

"SMILE" OHNO News Letter

ニュースレター

ホスピコおおの
“ふれあい通信”

スマイル おおの

2010 夏号

表紙 新任医師のごあいさつ

p1 新任医師のごあいさつ

新・看護部長からのメッセージ

p2 ACTION OHNO / CO₂削減への取組～
厨房設備を一新しました

平成22年度 新スタッフです

p2 気軽にできる体操シリーズ

腰痛体操 その2 ストレッチ基礎編

p3 診療科案内 あっちこっち大野

救急センターのご紹介

連載コラム たべものあれこれ 第4話

果物の色が持つその効果とは

p4 脳ドック 物忘れスクリーニング

検査のご案内

p5 HOSPICO OHNO ネットワークのご紹介

介護老人保健施設

箕面グリーンビィラ



よろしくお願いします。

新任医師紹介



脳神経外科

森田 恭生
(もりた きょうせい)
医学博士

この度縁があつて4月より大野記念病院脳神経外科に勤務することになりました。滋賀医科大学を卒業後、奈良の天理よろづ病院で研修し、その後は主に滋賀医大を拠点として滋賀・京都で働いてきましたが、今回初めて大阪での勤務となりました。この3月までは、高島市という滋賀県北西部の自然がいっぱいの田舎の病院にいましたが、一転して都会のど真ん中に移ってきました。今までとは環境が大きく変わって、田舎の自然を懐かしみつつも、都会暮ら

しを満喫しています。脳神経外科とは、外科と名がついているにもかかわらず、神経内科、神経放射線科、時には老年内科や精神科等といった領域にも関わる何でも屋であることを要求される部分があります（外科医にとって必ずしも本意ではありませんが）。可能な限り病院のニーズに応じて、内科的治療から手術までこなせるオールラウンダーとして、皆の頼りになる存在を目指してがんばりたいと思います。



内科

伴 啓彦
(ばん あきひこ)
医学博士

平成22年4月1日から大野記念病院内科に勤務することになりました伴啓彦と申します。平成13年大阪市立大学病院第2内科に入局し、研修終了後、行岡病院、泉大津市立病院で勤務しておりました。一般内科として主に診療していましたが、行岡病院では関節リウマチの患者さまを多く診療させていただく機会があり、特に生物学的製

剤治療に関わらせていただいておりました。初めての電子カルテで、日々戸惑っておりますが、腎臓疾患、血液透析を診療の柱とする大野記念病院で、少しでも患者さまに貢献できるよう頑張りたいと思います。色々ご迷惑おかけするこもあると思いますが、ご指導の程よろしくお願いします。



肝胆膵内科
消化器一般
寺垣 聰
(てらがき さとし)
医学博士



内科
楳野 亮次郎
(まさの りょうじろう)
医学博士

はじめまして。寺垣 聰と申します。生まれは大阪で、高校までは大阪の堺で過ごしその後、鹿児島大学へ入学しました。卒業後は、大阪市大第3内科(消化管、肝胆膵内科)へ入局し、その後、主に若草第一病院、PL病院などの民間病院にて勤務し、平成22年4月より大野記念病院、消化器内科として勤務させてもらうことになりました。研修終了後は、主に、若草第一病院、PL病院にての勤務歴が長く、若草第一病院にては、内視鏡的な緊急処置、PL病院にては地域の特性上、消化管、肝胆膵

の消化器全般的に、広く浅く診療し、様々なことを経験させてもらいました。現在、所属としては第三内科肝胆膵となりますが、まだまだ専門性に乏しく、不慣れもあり、諸先生、コメディカルの方々に支えてもらい、仕事的には充実した日々を送らせていただいている。また、前病院と違い、都市部の病院で病院外の環境もがらりと変わり、都会部での生活にも徐々に慣れていければと思っています。今後、色々とご迷惑おかけすることと思いますが、何卒、ご指導とご協力のほどよろしくお願いします。

