

「半田病院だより」は、半田病院ホームページ（<https://www.handa-hosp.jp>）からもご覧いただけます。

生活習慣病について

糖尿病看護認定看護師 舘林真由美

生活習慣病とは、「食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒等の生活習慣が、その発症・進行に関与する疾患群」のことを指しており、高血圧・高脂血症・糖尿病・肥満に加え、三大成人病の心臓病・がん・脳卒中、他にも肺気腫など肺疾患・アルコール性肝炎・歯周病等も含まれます。

2017年の人口動態統計データ（厚生労働省）では、日本人の死亡原因の1位がん、2位心筋梗塞などの心疾患、3位脳卒中などの脳血管疾患でこれらはすべて生活習慣病であり、全体の半数以上を占めています。心筋梗塞と脳梗塞はどちらも原因は「動脈硬化」です。動脈硬化は自覚症状なく進行し突然、発作を起こします。

動脈硬化は、基本的には、加齢（年をとること）で進む病気です。しかし、年齢以上に動脈硬化を早く進行させる原因「動脈硬化の危険因子」があります。主な動脈硬化の危険因子には修正できないものとして、性差（男性）・体質（遺伝）があります。修正（治療）できるものとして、喫煙、高血糖（糖尿病や糖尿病予備軍）、高脂血症、高血圧があります。またこれらは病気が軽症でも、重なり合うと大変危険な状態になります。予防することが第一ですが病気を診断されたら治療を継続し悪化させないよう改善・維持していくことが大切です。

生活習慣病の予防法や改善、維持していく方法として大きく分けて6つあげられます。禁煙・適度な睡眠・適切な量のお酒・適切な運動・適切な食事内容・適切な体重です。具体的な方法については厚生労働省のホームページに掲載されていますので参考にして下さい。生活習慣病を正しく理解し健康で楽しみのある生活をおくりましょう。

薬の量と血液検査

薬剤科 野崎 達也

薬の量は多いと副作用を起こしやすくなる一方で、少ないと十分な効果を得ることができません。そのため薬の量を適正に設定することは非常に大切です。

では、適正な薬の量はどのように決められるのでしょうか。

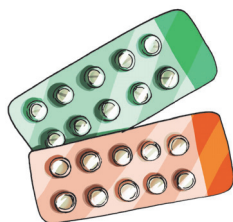
一般に小児では体重や年齢で薬の量が決められます。しかし成人では一部の薬以外はあまりそのような指標は用いられず、「血液検査」が薬の量を決める重要な指標になっています。

血液検査では様々な病気や体の異常を把握できますが、腎臓の機能を表す「クレアチニン」や「eGFR」は薬の量に関係する検査として特に重要です。

腎臓は体内で不要となったものを尿へと排泄する働きを持っていますが、この働きによって薬も同様に尿へ排泄されます。

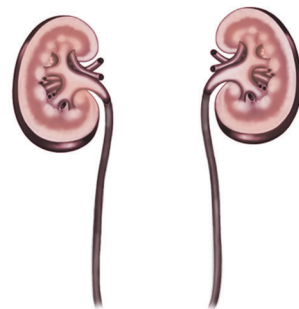
そのため、腎臓の機能が落ちていると一部の薬はうまく排泄されず、体の中に溜まってしまい副作用が起きやすくなります。そういった薬では腎臓の機能に応じて量を減らしていく必要があります。

その他にも、血液の固まりやすさを表す「PT-INR」は血液をさらさらにする薬の量を調節する指標となる等、血液検査と薬の量は多いに関係しています。

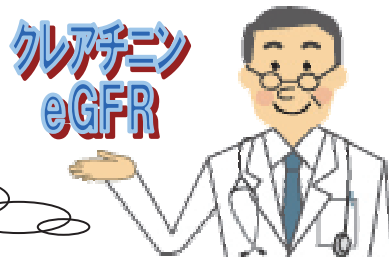


当院では街の薬局の薬剤師さんがより確実に薬の投与量を確認できるよう、外来処方せんに血液検査の結果を印字する取り組みを行っています。（希望があれば印字しないことも可能です）

血液検査の結果は大切な個人情報ですので、処方せんの取り扱いには今まで以上に注意を払わなければなりません。皆様の安心・安全な薬物治療のためにご理解、ご協力をよろしくお願い致します。



血液データの印字を希望されない場合は診察時に申し出てください





新生児お迎え搬送はじめました！

周産期センター 助産師 山田 ゆう子



呼吸のはじまりは人生初の試練

みなさん、お腹の中の赤ちゃんは呼吸をしないのになぜ苦しくないのかご存じですか？赤ちゃんは羊水という水の中でへその緒を通してお母さんから酸素や栄養をもらっています。そのために呼吸をしなくても苦しくないのです。

赤ちゃんは水の中の世界から空気の世界に生まれてきてはじめて自分で呼吸をします。呼吸を自分で始めることは赤ちゃんにとって人生初の大きな試練といわれています。ほとんどの赤ちゃんは誰に教えてもらう訳でもなくそれを行うことができます。しかし様々な理由でそれらの試練を乗り越えるのに少し医療サポートが必要な赤ちゃんがいます。それは迅速かつ適切に行う必要があります。

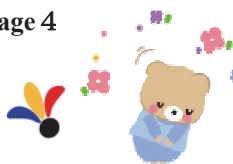


新生児お迎えに行きます

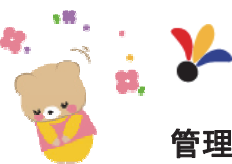
周産期センターは知多半島医療圏の地域母子周産期センターを担っており、近隣病院からの母体や新生児搬送を受け入れて地域の周産期医療のさらなる充実を目指しております。

11月5日から赤ちゃんのお迎え搬送を始めました。これは産院で医療サポートが必要な赤ちゃんが生まれた時に産院からの要請で小児科医が救急車に乗ってお迎えに行くものです。迅速に小児科医の診察・治療を受けることにより赤ちゃんの状態悪化を少なくすることができます。サポートが必要な赤ちゃんがご家族と一緒に人生初の試練を乗り越えられるよう周産期センタースタッフが全力でお手伝いいたします。





年末年始のご案内



管理課

年末年始（12月28日～1月5日）は外来診療や各種施設の利用時間について、下記のとおりになります。

ご来院のみなさまにはご不便をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

	12/28 (土)	12/29 (日)	12/30 (月)	12/31 (火)	1/1 (水)	1/2 (木)	1/3 (金)	1/4 (土)	1/5 (日)
救命救急センター	通常通り (大変混雑が予想されるため、予めご了承下さい)								
外来診療	休診								
売店	通常通り (7:00～21:00)								
イートインコーナー	通常通り (24時間利用可)								
理髪店 ・ 外来食堂	お休み								
ちたしん キャッシュコーナー	7:00 ～ 22:00	8:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	7:00 ～ 22:00	8:00 ～ 22:00

インフルエンザにご用心！

年末年始は大変混雑が予想されます。

インフルエンザ流行の時期とも重なるため、症状のある方はマスクの着用にご協力をお願いします。



半田市立半田病院 広報部会 (事務局 管理課)

〒475-8599 半田市東洋町2-29 / TEL (0569) 22-9881 / FAX (0569) 24-3253

Eメール byouin@city.handa.lg.jp / URL <https://www.handa-hosp.jp>

