



Fun time

麺類と上手なお付き合い



管理栄養士
ばんしゅう しほ
番匠 志帆

肌寒くなり、温かい麺類がおいしい季節になりました。

麺類には1杯に食塩が多く含まれており、食べる回数が多くなると食塩の摂り過ぎにつながります。

日本人は1日の食塩の摂取量を男性8g未満、女性7g未満、高血圧の治療中の方や予防のためには6g未満にすることが目標とされています。しかし、兵庫県の食塩摂取量は男性で11g、女性で9.4gであることがわかっています。(平成24年国民健康・栄養調査)

食塩の摂取量が多くなると血圧が上昇し、脳卒中や心臓病の危険が高まることや腎臓病、胃がんが起こりやすくなる原因にもなります。

麺類は汁に含まれる食塩の割合が多く、汁を残すだけで減塩できます

(例)ラーメンの場合





全部汁を飲む 食塩 約8g 半分汁を残す 食塩 約5g 汁は味見だけ 食塩 約3g





かけそば 食塩 約5.0g きつねうどん 食塩 約8.5g ラーメン 食塩 約8.0g

麺類に含まれる食塩量を知り、食べ方の工夫から減塩を始めましょう！

減塩

NEWS 新病院ニュース

- NEWS 駐車場の運用が一部変わりました**
・職員駐車場の一部を開放し、第4駐車場を開設しました。
・当日外来受診された方の1日の最大料金が400円になりました。(旧料金800円)
- NEWS シャトルバスを増便しました**
加古川中央市民病院とJR加古川駅間を平日(7時～19時)に運行しております無料シャトルバスを、午前中7時35分～10時30分の間に12便増発しました。(増発便は、これまでの運行ダイヤの5分後に運行いたします。)
- NEWS 面会受付について**
受付場所にて手続き頂きました後、病棟にお上がり下さい。

曜 日	受付時間	受付場所
月曜日～金曜日	15:00～18:00	1階 総合受付
月曜日～金曜日	18:00～20:30	時間外入口
土・日・祝日	10:00～20:30	

これから開催予定の講座・イベントなど

- ・**糖尿病教室** 11月24日(木)10:30～12:00 光ホール
『糖尿病治療のこれダメ 絶対に!!』 入場無料・事前予約不要
※糖尿病教室は、毎月第4木曜日(12月・3月は第3木曜日)に開催しています。
- ・**血液がん患者会「繋ぎの会」** 11月26日(土)10:30～12:30 光ホール
対象：血液がんの治療を受けておられる患者さん・ご家族
※ご参加希望の方は、(事務局(地域連携室):079-451-8652)までご連絡ください。
- ・**健康教室** 11月26日(土)13:30～15:00 光ホール
『腎臓病について』 入場無料・事前予約不要
- ・**クリスマスフェスタ** 12月10日(土) どなたでもお気軽にご参加ください。
※詳細につきましては、ホームページ・院内掲示にてお知らせします。

がん相談支援室をご存じですか？

がんに関する不安や悩み、誰にも打ち明けられない気持ち、病気に対する疑問など、さまざまなご相談をお受けしています。

看護師や社会福祉士などの専門スタッフが一緒に不安や悩みについて考えますので、お気軽にご相談下さい。

●対象 がんの患者さん・ご家族など
(当院かかりつけでない方もご利用いただけます)

●受付時間 平日:9時～17時

●相談料 無料

●お問い合わせ先 079-451-5500(代表)
※詳しくは当院ホームページをご覧ください

リウマチ科の山根 隆志 主任医長が「ベスト・ドクターズ in Japan2016-2017」に選出されました。

「医師同士による推薦・評価」によって選出される「ベスト・ドクターズ」は、米国で1991年より調査が始まり、現在は各国で行われています。前回「ベスト・ドクターズ」に選出された医師が、「自分以外の誰に、自身や家族の治療を委ねたいか」という観点から、自身の専門または関連分野で活躍している医師を推薦・評価をし、集計の結果、各専門分野で「ベスト」として選り抜かれ、多くの医師から支持を受けた人物のみ(トップ数%)が、その年度の「ベスト・ドクターズ」となります。



加古川市民病院機構から地域の皆さまへ

2016 11

TSU TSU



加古川中央市民病院 開院から4ヶ月を経て

新 技 術
特集▶「New Technology」を活かす

ごあいさつ

加古川市民病院機構 副理事長 兼
加古川中央市民病院 副院長 兼 心臓血管外科 主任科部長

おおほ ひでふみ
大保 英文



5年の準備期間を経て、新統合病院[加古川中央市民病院]が7月1日に開院いたしました。旧西市民、東市民病院からの移転にあたりましては市民の皆様にご迷惑をおかけし申し訳ございませんでした。おかげさまでトラブルなく移転は完了し、7月4日に本格稼働を開始、当院の理念であります“命の誕生から生涯にわたって地域住民の健康を支え、頼られる病院であり続ける”ための第一歩を無事に踏み出すことができました。詳細につきましてはぜひ一度、加古川中央市民病院のホームページをご覧ください。簡単にご紹介申し上げますと、当院は5大センターを中心に30の診療科を有し、病床数600と県下でも有数の規模の病院となりました。高度急性期、急性期の治療に焦点を当てた地域医療支援病院ですので、地域の病院、診療所と連携をしながら地域に貢献してまいります。手術支援ロボットやハイブリッド手術室、マグネティックナビゲーションシステムなど新しい技術を多数導入しておりますので、本誌にてその活動をご報告申し上げます。