皆様はじめまして、平成22年4月にこちらの内科へ赴任しました楳野 亮次郎と申します。先日までは大阪市内の別の総合病院へ勤務しており、そこでは総合内科医として勤務し幅広い領域の病気の診療にあたっておりました。以前の病院では主に喘息や肺気腫の患者さんなどいわゆる呼吸器疾患について診察をする事が多かったのですが、

ここ大野記念病院は大阪市内の病院でも数少ない腎臓病センターを有する施設であり、私もその分野に関して今後さらに研鑽を積み、スタッフの皆様とともに良質な医療を地域の患者さまに提供していくように努力していきたいと考えております。まだまだ病院に慣れることに必死の毎日ですが今後とも宜しくお願ひします。

ACTION OHNO

“SMILE” OHNO

看護部 西村 加代子

この度、看護部長に就任いたしました西村加代子と申します。

当院の看護部の理念は、「患者さまから信頼され、満足していただける質の高い看護を温かい心で提供する」ことです。そのためには、**1. 患者さまを尊重し、人権と命の尊厳を守る。****2. 患者さまの安全の確保と安楽な療養生活環境を整える。****3. 患者さまのニーズに合った質の高い看護を提供するため、継続学習に努める。****4. チーム医療の一員として他職種のスタッフと連携を図りながら、地域医療に貢献する。****5. 病院組織の一員として経営方針に参画する。**といった看護部の基本方針を大切に守ることから始めています。



針を大切に守ることから始めています。

患者さまに居心地の良い環境で治療に専念していただくために、思いやりと対話のある看護を心がけています。また、ご自身の病気を正しく理解し、治療方法を納得されたうえで主体的に参加していただくためにも、プロとして根柢ある継続的な看護を提供していくことです。看護はひとを幸せにする仕事であり、看護師という仕事に自信と誇りを持ち、患者さまに満足と安心感を与え、心に寄り添う看護の提供を目指していきます。

看護師の手作りホームページを公開中!



私たちの本音トークをご覧ください。そして、一緒に働きませんか？

看護師募集してま～す



ACTION OHNO

大野記念病院の
新しいスタッフをご紹介します！

皆さん、はじめまして!!
よろしくお願ひいたします。

平成
22年度
新入職
職員数

看護師 10名
理学療法士 1名
社会福祉士 1名
合計 12名



ACTION OHNO

CO₂排出量削減のための
改修工事が終わりました。

昨年10月より進めていました、地球温暖化対策のための各種改修工事が終了しました。代表的な工事として厨房のオール電化が完了。調理時に発生する余分な熱も無く厨房自体も快適になり、煮物の吹きこぼれもすぐにふき取ることができるなど、清潔で衛生的な厨房が完成。今後もさらなる環境整備を目指してまいります。

厨房調理器具をIH化



気軽にできる体操シリーズ 腰痛体操編 その②ストレッチ基礎編

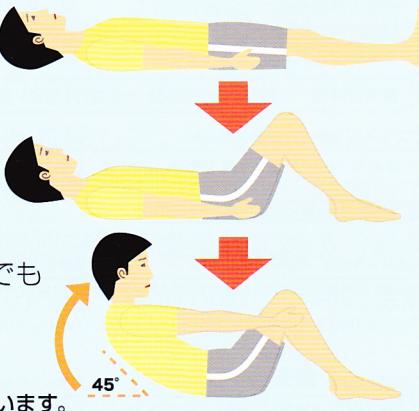
腰痛防止には、簡単な腰痛体操を覚え、“毎日行う”ことがポイント。腰痛体操の基本は、

①身体を柔らかくするストレッチ(前回のシリーズに掲載) ②腹筋を強くする体操 ③背筋を強くする体操の3種類です。これらの運動は長く続けなければ意味がありません。簡単なものを覚えて、確実に毎日行なうことが大切です。ただし、痛みがある場合は体操は行わないようにしましょう。無理のない範囲で腰痛体操を続けてください。

