

## 清流

広報誌タイトルは伊藤博名院長みずからのネーミングによるもので、患者さま一人ひとりに対して職員全員が犀川の清き流れの如く澄んだ気持ちでおだやかに思いやりを持ちながら対応させて頂ければと考えております。

## 病院の理念

- ・信頼される安全で質の高い医療を目指します。
- ・地域との連携を大切にし、地域の保健・福祉に貢献します。

## 基本方針

- ・地域医療に専門性を生かし貢献します。
- ・患者さま中心の安全で質の高い医療を提供します。
- ・心のもった温かい最善の医療サービスに努めます。
- ・十分な医療情報の提供を行い患者さまの権利を守ります。
- ・自らの技術・知識・モラルの向上に努めます。

## 患者さまの権利

- ・平等で安全に最善の医療を受ける権利をもちます。
- ・治療を自由に選択し自己で決定する権利をもちます。
- ・治療内容を知る権利と知らないでいる権利をもちます。
- ・プライバシーが守られる権利をもちます。
- ・他の医師や医療機関の意見(セカンド・オピニオン)も聞き納得し治療を受ける権利をもちます。
- ・前もって選んだ意思でご自分の生き方を選ぶ権利をもちます。

## 患者さまへのお願い

- ・病気に対する正確な情報を医療担当者にお伝えください。
- ・よりよい医療環境を維持するために病院の規則と職員の指示をお守りください。
- ・病気の改善や治癒のために、また患者さまと医師・医療従事者との良好な関係を保つために、患者さま自身の治療への参加をお願いします。

## 医療倫理4原則の尊重

1. 患者さまの自立性尊重(自己決定権の尊重)の原則
2. 患者さまに最大限に利益をもたらす原則
3. 患者さまに危害をくわえないよう行動する原則
4. 患者さまに医療を公平、平等に医療を提供する原則

## 熱中症、今が注意!!

## 気温のあがる時期があぶない

人間は体温が上昇すると汗をかき体外に熱を出します。しかし気温や湿度が高くなると、体内の水分や塩分が大量に消費し、体温調節がうまく働かなくなります。めまい、失神、筋肉痛、こむら返り、頭痛、気分の不快、吐気、おう吐、倦怠感などがおき、重症だと死に至る場合もあります。また高血圧や糖尿病などの持病がある人も重症化しやすいので、注意が必要です。

## 熱中症は、特に高齢の方で多発しております。

## 原因① 体温調整機能の低下

高齢の方は体温調節機能が若いころより低下しています。また人は汗をかいて体温を下げようとしますが、高齢の方では汗をかきにくくなっており、体温をうまく下げることができないのです。

## 原因② 水分の摂取量が少ない

人間は体内の水分が低下してくると、脳から働きで「水分不足」と認識し、水を飲もうと促がすのですが、高齢の方の場合はこの機能が低下しています。脱水の症状で「のどの渴き・脈が早くなる・めまい・吐気・血圧低下」などがでて、「私、いつも通り」、「私、持病あるから」とあぶないと認識をしない傾向があり、気づくのが遅れることがあります。また夜間の頻尿や尿漏れの心配から、水を飲むことを我慢することも多いですが大変危険です。

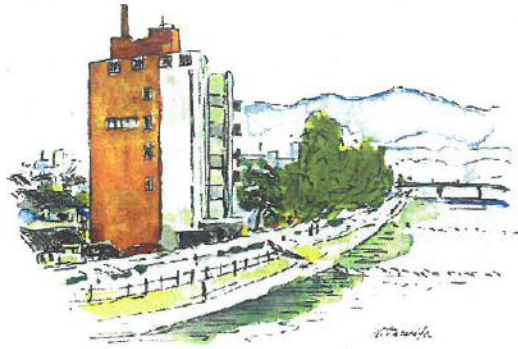
## 熱中症の予防

## ① 喉がかわかなくても水分を摂りましょう

熱中症を予防する第一には、水分を摂ることです。ただ多くの方が誤解しているのは、喉が渴いてから飲めばいいという誤った認識をしているということです。喉がかわいてからでは水分が失われすぎているということです。喉の渴きを感じる前に定期的に水分を摂るようにしましょう。また汗をかくと水分と塩分が体外へでますので、水1リットルに対して塩1~2gを入れて飲みましょう。

