

コラム 入浴の基礎知識

【日本人にとってのお風呂】

高温多湿であるわが国において、入浴は単に体を清潔に保つこと以外にも、精神的な効用が極めて大きい。

手術後や大病をされた患者さんが、入浴出来るようになると、表情も明るくなり、退院が近づいたことを実感されるでしょう。また、浴槽につかることや、大勢の人と一緒に入浴（温泉・銭湯）することが当然とされています。

体を清潔にし、熱を奪うといった作用の他に、心身のリラックス、リフレッシュといった効用もあります。

【風邪（かぜ）と入浴】

「風邪（かぜ）をひいたら、お風呂にはいかない」という注意は、常識に近いような考え方でした。しかし、今やそうとは限らない。昔は、建物も今ほど気密性がなく、暖房も発達していなかったため浴室から出たあと、体が冷えやすかった（湯ざめ）。そのため、過度に体温を奪われて、体調を更に悪

化させてしまうことを恐れて入浴禁止だったのではないのでしょうか。風邪（かぜ）の時は、体調に合わせて、いつもより注意が必要です。冬季では、脱衣所や浴室を暖めておく。入浴後は汗が衣服に残らないよう少し、ほてりを冷ましてから衣服を着る。また入浴後の水分補給と、保温に留意する事が望ましい。とにかく風邪（かぜ）の時の入浴は、禁止とは限らず、自身の体調に合わせて判断されれば良いと思います。

【安全な入浴方法】

- ①朝の入浴はさける
- ②42℃以上の湯にはいらない
- ③脱衣室と浴室との温度に注意する
- ④水位は胸まで
- ⑤飲酒後は入浴しない
- ⑥入浴前後に水分補給する
- ⑦浴槽のヘリや手すりを活用し、事故防止を図る

以上の事を注意し、毎日を過ごしましょう。
(看護課長 瀬ノ口 安子)

■ 外来担当医表

		月	火	水	木	金	土
外 来	初 診	坂本	徳田	中矢	柚木	岡	交代制
	再 診	中矢	徳田	坂本	上田 (午前のみ)	岡	中矢
検 診		岡	坂本	柚木	中矢	徳田	交代制
心工コ一			坂本		坂本		
透 析		徳田	上田	岡・徳田	岡	柚木	交代制
内 視 鏡						山元	

※主治医が外来当番日ではない日にこられた場合、主治医名を看護師にお知らせ下さい。 ※何かわからないことがありましたら、遠慮なく看護師におたずね下さい。

▶ 当院では各々の専門認定医による下記の専門外来も行っております。

循環器専門外来

肝臓専門外来

腎臓専門外来

🕒 診療時間のご案内

● 受付時間（月曜日～土曜日）

午前8時30分～午前11時45分／午後1時15分～午後4時50分

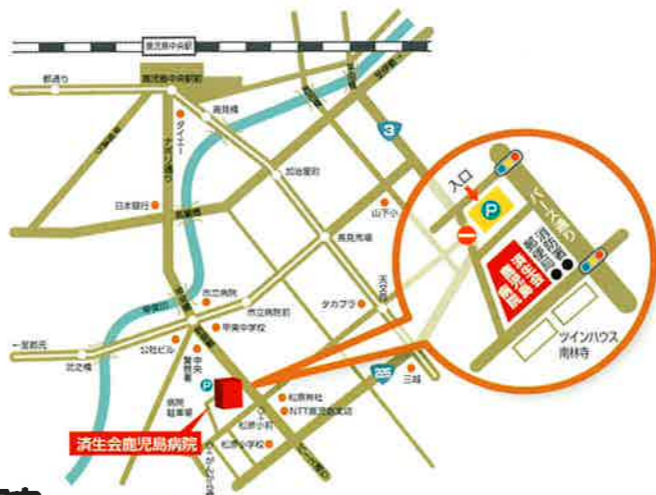
● 診察時間（月曜日～土曜日）

午前8時45分～午後0時15分／午後1時15分～午後5時00分

🚗 交通のご案内

● 市電 新屋敷電停から徒歩5分・天文館電停から徒歩10分

● 市営バス(13番線) 松原小学校前バス停から徒歩1分
がんがら橋バス停から徒歩1分



社会福祉法人 恩賜財団 済生会鹿児島病院

〒892-0834 鹿児島市南林寺町 1-11 ☎ 099-223-0101 FAX 099-227-4790

URL: <http://www.synapse.ne.jp/saiseikai-kg/kagoshima/index.html> E-mail: saiseikg@orange.ocn.ne.jp



