

ご自由に
おとりください

Hyogo College Of Medicine College Hospital

Vol. 13
2018 June

こころいふ

兵庫医科大学病院 情報誌

ページが増えたニャン。



特集
かかりつけ医を
持ちましょ



私たちの住むまちには、かかりつけ医として日常的な診療を行う「クリニック・診療所・医院」と、兵庫医科大学病院のような「病院」とがあります。役割が異なるこれらの医療機関は、相互に連携して地域の医療を支えています。

かかりつけ医と 兵庫医科大学病院を つなぐ取り組み

地域医療懇談会

阪神南北圏域(尼崎市、西宮市、芦屋市、伊丹市、宝塚市、川西市、三田市、猪名川町)を中心とした各医師会や医療機関の関係者をお招きして「地域医療懇談会」を毎年開催しています。地域の医療機関との連携を強化することで、地域全体で患者さんの治療を支えています。

登録医制度 「武庫川クラブ」

兵庫医科大学病院が開設している登録医制度です。患者さんの紹介などがスムーズに行えるよう、互いに連携を深めていますので、安心して受診いただけます。ぜひ「かかりつけ医」として兵庫医科大学病院の登録医にご相談ください。



登録医の一覧は、
兵庫医科大学病院の
ホームページで見
ることができます

阪神医療福祉情報ネットワーク 「h-Anshin むこねっと」 はんしん

阪神南北圏域において、医療情報をインターネットで共有し、地域全体で医療に取り組むシステムです。兵庫医科大学病院もこれに参画し、患者さんの同意のもと、連携病院やかかりつけ医と診療情報を共有して連携強化を図っています。



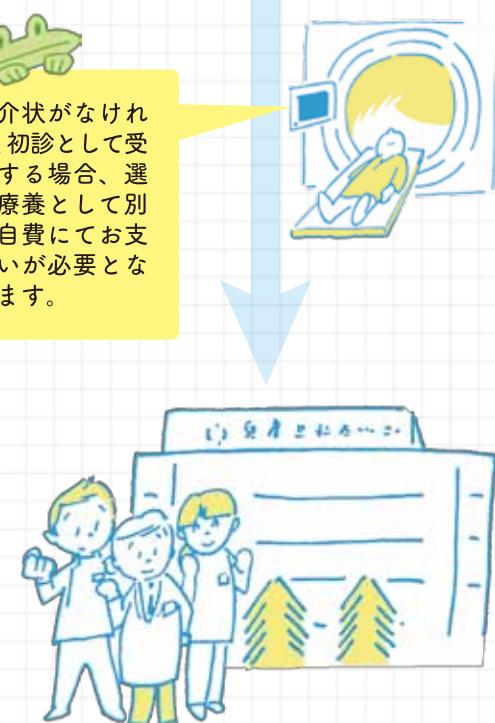
<http://mukonet.org/>



かかりつけ医からの 紹介状を持って受診



紹介状がなければ、初診として受診する場合、選定療養として別途自費にてお支払いが必要となります。



兵庫医科大学病院

症状が急速に重篤化するおそれのある急性期疾患の診療や、MRI・CTなどを使った精密な検査などを行うのが「病院」の役割。阪神地区の基幹病院である兵庫医科大学病院は、高度な医療を行う「特定機能病院」として、地域医療を支えています。

かかりつけ医を選ぶ ポイント！ Check ✓

- Point_1 話をしっかりと聞いてくれて、気軽に相談できる。
- Point_2 病気、治療、薬などについて、分かりやすく、納得がいく説明をしてくれる。
- Point_3 必要に応じて、適切な専門医を紹介してくれる。
- Point_4 できれば家の近くにあり、通院しやすい。



日頃の診察 & 健康管理

詳細な検査や専門的な診療が必要な場合は、病院を紹介



患者さんと かかりつけ医と 兵庫医科大学病院

連携



紹介 & 情報提供



報告

症状が落ち着いたら、薬の処方や理学療法、経過観察などは「かかりつけ医」にお願いしています。

医療支援センター

患者さんの診療をスムーズに行うことを目的に、兵庫医科大学病院と地域の医療機関との連携を深めるためのさまざまな活動を行っているのが「医療支援センター」。医師、看護師、ソーシャルワーカー、メディカルスタッフ、事務員の多職種が連携して、患者さんをサポートしています。



