

「源」油彩 森 美由希

## contents

- 糖尿病のはなし
- 健康管理センターからのご案内
- 糖尿病フェスタ
- 整形肩関節連携
- 病院の日・看護の日
- シニアデー

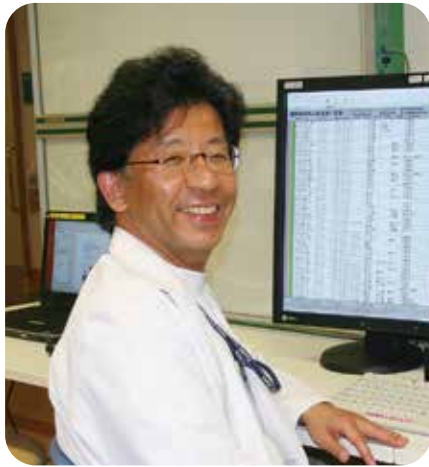


公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構  
倉敷中央病院リバーサイド

理念 私たちは医療の担い手としての責務を自覚し研鑽を重ね、「人と人とのふれあい」を大切に、地域の人々に一層の信頼を得られる医療を提供し地域社会に貢献します。

基本方針

1. 患者さんの立場を尊重し、納得と同意に基づく医療を実行します。
2. 医療技術と知識の習得に努め、良質で安全な医療を提供できるよう努めます。
3. 地域の人々の診療、健康保持・増進に努めます。



内科 鈴木 貴博 副院長

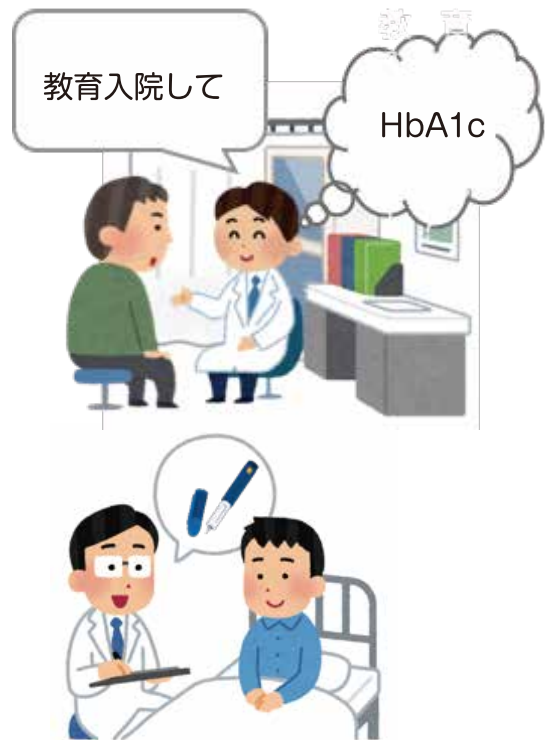
## 「糖尿病教育入院について」

高血糖状態にある糖尿病患者さんの入院治療を「糖尿病教育入院」と言います。これは単に糖尿病の内服薬や注射薬を調節するだけでなく、治療の目的・食事療法・運動療法について学んでいただくためです。糖尿病治療の基本は、食事療法・運動療法にありますので、これらが不十分なままに薬物療法を積み重ねてもうまくいかないのです。

糖尿病教育入院の対象となるのは、HbA1c 9～10%以上の患者さんです。ここまでの高血糖状態になると食事・運動療法や内服薬の治療効果が不十分となるので、インスリン注射で血糖値を下げる必要があります。

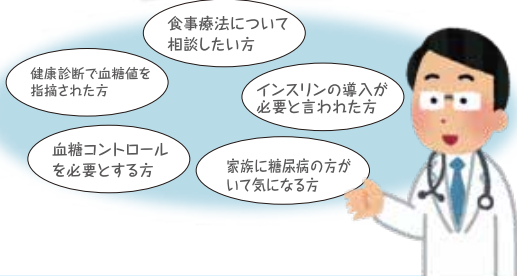
入院後は1日4回の血糖測定と1日4回のインスリン注射を開始します。毎日血糖値を測って毎日インスリン注射の量を調節することで、速やかに血糖値を下げるすることができます。外来でインスリン注射を始めることも可能ですが、注射の手順を一度に覚えられないかも知れませんが、血糖値にあわせたインスリン注射の調節がどうしても不十分になり思わぬ低血糖を起こす心配もあります。

