

Brief Letter

秋本病院ブリーフレター

'05 APR.vol.30

■「健診センター」紹介 p.1~2

—定期的な健康診断でセルフケアを—
健康診断は「健康づくり」の基本です

■人間ドックのご案内 p.3

■院内活動レポート p.4

「個人情報の保護に関する法律」について院内研修会を実施

■栄養を考える p.4
とつてもえらい“カス”的話

■千一夜医話 p.5

福岡県西方沖地震を体験して
—医療従事者の立場から—

■くすりの話 p.6
花粉症の季節になりました

■スタッフの横顔 p.6
総務課 金子 謙子・岩根 理香

健康診断は 「健康づくり」の基本です

天災は忘れた頃に

■巻頭エッセイ

2005年3月20日、穏やかな春の日曜日……と思いきや、福岡を震度6弱の地震が襲いました。ケガややけどにより、当院にも多くの患者さまが受診され、駆けつけたスタッフ総出で、どうにか一日の診療を終えたときは、本当に胸をなでおろす想いでした。

幸い、当院は、電気、その他のライフラインには損害はなく、電子カルテを含めて病院機能は正常に動いています。ただ、警固断層の真上という立地はいかんともしがたく、建物の外壁には多少の被害がありました。病院を移転して早々の災難とも言えるかもしれません、本音としては「移転していくよかったです」と思っています。当院の建物は、揺れの衝撃をうまく吸収する「SRC構造(鉄骨鉄筋コンクリート工法)」ですので、被害を最小限に食い止めることが可能ですが、また、日常的に救急医療に携わっていることもあって、スタッフが非常時にも冷静な対処ができたということも、ここに記しておきたいと思います。

ふりかえってみると、私たちは「福岡には大地震は来ない」と思っていたふしがあります。しかし、日本はまぎれもない地震大国です。人の命をおあずかりしている医療機関としては、いかなる災害にも的確に対処できるような設備・人員を常に準備しておかなければならぬと、改めて痛切に感じています。地震や台風などの自然災害に対して、大切なことは“天災”を“人災”にしないことです。今回の地震を自然からの警告と受け止めて、非常時の備えにあたりたいと思います。



定期的な健康診断でセルフケアを—— 健康診断は「健康づくり」の基本です。

秋本病院3階の「健診センター」は、人間ドック、企業の定期健診、一般健診、福岡市ミニドックなどを行う健康診断専門の施設です。長年、多くの健診業務にあたってきた秋本千賀子センター長が専任医師として健康診断を担当しています。

健康診断の役割と効果

■早期発見で治療効果もアップ

健康診断の第一の目的は、疾病を早期発見し、健康を保持・増進することです。これは一例ですが、ある40代の女性が当センターで健診を受け、糖尿病と診断されました。すらりとした体型でスポーツもされる方なので、本人も周囲の方も非常に驚かれていました。しかしすぐに治療をスタートし、数カ月経つた今では症状も改善しています。健康診断で予想もしなかった病気が見つかるのはよくあることですし、疾病の早期発見は、治療においても非常に有効な手段なのです。

■ヘルスチェックで生活改善

先日、個人健診を受けられた20代前半の女性の場合、ハードな仕事や人間関係のストレスから、疲れが抜けないという悩みを

お持ちでした。体調の不安を専門家に相談したいけれども、病気ではないから病院には行きづらい。その点、「健診センター」なら気軽だからと来院されたのです。体調や気がありなことを詳しく伺つて必要な検査を判断し、「半日コース」をお勧めしました。診断結果は「異常なし」でしたが、だからといって全てがパーカーフェクトというわけではありません。検査数値をもとに日常での注意点など生活改善のアドバイスを行い、「不安が消えた」と喜んでいただきました。

このように、健康診断は自分自身の体の状態を把握するためのヘルスチェックです。細かい数値に一喜一憂するだけでなく、診断結果を生活改善に活かしていく姿勢こそが、健康づくりの第一歩なのです。

現在では検査の精度も上がり、以前より早い段階で疾病を見つけられますが、痛みのない検査も可能です。加齢や環境によって変化する自分の体について理解し、安心して日々を過ごすために、定期的な健康診断を心がけて欲しいと願っています。年に一度、自分の誕生日に健康診断を受けるといふルールを決めている方もいらっしゃいますが、このような習慣づけもよい方法だと思います。

