



医療法人 藤野会 成田病院 成田診療所 グループホーム成田

成田だより

2010 . VOL2

冬号

成田トピックス

- ・ 知っておきたい！
飛沫感染・接触感染予防策

特集

- ・ 当院の糖尿病
サポート活動

掲示板

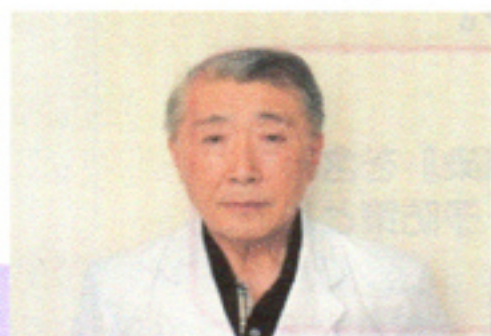
- ・ 『飲む禁煙薬』ご存知ですか？
- ・ 徳島県西部連携の会
- ・ 健康増進教室のお知らせ
- ・ 作業療法展示会報告

病院紹介

- ・ 診療案内
- ・ 病院概要

「踏み出せ！
糖尿病予防への
第一歩！！」

撮影場所：成田病院ウォーキングコース



理事長 藤野正晴

病院理念

医療、介護、福祉の原点にたって、患者さんのニーズに応えるよう努力し併せて自己の向上を図る

～糖尿病をもっと知ましょう～

糖尿病は、食べ過ぎ、運動不足、又ある時はストレス過剰など悪い生活習慣が重なり、それに勉強不足が加わって引き起こされる、いわゆる生活習慣病（メタボリックシンドローム）のその行く先に知らぬ間に発症する代表的疾患です。（糖尿病になると、脳卒中、心筋梗塞、腎不全、下腿足壊疽、失明など悲惨な合併症を招きます。）

現代医学の進歩・研究の成果はめざましく、薬などによってより良い効果が期待されますが、薬に頼りすぎて生活習慣の改善を怠ると上に述べた悲惨な合併症の落とし穴が待っていることが多々あります。適正な食生活、運動習慣を身につけましょう。コツコツと根気よく勉強を続けましょう。きっと素晴らしい結果がでます。勉強会、ウォーキングなど参加してみませんか？

知って
おきたい！

成田トピックス

飛沫・接触感染予防策

■ 今冬は新型インフルエンザが流行し、飛沫感染や接触感染などの言葉をよく耳にします。今回は、その飛沫感染、接触感染がどのようなものか、またその予防策にはどのようなものがあるか知って頂き今後の対策に活かして頂ければと思います。

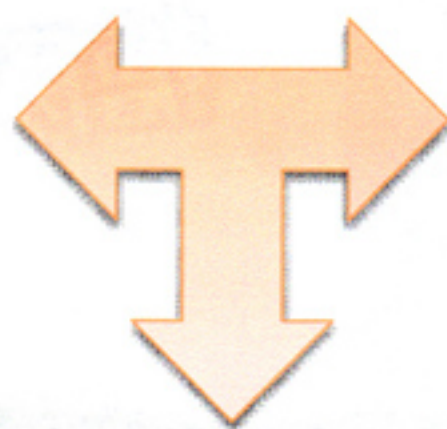
飛沫感染

ウイルスを含んだ咳やくしゃみ等の飛沫が結膜、鼻粘膜、口に沈着して感染します。



接触感染

感染している方との接触、または物を介して接触することにより感染します。



● 新型インフルエンザは... 飛沫感染 + 接触感染

※接触感染は、電車のつり革やドアノブなどウイルスが付着した物を触った手で口や、鼻の粘膜に触れることで感染します。

予防策

- 人ごみを避けましょう。
- 外出の際は、マスクを着用しましょう。
- 帰宅後、食事前など、こまめに手洗い、うがいを行いましょう。



◆◆一口メモ◆◆

冬場に流行る『ノロウイルス』の感染経路も『飛沫感染』と『接触感染』を含みます。毎年、『接触感染』が原因と思われる被害が多く聞かれるので、予防策として、流水での手洗いが重要です。



