

2016年8月1日

第40号

獨協医科大学病院だより

— Dokkyo Medical University Hospital News —

平成28年（2016年）

8月



第40号

「さくらフェスタ 2016」を開催しました

4月8日(金)、9日(土)の2日間に亘り、“さくらフェスタ”を開催いたしました。

毎年恒例となっている同フェスタですが、両日とも心地よい春風のなか、満開の桜が咲き誇り、これ以上ないほどのお花見日和となりました。

約13種類の模擬店に患者様、お見舞いに来院された方をはじめ、教職員・学生など多数ご来場いただき、大盛況の内に無事に終えることができました。

なお、今回のさくらフェスタの模擬店による売上金収益を壬生町（社会福祉事業）及び社会福祉法人「栃の木会」へそれぞれ10万円（総額20万円）を寄付させていただきますことをご報告いたします。



平成 28 年度 栃木県ドクターヘリ運航実績について

栃木県ドクターヘリは平成22年1月20日より運航開始し、約6年半が経過しました。

このたび、全国の平成27年度ドクターヘリ運航実績について出動件数が916件となり、全国で3番目に多い出動数となりました。

近年3年間では平成26年度 719件、平成27年度 751件、平成28年度 916件と年々出動件数も増加し、救急医療に少なからず貢献をさせていただいています。

今後とも、皆様のご理解の程よろしくお願い致します。

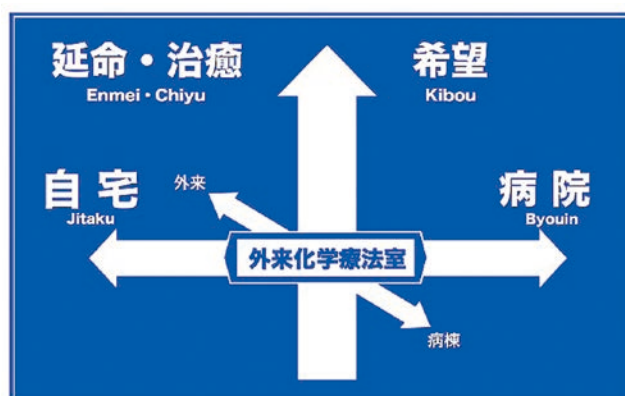
●部門紹介

化学療法室

化学療法を行う件数が増加したため、2015年新築された教育医療棟の5階に3代目となる外来化学療法室が開設されました。現在の治療室は46床で稼働していますが、将来的には倍近くまで増床可能な占有スペースを持っており、最新の質の高い治療を提供します。いつも同じ顔の専従医・看護師がいる事、専門知識のある薬剤師が常駐しているという安心を提供します。全員がそれぞれの立場でトレーニングを受け、研鑽をつんでいます。担当の先生に聞き漏らしたような事、副作用の心配や自宅での生活の問題など何でも気軽に相談して下さい。明るい陽射しの中で治療を受けて頂きます。患者さんの好みに応じて、リクライニングシートで談笑したり、大型テレビを見たりしながら治療を受けて頂くスペース、静かに治療を受けて頂くスペースや、付き添いをしたい方用の個室を用意しています。全ての場所で電動リクライニングによる好きなポジションが得られ、また酸素投与や痰の吸引が可能です。



我々の化学療法室は患者さんに安全で気持ちよく治療を受けて頂く事を最優先に考えておりますが、娯楽設備等のアメニティは最低限のものしかありません。化学療法室は病院と自宅、あるいは病棟と外来の境であり、残念ながら病気が進行してしまった患者さんにとっては最後の砦であり、治療の仕上げとしての補助療法を受けている患者さんにとっては完治までの最後のハードルであり、いわば交差点のような所と考えております。治療中の患者さんの状況を把握するためにもお互いの顔の見える治療を目指しています。



えいよう通信

平成28年
7月号

獨協医科大学病院
栄養部



7月7日は、七夕です☆

七夕の夜、織り姫と彦星は待ちに待った『再会』という願いを叶えます。

人々は「二人のように、願いが叶いますように」と、たんざくに願い事を書いて、笹や竹の葉に飾るようになりました。

夏になると店先に並ぶ「そうめん」は、実は七夕の時期に食べる行事食の1つです！

ピーマンとパプリカのきんぴら



ピーマン	3個	しょうゆ	小さじ2
パプリカ(黄)	1個	みりん	大さじ1
パプリカ(赤)	1個	塩	少々
ごま油	小さじ1	ごま	少々

- ①ピーマンとパプリカを千切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、①を炒める。
- ③醤油・みりん・塩を加えてさらに炒める。
- ④ごまをふって完成！！



旬のパプリカ



パプリカには**ビタミンC**が豊富に含まれています。ビタミンCは、**風邪の予防**や**疲労回復**、**肌荒れ**などに効果があるといわれています。

また、ビタミンCには**鉄の吸収を促進**するはたらきもあります。



普通のピーマンもビタミンCをたくさん含んでいますが、パプリカの方がさらに豊富に含まれています。

ビタミンC(mg/100g)

成人男女の推奨量(1日)	100mg
--------------	-------

ピーマン	76
------	----

パプリカ(黄)	150
---------	-----

パプリカ(赤)	170
---------	-----



暑くなってきました！！ しっかりと水分補給をしましょう！！

人は1日に2000～2500mLの水分を体内から失います。
このうち、飲料水として摂り入れるのは、**800～1300mL**とされます。

基本的には、**お茶か水**を飲みましょう。
熱中症予防の水分補給としては、
少量の**塩分**と**糖質**を含んだ飲料が推奨されています。
(市販のスポーツドリンクのほとんどがこれに当てはまります。)