Profile

健診センター長・医師

秋本 千賀子 あきもと ちがこ

順天堂大学医学部卒業。平成6年より「福岡市保健福祉センター」にて健診を担当。平成17年より秋本病院健診センター長。日本小児科学会専門医



■秋本病院「健診センター」の特長

その1 健康診断のための専門スペース

外来や救急診療とは異なる独立したフロアで、リラックスして健康診断を受けられます。

その2 女性に嬉しい同性のドクター

女性医師が健康診断を担当。女性の患者さまが相談しやすい医療環境を整えています。

その3 診断結果をもとにアドバイス

健康診断に豊富な経験をもつベテラン医師が、検査結果をもとに具体的で細やかな生活指導を行います。

その4 痛みのない検査が可能

痛みが苦手という方も多い消化器がんの検査は、当センターの得意分野。最新型の直径6mmの細径スコープを採用し、通常の喉の麻酔に加えて鎮静剤を注射することにより、極めて楽に検査を受けられます。

その5 マンモグラフィーによる乳がん検診

触診で発見できる乳がんのしこりの大きさは、直径1～2cmからですが、マンモグラフィーを使うと手に触れない段階のがんを発見できます。



健診・手術フロア主任
看護師

西岡 景子

にしおか けいこ

胃や大腸などの消化器がんは、自覚症状が出にくい疾病の一つです。早期発見のため、定期的な健康診断をおすすめします。

■健診センター・フロア案内(3F)



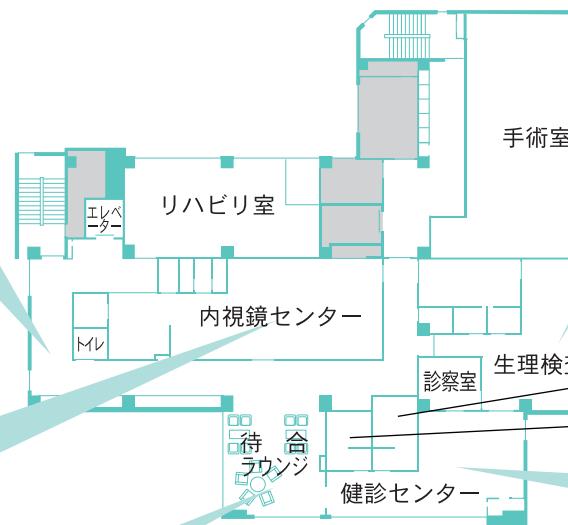
■廊下

アート作品が目を引きます。



■消化器内視鏡センター

上部(食道・胃・十二指腸)、下部(大腸)
検査は電子内視鏡システムで行います。



■検査室

心電図・骨密度・肺機能検査などを行います。

■女性更衣室

■男性更衣室



■健診センター

身体測定(身長・体重・体脂肪ほか)の機器とともに、テーブルと椅子を用意しました。



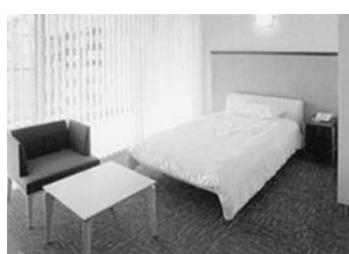
■待合ラウンジ

できるだけ快適に健康診断を受けていた
だくため、ゆとりある空間を確保しました。



■X線TV(2F)

最新のデジタルX線装置によ
り、質の高い胃の造影検査が
可能です。



■ドック宿泊室(6F)

ヨーロッパの家具に囲ま
れた明るく、清潔感のある
快適空間を提供します。

人間ドックの流れ

1 健康診断の予約

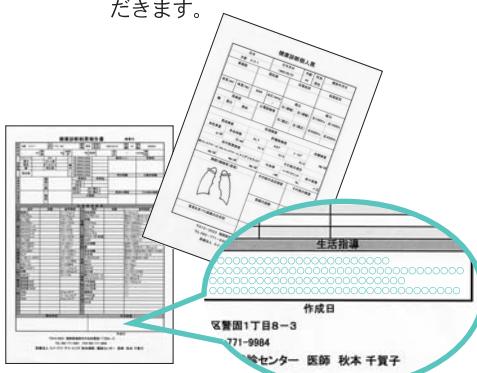
「1泊」「日帰り」「半日」の3コースから、年齢、体調、スケジュール等に合わせてお選びください。健康について気になることをおうかがいして、必要な健康診断を組み立てる「オーダーメイド健診」も可能です。