咳エチケットしてますか？

- ◆ 咳・くしゃみがでたら、他の人にうつさない為にマスクを着用しましょう。マスクのない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- ◆ 鼻汁・痰などを含んだティッシュをすぐに蓋付きのゴミ箱に捨てましょう。
- ◆ 咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。
- ◆ マスクの装着は説明書をよく読んで、正しく着用しましょう。



特集

～当院の糖尿病サポート活動～

糖尿病の増加が大きな健康問題となっています。糖尿病が強く疑われる人はすでに700万人を超え、特に50歳以上では3～4人に1人が糖尿病の可能性が否定できません。糖尿病の治療は正しい知識を持ち、日々の自己管理をすることで、上手に過ごすことができます。

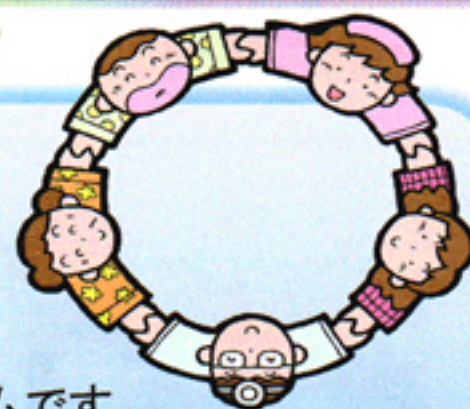
当院では「糖尿病サポートチーム」が活動しています。1人ひとりにあった自己管理の方法を患者様と一緒に考えながらサポートしています。一人ではわからない事や誰かに聞きたいこと、今さら・・・と思っていたことなどを私たちと一緒に患者さんと考えていこうと思っています。



成田病院糖尿病サポートチームとは？



成田病院糖尿病サポートチームとは、理事長・院長を中心に
看護師・薬剤師・臨床検査技師・管理栄養士・理学療法士・作業療法士・
介護福祉士からなるチームであり、各職種が持つ専門性を生かして
協力しあい、糖尿病患者さん自身が主体的に生活習慣改善に取り組み
健康な人と変わらない生活が行えるようお手伝いし、共に歩いていくチームです。



糖尿病サポートチーム構成

日本糖尿病学会の登録医で、糖尿病治療全般に携わります。

食事の悩みや不安を解消しながら、上手に食事療法を続けていただけるようサポートします。

検査の内容や種類、又、その検査の必要性などをわかりやすく説明します。

療養生活(食事・炭酸泉の足浴など)の介助に取り組みます。

家族

医師

管理
栄養士

臨床
検査技師

介護
福祉士

患者さん

理学療法士
作業療法士

糖尿病
療養指導士

看護師

薬剤師

日本糖尿病療養指導士認定機構より認定された資格を持ち、糖尿病患者さんの悩みや相談にお応えします。(看護師3名・管理栄養士1名)



自己血糖測定の確認、合併症対策、低血糖対策、フットケア、生活指導などのサポートを行います。

正しい薬物療法についてサポートします。

患者さんの状態に応じた運動療法や生活スタイルを中心に一緒に考えて行きます。



成田病院糖尿病サポートチーム活動内容



個別指導



糖尿病指導

《随時：予約要》

病態、合併症予防、インスリン自己注射手技の確認、低血糖の症状及び対策、シックデイ対策などについて説明します。



栄養指導

《随時：予約要》

適正なエネルギー摂取量の食事や合併症のある場合の食事の工夫など食生活全般について相談を受けています。

フットケア

《随時：予約要》

足の観察、足浴、爪切り、足マッサージを行い、足病変の予防の重要性や注意点を説明しながら足のケアを行っています。

集団指導



◆糖尿病とは？

糖尿病とはどういう病気か？発症の仕組みから症状まで基本知識を、一緒に学んでいきます。



◆薬・検査について

糖尿病に関する指標や診断のための検査及び、薬物療法（経口薬・インシュリン）を一緒に学んでいきます。

◆食事について

食事の工夫や、間食、補食、外食、アルコールとの上手なつきあい方などについて一緒に学んでいきます。

◆運動について

糖尿病と運動の関係や効果、運動を続けていくコツを一緒に学び、実際に体操を行います。

◆フットケア

糖尿病と足病変の関係や足病変の症状、生活で気をつける事について一緒に学んでいきます。

◆座談会

普段、患者さんが疑問に思っていること、悩みや体験談を語り合います。

【日時】《予約要》

毎月第3土曜日

15:30～16:30

【場所】

デイケア室

ウォーキング



【日時】

毎月

第1・3土曜日

午前7時55分～

【集合場所】

病院東駐車場

病院をスタートし、春日神社横を通過して病院南側の土手を周ってくる約20分のコースです。土手から見える景色は爽快で、また季節の変化を楽しみながら歩くことができます。私達といっしょに歩いてみませんか？