水分補給のポイント

①こまめに

1度にたくさんの水分を摂取しても、上手く吸収する事ができません。
こまめに少しずつ水分補給をしましょう。

②意識的に

「のどが渴いた」と感じてからの水分補給では、体の水分量が足りなくなることがあります。
とくに運動時は意識的に水分補給が必要です。

1日の水分排泄量(mL)

尿	1000~1500
便	900
生理的に失われる水分	200
合計	2000~2500

1日の水分摂取量(mL)

飲料水	800~1300
食物中の水分	1000
体内での代謝水	200
合計	2000~2500



この記事に関するお問い合わせは、栄養部(内線3197)まで

病院への手紙 ～病院へのお手紙に関するご回答～

▶これだけ多くの方が入院生活をしているのにコインランドリーの数が少ないのではないのでしょうか？

新館 1 階、本館 3 階・5 階・7 階に設置されているようですが、大変不便です。もっとランドリーを増やし、サービス向上に努めてください。また、現在ある洗濯機・乾燥機も故障が多いです。入院患者が安心して入院できるよう、早急に改善していただきたいです。

(回答)

この度はランドリーに関し貴重なご意見をいただきありがとうございます。また、ご不便をお掛けし大変申し訳ありません。

故障中の機器に関しましては、至急修理するよう手配いたしました。

なお、コインランドリーに関わる多数のご意見を踏まえまして、新たに院内 13 ヶ所にコイン式全自動洗濯乾燥機（現金使用タイプ）を設置いたしました。設置場所は、本館の 4 階・6 階・8 階、新館の 3 階から 9 階、教育医療棟の 8 階から 11 階に計 32 台を設置いたします。詳しくは、入院の際に入院課受付又は病棟の看護師にお尋ねくださいますようお願いいたします。

▶ゴミ箱のフタがしまらないほどなので、一日に 2 回か 3 回回収して欲しい。これからおいがする。

(回答)

ご不快な思いをさせてしまい、誠に申し訳ありませんでした。ゴミの回収は午前・午後と 1 日 2 回行っておりますが、ご指摘のようなことが今後起きないように、こまめに確認するようにいたします。

▶外来患者様・ご家族からの要望

診察時間によってはお昼時間をまたぐことがあり昼食をとりたいのですが私はテーブルがないと食事が出来ません。スターバックス前のテーブル席はいつも満席です。もう少し食事ができるテーブルを用意していただきたいです。

(回答)

貴重なご意見ありがとうございます。ご意見をもとに検討いたしましたが、本館内に新たな休憩スペースを設けることは難しい状況です。既存のスタバ前ラウンジや各所待合ブースをご利用くださいますようお願いいたします。ただし、教育医療棟内にはスペースを確保できましたので、先日、教育医療棟の 3 階と 4 階のエスカレーター付近にテーブル席を各 5 箇所設置いたしましたので、ご利用ください。また、本館と教育医療棟の連絡通路内にテーブル席を設置することにつきましても現在検討しております。今後とも引き続き安全で快適な療養環境の確保に努めてまいりますので、ご理解の程よろしくお願い申し上げます。

▶先月中旬まで3ヶ月もの長い間大変お世話になりました。再発という現実を前に気持ちも心も萎えて折れそうな私達に対してあたたかく接していただいた皆様、少しの疑問にもていねいに答えていただき一生懸命治療していただいた先生達、3ヶ月は私達にとって大変長いトンネルのようなものでした。主人も私もつらい苦しいと嘆くことが少なかったのは、病棟を包む優しい雰囲気、清潔な部屋、呼べばすぐかけつけてくれる笑顔の皆様のお陰でした。これからも宜しくとは言いたくありません。病気とは縁を切りたいです。

主人と共にまずは東京オリンピック（前は中学3年生でした）まで元気に過ごしたいと目標をもって歩いていきたいと思います。

退院を迎えることができ本当に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

(回答)

お褒めのお言葉を頂きありがとうございました。

頂きましたお言葉を今後も励みとし、日々患者様ご家族に満足頂ける医療を提供できるよう努めて参りたいと思います。

獨協医科大学病院 緩和ケアチームについて

当院では腫瘍センター内に緩和ケアチームを設置しており、

- ・がんに伴う痛みや身体の不調な症状などへの対応
- ・がんに伴うインフォームド・コンセント後のサポート
- ・精神的なサポート
- ・ご家族のサポート 等の相談に応じています。

その他詳細につきましては下記窓口までお気軽にご相談ください。

〒321-0293 栃木県下都賀郡壬生町北小林880

獨協医科大学病院 腫瘍センター

TEL/FAX：0282-87-2053（直通）

（緩和ケアチームにおつなぎいたしますので「緩和ケア」とお伝えください）

問い合わせ時間 平日 9：00～16：00

看護師募集

○当院では看護師を募集しております。

詳細につきましては、下記窓口までお気軽にお問い合わせください。

〒321-0293

栃木県下都賀郡壬生町北小林880

獨協医科大学病院 看護部

受付時間

平日 9:00～16:00

土曜日 9:00～14:00（第3土除く）

TEL：0282-87-2395

FAX：0282-87-2382



獨協医科大学病院だより第40号

〒321-0293

栃木県下都賀郡壬生町大字北小林880番地

TEL 0282-86-1111（代表） FAX 0282-86-4775

当広報誌は当院ホームページよりご覧いただけます。

[獨協医大病院 検索](http://www.dokkyomed.ac.jp/hosp-m/)

<http://www.dokkyomed.ac.jp/hosp-m/>

発行年月日／平成28年8月1日

編集・発行／獨協医科大学病院広報誌委員会

印刷／(株)松井ピ・テ・オ・印刷