かかりつけ医
(クリニック・診療所・病院)

私たちの生活にもっとも近いところで日常的な診療にあたる地域の開業医。軽い病気やけがの診療、慢性期疾患の診療を中心に行います。

糖尿病



血糖値が高い状態が続くことで、体にさまざまな悪影響をおよぼす「糖尿病」。特に、生活習慣病の一つにも数えられる「2型糖尿病」の患者数は、高齢化や生活環境の変化などに伴い年々増加しています。

「糖尿病」って、どんな病気？

糖尿病には4種類ある

1

1型糖尿病

インスリンを作るすい臓のβ細胞が壊れることが原因。通常はインスリン分泌が不足するため、インスリン注射が必要になります。

2

2型糖尿病

遺伝的な要因に、過食・運動不足など生活習慣の悪化や加齢などが加わり、インスリンの分泌が減少したり、働きが悪くなったりして起こります。



3

その他の要因による糖尿病

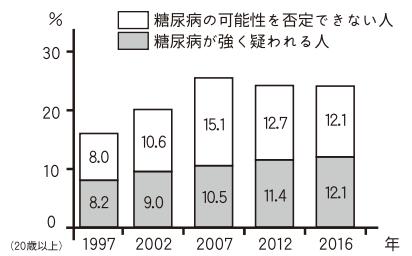
ステロイド薬などの薬剤の使用や、腎臓の病気など、特定のメカニズムや疾患によって引き起こされます。

4

妊娠糖尿病

妊娠中に発見または発症した、糖尿病に至っていない糖代謝異常のこと。胎児にも影響するため注意が必要です。

患者数は年々増加！



2016年の調査で、糖尿病が強く疑われる人の割合は12.1%と過去最高に。

もっと多いのは2型



日本人にもっと多いのは、食べ過ぎや運動不足、ストレスによる2型糖尿病です。

合併症が怖い

糖尿病網膜症

三大合併症

糖尿病腎症

糖尿病神経障害

糖尿病性の網膜症、腎症、神經障害が三大合併症。失明や脚の切斷につながることも。

自覚症状がないまま進行



2型糖尿病の怖いところは、自覚症状がないまま進行すること。症状が現れたときには手遅れの場合も。

「糖尿病」の治療

放つておくとさまざまな合併症やその他の病氣につながりかねない糖尿病。日本人にもっとも多い2型糖尿病の治療について、糖尿病・内分泌・代謝内科の先生に聞きました。

糖尿病は、血糖値を下げるホルモンであるインスリンが出なくなりたり、効きが悪くなったりすることで血糖値が上昇する病気。

多くの2型糖尿病患者さんの場合、基本的に「食事療法」と「運動療法」から治療を開始します。食事療法は、目標カロリーや栄養素の配分を設定して食事の改善を図るもの。当院では、管理栄養士による専門的な指導も受けられます。運動療法は、1日30分以上を目標に散歩などの有酸素運動を続けることなどを指導します。運動療法とともに、誰もが同じようにできるわけではないのです。一人ひとりにしっかりと寄り添い、体の状態やライフスタイルの中できることを引き出していくことが大切だと考えています。

食事療法や運動療法の効果が十分でなければ「薬物療法」を始めます。血糖値が上昇する原因は患者さんごとに異なるため、それぞれに合った薬を選択することが重要です。生活習慣の改善や薬物治療により症状が改善すれば、薬を減らしたり、近くのかかりつけ医で受診いただしたりするとも可能になります。

当院には「糖尿病療養指導士」の資格を持つ看護師や管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師などが在籍しており、全員が一体となって、外科手術を控えた患者さんの健康状態に影響するため、他の科との連携は欠かせません。また、外科手術を控えた患者の中には血糖の管理が必要な方が多いので、当院では外科の医師やスタッフとも緊密に連携し積極的に血糖コントロールを行っています。