当院から見える加古川の波の煌めきは、患者さんやご家族の心を癒してくれるものと思いますが、新しい建物に負けぬよう職員一同研鑽を積んでまいりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

地方独立行政法人 加古川市民病院機構
加古川中央市民病院
〒675-8611 兵庫県加古川市加古川町本町439番地
TEL:079-451-5500(代表)
http://www.kakohp.jp/



受付時間
診療受付時間:(月～金)8:00～11:00 診療時間:(月～金)8:45～17:00
休診日:土曜日・日曜日・祝祭日 年末年始12月29日～1月3日

加古川市民病院機構



今までの「つつじ」にて紹介いたしました最新機器・設備の活用状況をお伝えします。

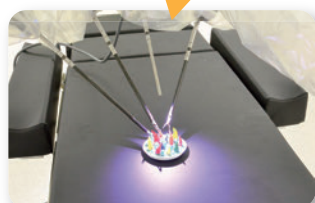
①使用する主な診療科 ②対応疾患 ③良いところ ④一言コメント



1

手術支援ロボット「ダ・ヴィンチ」Xi

6つの小さな穴を通して内視鏡・メス・鉗子が患者さんの体内に入り、医師の操作に従って各器具が精密かつ自由に動き、手術が行われます。



4本のアームが、患者さんの12mmほどの穴の中に入り手術を行います。(1本は内視鏡カメラ)

奥行きや立体感の分かる鮮明な3D画像で患部を確認しながら、手で操作します。

手振れを補正し、医師の操作を精密に伝えます。

ここがスゴイ!

ダヴィンチ手術のメリット

開腹手術に比べ極めてキズが小さい

格段に出血量が少ない

術後の痛みが少ない

早期回復が実現

合併症のリスクを回避

実績

+ ダ・ヴィンチによる手術件数

新病院 開院後
2016年8月3日から
本格稼働

週に1件ペース

①泌尿器科

②前立腺がん(早期)

③開腹することなくお腹に小さな穴を開け手術を行うので、身体への負担が小さく精密な前立腺がん摘出手術を実現しています。当院は最新機種を導入しています。

④「導入後、従来開腹手術に比べて出血量の少なさを実感しており、患者さんに優しい手術と言えます。」(泌尿器科・岡 泰彦 主任科部長)

「早期発見が大事! まずはPSA(採血)検査を!!」(泌尿器科・酒井 豊 科部長)

DOCTOR'S VOICE



岡 泰彦 主任科部長

酒井 豊 科部長

2

関節ナビゲーションシステム

骨の形状や位置関係を精密に把握し、正確な位置に人工関節を置き換える手術をサポートするシステムです。



赤外線を利用しカーナビの様に手術をナビゲートします。

人工関節を入れ替える骨の部位を正確に切り取ります。

実績

+ 関節ナビゲーションシステムでの手術件数

新病院 開院から
2016年7月~9月
人工関節手術
25件

①整形外科

②変形性膝関節症、変形性股関節症などの関節疾患

③膝、股関節の人工関節への置き換えを正確にナビゲートし精密な手術を誘導します。

④「正確で安全な手術を心がけています。」(整形外科・西山 隆之 主任科部長)

DOCTOR'S VOICE



西山 隆之 主任科部長

ここがスゴイ!

関節ナビゲーションシステムのメリット

詳細な術前計画が可能

精密で正確な手術が可能

合併症のリスクを回避

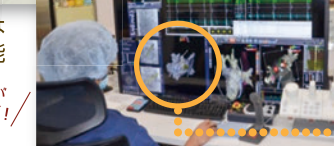
3

マグネティックナビゲーションシステム

磁気(マグネット)の力を使う新しいカテーテル治療装置です。今までより安全・正確に不整脈などの治療ができるようになりました。



人の手によるカテーテル操作では到達困難な部位でも治療が可能です。



モニタールームで操作します。

ここがスゴイ!

実績

+ マグネティックナビゲーションシステムでのカテーテル治療の件数

新病院 開院から
2016年7月~9月

28件

①循環器内科

②不整脈など

③被ばく量を減らせます。またカテーテルを遠隔操作できます。カテーテルアブレーションの際の合併症が少なく、マニュアル操作では治療できない症例も治療できます。

④「より安全で、患者さんに優しい治療が可能です。」(循環器内科・清水 宏紀 主任科部長)

「お気軽にご相談ください。」(循環器内科・岡嶋 克則 科部長(不整脈チーム))

DOCTOR'S VOICE



清水 宏紀 主任科部長



岡嶋 克則 科部長

磁気の向き

カテーテル

カテーテルは柔らかく、穿孔リスクが少ないです。

4

ハイブリッド手術室

血管造影装置と手術台が合体した(hybrid)新しい手術室です。手術室と心臓カテーテル室が同室になり、最新の医療技術にも対応します。



実績

+ ハイブリッド手術室での手術件数

新病院 開院から
2016年7月~9月

51件

①心臓血管外科、循環器内科

②動脈瘤など

③血管内治療(カテーテル)と外科的手術(開胸等)が融合できます。内科医・外科医・放射線医が一緒に手術室に入り、透視と外科的手術を同時に行います。

④「体に負担の少ない治療ができます。」(心臓血管外科・大保 英文 主任科部長)

DOCTOR'S VOICE



大保 英文 主任科部長

従来

カテーテル室
血管内治療

手術室
外科的手術

課題 各診療科のスケジュールで、別々に治療と手術を行っていました。

現在

ハイブリッド手術室
外科的手術 血管内治療

改善 同時に合同で治療と手術を行うことができる為、患者さんの負担も少なくなります。

ここがスゴイ!