腹筋を強くする体操

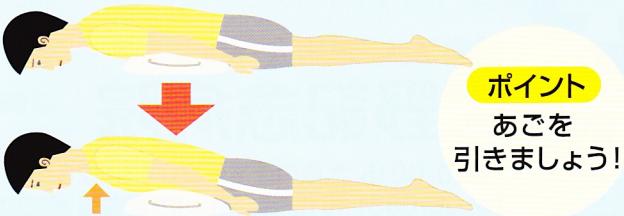
仰向けに寝て、膝と股関節を軽く曲げます。
次に上体をゆっくり起こし約45度の位置で
そのまま5秒間止めます。そしてゆっくり上体を
床に戻します。回数は気にせず10分～15分程度
行います。けっして無理をしないようにしましょう。

上体を起こせ
ない方は
仰向けのまま、
頭を起こし
おへそを見る
努力をするだけでも
十分です。
次回は、
腰痛体操応用編を行います。



背筋を強くする体操

下腹部に枕などを置いてうつぶせに寝ます。
その姿勢から上体をゆっくり起こし
(床から10cm程度)、そのまま約5秒間止めます。
そしてゆっくり上体を戻します。
回数は気にせず1日5～10分程度行います。
けっして無理をしないようにしましょう。
腰を反らし過ぎると余計に腰を痛める恐れがあり
危険です。力が弱く上体を起こせない方は、
うつぶせのまま、起こす努力をしましょう。



ポイント
あごを
引きましょう!

ふれあい健康講座

地域の皆様にむけた健康講座で予防医療を推進しております。

第23回

平成22年2月16日開催

リウマチについて

一関節リウマチの最近の治療

リウマチ・膠原病内科

部長 古満 豊

次回は10月開催予定

お気軽に、お問い合わせ・ご参加ください。



救急センターのご紹介



当センターでは、救急センター長はじめ、看護師17名で内科、外科、脳外科、整形外科、泌尿器科の救急診療に24時間対応しています。そして、地域住民の方々の急な発病・外傷への対応だけでなく、地域医療連携室を通じて、近隣の診療所、病院からご紹介を受けた患者さまにも迅速な対応ができるよう、救急専用病床を常設しています。また、救急センターで診療後、入院はもちろんのこと、後日、専門外来を受診していただくことで、継続した治療・看護を提供していますので、安心してご来院ください。



たべものあれこれ 第④話

栄養科 田村科長

今回は 果物の色 です!!



果物の色には
さまざまな
効果があります。

現在は季節を問わず、いろいろな果物が食べられるようになってきました。果物が他の食品と大きく異なることは特有の香りがあること、赤、黄、紫、グリーンなど美しい色をしていることです。鮮やかに色づいた果物は飾っておくだけで楽しくなったり、香りによって心が癒されます。果物にはビタミン、ミネラル、食物繊維が含まれていて、栄養価値があるだけでなく、このように心豊かにしてくれる作用もあります。さらに果肉の色にも注目されています。

果肉が赤橙色の柿や
スイカ、ルビー色の
グレープフルーツなど

カロテノイド系色素

ぶどうや
ブルーベリーの
紫色

アントシアニン色素

かんきつ類の
黄色

フラボノイド系色素

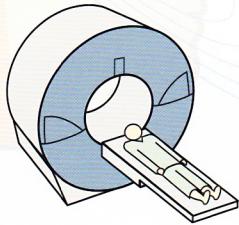
がんや生活習慣病を予防する抗酸化作用

毛細血管を保護し調整する機能

このような色素は果肉だけでなく、皮にも多く含まれていますので、皮ごとを食べるのが効果的です。たとえば、巨峰は皮ごと口に入れる、リンゴも皮ごと食べるなどです。最近では皮ごと食べることのできるブドウ、かんきつ類が出ています。ここで、気になるのが果物の食べる量ですね。最近の果物は糖度が高いので食べすぎは血糖の上昇や中性脂肪の増加をまねきます。1日200g程度が適量と思います。なお、腎機能が低下している方はカリウムを控える必要がありますので、医師、管理栄養士に相談してください。