※不明な点や疑問に思われることは、どんなことでもお気軽にご相談ください。

※基本の3コースについては、ホームページからの予約もできます。

2 健診前日

胃の検査は、前の晩の食事の後は何も食べないで検査においでください。大腸の検査は、病院に来てから腸をきれいにする下剤を飲んでいただきます。



3 健診当日

1泊コースの方は、6Fのドック室に宿泊していただきます。

4 検査結果をお渡し

自宅や職場に郵送するか、健診センターで直接、健康診断結果報告書をお渡しします。健診センターでは単に検査結果を伝えるだけでなく、専任医師がこれから健康づくりに役立つ健康指導をわかりやすい説明で行います。過去の健診結果を持参いただければ、経年変化による健康指導も可能です。

検査結果に基づくわかりやすい生活指導が好評です。

人間ドック・コース案内

■基本コース(日帰り)

短時間でより充実した検査コースです

検診日:月～金

料金:35,000円

- 身体計測：身長、体重、体脂肪、視力、聴力、血圧、脈拍など
- 血液検査：貧血、肝機能、腎機能、高脂血症、糖尿病、腫瘍マーカーなど
- 尿検査：糖、蛋白、潜血反応、など
- 便検査：潜血反応＝大腸がん検査
- 喀痰検査：肺がん細胞検査
- 胸部X線：肺がんや心臓病のスクリーニング
- 心電図：不整脈などの心臓病のスクリーニング
- 骨密度：あなたの骨年齢は？
- 精密眼底検査：高血圧や糖尿病の合併症のスクリーニング
- 腹部超音波検査：肝臓・胆嚢・腎臓などの形態学的検査
- 上部消化管内視鏡検査：早期胃がんの検査

乳がん検査（マンモグラフィー）、肺CT、脳CT、PSA（前立腺がんマーカー）は、オプションになります。

■半日コース(多忙なあなたに)

検診日:月～金

料金:30,000円

基本コース の胃がんの検査がバリウム検査になります。

■1泊コース(大腸を詳しく)

検診日:月～火、水～木 料金:60,000円

基本コース に以下の検査が追加されます。

- 大腸内視鏡検査
- 糖負荷試験
- 負荷心電図（医師の判断による）

すべて予約制です。電話・ホームページの予約フォームから、または直接窓口でご予約ください。

TEL 092-771-6361

URL www.akimoto-hospital.jp

秋本病院

院内活動レポート

「個人情報の保護に関する法律」について 院内研修会を実施しました。

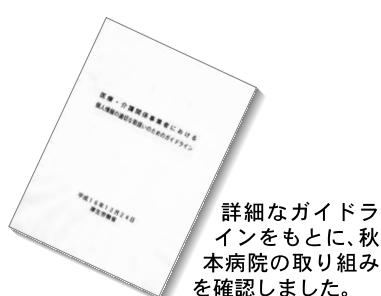
■2005年3月11日(金) 18:00~19:30 ■秋本病院 6Fミーティングルーム

現代は、まさに「情報の時代」です。多くの情報が世間にあふれる中、近年は「個人情報」について意識する機会も増えています。振り返るとこれは、住民基本台帳や住基ネットについての報道が始まったのと同時期のことのように思われます。

この4月から全面施行された「個人情報の保護に関する法律(いわゆる個人情報保護法)」は、個人情報の不正な流用や、個人情報を扱う事業者がずさんなデータ管理をしないように、一定数以上の個人情報を取り扱う事業者を対象に義務を課すものです。当院のような医療機関の場合、患者さまの氏名・生年月日・住所に加えて、診療録(カルテ)や処方せん、検査記録など多種多様の個人情報(医療情報)をもっていることから、当然、対象事業者となります。