人間ドックや特定健診などを利用して自分の血糖管理状況を知りましょう。

糖尿病・内分泌・代謝内科
楠宜樹 講師

糖尿病・内分泌・代謝内科
中野一也 講師



合併症をきたさないためには早期発見・早期治療が重要です。

絹のようによわらかく

「そだつたんですね」と受け入れた様子で隣を気にする奥さん
「そうですか……」と肩を落とす旦那さん
遺伝子検査の結果
旦那さんの側にわずかな変化がみられた。

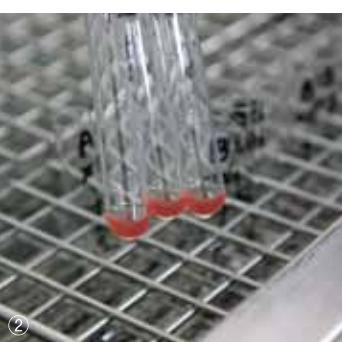
「親」から「子」へ
遺伝子の変化がどのように伝わるかを調べる検査。
原因が分かりホツとしている奥さんとは対照的に
ショックを隠せない旦那さん……。

検査の前にカウンセリングをしていても
診断結果の受け止め方はさまざま。
揺れ動く夫婦の胸の内は、本人たちにしかわからない。

結果が明らかになることで、メリットもデメリットもある検査。

「検査をする」もしくは「検査をしない」
私にできることは、どちらの選択を希望されても
ご本人たちの考えを包み込むように受け止めること。
「こうでなければいけない」といった信念はあえて持たずには
いつまでもやわらかな心でいたいと思う。

白いこころ



①血液に含まれる血清(血液を遠心分離し得られる黄色・透明の液体)にある抗体と赤血球の反応を検査。固まり具合によって血液型を判定し、血液型に合致する血液製剤を選定する。

②血液製剤と患者さんの血液を混ぜ合わせた試験管を、体温に近い37℃に温めたお湯に入れ、副作用が起きないか確認する。少しでも反応がみられるものは、輸血に使用しない。

遺伝カウンセラー 岡田千穂



兵庫医科大学病院では毎日、安全な輸血のために不可欠な「輸血検査」が行われている。患者さんの血液は、貧血や手術で輸血が必要となる緊急時に備え、さまざまな項目について調べられる。検査の結果、患者さんの体内で「不適合を起こしにくい」と判定された血液製剤だけが準備されるのである。

お知らせ

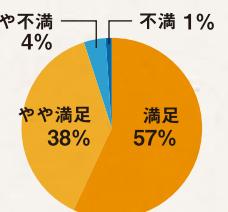
兵庫県アレルギー疾患 医療拠点病院に指定されました

兵庫医科大学病院は、2018年2月1日付で「兵庫県アレルギー疾患医療拠点病院」に指定されました。これは、アレルギー疾患がある方が、居住地域に関わらず適切なアレルギー疾患の診療を受けることができるようになります。国が各都道府県に指定するよう求めたものです。当院では、多職種と連携して県内のアレルギー診療の充実に向けて取り組んでいます。

外来患者さんアンケートに ご協力いただき ありがとうございました

2018年3月2日、外来で受診された患者さんに対してアンケートを実施し、「医療職の対応」や「施設面」の設問項目について1133名の方にご回答いただきました。今回の回答結果を踏まえ、療養環境の改善とよりよい医療の提供を目指していきます。

◆あなたは総合的にみて、当院に満足していますか？



(人)	
満足	557
やや満足	364
やや不満	40
不満	10
無回答	162

*アンケートの集計結果は当院ホームページよりご覧いただけます。

2018年4月から保険適用に

「手術支援ロボット」による 胃がん手術を実施しています

兵庫医科大学病院では、「手術支援ロボット」による胃がん手術には、手術での「傷がない」というメリットがあり、安全で合併症の少ない手術を実現できる可能性があるといわれています。多関節機能と手ブレ防止機能を備えたロボットの「手」と3Dの高精細内視鏡の「目」を持つため、外科医は正確かつ繊細な手術を行えます。

