



fureai

ふれあい

URL <http://www.tkgh.jp>
E-mail general@tkgh.jp

発行所 総合病院 土浦協同病院 発行人 家坂 義人
〒300-0053 茨城県土浦市貞舘新町11-7 TEL029-823-3111



富山県朝日町「チューリップと立山連峰」撮影者・香取 逸美

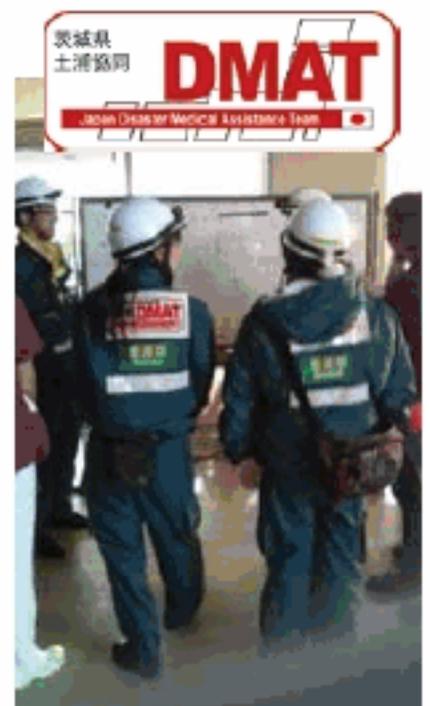
つくば市竜巻、土浦協同病院DMAT出動

庶務課 芹沢 翼

DMAT (Disaster Medical Assistance Team) とは、「災害急性期に活動できる、機動力のある、専門のトレーニングを受けた、医療チーム」をいいます。

5月6日、つくば市北条地区で発生した竜巻により当院DMATが出動しました。発災から2時間ほど経過してからの出動要請で、今回参集したDMATは県内の病院より5チームでした。今回DMATの主な役割は、竜巻により倒壊した家屋で動けない傷病者がいた場合の救急処置というものでした。実際現場において、当院DMATは救急隊と連携して、負傷者の救急処置及び病院搬送を行いました。

実際に現場活動を行うことで、訓練では気付かないことも多々あり、今後の検討課題も見えました。これからも、出動の機会が無いことを願いつつも、いつ起こるか分からない災害に対する準備をしていきたいと思えます。



看護の日を開催して

土浦協同病院看護師会会長 廣瀬 みち子

平成24年5月17日（木）に、看護師会主催による看護の日「テーマ：あなたに届け看護の心」のイベントを開催しました。お天気にも恵まれ、青空の下で、健康教室、バザー。中央ホールでは、ウィックの情報交換会、華道クラブによる、お茶の体験、各健康教室のポスターでの紹介。救急5階では、音楽コンサートとを行ない、たくさんの方に参加して頂きました。参加された方から「癒された」「楽しかった」などと、うれしいご感想を頂きました。皆様の協力で盛大に開催することが出来、本当にありがとうございました。

