



“信用”について

この世の中、お互いの信頼感が揺らいでいます。以前は信用を売るとまで言われた日本の社会が変貌してしまいました。医療・福祉も人と人とのお互いの信用、信頼こそが礎と肝に銘じ、精進いたします。

本年もよろしくお願い申し上げます。

院長 小川洋史

写真：希望湖から観る妙高山(斑尾高原:長野県) 撮影：小川洋史

特定健診・特定保健指導がスタートします

平成20年4月からメタボリックシンドロームに着目した新しい健診(特定健康診査、以下「特定健診」と保健指導(「特定保健指導」)が始まります。

どんな人が対象なの？



40歳から74歳の方全員が対象となり、市区町村の健診も、この特定健診になります

特定健診はメタボリックシンドロームまたはその予備軍を発見するために行われます。特定保健指導はそれらのリスクがある方たちに、生活習慣改善のアドバイスをします。

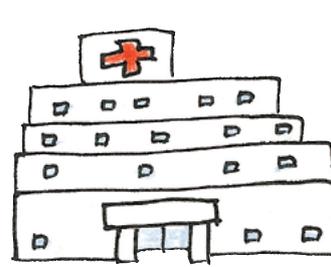
費用はいくらかかるの？



それぞれの医療保険者が決める一部負担金の支払いとなります(医療保険者により異なります)

特定健診は皆様が加入している医療保険(組合健康保険、政府管掌健康保険、国民健康保険等)によって実施されます。負担金などの詳細は医療保険者からのご案内をご覧ください。

どこで受けることができるの？



医療保険者から委託された地域の健診機関、病院、診療所などで受けることができます

当院は特定健診・特定保健指導の実施機関です。皆様が加入している医療保険者からの委託があれば当院で特定健診・特定保健指導を受けることができます。ぜひ、当院をご利用下さい。

けんこう百花58号

新生会
情報誌

#IOSPY

#IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY #IOSPY

メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームとは内臓脂肪型肥満に高血糖、脂質異常、高血圧のうち2つ以上を合併した状態といわれています。メタボリックシンドロームは下図のように進行し、放っておくと心臓病や脳卒中、糖尿病などの深刻な生活習慣病を引き起こします。



特定健診

特定健診はメタボリックシンドロームを発見するための検査が中心です。今までの市区町村健診は特定健診に変わりますが、がん検診などは今までどおり市区町村で行われます。また、事業主健診(職場での健診)が行われる場合は、そちらが優先され、特定健診を受けたと見なされます。

基本的な健診(必ず受けていただく検査)

- ・日常生活習慣についての問診
- ・身長、体重、血圧測定、腹囲測定
- ・尿検査(尿糖、尿蛋白)
- ・血液検査(脂質、代謝系、肝機能)



詳細な健診(医師の判断による)

- ・貧血検査
- ・心電図検査
- ・眼底検査

特定保健指導

特定健診でメタボリックシンドロームのリスクがあると判定された方には医療保険者より「保健指導」の案内があります。健診結果をもとに、受診者は以下の3つのグループに分けられます。

情報提供(リスクが少ない方)

今後も健康な生活を続けていくための好ましい生活習慣とはどんなものか情報を得ることができます。

動機づけ支援(リスクが出始めた方)

保健指導が1回行われます。自分の生活習慣をどう改善すればよいのかを知り、目標を立て、実際に行動にうつせるようサポートしてもらえます。

積極的支援(リスクが重なりだした方)

3~6か月にわたり、面談、Eメール、電話での積極的な保健指導が行われます。自分が実践できる目標を選び、継続的に実行していけるよう、サポートしてもらえます。



私たちが担当します!

当院で実施する特定保健指導は、当院の医師、保健師(看護師)、管理栄養士が責任を持って行います。また、積極的支援においては、個別にマイ保健師・マイ管理栄養士が6ヶ月間サポート致します。保健指導の支援を受けて、内臓脂肪を減らし、メタボリックシンドロームを撃退しましょう!!