2018年4月から保険適用となり、今後も患者さんに安心して手術を受けていただけるよう万全の体制を整えています。

アピアランスケア（外見支援） 相談会・展示・試着会

がん治療の副作用や手術による乳房欠損などによる外見の変化に悩む患者さんのために、ウエーブや下着のメーカーと共同で展示・試着会を開催しています。男性、女性、どなたでもご参加できますので、お気軽にお越しください。

*会場内での展示品の直接購入はできませんので、ご了承ください。



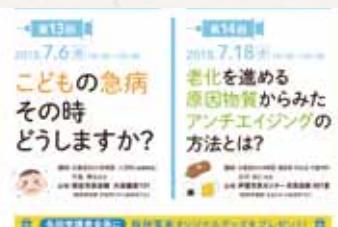
市民健康講座で 学びましょう



周辺地域にお住まいの方々を対象に、毎月市民健康講座を開催しています。

ご自由にご参加ください。

開催日	テーマ	講演者
第13回 7月6日(金)	こどもの急病。 その時どうしますか？	
第14回 7月18日(水)	老化を進める 原因物質からみた アンチエイジングの 方法とは？	庄司 拓仁
	竹島 泰弘	講師 代糖 代謝 内病 内病 小児科 療部 長



【開催場所】
<第13回>
西宮市民会館1階 大会議室101
(阪神電車「西宮」駅「市役所口」改札から北へ徒歩1分)
<第14回>
芦屋市民センター市民会館4階401室
(阪神電車「芦屋」駅北出口から徒歩7分)
【開催時間】
18時30分～20時(受付開始18時)
【参加費】無料
【定員】100名(事前申し込み、先着順)
主催：学校法人兵庫医科大学
阪神電気鉄道(株)
協力：阪急阪神保険サービス(株)
後援：西宮市、芦屋市、尼崎市

【申し込み締切】
— 第13回 —
7月3日(火)
— 第14回 —
7月13日(金)

【申し込み方法】>>> 医療支援センター event@hyo-med.ac.jp
上記のメールアドレス宛てに必要事項を記入してお申し込みください。
記入必要事項 代表者氏名・フリガナ・参加希望回・参加希望人数
※メールの件名に『阪神沿線健康講座申し込み』とご記入ください。



【開催場所】
兵庫医科大学病院
10号館3階第3会議室
【参加費】
無料・申し込み不要
(定員60名)
【お問い合わせ先】
医療支援センター
0798-45-6035(直通)

開催日	テーマ	講演者
9月12日(水) (開催時間) 15時～16時30分	関節リウマチ 治療について	森本 麻衣
8月22日(水) (開催時間) 15時～16時30分	手術室って どんなところ？	米田 弥里
7月18日(水) (開催時間) 15時30分～17時	骨にもできる腫瘍 しじのびによる 突然の骨折	鈴谷 博之

快適・便利ナビ

10号館 3階

売店 ドウラ・メール

おいしいもの大集合！
魅力的な商品が続々登場しています！地元のおいしいお弁当屋さん、
サンドイッチ屋さんが大集合！

売店ドウラ・メールでは、地元のおいしい日替わり弁当や手作りサンドイッチを販売しています。もちろん、街中でよく見かけるお馴染みのお弁当屋さんや弁物も！「お腹が空いたなあー」という時にぜひお立ち寄りください。お店の前には休憩室もあります！

<お弁当などラインナップ>

「そしゅうえん」「ほっかほっか亭」「本家かまどや」「内野家」「ikari」「松屋」「マジックパン」「とんかつまい泉」「ベーカリーReve(レーブ)」など



生花に長期保存加工を施した新しいタイプのお花。水やり不要で手間いらず。
お見舞いの品として最適です！

※兵庫医科大学病院では生花や植木鉢の院内持ち込みはご遠慮いただいております。

篠山物産展のご案内！

兵庫医科大学は、篠山市の地域医療に貢献することを目的にささやま医療センターを開設しています。来院の皆様にも篠山市をより知つていただくために、年8回の篠山物産展を1号館西側で開催しています。ぜひお越しください。