インスリン注射で血糖コントロール良好となれば内服薬に切り替えます。ただし膵臓のインスリン分泌能が低下していれば内服薬の効果が不十分となりますので、インスリン注射の継続が必要となります。インスリン注射が必要になったとしても、通常は1日1～2回の注射となることが多いです。次回は治療法の実際についてお話しします。



## ご案内

# 糖尿病外来



受付時間	月	火	水	木	金
8:30～11:30 (診療開始 9:00～)	●	●	●	●	●
15:00～16:00 (診療開始 15:00～)		●●	●		

担当医 ● 鈴木 ● 楠本 ● 高橋 ● 藤原

# 健康管理センターからのご案内

## 睡眠時無呼吸症候群検査を始めました！

このような症状はありませんか？

SAS!?

いつも  
疲労感  
がある

日中  
いつも  
眠い

夜中に  
何度も  
目が覚める

熟睡感  
がない



夜間の  
呼吸停止

起床時の  
頭痛や  
だるさ



大きな  
イビキ  
をかく

### 『睡眠時無呼吸症候群 (SAS)』ってなに？

SASの特徴は大きなイビキです。睡眠中に舌が上気道に落ち込み、気道が狭くなることで息を吸い込んだ時、その周辺から音が出ます。さらに気道が狭くなり呼吸が止まってしまうと、必要な酸素を体内に取り込むことができず、日中の眠気や倦怠感から集中力が低下、交通事故を引き起こす原因となります。さらに最近注目されているメタボリックシンドロームや高血圧、糖尿病、心臓疾患、脳卒中とも深い関りがあることが明らかになりました。SAS は比較的容易に治療でき症状を改善することができます。よって日常生活を問題なく送るためにも早期発見と早期治療が重要です。

### 【検査方法】

検査キットは業者からご自宅へお届けします。就寝時に指先にセンサーを装着し、呼吸状態や血液中の酸素の状態、脈拍数を測定します。

検査翌日に業者へ検査キットを返送していただきます。

### 【検査の流れ】

- ①当センターにお申込み
- ②約2週間後に業者よりご自宅へ検査装置を郵送
- ③ご自宅にて検査
- ④検査実施日翌日に検査装置を業者へ返却(着払い)
- ⑤検査装置の返却日より約3週間後に、当センターより結果を送付

思い当たる方、検査してみませんか？

### SAS 検査



いびき体位  
センサー

簡易検査装置

指先センサー

弊院では、睡眠時無呼吸症候群専門の外来も開設しております。上記症状でお悩みの方、この検査で精密検査受診を進められた方、お気軽にお問い合わせください。

担当医：栗原 武幸 医師 毎週金曜日 / 午前

《検査費用》7,200円(税別)

《お問い合わせ先》

倉敷中央病院リバーサイド 健康管理センター  
TEL:086-448-1113(月～金) 9:00～16:00

# 病院の日・看護の日

## 病院の仕事を体験してみよう

岡山県ではフローレンス・ナイチンゲールが生誕された5月12日を病院の日・看護の日としています。当院でも毎年これを記念して行事を行っています。

今年は小学生・中学生の方に病院での職場体験をしていただきました。



職場体験をしていただきました

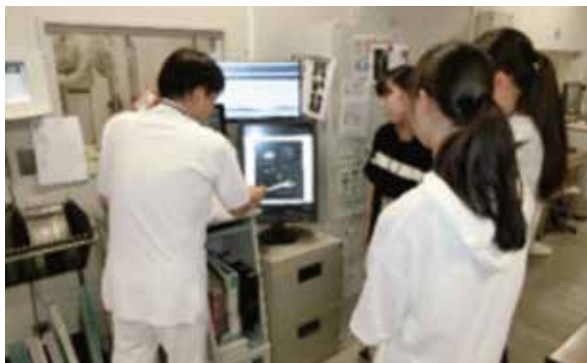


## 第1部 吉川 Dr による心肺蘇生と AED 体験



## 第2部 各部署での職場体験

手術室では手術着を着用しての手術体験、薬剤室では薬に見立てたお菓子の包装、リハビリでは老人体験グッズの着用など各部署で様々な体験をしてもらいました。



放射線検査室



リハビリ



薬剤室



臨床検査室



栄養治療室



手術室



終了後、土井院長より修了証が渡されました。  
たくさんのご参加ありがとうございました。



# 倉敷中央病院リバーサイド Presents 2019

認定看護師による  
フットチェックもあるよ!