## ② 室温を適度に調整しましょう

室温28度、湿度70%を超えたら冷房等をつけましょう  
高齢の方は、冷房を嫌がる傾向にありますが、暑さによる体への負担は想像以上なのであまり我慢せずに適度に冷房も利用しましょう。



清流

伊藤病院だより

日本医療機能  
評価機構認定

第12巻2号

平成25年4月30日 発行

発行所

伊藤病院

〒920-0976

石川県金沢市十三間町95

Tel (076) 263-6351

Fax (076) 263-2526

http://www.ito-hp.jp

内循環  
視環  
鏡器  
内内科  
科  
・  
内消  
科化  
・器  
放内  
射科  
線  
科

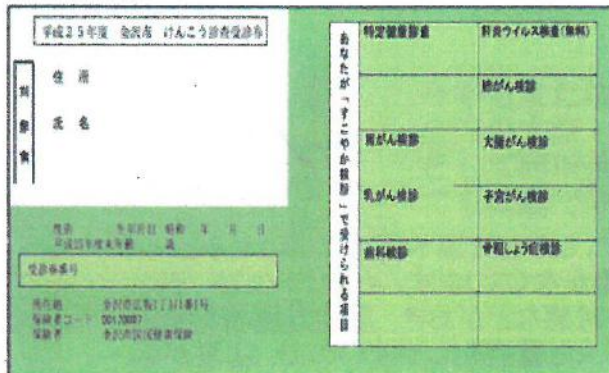
# すこやか検診(金沢市)が始まります。

がん、心臓病、糖尿病などの生活習慣病は、初期の自覚症状がほとんどありません。検診はそんな自覚症状のない病気を早期に発見するチャンスです。金沢市では基本健診や各種のがん検診などを実施しています。いずれの検診も、身体に負担の少ないものです。

## ●どんな人が対象

【40歳以上の方で、受診券が送付された方が対象です。】

1. 金沢市国民健康保険に加入の40～74歳の方
  2. 生活保護を受け、医療保険に未加入の方
  3. 石川県後期高齢者医療制度に加入の方
  4. 金沢市国民健康保険以外の健康保険に加入の40～74歳の方
- 金沢市から、すこやか検診の受診券または大腸がん検診クーポンが送られてきます。



検診名	内容	
特定検診審査	問診、身体測定、血圧測定、診察、尿検査 血液検査(中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、HbA1c、肝機能、血糖)	
肺がん	胸部X線検査 喀痰検査(喫煙数・年数が多く、血痰があった方で必要な方)	
胃がん	胃部X線検査(バリウムを飲みます) 胃内視鏡検査(胃カメラ)	} どちらか選択 できます
胃がん (ペプシノゲン)	血液検査 (胃がんになりやすいとされる萎縮性胃炎を調べます)	
大腸がん	便潜血検査	
前立腺がん	血液検査によるPSA(前立腺特異抗原)検査 (特定検診受診時にあわせて検査できます)	
骨粗しょう症	X線や超音波などによる骨密度の測定	
肝炎ウイルス	B型、C型肝炎ウイルス検査(血液検査) (特定検診受診時にあわせて検査できます)	

- 社会保険(協会けんぽ等)に加入の被扶養者(ご家族)の方は、加入先の健康保険(保険者)が発行する受診券が必要です。詳しくは、加入先の健康保険(保険者)にお問い合わせください。
- お勤めの方は、これまでとおり事業者が実施する健診を受けてください。
- 当院では、乳がん検診、子宮がん検診、聴力検診、緑内障検診はお受けできませんのでご了承ください。
- 各検診は、年齢によって検診項目が違います。詳しくは受診券をご確認ください。
- 胃がん検診をお受けされる方は、前日午後8時以降は絶食でお願いいたします。(水はお飲みになっても構いません。)
- 毎年10月は、大変込み合いますので、お早めに受診されることをお勧めいたします。
- 受診当日は、次のものをご持参ください。
  - ・受診券
  - ・健康保険証
  - ・健康手帳
- 受診結果の通知は、受診後約2週間から1ヶ月ほどで当院より郵送でお送りいたします。
- 直接来院されてご予約される方は、外来受付窓口へお越しください。
- その他ご不明な点がございましたら、お気軽にお電話にてお問い合わせください。