7月
きゅうり、トマト、バブリカなど、9月
新米をはじめ、オクラ、しいたけなどを販売します！

開催日：7月24日(火)・9月18日(火)
時間：10時～16時
場所：1号館1階西側



アミノ酸の一種であるアスパラギン酸が多く含まれるアスパラガスは、新陳代謝を促し、疲労回復やスタミナ増強に効果的。利尿作用もあることから、腎臓や肝臓の機能回復にも。穂先部分に多く含まれているルチンと呼ばれる栄養成分は血管を丈夫にしてくれるので、高血圧や動脈硬化の予防にもおすすめです。

アスパラガスとトマトのチーズ焼き



材料(1人分)

アスパラガス(太め)	2～3本
トマト	1個
厚切りベーコン	20g
卵	1個
ピザ用チーズ	30g(お好みで調整)
オリーブオイル	適量
塩・コショウ	適宜

作り方

- アスパラガスは5cm程度に切り、電子レンジで加熱する。
- トマトを輪切りにする。
- ベーコンは拍子木切りにして、フライパンで焼く。
- グラタン皿に軽くオリーブオイルを塗る。
- トマトを敷いて、塩・コショウとピザ用チーズをかける。
- 上にアスパラガス、ベーコンを並べ、真ん中に卵を落とす。
- オーブンでチーズが溶けるまで焼く。

アスパラガスの肉巻き炒め



材料(1人分)

アスパラガス(太め)	2本	A	酢	3g
豚バラ肉	2枚		しょうゆ	10g
油	大さじ1/2		砂糖	5g
しそ	1枚		みりん	10g

作り方

- 豚バラ肉でアスパラガスを巻く。(長いようであれば適当な大きさに切っておく)
- フライパンに油を敷いて、①を焼く。
- 鍋にAを混ぜ合わせて入れ、軽く煮詰める。
- ②に火が通ったら、しそを敷いたお皿に盛り付け、③をかける。

管理栄養士の旬レシピ

今号の管理栄養士

渡邊折野千恵さん



1号館附属棟3階

タリーズコーヒー | ランチメニューも充実！



小エビとジャガイモのジェノベーゼ

単品 810円
ドリンクセット 1,020円～

ナスとベーコンのトマトパスタ

単品 700円
ドリンクセット 910円～

タピオカほうじ茶ラテ

Tall サイズのみ 540円

バジルの彩り鮮やかなジェノベーゼのパスタ。ぶりぶりの小エビとジャガイモのはっくりした食感もお楽しみいただけます。

ほどよい酸味が引き立つピリ辛のトマトソースに、香ばしい揚げナスとベーコンを合わせました。風味豊かなエクストラバージンオリーブオイルで、より深みのある味わいに。

苦みを抑えながら香ばしさを引き出したほうじ茶に、まろやかなミルクを合わせました。タピオカのもちもち食感とともに「和」の味わいをお楽しみください。



店長のおすすめ

Recommend

メープルハニートーストラテ

Tall サイズ 580円 / Grande サイズ 640円

人気の『ハニートースト』をモチーフに、エスプレッソとバニラ香るメープルソース、タリーズハニーを合わせ、エスプレッソのほろ苦さがほどよく引き立つ味わいに仕上げました。ホイップクリーム、3種のベリー、メープル風味のラスクをトッピングし『ハニートースト』の味わいと見た目を表現しました。2017年のタリーズバリスタコンテストにおいて、「ベストシグニチャードリンク賞」を受賞した、店舗フェロー(従業員)考案のドリンクです。



1号館附属棟2階

式番館カフェレストラン

式番館カフェレストランでは、朝8時30分から11時まで、モーニングサービスを実施。気持ちの良い朝の時間、リーズナブルに朝食をお楽しみください。



モーニングサービス (各420円) *Good Morning.*

〈Aセット〉 トースト・ゆで卵	〈Bセット〉 トースト・ミニサラダ
コーヒーまたは紅茶	

店長のおすすめ

Recommend

鶏と野菜の黒酢和え 980円
さっぱりとしたコクのある味が癖になること間違いなし!

