



- ◎倉田会メディカルサポートクリニック紹介
- ◎腎臓と透析治療(豆知識) Part. II
- ◎おもいやいしミビ
- ◎ほのぼの展覧会
- ◎禁煙外来スタート
- ◎ロックス・インデックス検査導入

湘南ひらつか七夕まつり

倉田会の基本理念

一、患者様と共に
患者様とともに、トータルケアを目標として歩みます。

一、地域と共に
地域とともに、保健事業(予防)・医業・介護福祉事業を展開し、地域の健康維持と健康増進を目標として歩みます。

一、関係者と共に
関係機関への情報提供や、セカンドオピニオンなど患者様への利益につながるよう検討し、最良のチームを目指して歩みます。

一、職員と共に
最良の医療・最良の介護を念頭に、患者様、ご利用者様の利益につながるよう検討し、最良のチームを目指して歩みます。

禁煙外来のスタート

禁煙外来の流れ

がんばりましょう

ニコチン依存症チェック
呼気一酸化炭素濃度測定
↓
禁煙宣言書サイン
健康保険適用の(有・無)

もうすこしがんばりましょう

2回目以降
呼気一酸化炭素濃度測定
禁煙実行、継続に伴う
診断・アドバイス

がんばりました!

禁煙補助薬処方

よくできました!

たいへんよくできました!

初診 2回目(2週間後) 3回目(4週間後) 4回目(8週間後) 最終診察(12週間後)

◎健康保険適用条件
下記4項目を満たしているか?

- ☑ニコチン依存症診断テスト(問診票)で5点以上
- ☑1日の平均喫煙本数×喫煙年数=200以上
- ☑1ヶ月以内に禁煙を始めようと思っている。
- ☑禁煙治療受診に同意している。

診察予定

診療日	水曜日	木曜日
午前	高山医師	高山医師
午後		高山医師

本年5月1日(木)より敷地・建物内が、全面禁煙となりました。それに伴い6月4日(水)より健康保険適用による禁煙外来をはじめました。是非、禁煙治療に取組みたいとお考えの方は、当病院受付窓口へお尋ね下さい。

お問い合わせは
くらた病院
☎0463-53-1955

平成26年4月よりミニ健診と同時に「ロックス・インデックス(LOX-index)検査導入」

◆特徴
ロックス・インデックスとは、※動脈硬化の進行具合から将来の脳梗塞・心筋梗塞の発症リスクを判定する最新の検査です。

①ご家族に脳梗塞、心筋梗塞に罹った方がいらっしゃる方
②高血圧、脂質異常症、糖尿病に罹っており、動脈硬化が気掛かりであるとお思いの方
③将来の脳梗塞、心筋梗塞がご心配の方

※動脈硬化とは、酸素や栄養素を運ぶ動脈に悪玉コレステロールや中性脂肪が溜まり、酵素などにより血管が詰まり、弾力性を失い、硬く、もろくなりスムーズに血液が流れなくなる状態となります。動脈硬化により心臓・脳や各臓器に負担がかかります。様々な疾患を引き起します。

傷病の総患者数

(平成23年度厚生労働省患者調査資料による)

上記傷病は動脈硬化との関りが深く、特に心疾患・脳血管疾患患者数は、併せて284.7万人と高血圧症疾患に次ぐ多さとなります。

◆検査方法
採血検査のみです。

◆健診結果
2〜3週間前後にて郵送致します。

◆料金
12,000円(12,960円税込)

お問い合わせ・ご予約は
倉田会メディカルサポートクリニック
☎0463-27-1001

【編集後記】
今年も病院隣接のクリニック通用口に昔から縁起が良いとされるツバメが巣作りしました。今では、ヒナが大きな口を開けて「ピー・ピー」と親鳥が運ぶ餌を今かと鳴き続けています。ヒナが巣立つまで、ほんのつかの間の癒し空間です。皆様もちょっと身の周りで、一息入れる工夫も大切なことです。いよいよ夏本番到来です!! 熱中症対策はもちろんのこと。ストレスと上手につき合って、心身共に夏バテせぬよう乗り切りましょう。

倉田会メディカルサポートクリニックの紹介

平塚市明石町の倉田病院・平塚中央クリニック健康管理室を経て、平成20年9月に同市四之宮の地に移り健診事業を中心とした情報発信基地として、まもなく6年の歳月を迎えます。

年間の人間ドック・健康診断受診者は約9,000名、平塚市内では、唯一レントゲン車を保有しており、市住民及び各企業・団体の巡回健診は、約21,000名の実績のもと予防医療を通して、安心、安全且つ、きめ細かなサポート態勢により職域、地域の皆様にご満足頂けるよう心掛けております。

特徴としては、女性に優しいをモットーに婦人科健診（乳がん・子宮がん健診）やオプシオン検査も充実させております。

また、皆様のお声を反映して、健康状態は気になるけど、忙しくて時間が取れない、健診は億劫だと云う方々に、ご好評なのが、①アミノ・インデックス②ロックス・インデックス③ミニ健診の短時間検査による健診です。

既にアミノ・インデックスとミニ健診につきましては、当誌にて、ご案内させて頂きました。ロックス・インデックスにつきましては、今回お知らせ欄にて、動脈硬化による脳梗塞、心筋梗塞の発症リスク検査として、ご案内させて頂きましたので、是非ともご覧下さい。