社会福祉法人 恩賜財団 済生会鹿児島病院

「広報誌」

済生かごしま

SAISEI KAGOSHIMA



日本医療機能評価機構
認定病院



基本理念

「救療済生」の済生会精神に則り、地域の人々の健康を守り、福祉に貢献する。

基本方針

- ① 私達は、患者様から信頼され、満足していただける医療を目指して、常に患者様の立場に立ち、患者様の気持ちになって医療を行います。
- ② 私達は、患者様の権利を尊重し、患者様の意思に添えるよう努めます。
- ③ 私達は、常に医療に気を配り、患者様が安心して医療を受けられるよう努力します。
- ④ 私達は、最新の医学知識や医療技術の習得に研鑽します。
- ⑤ 私達は、地域の人々と交流を図り、人々が病院に求めている要望に応えられるよう努力します。

患者の権利と責務

「患者様には、守られるべき次の権利があります。」

- ① その人格を尊重される権利があります。
- ② 社会的地位・国籍・人種・性別などにより差別をうけることなく、公平・平等に医療を受ける権利があります。
- ③ いつでも最善の医療を受ける権利があります。
- ④ 自分が受けている医療の安全に関するすべての情報について知る権利があります。
- ⑤ 治療を受ける権利、自ら治療方法を選ぶ権利、また自ら治療を拒否する権利があります。
- ⑥ 自分に関するすべての個人的秘密を守ってもらう権利があります。
- ⑦ 自分の受ける医療についてセカンド・オピニオン（別の医師の意見）を申し出る権利があります。

「患者様には、次の責務があります。」

- ⑧ 診療行為に協力すること。
- ⑨ 療養に専念すること。
- ⑩ 病院の決まりを守ること。

No. 10
Dec. 2007

発行/済生会鹿児島病院

NEWS & TOPICS
ニュース アンド トピックス

*** 病棟夏祭り ***

8月21日(火)

当院4階屋上広場で行われました夏祭りは、天候に恵まれ無事開催できました。今回は綿菓子コーナーを設け、先生方がチャレンジしていました。また、雰囲気高める為に紅白の幕やボンボン提灯を準備し、職員による灯籠も晩夏を盛り上げていました。

鹿児島市ドルフィンポート内で島歌ライブの活動を行っている 泉 茂光さんに参加頂き、島歌を披露。最後はみんなで島歌にあわせて踊り始め、一夏の祭りの雰囲気を味わうことが出来たと思います。病院での長い生活のなかで、季節が変り行く光景をいくつか伝えることが出来たら、いいと感じます。



入院患者さんのボンボン祭り風景



泉 茂光さん



*** 9月25・26日「十五夜」を行いました。 ***

昨年は、飾りも何もなくてただお月様を眺めるだけでしたが、今年は、かなりスケールアップして飾りつけとスポットライトまであり、より雰囲気が出て見に来られた患者さまやご家族も断然多かったです。25日はとってもきれいなお月様でしたが、26日はあつーい雲におおわれて小雨まで降ってきて、来られた方も数名でした。“キレイかねー” “団子はでらんと〜”とおっしゃっておられました。



飾りも
見
だねえ〜



小さいけどこれが
お月様です。



*** 「町の保健室」に参加して ***

10月21日、澄んだ秋空の下で松原小バザーが開催されました。当院も「町の保健室」として3回目の参加をいたしました。多種多様な模擬店、即売会の片隅で「身長測定、血圧測定、体脂肪測定(体重測定)、体年齢測定、尿検査、マッサージ体験、栄養相談、介護相談、生活相談」等の健康コーナーを設けました。今回は80余名の利用者でにぎわいました。