クリームソーダ 480円
懐かしのクリームソーダ。「昭和の味」をご堪能ください。

10号館10階

レストラン ROYAL

兵庫医科大学病院 臨床栄養部 監修
ヘルシーメニュー第3弾登場！

冷やしあん定食 1,200円(1日30食限定)



晴れた日の眺望は格別

6月1日よりヘルシーメニュー第3弾として「冷やしあん定食」(冷やしあん、キュウリともぞくの酢の物、トウモロコシのすり流し、水菓子(オレンジ)、麦御飯)を平日のみ1日限定30食提供しています。

このメニューは、厚生労働省が健康の維持・増進のために勧める食事指針(※)に基づき、兵庫医科大学病院の臨床栄養部監修のもとレストランROYALが提供するものです。

栄養バランスや食塩、野菜を理想的な内容で摂取できます。特に野菜は1日の目標量である350gの2/3以上を摂取でき、食塩については1日の目標量(成人男性8g女性7g未満)の約1/3に抑えました。日頃の野菜不足や食生活改善の参考にお役立てください。

※「日本人の食事摂取基準2015年版(健康日本21)」

店長からのお知らせ
Message for you

個室も
ご利用ください



お見舞いの際のご歓談などにご利用いただけます。

店長のおすすめ
Recommend



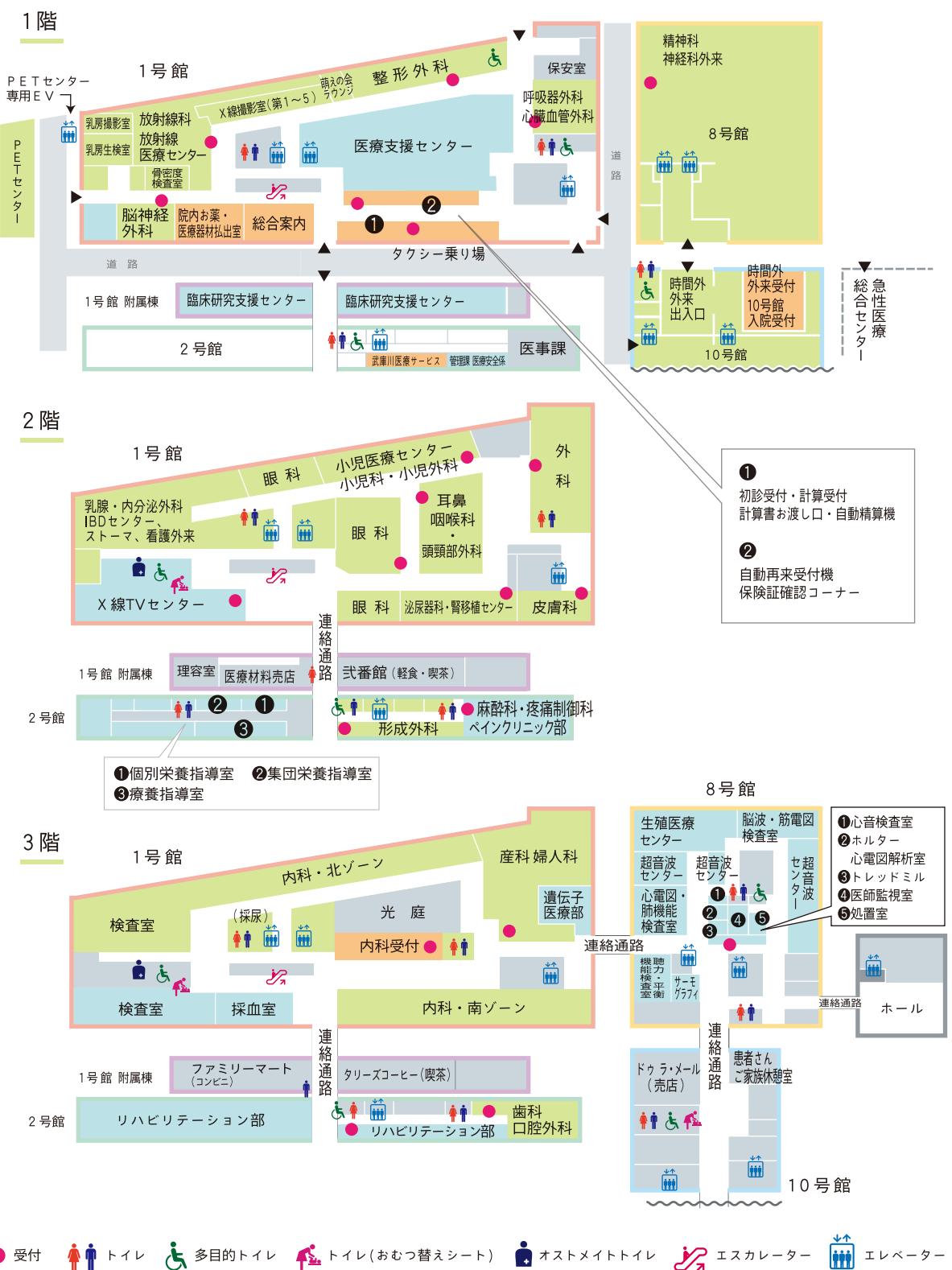
