



『わだち(轍)』とは車が通ったあとに残る両輪の跡。地域の皆さまと両輪となってこれからも確かな跡を残していきたい、との思いから名付けました。

わだち

〔理 念〕

心ある医療を実践し、地域の医療・福祉に貢献する

〔基本方針〕

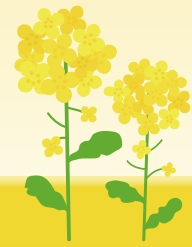
- ① 私たちは、地域医療機関との連携を密にし、住民の健康を守るべく努力します。
- ② 私たちは、医学の進歩を学び、常に医療の安全と質の向上をめざします。
- ③ 私たちは、済生会人としての誇りと自覚を持ち、親切で思いやりのある医療をめざします。
- ④ 私たちは優れた人材を育成し、働きがいのある職場をめざします。



【表紙写真・患者様撮影】

INDEX (目次)

- p.2 ドクターの声
- p.3 お知らせ (市民公開講座のご案内)
- p.4 お知らせ (糖尿病教室のご案内)
- p.5 掲示板 (メディア掲載情報・今月の投書から)



喫煙の影響について

最近ニュースでもよく取り上げられていますが、厚生労働省が 2020 年の東京オリンピック・パラリンピックに向けて、受動喫煙の対策強化を打ち出しています。主な公共施設で建物内禁煙とする一方、飲食店などサービス業の施設は原則禁煙とし喫煙室の設置は認められ、施設管理者や喫煙者を罰則付きで規制する方針です。

みなさんもお存知のように喫煙は、体に悪い影響を与えます。海外では喫煙による肺癌などの死亡で多額の賠償請求が起こっており、日本でもタバコに『喫煙はあなたの健康を損なう恐れがあります』等の様々な警告文章が表示されるようになっていました。ではどれほど喫煙は体に影響を及ぼしているのでしょうか？少し調べてみましょう。

まずは癌に関して調べてみましょう。喫煙は、肺癌のリスクを高めることはみなさんもお存知のとおりですが、実は多くの癌に関してもリスクを高めることが証明されています。報告によって様々ですが、肺癌では非喫煙者と比較して 4-5 倍高く、また食道癌は約 3-5 倍、胃癌は約 2 倍リスクを高めるとの報告があります。また、喉頭・咽頭癌や白血病、肝臓癌、膵臓癌などもリスクを高めることが証明されています。

癌以外はどうか？脳卒中や心筋梗塞、動脈硬化、高血圧、糖尿病、メタボリックシンドローム、胃潰瘍、肺気腫、肺炎、喘息、うつ病、バセドウ病、骨粗鬆症など、全身の病気のリスクを高めることがわかっています。また病気のリスクだけでなく、妊娠・出産への悪影響や乳幼児突然死症候群の発症リスクにも関連が報告されています。次に肺気腫（慢性閉塞性肺疾患）についてもう少し詳しく説明してみます。肺は皆様もお存知のように酸素と二酸化炭素を交換している場所です。肺は肺胞という小さな袋が数億集まって一つの肺を作っています。その肺胞がタバコの有害な煙により炎症を起こし壊れてしまいます。肺胞は空気の通り道（気管支）を広げる働きもしているのですが、肺胞が壊れたため気管支が広がらなくなり、息が吐きにくくなることにより、息切れなどの様々な症状が出現してきます。症状が進行すると歩くこともできなくなってしまいます。また、肺気腫は肺だけでなく、全身の炎症、筋力低下による能力低下、栄養障害、骨粗鬆症などを起こします。40 歳以上の人口の 8.6%、約 530 万人の患者が存在すると推定されています。死亡原因の 9 位、男性では 7 位を占めている重大な病気の一つです。

最後に禁煙しようと思った人も多いと思いますが、なかなかやめられないのは何故でしょうか？それは身体的依存（ニコチン依存）と心理的依存の二つがあるからです。現在では禁煙外来という医療が受けられる

医院などが増えています。経験ある専門のスタッフや医師が薬やカウンセリングなどで禁煙のサポートをし

てくれます。禁煙を望まれる方は、利用することにより禁煙成功率をあげることができると思います。周りの人だけでなく、自分の体のためにも是非喫煙されている方はこの機会に禁煙を考えてみてはどうでしょうか？



〈内科 大屋 貴広〉



第 21 回 済生会奈良病院市民公開講座

これからのがん治療 看護師の立場から



日 時 5月20日(土) 14:00~15:00
場 所 済生会奈良病院 2階大会議室
講 師 小谷 沙代 がん化学療法看護認定看護師
定 員 40名 **無料**
お問い合わせ 済生会奈良病院 地域連携室
TEL:0742-36-1881(代)
メール: renkei@saiseikai-nara-hp.jp



今月の投書から



◎ご意見

売店、食堂がどこにあるかわかりにくい。会計、薬待ちの時に上から吊ってある表示にも案内が出ていないし、どこにあるか聞いたらテレビの横に小さく案内が出ていて、地下にあると聞いてエレベーターや階段の所に行くと案内があった。地下とわかっている方にはわかるが、1階にあるのかと表示を探している者にはわかりにくい。知らない者にもわかりやすい案内にしてもらいたい。