糖尿病といったら  
まずは気になる血糖値を  
チェック!



糖尿病専門医の先生の  
講演もあり!



管理栄養士と一緒に  
食事のカロリーを  
見直そう♪



＼必見!／＼体験!／＼楽しいけん!／

## 糖尿病フェスタで楽しく学ぼう!

**日時** 令和元年11月14日(木)  
9:30～(下記日程参照)

**参加費  
無料**

**場所** 倉敷中央病院リバーサイド内

※糖尿病食体験は  
別途料金必要



内 容	時 間	場 所
相談 / 測定 / チェック (申し込み不要・無料)	9:30～11:45 受付 11:30 まで	正面玄関 1F ふれあいコーナー
理学療法士による運動体験 (申し込み不要・無料)	11:00～11:45	講義室
糖尿病医師による講演 (申し込み不要・無料)	12:00～12:30	講義室
糖尿病食体験会 (申し込み要・有料)※	12:45～ 受付 12:30～	第二会議室 (旧外来食堂)

### 糖尿病食は健康食!! 「糖尿病食体験会」について

12:45～「糖尿病食体験会」先着15名  
※当日、食事代として500円必要

#### 〈申し込み方法〉

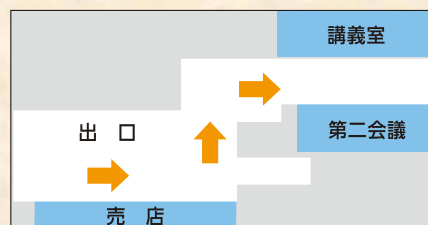
申し込み用紙にご記入の上、電話でお申し込み  
ください。当日来院の際に申込用紙をご持参  
ください。ご参加お待ちしております。  
申し込み用紙は正面玄関・内科外来にあります。

倉敷中央病院リバーサイド  
TEL.448-1111 管理栄養士 内線 6316 まで

### 糖尿病療養指導士等の相談・測定・チェックコーナー

- 身長・体重・体脂肪測定 ●血糖値測定 ●クイズコーナー
- ★口腔内チェック ★骨密度測定 ★フットチェック・ケアアドバイス
- 糖尿病食の展示 ●健康・美容度測定

★印はコーナーの整理券が必要です。受付の際に整理券を配布します。



# シニアデー

健康・運動・栄養について知って体験して、健康寿命をのばそう！

日時 **9月16日** 月 敬老の日  
10:00 ~ 12:30 (受付開始 9:30~)

場所 倉敷中央病院リバーサイド  
健康管理センター 2F  
倉敷市鶴の浦2丁目6番11号

講演 テーマ **健康寿命をのばそう！生活習慣病を知ろう！**  
講師：倉敷中央病院リバーサイド 鈴木 貴博 副院長

## 展示コーナー

非常食品・  
心臓模型・脂肪模型

## 脳と体の運動

脳トレ体操

管理栄養士による  
**非常食の紹介・試食**

体験コーナー  
骨密度・物忘れチェック  
身長体重・肺機能

当日整理券配布

申込先・  
申込方法



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構  
倉敷中央病院リバーサイド

完全予約制  
先着 **50名**  
参加費無料

電話 / 086-448-1111 総務・管理グループまで「氏名・年齢・ご連絡先」をお伝えください。  
又は、「氏名・年齢・ご連絡先」をご記入の上 FAX : 086-448-1251 でお送りください。

## 健康長寿のための食事教室のご案内

下記の通り、開催いたします。  
どなたでもお気軽にご参加ください。

血糖値の  
気になる方必見!