ミニ2セット(香の物付)
1,058円

ミニ天丼・ミニカツ丼・ミニ親子丼からお選びいただき、さらにミニうどんなど麺類をお選びいただけます。

お食事をされた方にコーヒーを1杯108円でご提供するクーポン券付チラシを院内各所に設置しております。ぜひご利用ください。

ご予約電話番号：0798-45-6057

兵庫医科大学病院フロアガイド



テレビカード精算機

入院中にご使用になったテレビカードを精算される場合は、テレビカード精算機にて返金できますので、ご利用ください。

<テレビカード精算機 設置場所>

1号館 1階西側 1 脳神経外科外来手前 (ご利用可能時間: 8時~18時)
1号館 1階 2 自動精算機東側ロビー (ご利用可能時間: 8時~18時)
10号館 1階 3 時間外外来受付前 (24時間利用可能)



*テレビカードは病棟のナースステーション前で購入いただけます。

1号館附属棟 3階

ファミリーマート

24時間・年中無休で営業中!



ファミマ自慢の
ホットスナックはいかが?

ファミリーマートでは、お弁当、おむすび、お惣菜やデザートに加え、焼き鳥やコロッケなどのホットスナック系商品も好評販売中!

*価格はすべて税込みです。



レストラン ROYAL(ロイヤル)