—気づいてからでは手遅れ—

脳疾患に備えるために“脳ドック”



脳卒中(脳血管疾患)は、はっきりとした自覚症状がなく、何の前触れもなく突然襲う恐ろしい病気です。また、命を取り留めたとしても、身体の麻痺や失語・認知症などの後遺症で、家族の介護や治療費と多大な負担がかかるのも事実です。しかも、その原因には生活習慣病が大きく関係し、特に中高年の方は、発症の確率が高いと言えます。この恐ろしい脳卒中も、疾患によっては脳ドックで早期発見・早期対応が可能になってきました。当院の脳ドックでは、MRIなど最先端の検査機器を駆使して、専門のスタッフが様々な角度から脳の健康度をチェックします。

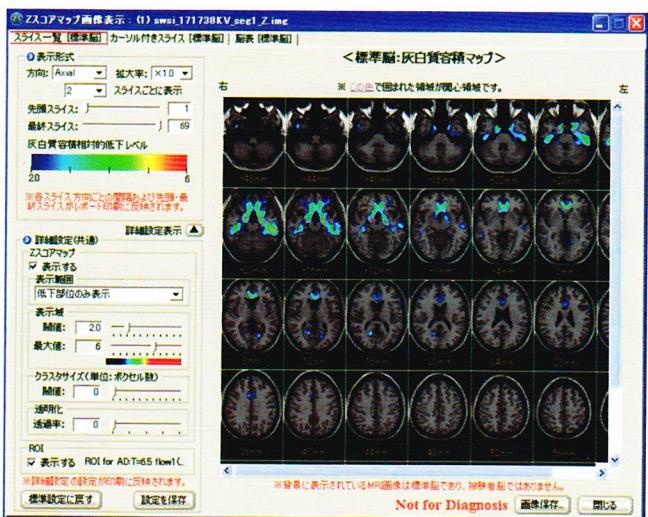
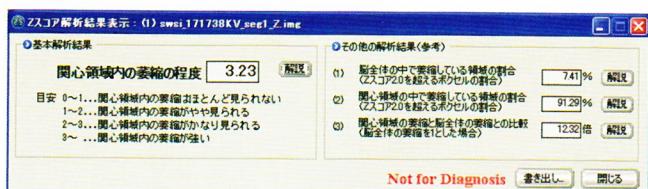
物忘れスクリーニング検査のご案内

このような方は
要注意

- 同じことを言ったり聞いたりする。
- 物の名前が出てこなくなった。
- 置き忘れやしまい忘れが増えた。
- 以前はあった关心や興味が失われた。

脳ドック/オプション

脳ドック受診時のオプション検査として実施いたします。



アルツハイマー型認知症では脳の萎縮が早い時期に起こることが知られています。しかし一般のMRI検査だけで、脳の萎縮を確認することはたいへん難しいとされています。

MRIを用いたVSRAD(ブイエスラド)という検査では、脳のどの部位がどの程度萎縮しているかを色と数値で確認することができます。当院の脳ドックオプションで、このVSRADの検査ができます。

■ 物忘れスクリーニング検査費用 8,400円(消費税込み)

●物忘れスクリーニングのみの検査はできません。
脳ドック受診時のオプション検査として実施します。

認知症の診断は臨床症状・認知機能検査(MMSE)・画像診断を総合して行います。VSRADで高い数値が出たことで、それすぐに「認知症」と診断されるものではありません。詳細は担当医師にご確認ください。

お気軽にご相談ください。
お申し込み・お問い合わせは

大野記念病院 ふれあい交流センター
地域連携室 Tel.06-6531-0819

日本脳ドック学会認定施設

Seamless of medical treatment and nursing 医療と介護を結ぶ “オンリーワン”的サービスを提供。

介護が必要な方の療養生活やご自宅で安心して生活できるように生活プランを作成し、リハビリテーションの提供、介護予防のための健康づくり等を提案しています。医療と介護のメリットを活かし、個人のニーズに合わせた「Only one」のサービスを実践しています。