# リハビリこらむ

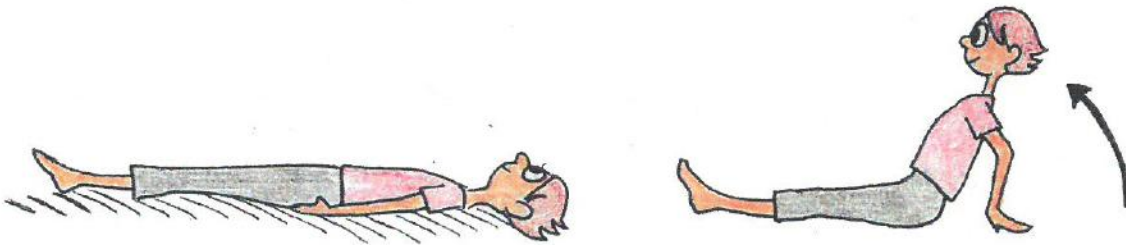
## 腰痛にならないために

腰痛の原因のひとつは腹筋力の低下です。

腹筋は、天然の腰痛ベルトといわれるほど、背骨をしっかりと支えるための重要な筋肉です。その腹筋が弱いと、それを支える腰は一気に疲れてしまうのです。腰痛予防のためにはある程度の腹筋力をキープしておくことが大事です。

### <チェック方法>

仰向けに寝た状態から手で支えて、まっすぐ起き上がれる。



起き上がれない人は腰痛になる危険があります!!!

そんなあなたは上体起こしエクササイズをなるべく毎日行ってください。



腰のスキマをなくすように肩甲骨が床から離れるくらい、少しカラダを起こす。

これを1日30回して下さい。一度でできなくても10×3回と分割してもOKです。

何か分からないことやご不明なことがありましたら、杉田までお気軽に声をかけて下さい。

## ニューフェイス



調理師 きた あやか  
喜多 彩圭

4月から新しく伊藤病院の調理師として働かせていただくことになりました、喜多と申します。  
安全で美味しい料理を一生懸命作っていきます。社会に出て働くことが初めてになるので、



理学療法士 すぎた あきひこ  
杉田 昭彦

今年の4月から勤務することになりました理学療法士の杉田昭彦です。  
病院にきてよく若くみられますが、現在30歳で結婚もしており、1歳8ヶ月の子供もいるお父さんです。  
当院玄関横のリハビリ室にいますので、身体のことで気になることがありましたら気軽に声をかけて下さい。



今年もまた桜が盛大に咲きました。  
金沢の文豪・室生犀星がこよなく愛した犀川、  
そして河川敷にはソメイヨシノの桜並木がとても綺麗で散歩やお花見にで憩いの場です。

## 診察のご案内

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00 13:00	一診 伊藤 博	一診 伊藤 順	一診 網村 幸夫	一診 伊藤 順	一診 伊藤 博	一診 伊藤 透
	二診 伊藤 順	二診 /	二診 的場 宗孝	二診 /	二診 伊藤 順	二診 伊藤 順
	三診 網村 幸夫	三診 網村 幸夫	三診 /	三診 網村 幸夫	三診 網村 幸夫	三診 網村 幸夫
	内視鏡 伊藤 透	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 源 利成
午後 14:00 17:30	一診 伊藤 順	一診 伊藤 順	一診 網村 幸夫	一診 伊藤 順	一診 伊藤 順	休診
	二診 伊藤 透	二診 /	二診 /	二診 /	二診 伊藤 博	
	三診 網村 幸夫	三診 網村 幸夫	三診 /	三診 網村 幸夫	三診 網村 幸夫	
	内視鏡 伊藤 透	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	内視鏡 網村 幸夫	

\*胃カメラ・大腸カメラとも、月曜～土曜まで毎日検査が可能です。電話等によりお気軽にお問い合わせ下さい。

## 交通のご案内



- 北鉄バス  
片町(金劇バシオン前)下車 徒歩5分  
片町(ラプロ前)下車 徒歩10分  
野町・広小路下車 徒歩7分
- 城下まち金沢周遊バス  
十三間町(伊藤病院前)下車
- タクシー  
JR金沢駅より10分

**伊藤病院** 日本医療機能評価機構認定病院  
〒920-0976 金沢市十三間町98  
Tel(076)263-6351 Fax(076)263-2526  
URL: <http://www.ito-hp.jp> Email: [info@ito-hp.jp](mailto:info@ito-hp.jp)