営業時間: 平日、第1・3土曜日 8時30分~16時
11時~17時
休業日: 病院休診日

10号館 10階

式番館 カフェレストラン

営業時間: 平日 8時30分~16時
第1・3土曜日 8時30分~14時
休業日: 病院休診日

1号館附属棟 2階



タリーズコーヒー

営業時間: 7時~20時/年中無休
第1・3土曜日 8時30分~14時
休業日: 病院休診日

1号館附属棟 3階

ファミリーマート

営業時間: 24時間営業/年中無休
1号館附属棟 3階

キャッシュコーナー、チケットサービス、その他各種空港サービスあり



売店 ドゥラ・メール

営業時間: 7時~21時/年中無休
第1・3土曜日 8時30分~16時
休業日: 病院休診日

10号館 3階

日用品・新聞・食品・飲み物類



医療材料売店

営業時間: 月~金 8時30分~18時
第1・3土曜日 8時30分~16時
休業日: 病院休診日

1号館附属棟 2階

各種医療材料



武庫川医療サービス

営業時間: 月~金 8時30分~16時45分
第1・3土曜日 8時30分~12時30分
休業日: 病院休診日

2号館 1階

切手類・印鑑・テレホンカード・両替付添寝具・宅急便

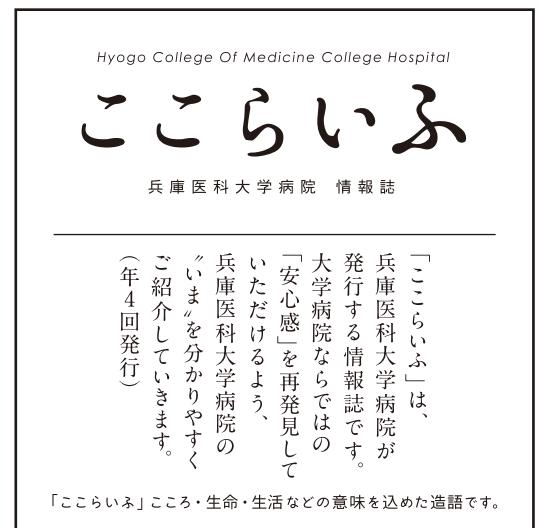


広沢理容室

営業時間: 月~土 8時40分~17時40分
休業日: 日曜日・祝日

1号館附属棟 2階

*ペッドサイドへの出張サービスも行っています。
担当の看護師にご相談ください。



兵庫医科大学病院へのアクセス



- 阪神電車(本線)「武庫川」駅下車、西出口より徒歩5分
- JR「甲子園口」駅下車、タクシーで約10分
- 阪神電車(本線)「甲子園」駅下車、タクシーで約5分

駐車場のご利用について

ご利用時間 24時間／年中無休

■患者さんのご利用

60分以内	60分／100円
60分を超える	60分／100円

※診療時間内(平日:16時45分、土曜日:12時30分まで)に、
次の窓口に駐車券を提示して、割引処理を受けてください。

- 外来通院の場合
→ 受診された各科外来受付窓口
- 入院・退院のとき
→ 医療支援センター(1号館1階)
→ 入院受付窓口(10号館1階)

■一般の方(ご家族、お見舞客など)のご利用

平日: 7時～16時45分 / 土曜日: 7時～12時	120分以内	60分／100円
	120分を超える	20分／100円

上記以外の時間帯および日曜・祝日等当院休診日の
ご利用時間のすべてが 60分100円(割引処理不要)

本学病院周辺道路は、終日全面駐車禁止となっております。
お車でのご来院の際には、必ず立体駐車場をご利用くださいます。

<お願い> ●診療時間内に割引処理を受けていない場合は、一般料金扱いになります。●所定の窓口以外では、割引の処理はできません。●駐車券を紛失又は汚損されると、料金のお支払に支障が生じますので、くれぐれも取扱いにご注意ください。●場内での事故や盗難等の事件については、一切の責任を負いませんのでご了承願います。●入場できる車両の高さは、2.1m以下です。また、車底の低い車両や全長の長い車両は、入場をお断りいたします。



ゴッホ作「ひまわり」

東郷青見記念
損保ジャパン日本興亜美術館

文化・芸術を通した 「真の感動」と「こころのゆたかさ」を、 ひとへ、社会へ。

私たちは「本物だけがもつ力」を信じます。

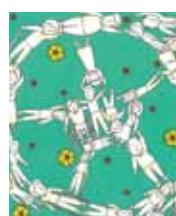
だからこそ1987年からいまに至るまでの30年間、ゴッホの名画「ひまわり」を新宿の美術館で多くのかたに鑑賞していただき、「真に感情がゆさぶられる体験」をお届けしてきました。

「安心・安全・健康」を支える会社だからこそ、その先にある本物の「こころのゆたかさ」まで実現する未来を描いていきたい。



「対話による美術鑑賞教育」
支援活動

子どもたちが本物の作品をじっくり見て、感じたことを言葉にしてみんなと話しあう。作品の見方や考え方を深めるための活動を、ボランティアのガイドスタッフのみなさまと共におこなっています。



障がい者アートの
支援

障がい者アーティストの経済的な自立を目的に、ビジネスとしてアート活動の支援に取り組んでいます。海外と同様に、日本でも芸術家として高く評価される作家誕生のお手伝いをしています。



損保ジャパン日本興亜名古屋
ビルの一部を人形劇専用ホールとして提供し、NPO法人愛知人形劇センターと共同で運営しています。人形劇という地域文化発展のお手伝いをしています。

損害保険ジャパン日本興亜株式会社

神戸支店 法人第一支社
〒650-8501 兵庫県神戸市中央区栄町通 3-3-17
Tel:078-333-2595 <https://www.sjnk.co.jp/>