施設・在宅・通所を 包括的にサポートします。

看護・医療及びリハビリテーション等を含めた24時間のトータルサービスである入所をはじめ、介護者の介護疲れなど、自宅で介護ができなくなった時に一時的に利用するショートステイやなじみの仲間と楽しめる通所リハビリテーション、ご自宅で実践する訪問リハビリテーション、そして充実した家庭生活ができる様に、望まれるサービスを具体的に提案する居宅介護支援事業所を展開しています。必要とされる高齢者に的確なサービス提供と提案を行ない、「心をこめた医療とケアで安心とゆとりをお届けします」を信条に地域の方々からご愛顧いただいております。

お問い合わせ・ご相談はこちらまで

まずはお電話ください。Tel.072-727-3475



〒562-0022 箕面市粟生間谷東1-33-25

- 地下鉄御堂筋線千里中央駅、阪急千里線北千里駅より阪急バス間谷住宅及び大阪大学外国語学部前行き宮の前バス停徒歩1分
- 大阪モノレール豊川駅より粟生間谷東2丁目交差点を西へ車で3分

診療科目	●内科	●循環器内科	●呼吸器内科	●消化器内科
	●外科	●整形外科	●泌尿器科	●脳神経外科
	●リハビリテーション科	●放射線科		
	●腎臓病センター(人工透析・腎臓内科)	●救急センター		
	●消化器病センター	●外来化学療法室		
	●創傷ケア外来	●リウマチ・膠原病外来		
	●健康増進外来/禁煙外来	●睡眠時無呼吸症候群外来		

初診受付時間 [月・水・金] 午前9時～11時30分 午後1時～4時
[火・木・土] 午前9時～11時30分 午後 休診

●日曜・祝日は休診日です。

救急センター 24時間体制で診察しております。

ふれあい 交流センター

"SMILE"
OHNO

"スマイル おおの"の発行や "ふれあい 健康講座・教室" の実施など、地域の皆様や医療関係者様との交流を積極的に行うために設置されました。

地域連携室

直通電話 06-6531-0819

患者様受け入れの窓口。

地域の診療機関から依頼を受けて、院内の各診療科へ連絡。
スムーズな診療を実現します。

■受付時間／午前9時～午後5時 ●日曜日午後、日・祝日及び年末年始の休診日を除く

医療福祉相談室

1階正面入口左手

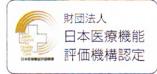
医療・福祉に関するいろいろな
ご相談をお受けします。

MSW(メディカル・ソーシャルワーカー)
が医療・福祉に関するご相談をお受け
いたします。お気軽にご相談ください。



医療法人 寿楽会
大野記念病院

〒550-0015 大阪市西区南堀江1丁目26-10
Tel.06-6531-1815(代) Fax.06-6536-6390
<http://www.ohno.or.jp>



HOSPICO OHNOネットワーク

人間ドック
大野クリニック

医療法人寿楽会
〒550-0015 大阪市西区南堀江1丁目18-21
m·oビル
Tel.06-6533-6760 Fax.06-6533-3395

人工透析
寿楽会クリニック

医療法人寿楽会
〒543-0052 大阪市天王寺区大道4丁目1-11
Tel.06-6779-1226 Fax.06-6774-2702

産業医学予防健診センター

医療法人寿楽会
m·oクリニック
〒550-0015 大阪市西区南堀江1丁目18-21
m·oビル
Tel.06-6533-6760 Fax.06-6533-3395

介護老人保健施設

医療法人寿楽会
箕面グリーンビィラ
〒562-0022 箕面市粟生間谷東1丁目33-25
Tel.0727-27-3475 Fax.0727-27-3476