これを受けて、秋本病院でも院内研修を行い、厚生労働省が医療機関や介護関係事業者向けに出しているガイドラインに沿って、一つ一つ確認を行いました。忙しい業務の合間をぬっての研修会でしたが、多くのスタッフが自主的に参加し、患者さまの個人情報保護の観点から自己啓発を行いました。

当院の個人情報の利用目的など具体的な「プライバシーポリシー」につきましては、院内にポスターを掲示しておりますので、来院の際はぜひご覧ください。また、個人情報の取り扱いについてお気づきの点は、窓口までお気軽にお申し出ください。



詳細なガイドラインをもとに、秋本病院の取り組みを確認しました。



当院の電子カルテシステムは、プライバシー保護のため、外部システムとの連携は完全に遮断しています。



当院からのお知らせは、2F受付横の壁面に掲示しています。

昔はほとんどが飼料になっていましたが、最近では、ヘルシーな健康食品としてモテモテの食材です。なぜなら、絞り糟とはいえ「おから」には、低カロリー・高タンパク・ミネラル豊富な大豆の栄養がたっぷり残っているからです。同じ100グラムの豆乳と比較してもほとんどの栄養値が高く、特にカルシウムは5倍、ビタミンB₁は4倍、何より食物繊維はたっぷり7倍以上も含まれています。この数値はそれから、人が一日に必要とする栄養量の半分近くにあたりますから、糟は「ガス」でも大違い！ とってもエラーライ”ガス”といふわけです。

生活習慣病の原因にもなる肥満防止にももつてこいの食材「おから」。もっと大切に、美味しく、努めて摂るようにしましょう。

27号では、私たち人間が体内でエネルギーを作った“燃えカス”が乳酸であるというお話をしました。あれから少し時間が経ちましたが、今回も引き続き”ガス”的話をします。といつても今、大人気の糟＝「おから」のお話ですよ。

そもそも「おから」というのは、豆腐を作る時、煮た大豆から豆乳を漉し取った絞り糟です。おからの「から」が空っぽに通じることを嫌って、別名「卵の花」や「きらず」とも呼ばれます。「卵の花」とは、植物の卵の花に似ていることから、「きらず」は豆腐と違つて包丁で切る必要がないことからきています。

27号では、私たち人間が体内でエネルギーを作った“燃えカス”が乳酸であるというお話をしました。あれから少し時間が経ちましたが、今回も引き続き”ガス”的話をします。といつても今、大人気の糟＝「おから」のお話ですよ。

そもそも「おから」というのは、豆腐を作る時、煮た大豆から豆乳を漉し取った絞り糟です。おからの「から」が空っぽに通じることを嫌って、別名「卵の花」や「きらず」とも呼ばれます。「卵の花」とは、植物の卵の花に似ていることから、「きらず」は豆腐と違つて包丁で切る必要がないことからきています。

* とってもえらい”ガス”的話 *

栄養

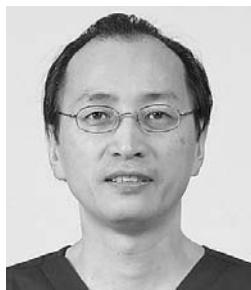
を考える

島本 洋子

しまもと ようこ

栄養課長
管理栄養士

福岡県西方沖地震を体験して — 医療従事者の立場から —



院長
秋本 亮一

あきもと りょういち

2005年3月20日、日曜の午前10時53分。私は、福岡市南区の自宅の2階にいた。突然、これまでに経験したことのない揺れを感じた。最初は確かに、縦揺れだったと思う。続いて、横揺れ。思わず足がすくんだ。

テレビをつけて、臨時ニュースを確認する。「震度6弱の揺れ」との報道。電話をしようとしたが、すでに一般電話も携帯も通じなくなっていた。何より病院が心配だ。入院患者さんは？ 建物の被害は？ 職員は？ 設備は？ 何もわからないまま車で病院に向かう。幸い途中の道路に被害はなく、12時前には病院に到着。病院の前は、救急車と患者さんの車とで混雑し始めていた……。

当日は、幸いにも福岡市の外科系2次当番病院であつたため、通常の休日よりも多くの職員が配置されていました。しかし、短時間に多くの外傷患者さんを診療することができたのは、非番の職員が連絡もないのにあつといふ間に駆けつけてくれたおかげです。処置室を広く作っていたのも幸いしました。

