

### 節電に注意!!

泌尿器科部長 杉山 大樹

本格的に蒸し暑い夏がやってきてしまいました。この文章が掲載されるころには、少しは涼しくなっているでしょうか?まだまだ残暑が厳しいでしょうか?

今年は原発事故もあり電力不足が気にされており、例年以上に節電が求められています。冷房などなかった昔の日本に戻ったかのような気分で過ごすのが一番の策かもしれません。しかしながらエアコンのきいた涼しい環境からはなかなかでられないのが実際のところだと思います。エアコンの設定温度は28度ということになっています。

私自身も体格?のためなのか、もともとの体質のためなのか室内にいるにもかかわらず、滝のように汗を流しながら働いています。「汗をかく→水分をとる→汗をかく」というようにまさに悪循環。

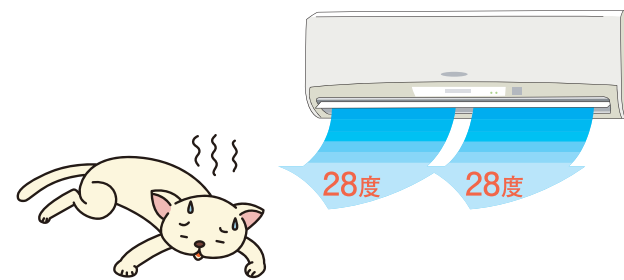
ただ節電を思うあまり無理をしすぎないようにしましょう。熱中症で倒れでもしたらそれこそ大変ですから。実際今年の6月に熱中症で救急搬送された患者さんは例年の3倍にのぼるそうです。

そこで気になってくるのが健康管理。特に高齢の方は口渇感が少なくもともと脱水にかたよりがち。例

年よりも、気をつけなければなりません。熱中症は室内にいるときにも起こりやすいので、水分補給は欠かせないようにしましょう。とはいえ、ただ水を飲んでいけば大丈夫ということではありません。脱水の予防に必要なのは、水分、糖分、塩分の補給!

(塩分0.1~0.2%程度 糖度2.5~3%程度)

スポーツドリンクなどで水分を補給しましょう。もうすぐ食欲の秋がやってきます。もうしばらく頑張りましょう。



### やさしい 疾患手帳

### 「血液サラサラの薬」って止めてもいいですか?

循環器科 田村 純



#### Profile プロフィール

氏名/田村 純

- 所属…循環器内科 ● 専門分野…循環器全般
- 自己PR…患者さんやご家族に分かりやすい説明を心がけています
- 趣味…ドライブ 旅行
- 星座…いて座 ● 血液型…B型

私たちが患者さんに処方しております薬の中に、よく「血液サラサラの薬」と呼ばれる抗凝固薬や抗血栓薬があります。これらの薬は、全身の血管の中で血のかたまり(血栓といいます)ができて血管が詰まってしまうのを防いでくれるので、心筋こうそくや脳こうそくなどの治療に欠かせない薬のひとつです。ただ、こうした薬は人体が本来持っている止血機能のある程度弱めてしまうため、出血があった場合には止血に時間がかかるという良くない一面も備えています。

このため、ほかの病気や手術などで出血が予想される場合にこうした薬をやめるべきかについては難しいところですが、心筋梗塞をすでに患っている患者さんが比較的単純な抜歯を行う場合などには、そのまま薬を続けていただいたほうが良いと思われますし、逆に大きな手術や止血が難しい内視鏡治療など

の場合には、術前からやめなければならないこともあります。またそれぞれの薬によって、服用をやめてから効果が切れるまでの日数は数日から2週間程度と異なります。このため中止するかどうか、またいつから中止するかについては主治医の先生とよくご相談ください。



### 新任 医師 紹介

氏名/金 大志

- 所属…形成外科 ● 専門分野…形成外科全般
- 出身大学…浜松医科大学 2008年卒
- 好きな食べ物…肉 チャプチュ りんご
- 自己PR…腰は低く志は高くをモットーにがんばります。何でもお気軽にお声をおかけ下さい。よろしくお願いします。



### 信頼される病院をめざして ~患者サービス向上への取り組み紹介~

【職場改善推進委員会】

当院では、平成20年度から様々な改善活動に全体で取り組んでいます。この活動は、病院で働く委託・派遣を含む全ての職員が、患者・利用者本位の医療及び看護を実践するために、院内で発生する様々な問題を自ら改善又は提案し、医療の質の向上を図るものです。本年1月から7月までに146件もの改善や提案があり、この中で優秀なものを8月に表彰しました。

#### 表彰 グランプリ

「浜医大学生による院内コンサート開催」

医局：宮島佳祐 俵原敬 鈴鹿知直

浜松医科大学管弦楽団OBである宮島医師の提案で実現。7月16日にコンサートが開催され、多くの患者さんに喜ばれた



#### 表彰 準グランプリ

「正面玄関前の横断歩道設置について」

看護部：吉田秀子

コンシェルジュ：種茂直子 小杉理恵 樽林美也

患者さんの利便性向上のため、玄関前に横断歩道を設置。患者さんからお礼のメッセージが届いた



### 日赤いきいき健康塾 開催のお知らせ

- 日 時：平成23年9月10日(土)午後1時30分 開場 午後2時 開演
- 場 所：浜松赤十字病院 2階研修ホール
- 講 師：当院長 奥田康一
- 演 題：『気になる大腸がんのすべて ~便潜血による検診から最新の治療法まで~』
- 対象者：一般市民 150名(入場無料)

#### 【問合せ・申込み先】

浜松赤十字病院 総務課 社会係  
住所：〒434-8533 浜松市浜北区小林1088-1  
電話：053-401-1111(代表) FAX：053-401-1190



### 『日赤サロン・コンサート』開催案内

プロのヴァイオリニストによるヴァイオリン演奏『日赤サロン・コンサート』が開催されます。楽しく、心とむひと時をお過ごし下さい。

- 日 時：平成23年9月28日(水) 午後3時 開演
- 場 所：浜松赤十字病院 玄関ホール
- 出演者：ヴァイオリン 鈴木順子 ほか
- 解 説：古屋豊
- 入場料：無料

どなた様でもご参加できます。多くの方のご来場をお待ちしております

