

2019. 春
vol.11

昭生病院news



皆様におかれましてはご健勝のこととお慶びを申し上げます。

2019年度の第1回の昭生病院ニュースを発行させていただきます。

いよいよ平成から新しい元号となります。もう間もなく発表されることと思いますが、その節目にあたり、今一度病院としての地域の中での役割、また、医療圏域の中での昭生病院としての役割につき再確認し、今後も地域への貢献を念頭におき、着実に体制を整えていかなければならないと思っています。また、昭生病院が上筒井の地で開院され今年で90年を迎えました。これまで多くの関係の方々を支えられながら循環器内科を中心に地域での医療貢献を続けてまいりましたが、昨今の医療事情も踏まえ、今後ますます地域に必要とされる病院であり続けるため、病院としての在り方につき原点に立ち還り見つめなおし、昭生病院の独自性も発揮しつつ、病院機能の充実を図っていく所存です。

その第一歩として、長らく準備をしてきました**障害者病棟**を今年中に開設することになりました。医療圏域の中での役割分担をしっかりと果たしていければ、と考えておりますので、昨年度同様、変わらずご指導ご鞭撻賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。



昭生病院院長 和田 義孝

昭生病院 地域連携室は、(月～金 9:00～17:30 土～13:00)

☎ 078-881-5500 (代)

FAX 078-881-5560 (直)

昭生病院は、つながりを大切に、業務に取り組んでおります。お電話、お待ちしております。

新しく昭生病院のロゴマークが出来ました！

この度、昭生病院も90周年を迎え、新たにロゴマークを作成いたしました。実は数十年前に作られていたものをリニューアルしたもので、昭生病院 (SyouSei Hospital) のSSH をモジっています。今後とも、ご愛顧の程、よろしくお願いたします。



花粉症対策！アレルギー緩和のカギは「腸」にある!?

～きんぴらたっぷり根菜ハンバーグ～



レシピ (1人前)

合挽ミンチ 120g
きんぴら 70g
(ごぼう、れんこん等のきんぴら)
塩 1~2g (1つまみ)
パン粉 20~25g (大さじ4~5)
プレーヨーグルト 5g (大さじ1)

ワンポイント!!

きんぴらは出来合いのものでOK!!

作り方

- ① きんぴらを細かく刻む
- ② ボウルに合挽ミンチを入れ、塩を加えしっかりと捏ねる
- ③ パン粉、卵、ヨーグルト、きんぴらを加え、混ぜ合わせる
- ④ 均一に混ぜたら4等分し、空気抜きをして成形する
- ⑤ フライパンを熱し、油を少々流し、ハンバーグ種を焼きます。



私たちの腸内に住む「**善玉菌**」を増やし、腸内環境を整えることが、アレルギー緩和に繋がります。

善玉菌とは、**乳酸菌**  や**ビフィズス菌**  など、

腸内に生息している細菌の中でも、健康維持に貢献してくれるものです。

花粉症の症状が出始めてから食べ始めても即効性はないので、毎日の食事に取り入れ、体質を改善する事が大切となります。

善玉菌を増やす食事

- ・**発酵食品**を摂食的に摂る
発酵食品(味噌・納豆・チーズなど)には、乳酸菌が豊富に含まれている
- ・**ヨーグルト**を摂る
乳酸菌やブルガリア菌が入ったヨーグルトを毎日摂る
- ・**食物繊維**を摂る
善玉菌は、食物繊維(根菜類、ごぼう、レンコン・人参など)をエサとする

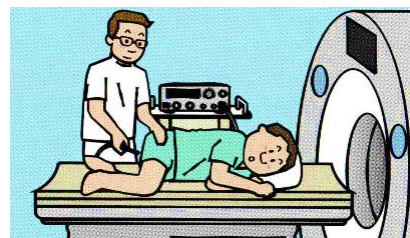


年に一度！大腸がん検診を！！

近年、日本での大腸がんによる死亡数がアメリカと、ほぼ同数になっています。人口は約2.5倍も違うのに…その1つの要因が検診受診数の違いとも言われています。



アメリカでは6割近くの受診があるのに対し、日本はたった4割…
「時間がない」とか「下剤を飲むのがしんどい」などの理由で受診に消極的な方が多いのだと思いますが、大腸CTならそういったことがかなり解消されます。



～ CTC(大腸CT検査)のメリット♪ ～

- ①検査前の処置が簡単！ 大量の下剤（2ℓ）を飲まなくてもOK
（→ 前日に便が少なくなる食事と少量の造影剤のみ）
- ②検査時間の短縮！（→ 10分程度で終了）
- ③おしりチューブが細い！
（→ 内視鏡が1cm程度に対し、CTC用送気チューブ5mm）
- ④病気の発見精度が高い！（→ 5mm以上のポリープは98%以上）



仮想大腸内視鏡像



注腸類似像

発見及び確認できた病気に関しては、内視鏡検査が必要になります

最近の健康セミナー



健康セミナーは、
第4木曜日だね！！



大腸の話

村上副院長のビブラートを聞かせた声で丁寧にお話していただきました♪

おしっこのはなし

和田院長の聞けばガッテンのおはなし、来場の皆様も真剣に聞いていました☆



健康セミナー のお知らせ

参加無料

お気軽にお問い合わせ下さい！

3月28日(木) 14:00~14:45 「糖尿病治療のあれこれ」

4月25日(木) 14:00~14:45 「漢方薬のおはなし」

診療時間のご案内

		月	火	水	木	金	土
午前診 9:00~ 12:00	1診	大久保	和田(義)	和田(昇)	大久保	和田(義)	和田(昇)
	2診	和田(義)	秋田	和田(義)	西崎	島	小西
午後診 16:00~ 18:30	1診	村上	和田(義)	和田(昇)	大久保	島	

診療科目 内科・循環器内科・消化器内科(内視鏡)・糖尿病内科・呼吸器、放射線科
泌尿器科、リハビリテーション科、脳神経内科(頭痛・めまい・認知症)、人工透析

地域連携室 ☎ 078-881-5500

FAX 078-881-5560

一般病棟 34床
医療療養病棟 69床

昭生病院は、一般・医療療養病棟を備えることで、
地域包括ケアシステムの中での地域完結型の医療を目指しています



無料送迎有
駐車場有
透析のご見学ご相談は
随時受け付けて
おります



医療法人 昭生病院 本院

☎ 657-0011 神戸市灘区鶴甲3-13-19

☎ 078-881-5500 FAX 078-881-5948

URL <http://www.syousei-hospital.jp/>



医療法人 昭生病院 附属診療所

☎ 651-0061 神戸市中央区上筒井通5-1-16

☎ 078-241-3824 FAX 078-241-9085