煙者がいる方
- ・咳や痰が続いている方



### 検査可能な疾患

肺がん、肺気腫、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、結核、喘息、好酸球性肺炎、間質性肺炎など

### 検査項目・料金



| 検査項目  |                          | 料金      |
|-------|--------------------------|---------|
| 診察    | 問診・視診・聴診・触診              | ¥27,000 |
| 身体計測  | 身長・体重・BMI                |         |
| 呼吸器検査 | 胸部X線撮影、肺機能検査、胸部CT        |         |
| 血液検査  | シフラ、proGRP、CEA、クオンティフェロン |         |

### 実施日

月～金 9:00～15:00

### ご予約

お電話にてご予約ください。  
TEL: 06-6955-8710 (月～土 9:00～17:00)



都島東保育園の子ども達が制作した作品を待合室に飾っています。かわいらしい作品をありがとうございます。

バレンタイン



あじさい



みつばち



実りの秋



みのむし



クリスマス



## 訪問診療、ご存知ですか？

🏠お一人で通院が困難な方のご自宅に医師がお伺いします🏠

- 医師・看護師による定期的（月2回程度）な訪問診療
- 定期薬の処方
- 必要に応じた処置（採血・点滴等）
- 夜間・休日の対応（往診・指示等）

あなたの健康管理をサポートします

お問い合わせ先  
☎ 050-3775-4796 担当 中野・金子

## 外 来

医療から介護までトータル的に地域の皆様をフォローします

病院をはじめ、介護老人保健施設、訪問介護ステーションなどと連携し、一貫した医療・看護・介護のサービスを提供します。

|                       |    | 月     | 火               | 水           | 木  | 金    | 土    | 日/祝 |
|-----------------------|----|-------|-----------------|-------------|----|------|------|-----|
| 午前                    | 1診 | 呼吸器内科 | 呼吸器内科           | 整形外科        | 休診 | 整形外科 | 整形外科 | 休診  |
|                       | 2診 | 内科    | 休診              | 内科          |    | 内科   | 内科   |     |
| 午後<br>13:30<br>～16:30 | 1診 |       |                 | 皮膚科         |    |      |      |     |
|                       | 2診 |       |                 | 内科<br>(予約制) |    |      |      |     |
| 午後<br>16:00～20:00     |    |       | スポーツ内科<br>(予約制) |             |    |      |      |     |

## 健康診断を受けませんか

”何の症状もない…… だからこそ今、受けてみませんか？”

あなたは健康診断を受けていますか？ 健康診断は自分の健康状態を知り、深刻な病気を未然に防ぐことができる効果的な手段です。何の症状もないから大丈夫…と過信していても、ほとんどの病気は自覚症状がないままに進行します。気がついたときには手遅れだった…とすることがないように、定期的に健康診断を受けましょう！

お問い合わせ先 ☎ 06-6955-8710 担当 青木・竹内

### <アクセス>

#### ■電車でお越しの方

J R・京阪・地下鉄「京橋」駅下車  
徒歩約10分

地下鉄「都島」駅下車  
徒歩約10分

#### ■お車でお越しの方

当院正面に5台分の駐車スペースがございます。  
満車の場合は周辺のコイン駐車場等をご利用下さい。

### 医療法人桜希会 東朋病院

〒534-0023

大阪市都島区都島南通2丁目8番9号

TEL：06-6923-6226（代）