茶円



井上

褥瘡・創傷回診です



褥瘡対策委員会 委員長 医師 漸井美穂

褥瘡(床ずれ)・創傷(ケガ)をご存知ですか？ 床ずれと

聞くと、暗い万年床に横たわった寝返りの打てない老人を
思い浮かべるかもしれません。実際、大病院の明るい病室
で治療を受けている患者様にも床ずれやケガは起こりう

るのです。では、床ずれはどうして出来るのでしょうか？ 長い間、同じ体勢のまま寝て
いると、末梢血管が圧迫されて、組織を壊してしまいます。床ずれが出来るのは、長時間
の臥床中(寝たきり)だけでなく、座位保持訓練中にも起こります。また、その原因は外部
からの圧迫だけでなく、栄養不良、浮腫、神経障害、皮膚脆弱ひふぜいじやくおよび血行障害などの様々
な内なる原因から発症してくるのです。ケガは強
い力によって起きるものではありません。保湿剤
を塗布している最中にさえ、皮膚がめくれてしま
うことはありえるのです。

当院の目指す褥瘡・創傷対策は、体の内から治
す、内から予防する(栄養状態を整え、血液の流れ
をよくする)ことです。



いきいき活動より



やとみ福祉祭り2007に参加しました。

11月3日(文化の日)に弥富コミュニティセンターで開かれた「やとみ福祉まつり2007」
での健康相談コーナーを、“いきいき委員会”で担当させて頂きました。当日は爽やかな
秋晴れのもと家族連れの出場者も多く盛況でした。40名の方が健康相談コーナーを訪
れ、血圧測定や腹囲測定などを行い、日頃気になっている身
体のことを看護師に相談していました。

相談の際に、メタボリックシンドロームの腹囲測定に役立
つ手作りの計測用具を配ったところとても好評でした。今後
も地域の皆様の健康づくりに貢献していきたいと思ひます。



第8回 新生会オープンセミナーを開催します。

あなどれない高血圧 -メタボリックシンドロームにならないために-
血圧の日常管理

医師 小川洋史
看護師 宮下美子

最近、話題のメタボリックシンドロームにも関係のある高血圧にスポットを当て、日常
生活の様々な場面での注意事項などを具体的に勉強したいと思います。日頃から血圧が
気になっている方は必見です。ぜひ参加して下さい。

日時:2008年2月23日(土)午後1時30分~3時30分

場所:新生会第一病院 集会室

お問合せ先:健康ネットワークいきいき(清水)TEL(052)832-8411(代表)

新しくなった医療機器の紹介

骨密度測定装置(DEXA)

平均寿命の増加に伴い「骨粗しょう症(骨の破壊と再生のバランスが崩れ骨の強度が低下する)」が問題となっています。男女とも50歳代から骨量の減少が始まり、特に女性は閉経を契機に骨量が急激に減少します。70歳代では約半数の人が骨粗しょう症に該当します。骨粗しょう症になると軽微な外傷で骨折が生じます。

骨粗しょう症の早期発見・早期治療に欠かせないのが骨密度測定(DEXA)の検査です。腰椎での測定が一番正確ですが、腹部大動脈の石灰化が著しく測定困難な場合は大腿骨・前腕骨で測定することもあります。

骨密度測定は微量なX線を利用する痛みの伴わない検査です。今までの装置より短時間(約5分)で検査が行えるようになりました。骨粗しょう症が心配な方は整形外科を受診し、相談して下さい。



新しくなった骨密度測定装置
すでに11月下旬より稼働しています

経鼻内視鏡



土曜日午前
消化器検査
医師 栗本拓也

この経鼻内視鏡は鉛筆
くらいの大きさで、経口
内視鏡よりも随分細く
なっています。

経鼻内視鏡をご存知でしょうか?いわゆる「胃カメラ」の一種なのですが、これまで一般的であった経口的、つまり口からの挿入とは異なり、鼻の穴から挿入する新しいタイプの内視鏡です。経口内視鏡では挿入時にどうしても「オェー」となる嘔吐反射を引き起こしがちですが、経鼻内視鏡ではこの反射が全くないか軽度です。

内視鏡自体も非常に細く、鉛筆とほぼ同じかそれよりも細い程度ですので、これまで検査に抵抗感があった方にもお勧めです。ただ血液をサラサラにする薬を内服されている方は検査を実施できない場合があるため、あらかじめ主治医の先生とご相談下さい。

安全で苦痛の少ない確実な検査を心掛けていますので、胃の不調などを自覚されているけれども内視鏡はちょっと...という方はぜひともご相談下さい。

健康ネットワーク“いきいき”

住所 〒467-8633 名古屋市瑞穂区玉水町1-3-2

新生会第一病院

電話 (052) 832-8411 FAX (052) 832-8417

<http://www.shinseikai.org>

～交通機関のご案内～

- 地下鉄名城線 瑞穂運動場東下車 一番出口から徒歩10分
- 地下鉄名城線・桜通線 新瑞橋下車 市バスで弥富通4丁目下車



- 新瑞橋からタクシーで10分
- 名鉄本線 神宮前下車 市バスで弥富通4丁目下車 神宮11 < 島田一ツ山行き 相生山住宅行き