ウィックの情報交換会



♪ 音楽コンサート ♪



☆まちの保健室
健康相談 ☆



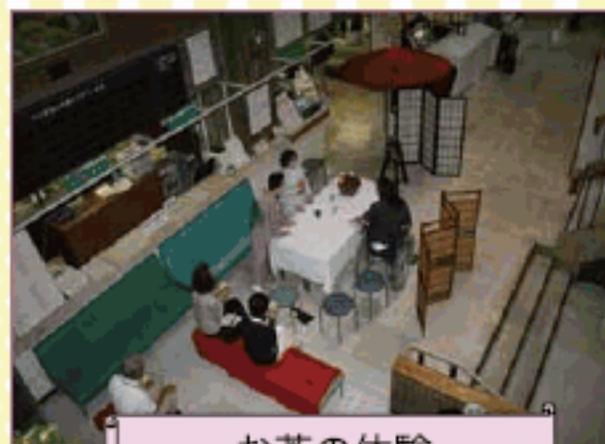
年間を通して健康教室
を開催しています



健康相談



お茶の体験



薬と食品の飲み合わせについて

薬剤部 椿 浩之



1) ワーファリンと納豆

ワーファリンの薬の効果は、血液を固まらせる作用を持つビタミンであるビタミンKの働きを抑えて血液を固まりにくくして血液の流れを良くしています。一方、納豆に含まれる納豆菌は腸内でビタミンKを作る働きが強く、ワーファリンでビタミンKの働きを抑えても、納豆菌がどんどんビタミンK作るためにワーファリンの作用を弱めてしまいます。納豆はワーファリンを服用している方にとっては食べてはいけない食品です。ただし、大豆・豆腐・味噌は食べても影響はありません。これらには、ビタミンKを作る菌がいません。また、ヨーグルトなどの乳酸菌の入ったものも影響はありません。その他に、ビタミンKが多く含まれている食品に、クロレラや青汁があります。これらもワーファリンを服用中は摂取を控えたほうが良い食品になります。

緑黄色野菜や海藻類にもビタミンKを多く含んでいるため大量に一度に食べることは避ける必要がありますが、緑黄色野菜を全く取らないことは栄養上よくないので毎日一定量とるようにして、その代わりに、ワーファリンの効果を変える検査を基にワーファリンの量が調節できていれば問題ありません。



2) 高血圧治療薬とグレープフルーツジュース

高血圧治療薬の種類の中でカルシウム拮抗剤という仲間の薬はグレープフルーツジュースとの飲み合わせにより、飲まなかった時と比べて、薬の体の中への吸収が多くなり、血圧が下がりすぎたり、頭痛、ふらつき、動悸などがあらわれたりすることがありますので控えたほうがよい飲み物です。

果物のグレープフルーツは個人差が大きく、人によっては、グレープフルーツもジュースと同じように頭痛、ふらつき、動悸などが現われることがあります。食べてはいけないというわけではありませんが量の調節や人によっては注意が必要です。

このように薬と食品の飲み合わせで、薬の効果が強くなったり、弱くなったりと治療に妨げになることがあります。病院や薬局から提供される薬の説明書から情報を得たり、薬の説明を聞くことにより、薬の正しい知識を身につけることが重要です。



健康サポート委員会からのお知らせ

患者・家族が健康の保持・増進及び在宅ケアの充実が図れるよう、予防から治療そして在宅に至る、幅広い分野での健康教室の企画・運営を行います。

子どもの健康教室

7月6日(金)14時30分～15時

テーマ
『予防接種について』



開催場所:小児科外来待合

マンマ教室

7月24日(火)13時30分～15時00分

テーマ
『乳房再建のはなし&下着・パッド
情報交換会(案)』



開催場所:救急5階会議室

腎臓病教室

7月3日(火)13時30分～14時30分

テーマ
『腎臓のしくみと
働きを理解しましょう』



開催場所:救急5階会議室

介護教室

6月26日(火)13時30分～14時30分

テーマ
『脱水・熱中症の予防について』



開催場所:正面玄関外来受付

タバコ卒業教室

6月20日(水)・7月18日(水)
13時30分～15時30分

テーマ
『タバコの真実の話し
禁煙のコツ・ヒント』



開催場所:健康管理センター2階

糖尿病教室

6月22日(金)13時30分～15時

テーマ
『糖尿病&健康志向の方のための
外食メニュー・コンビニ惣菜の選び方』

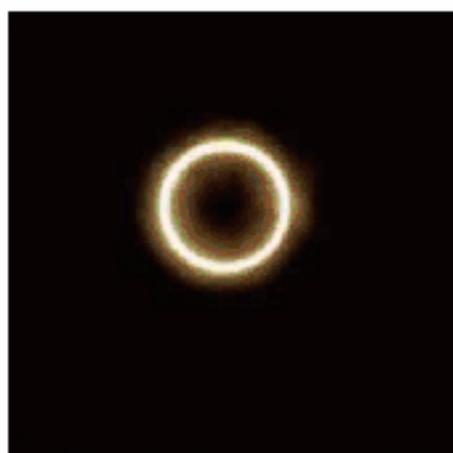


開催場所:救急5階会議室

金環日食 2012年5月21日、全国で部分日食を見ることができるとともに、九州地方南部、四国地方南部、近畿地方南部、中部地方南部、関東地方など広範囲で金環日食を見ることが出来ました。



①5月21日部分日食・午前7時20分



②5月21日金環日食・午前7時33分



③5月21日部分日食・午前7時37分

写真三枚・撮影者:香取 逸美