◎回 答

御不自由をおかけして申し訳ありません。案内表示があるものの小さく見えにくいことから、表示を付けかえたり、案内を増やすなど工夫をしてまいります。

◎ご意見

病棟のトイレにも便座クリーナーをつけてほしい。

◎回 答

ご迷惑をおかけしました。至急設置の手配を行ない、環境改善を図ります。



糖尿病教室のご案内

開催場所 当院 2 階小会議室（都合により変更させて頂く場合があります）

受付 開始時間の 15 分前より行います

（前期）

	開催日	時間	講義内容	講義担当者
第1回	5月20日(土)	10:00～10:30	糖尿病ってどんな病気？ ～糖尿病について図や絵を用いてわかりやすくお話します～	内科医師
		10:30～11:00	糖尿病の怖い合併症、糖尿病性腎症 ～ご存知ですか？慢性腎臓病をわかりやすくお話します～	看護師
		11:00～11:30	わかりやすい糖尿病検査	検査技師
第2回	6月17日(土)	10:00～10:30	糖尿病の怖い合併症、眼の合併症 ～ビデオでわかりやすく説明します～	眼科医師
		10:30～11:00	食品の80キロカロリーってどれ位？	管理栄養士
第3回	7月20日(木)	15:00～15:30	糖尿病の怖い合併症、神経障害 ～しびれはないですか、あなたの足は大丈夫ですか～	神経内科医師
		15:30～16:00	あなたに役立つ日常生活のポイント ～フットケアの実践～	看護師
第4回	10月21日(土)	10:00～10:30	糖尿病の運動療法 ～糖尿病とうまく付き合う～	理学療法士
		10:30～11:00	これだけは知ってほしい、糖尿病の薬のお話① ～特に飲み薬を中心に～	薬剤師

（後期）

	開催日	時間	講義内容	講義担当者
第1回	11月18日(土)	10:00～10:30	糖尿病ってどんな病気？ ～糖尿病について図や絵を用いてわかりやすくお話します～	内科医師
		10:30～11:00	糖尿病の怖い合併症、糖尿病性腎症 ～ご存知ですか？慢性腎臓病をわかりやすくお話します～	看護師
		11:00～11:30	わかりやすい糖尿病検査	検査技師
第2回	12月16日(土)	10:00～10:30	糖尿病の怖い合併症、眼の合併症 ～ビデオでわかりやすく説明します～	眼科医師
		10:30～11:00	食品の80キロカロリーってどれ位？	管理栄養士
第3回	1月18日(木)	15:00～15:30	糖尿病の怖い合併症、神経障害 ～しびれはないですか、あなたの足は大丈夫ですか～	神経内科医師
		15:30～16:00	あなたに役立つ日常生活のポイント ～フットケアの実践～	看護師
第4回	2月17日(土)	10:00～10:30	糖尿病の運動療法 ～糖尿病とうまく付き合う～	理学療法士
		10:30～11:00	これだけは知ってほしい、糖尿病の薬のお話② ～特にインシュリンを中心に～	薬剤師

☆お申し込みは各科窓口で承ります。参加費無料です。

●当時の受付も可能ですが、資料等の準備の都合上、事前のお申し込みをお願いします。

●糖尿病でお悩みの方、関心のある方はどなたでもご利用下さい。



展示作品募集

当院では患者さまへの「癒し」をテーマに、院内の各場所に絵画や写真等を展示させていただいております。現在も患者様や地域の方々の作品を多く展示させていただいております。展示させていただける作品がございましたら、最寄りのスタッフにお声掛けいただくか、お電話やメールにて総務課までご一報ください。

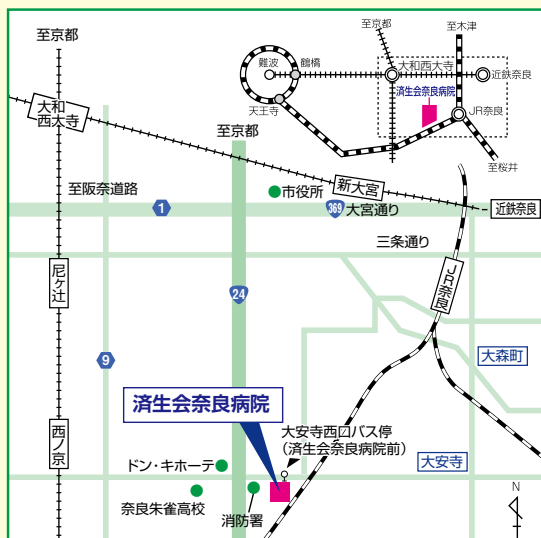


皆さまのご意見をお聞かせください

皆さまから済生会奈良病院に対するたくさんのお声をいただき、誌面に掲載していきたいと思っております。ご意見やご要望等がございましたら、下記まで宜しくお願い致します。また、表紙に掲載させていただく写真も募集致しております。添付ファイルにて下記のメールアドレスまでお送りください。



〒630-8145 奈良市八条4丁目643番地
社会福祉法人 恩賜財団 済生会奈良病院「わだち」係
e-mail wadachi@saiseikai-nara-hp.jp



社会福祉法人

恩賜財団

済生会奈良病院

〒630-8145 奈良市八条4丁目643番地

TEL (0742) 36-1881 番(代) FAX (0742) 36-1880 番

URL <http://www.saiseikai-nara-hp.jp/>

e-mail jimubu@saiseikai-nara-hp.jp

①近鉄奈良駅前より恋の窪町行大安寺西口バス停下車スグ

②県庁前発・近鉄奈良駅前よりJR奈良駅経由済生会奈良病院行
または県立図書館情報館行

診療科目

内科・神経内科・外科・整形外科・小児科
婦人科・泌尿器科・眼科・耳鼻咽喉科
放射線科・麻酔科・リハビリテーション科・人工透析室

ケアプランセンター
すずらん

訪問看護ステーション
野の花