結局、地震当日は、夕方までに職員総出で57名の患者さんの診察と処置を行いました。夜になつて6階のスタッフ室に行くと、キャビネットや本棚が倒れ悲惨な状態になつているのを目にしたという次第です。

* * *

福岡県西方沖地震による 患者さんの状況

①調理時のやけど

地震発生が飲食店の日曜の昼の仕込み時間と重なつたため、揚げ物の油をかぶつて受傷した方が多かった。フライヤーがひっくり返つて大やけどを負つた方也有つた。

②落下物によるケガ

棚の上からの落下物による頭部の打撲や裂傷。

③割れ物によるケガ

食器棚などの扉が開き、食器が落ちて割れるなど、床に落ちた食器、瓶、ガラスの破片による手足のケガ。

④転倒による骨折

しりもちをついて腰椎を圧迫骨折。脱出の際に転んで手をつき、手首や足首を骨折など。

⑤倒れた家具による打撲

2005年3月20日、日曜の午前10時53分。

■地震の教訓

地震が多い地方の方々には当然のことですが……。

①地震のときは、すばやい火の始末を。

②家具の上に重いものを置かない。不安定なうえ、落下して危険。

③食器棚などの扉が開かないよう専用の扉開放防止グッズを利用する。

④逃げるときは落ち着いて。ドアを開けて脱出路を確保したら、あわてて外に飛び出さない。靴を履き、帽子(ヘルメットが理想的)もかぶること。

⑤家具には転倒防止の工夫を。専用グッズもあり。

九州北部に限ると、M7.0クラスの地震は1700年に壱岐・対馬で発生して以来約300ぶりだとか。阪神淡路鳥取県西部、新潟中越スマトラ沖と、多くの地震のニュースを見聞きしながら、福岡人にとって地震はひとつでした。私たちは地震に関して油断していたのです。懺悔と共に、この経験を活かした災対策を考える必要があります。

—花粉症の季節になりました—



薬局長・薬剤師

甲斐 千子
かい ゆきこ

今や国民病ともいわれる花粉症。20年ほど前までは、ほとんど知られていませんでしたが、現在では実に多くの方々が悩まされる一般的な病気になってしまいました。

花粉症の主な症状は、くしゃみや鼻水、鼻づまりなど。けれども、そのような症状で受診される方の全てが花粉症というわけではありません。スギ、ヒノキ花粉の飛散が始まる2月頃は、もともと風邪が多い時期でもあります。また、花粉症の初期症状は風邪の症状とよく似ていますから、花粉症の患者さんは、自分が風邪やインフルエンザなのか花粉症なのかをきちんと見きわめる必要があります。例えば、いつもと違う発熱や咳、関節痛、消化器症状、鼻水が粘っこく色がつくという場合は要注意というわけです。

花粉症に対する薬には、いろいろな種類があります。アレルギー体質の改善を目的とした漢方薬やカルシウム剤。症状を抑える内服薬、点鼻薬、目薬など。なかには、副作用として眠気や口渴などがあるものもありますから、その点を十分理解いただいたうえで服用する必要があります。何か分からぬことがありますたら、何でもお気軽にご相談くださいね。

花粉の飛散時期

※気候や地域によって多少前後します。

スギ・ヒノキ・ブナ・マツ	イネ	ヨモギ	ブタクサ	イラクサ
2~5月	3~10月	8~10月	8~10月	8~10月



総務課

金子 聰子
かなこ じゅんこ

6階・管理室の受付を担当する金子さんは、いつも元気な秋本病院のお母さん的存在。“ど～ん”とすわってパソコンとにらめっこしつつ、会計チェックに余念がありません。たま～に失敗があっても、それもまたご愛嬌の“肝っ玉母さん”です。どうぞ、これからもそのまで、みんなを見守っていてくださいね！ ちなみに金子さんはテニスでインターハイに出場し、3回戦まで勝ち進んだという経歴の持ち主でもあるのですよ。スゴ～イ!!