2019  
10/3 「秋の味覚特集」

2019  
12/12 年末年始特集！  
「年末年始の過ごし方」

2020  
2/13 間食について



時間 14:00~15:00

場所 別館1階 第2会議室

お申し込み不要



問合せ先

倉敷中央病院リバーサイド 栄養治療室  
TEL:086-448-1111 内線6316

## 外来診療のご案内

科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○	○	○
	午後 13:30~16:00 ●予約制	○	●	●	●	○※Ⅵ
循環器内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○		○	○	○
	午後 13:30~16:00 ●予約制	●		●	●	○
神経内科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~) ●予約制	●	●			●
	午後 ●予約制			●		
外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	●※Ⅱ	○	●※Ⅱ	
	午後 13:30~16:00					○
緩和ケア外来	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)					○
	午後 13:30~16:00			○		
整形外科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○	○	○		○
小児科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○※Ⅰ	○
	午後 15:00~16:00 (13:30~15:00 ●予約制)	●※Ⅰ	○	○	○	○
眼科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~)		○	○※Ⅳ	○	
	午後 15:00~16:00		○		○※Ⅴ	
リハビリテーション科	午後 14:30~17:00			○		
放射線科	午後 14:30~16:00	○			○	
耳鼻咽喉科	午後 13:30~16:00			○		
	夕方 16:30~18:30 (診療開始 17:00~)	○				
歯科	午前 8:30~11:30 (診療開始 9:00~) ●予約制	●	●	●	●	●
	午後 13:30~16:30 (診療開始 13:30~) ●予約制	●	●	●	●	●

※Ⅰ…小児科  
発達障害で受診希望の場合は  
事前予約要

※Ⅱ…外科  
予約制11:00~診察開始

※Ⅲ…外科  
第1・3はストマ外来を 実施

※Ⅳ…眼科  
第1・3水曜日のみ診察

※Ⅴ…眼科  
毎月最終木曜日の午後は休診

※Ⅵ…内科  
予約制10:00~15:00診察

※歯科  
診察希望時には、事前連絡要

2019年8月1日改定

## 交通アクセス



### 交通機関をご利用される方へ

JR「新倉敷駅」より、タクシーで約15分。  
JR「倉敷駅」より、タクシーで約25分。

### 自家用車をご利用される方へ

山陽自動車道「玉島IC」より、約20分。

※水玉ブリッジラインをご利用の方は最初の信号をUターン右折して側道に入ってください。

### 高梁川からの経路

1. 霞橋を目標にこられる場合  
霞橋を渡って水島方面へ左折、鶴の浦西側(高梁川堤防の下)の道を南下してください。
2. 水玉ブリッジラインからこられる場合  
水玉ブリッジライン水島大橋を出て、信号を右折して側道に入り、右折して下をくぐり抜けると右手正面です。\*水玉ブリッジライン無料

## 患者さんの権利と患者さんへのお願い

### 患者さんの権利

当院では、患者さんの相互理解により医療が行われるよう、患者さんの権利を尊重します。

1. ひとりの人間として、その人格・価値観は尊重されます。
2. 医療を平等に受けることができます。
3. 説明と十分な理解による同意をもとに、適切な医療を選ぶことができます。
4. 当院で行われたご自身の診療に関する情報の提供を受けることができます。
5. 医療の過程で得られた個人情報には厳守され、患者さんの承諾なしには開示いたしません。

### 患者さんへのお願い

私たちが良質で安全かつ効率的な医療を提供するために次のことをお願いします。

1. ご自身の健康に関する正しい情報の提供
2. ご自身の医療への積極的な参加
3. ご自身の治療に必要な診療上のルールへの遵守
4. 他の患者さんの診療に支障をきたさないためのご協力

患者さんが、私たちと力を合せ、治療に専念され、少しでも早く回復されますよう心よりお祈り申し上げます。



公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構  
倉敷中央病院リバーサイド

〒712-8007 岡山県倉敷市鶴の浦2丁目6番11号  
TEL : 086-448-1111 FAX : 086-448-1251  
発行者 : 土井 修 編集責任者 : 山下 伸治



倉敷中央病院リバーサイドのホームページはコチラ  
<https://www.kchnet.or.jp/krh/>  
是非、アクセスして役に立つ情報をGetして下さい。