今後とも皆様からの、ご要望に耳を傾けて、より一層、疾病予防の役割を果たせるよう努めて参ります。



倉田会メディカルサポートクリニック
院長 宗像 寛

《倉田会メディカルサポートクリニック》
〒254-0014
平塚市四之宮2-7-8
☎0463-27-1001(代表)

●受付時間 平日 午前8:30～午後 5:00
土曜 午前8:30～午前11:30
●休 診 日曜・祝日

●人間ドック、健康診断、出張巡回健診
のお問合せ・ご予約は・・・
☎0463-27-1011(直通)

●ホームページ
<http://www.kurata-kai-msc.com>

腎臓病と透析療法 (豆知識)

Part II

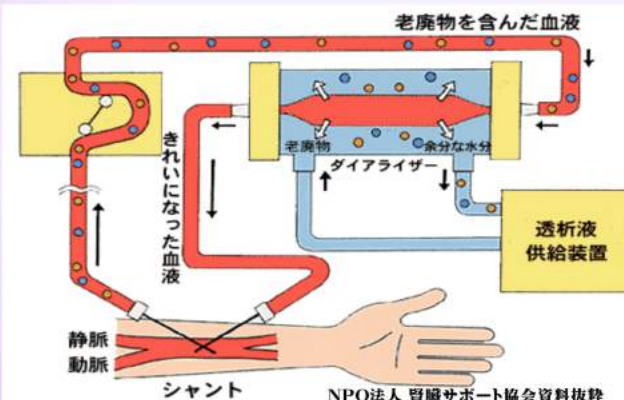
前回は、慢性腎臓病の病態と腎臓の働きを代行するのが、透析療法とお話しさせて頂きました。今回は、その透析療法のひとつである血液透析について、どのような方法で腎臓のお手伝いをするのか、お話し致します。

先ず、腎臓の働きは心臓から送られてきた血液を濾過して、一日に150リットルの原尿と呼ばれる排泄前の尿が作られています。そのうち実際に排泄されるのは、1%にあたる1.5リットル程度、残りの99%は尿細管と云う器官で再吸収して必要なものを体内に取り込み代謝される重要な役割を果たしています。腎臓の働きが悪くなると、尿排泄されなくなり老廃物、毒素が体内に蓄積されてしまいます。その腎臓機能が10%程度まで低下してしまうと、生命維持が困難となり、腎臓の働きを代行する血液透析治療が必要となります。

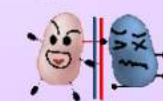
血液透析とは、ポンプを使って血液を体外に取り出し、人工腎臓であるダイアライザーで浄化して綺麗になった血液を体内に戻す方法で、定期的に治療することになります。例えば、ダイアライザーへ必要な血液を送るポンプは心臓の役割で、送られた血液を浄化するダイアライザーは、腎臓機能を代行することになります。

このように、血液を体外に取り出して行う治療を、体外循環療法と云います。体外循環を行うためには、血液を取り出しやすくする仕組みが必要になります。この仕組みで、代表的なものに内シヤント(血管アクセス)があります。内シヤントは、患者様の血液透析を行うために大切な生命線となります。

次回秋号では、内シヤントについてお話し致します。



くらす病院臨床工学技士
透析室主任 麻柄 圭



夏バテしらずのおもてなし



材 料
◎牛もも肉かたまり 300g
◎調味料
クレイジーソルト 適量
(塩・コショウでも可)
酒 30g
しょうゆ 30g
みりん 20g
はちみつ 8g



しんど老人保健施設 管理栄養士 山田恵子

- 「真空調理(炊飯器クッキング)ローストビーフ」
「作り方」
- ①炊飯器²/3くらいの量まで、熱いお湯を入れておく。
 - ②牛肉全体にフォークで刺し筋切りをよく行う。(ちぎれない程度によく刺す)
 - ③塩コショウ、にんにくを牛肉前面にすり込む。
 - ④ジブロック(ポリ塩化ビニール)に、酒・しょうゆ・みりん・はちみつを入れておく。
 - ⑤フライパンを強火で熱して牛肉の表面に焼き色を付ける。(中まで火を通さない。)
 - ⑥焼き色がついたらお肉をジブロック(ポリ塩化ビニール)の中に入れ、お湯の入った炊飯器にジブロックを入れる。
 - ⑦炊飯器を保温モードにして、30分保温する。取り出したら氷水で十分に冷やす。
 - ⑧粗熱がとれたら、冷蔵庫に入れてしっかり冷やしてからスライスする。
 - ⑨ジブロック内(ポリ塩化ビニール)の肉汁を煮立たせて、ソースを作る。
- 「一口メモ」
牛肉をフォークでよく指すと柔らかくなります。できたら薄く切ると食べやすくなります。
火も使わず、失敗もない。ローストビーフ両端はサンドウィッチで豪華にランチ!

ほのぼのの展覧会



作・伊藤 八郎 様



作・中濱 敏夫 様

今回は、しんど老人保健施設ご利用者様のとても心細む二作品です。
伊藤八郎様の折り紙細工「お地蔵様」は、(ありがとう)と感謝の意を唱えているようで、心優しさが感じられます。
中濱敏夫様は、創刊号の時に多数ご出品頂き、今回は二回目のご紹介となります。
夏の風物詩をよく捉えた「入道雲とひまわり」ふらっと訪れたくなるような・・・

そんな気にさせる風景画です。
(広報準備室)