紹介者・母さんのファン1号

受付の元気印といえば、この人。病院の2階で、ひとり高く明るい声が聞こえたら、そう、岩根さんの笑顔がそこにあるんです！ いつも笑顔で一生懸命な彼女は、すべてのことにつとめてチャレンジしていく頑張り屋さんでもあるのです。ときどき、強くぶつかりすぎて、生傷を作ったりしてますが…？ そんな岩根さんの素敵なかたち姿は、いつでも受付で見ることができますよ。皆さん、見かけたら「岩根さん！」と声をかけてあげてください。

紹介者・名無しのごんべえ



総務課

岩根 理香
いわね りか

STAFF PROFILE

スタッフだけが知っている職員の素顔(?)を紹介するこのコーナー。今日は、総務課の一員として病院を支える頼もしいふたりの登場です。

スタッフの横顔

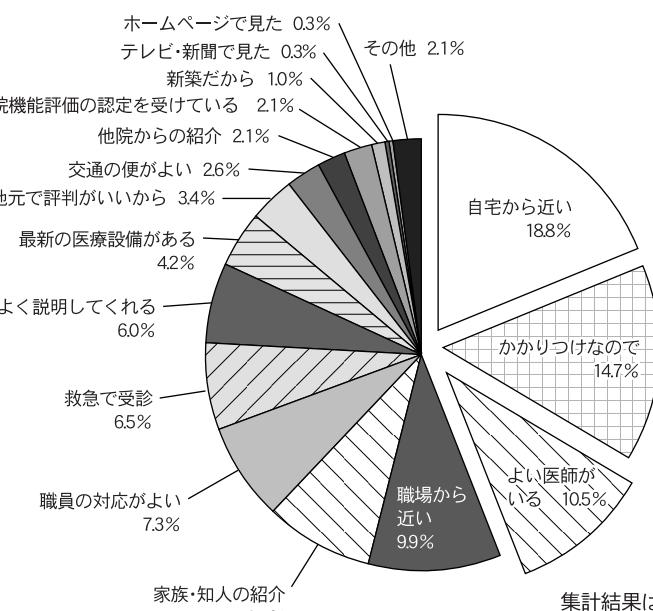
当院からのお知らせ

4月1日、当院のホームページがリニューアルしました。皆さまのご意見やご感想をお待ちしています。

■医療サービスに関するアンケートを実施しました

「よりよい医療サービスを提供するために、秋本病院は何をすべきか」を考えるため、3月4日～3月14日の11日間にわたり、来院患者さまを対象としたアンケート調査を行いました。ご協力いただいた皆さま、本当にありがとうございます。皆さまの率直なご意見は、今後の医療サービス改善のために活用させていただきます。

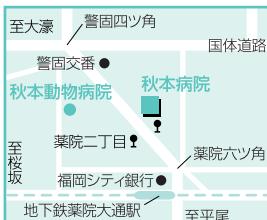
集計結果は次号に掲載予定ですが、ここで一部をご紹介します。



慎んで地震災害のお見舞いを申し上げます。

この度の福岡県西方沖を震源とする地震により被害を受けられました皆さまにお見舞い申し上げます。
一日も早い復旧と、皆さまのご健康を心からお祈り申し上げます。

医療法人AGIH
秋本病院



秋本動物病院
福岡市中央区警固2-2-15-1F
TEL.092-731-3424

秋本病院での受診の際に、患者さまのペツトを提供先の秋本動物病院でお預かりいたします。当院でサービス券を発行いたしますので、ぜひご利用ください。



www.akimoto-hospital.jp

診療科目

外科(消化器外科)・内科・胃腸科・肛門科・整形外科・脳神経外科・放射線科・心臓血管外科

主な検査機器

超音波診断装置・上部・下部消化管内視鏡(電子スコープ)
C T 診断装置・X線透視装置

認定・登録

日本医療機能評価機構認定病院・日本外科学会外科専門医制度修練関連施設・福岡市ミニドック実施医療機関・福岡市胃がん検診精密検査実施医療機関・福岡市大腸がん検診精密検査実施医療機関・福岡市肝臓がん検診精密検査実施医療機関・乳がん検診実施医療機関・肺がん検診実施医療機関・救急告示病院・労災指定医療機関・生活保護法指定医療機関・日本相撲協会指定病院



日本医療機能評価機構認定病院

消化器内視鏡センター・健診センター