参加目的は済生会病院を知ってもらう、済生会病院の姿勢を理解してもらい地域との結びつきを深めるためです。回を重ねる中で、参加者との広範な交流や、健康への高い関心度を体感し一歩ずつ目的に近づける手ごたえを感じました。ご協力ありがとうございました。

*** 鹿児島県腎臓病患者「ふれあい運動会」患者・職員ハッスル参加 ***



11月11日(日)に鹿児島市ふれあいスポーツランド会場にて、第30回の運動会が開催されました。各市町村からの参加総数473名、色別に病院が分かれての採点競技など、大いに盛り上がりました。

当院、済生会チームは患者、家族・職員あわせて55名の参加協力、病院対抗の競技に一生懸命の姿が見えました。



たまには若い人とネ!



院長先生を始め患者家族及び職員のみなさんありがとうございました。

また、来年も元気で参加できるように ハイ・チーズ



落ちないようにそ〜とはやく!

地域医療ネットワーク「南林寺薬局」のご紹介



『こんにちは、南林寺薬局です!』近隣の皆様には、日頃よりお世話になり誠に有難うございます。当薬局は、街かどのおくすり屋さんとして、病院のお薬と一般のお薬を提供させて頂いて約10年が経ったところでございます。本当に有難うございます。

ところで今回、済生会病院様より原稿依頼が有り何を書こうかと…。そこで現在、薬剤師会のお仕事もさせて頂いているのでその様な視点で、『薬局の現状』を書かせて頂きたいと思っております。話の内容が少々政治的になってしまいますが、何卒御了承下さいませ。

さて近年、国の財政事情であらゆる業種で変革がどんどん進んでいます。皆様もご存知のように、医療業界も同様で以前は無料で診てもらっていた老人も今では1割負担(収入のある方は3割)。サラリーマンも1割から3割負担に。そして何より、超高齢化社会に備えて介護保険税の徴収。年金暮らしの高齢者にとって家計に重くのしかかっているのは想像に難くありません。

くすり屋さんでも規制緩和の名の元、コンビニエンス・ストアで簡単にすりを購入出来るようになりました。しかも一定条件下で資格を取れば一般の方でもお薬(許可されたお薬に限定)の販売も許可される時代に…。今後この様な改正が続くのは確実で、今までのおくすり屋さんから、薬局の名前にふさわしい医療提供施設としての新たな義務と試練が国から次々と要求されている訳なのです。単なるお薬の受け渡しにとどまるのではなく、保険薬局は病院や訪問看護ステーションなどとの連携を図り在宅医療などを支援してもっと活動の場を広げて下さいと…。でも実際はうまく行っておらず、又テレビCMでお馴染みのジェネリック医薬品の普及もまだまだの状態です。患者さんのために薬剤師はもっと頑張りなさいと厚労省からお尻を叩かれている訳です。努力不足を痛感し、ホンとうに耳の痛い話です。又来年の4月から、後期高齢者医療制度がスタート致します。対象者は75歳以上の方々でギリギリの年金暮らしの中から保険料を天引きすると言うものです。またしても高齢者の負担増となりそうです…。そしてその制度内容ははかりつけ病院と主治医を一元化して、そこを中心にして無駄の少ない・効率の良い医療の提供を目指しましょうと。皆様身近にその様な病院をお持ちでしょうか? どうでしょうか? そう言った点、“なでしこ訪問看護ステーション”や“高喜苑”を組織に持って、幅広い支援体制が整っている済生会病院を、考えてみてはいかがでしょうか…。その時は是非、済生会病院に足をはこんでみられては。

以上、取り留めのない話になってしまい失礼致しましたが、当地域の医療のお手伝いが出来たらと頑張りますので宜しくお願い致します。又お薬や健康食品の事で何か分からない事が有りましたら何でもかまいませんので、どうぞ気軽にお尋ね下さい。

元気が一番!! 慢性病・漢方相談・健食(婦人病・がん・アトピー・肝臓病・神経痛など)

* 休日: 日曜・祝日 * 営業時間: 午前8:30~午後7:30(但し土曜のみ午後7:00まで)

* 南林寺薬局 ★お気軽にご相談下さい! 住所: 鹿児島市南林寺2-1 TEL: 099-224-8740 FAX: 099-224-8770