ヨガ



【日時】

毎週水曜日

午後6時15分～

【集合場所】

リハビリ室

ヨガは姿勢や呼吸法が学べ、健康を保つことができ又、美容にも効果があると言われていいます。最近運動不足だと感じる方、一人ではダイエットが難しいと感じる方、ぜひご参加ください。

掲示板

◆徳島西部糖尿病連携の会◆

8月の西部糖尿病連携の会で、上田看護師長が、『コントロール意欲を妨げる低血糖(発作)とその対策について』という演題で、患者さまからのアンケート調査を基に発表を行いました。



喫煙は動脈硬化が進むだけでなく、血管をもろくし、高血圧や糖尿病も悪化させます。また、歯槽膿漏や色素沈着、虫歯も多くなります。たばこは良くない！止めた方がよい。『そんなのわかってる！』、『止めたいけど、止められない！』、『思っている方へ朗報です。今までは異なる「飲む禁煙薬」です。ニコチン依存の強い方で、人当院では成功している方もいます。詳しくは、医師に相談して下さい。



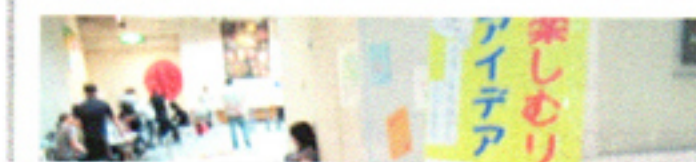
ニコチンを含まない飲み薬！？

市販の『ニコチンガム』や『ニコチンパッチ』とは違う、飲むタイプのニコチンを含まない薬が誕生しています。飲むだけなので簡便で、一定要件をみたせば保険が適用される等メリットが多くあります。開始する為には医師の処方が必要です。



『飲む禁煙薬』ご存知ですか？

作業療法展示会に行ってきました！



8月に『文化の森』で作業療法展示会がありました。成田デイケアの利用者の方達の作品を出品しました。他の出品者の作品も力作揃いで良い展示会でした。

健康増進教室のお知らせ

11月に成田病院外来待合室にて『転倒予防について』で行いました。いろいろな日常生活に役立つ内容を心がけ行っています。興味のある方はぜひ聴きにきてください。

●●●今年の内容●●●

- ① 2月 『インフルエンザについて』
- ③ 4月 『花粉症について』
- ⑤ 6月 『糖尿病の運動療法』
- ⑦ 8月 『食中毒について』



診療医師担当表

	月	火	水	木	金	土
病院	院長	院長	戸井	院長	院長 (午前)	院長 (午前)
	戸井	戸井	曾根		佐藤	戸井 (午前)
	曾根	野田	野田		近藤	野田
	佐藤	佐藤	佐藤		本淨	第二 外科
診療所	理事長	理事長	理事長	曾根	理事長 (午前)	理事長
					山下 (午後)	

病院概要

○ 医療法人 藤野会 成田病院 〒779-3601 徳島県美馬市脇町字拝原2576

【TEL】：(0883) 52-1258 FAX：(0883) 53-0551

【診療科目】：内科、外科、小児科、整形外科、呼吸器科、消化器科、皮膚科
放射線科、リハビリテーション科

【病床数】：医療療養型病床27床 介護療養型病床12床

【診療時間】：AM9:00～PM6:00（受付17:30まで）

休診：日曜・祭日

《関連施設》

○ 成田診療所

〒779-3602 徳島県美馬市脇町大字猪尻字西分148

【TEL】：(0883) 55-0770 FAX：(0883) 52-5585

【診療科目】：外科、内科、小児科、整形外科、呼吸器科、消化器科、皮膚科、胃腸科

○ グループホーム成田 〒779-3601 美馬市脇町字拝原2573番地1

【TEL】：(0883) 52-1710 【定員】入所18名



医療法人 藤野会

成田病院

<http://www.fujinokai.net>