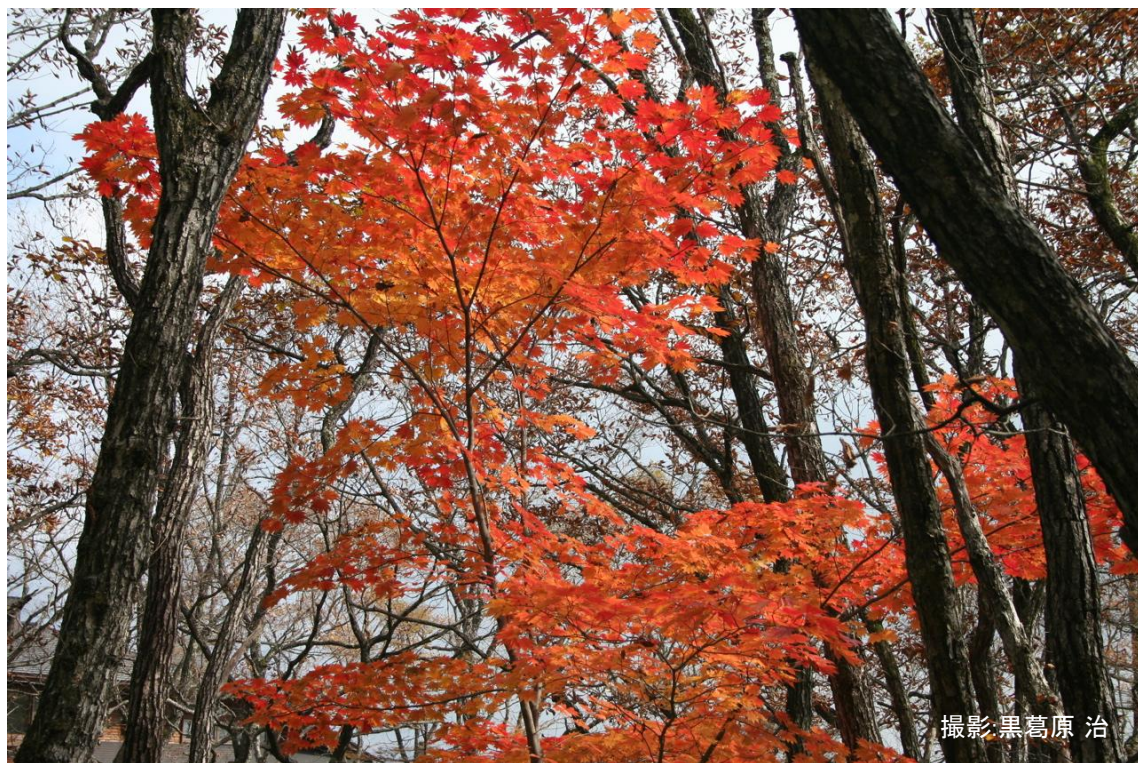


しょうなんメール

Vol. 8
2007年11月号

CONTENTS

- ◇ ご存知ですか？日本医療機能評価2
- ◇ 天高く馬肥ゆる秋(栄養室)3
- ◇ 敷地内禁煙のお願い5
- ◇ ドクター紹介6



撮影:黒葛原 治

医療法人社団 愛心会 湘南鎌倉総合病院

理念

- ◇「生命を安心して預けられる病院」
- ◇「健康と生活を守る病院」

日本医療機能評価認定更新の 受審が行われました。



湘南鎌倉総合病院の医療の質と患者さまのアメニティ改善に対する取り組み

機能評価受審準備委員会 事務局 佐々木 秀明

日本医療機能評価機構とは、1995年に厚生労働省や、日本医師会等により設立された日本唯一の病院を評価することが出来る第三者評価機関です。

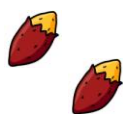
当院は、2002年10月に日本医療機能評価（以下、機能評価）の認定取得しました。認定期間は5年で、今年はその認定を更新する年にあたり、9月12日～15日に更新の受審を行いました。（現在、全国8,892病院中、認定2,394病院（26.9%））

認定を受けるための評価項目数は年々見直しが行われ、今回の受審では、『病院組織の運営と地域における役割』、『患者さまの権利と安全確保の体制』、『療養環境と患者サービス』、『医療提供の組織と運営』、『医療の質と安全のためのケアプロセス』、『病院運営管理の合理性』と、6つの領域で532項目の評価（基準）となりました。

受審するにあたり、19年2月よりスタッフ全体で取得に向けて書面審査の調査票の作成や、自己評価等による改善活動を取り組みを開始しました。532という病院機能を網羅した項目についてチェック（自己評価）していくことにより、院内全体の現状や問題点について共通した認識を持つことができ、病院管理者も各部門の現場スタッフも改善意欲が向上して主体的な取り組みが出来ました。受審日（9月12日）からは事前に提出した書類を基に日本病院機能評価機構から来られた、審査官（サーベヤ）7人による書類の確認、現場視察（評価）となり、院長をはじめ各部門リーダーが当院の運用、取り組みなど説明を行い、3日間による532項目の評価をして頂きました。結果は別として、医療の質の向上と患者さまに対しての効果的なサービスの改善につながったと考えております。

医療現場の仕組みの改善・見直し、患者さまサービスの向上等、認定取得に向けた取り組みは病院スタッフ一人ひとりの意識を変えました。

認定されることが第1歩と考えこれからも、更に質の高い医療とサービス提供を目指します。



管理栄養士
澤田 千恵

＝ 天高く馬肥ゆる秋 ＝

この言葉はもともと、中国北西部の農民に伝わる諺でした。夏の間放牧していた馬がたっぷり草を食べて肥ると、それに乗って略奪にやってくる蒙古人への警戒を表現したのです。しかし現在では「秋になると天気もよく、馬も太るようないい季節だ」という意味で使われています。確かに秋になると気温の低下とともに湿度も下がって空気も心地よく、新米、柿や梨、栗に松茸、秋刀魚や鮭などの味覚も食欲をそそりますが、「人肥ゆる秋」になるのは、ちょっと困ったものです。

しかし秋になると食欲がわいてくるのにはちゃんとしたわけがあるのです。それは、これからくる冬に向けて皮下脂肪というコートを身に着けるためなのです。しかし地球の温暖化や暖房器具の充実などで体温を奪われる機会の少なくなった今日・・・忙しい時間の中で体を動かす機会の少なくなった今日・・・「美りの秋」も食べ方を工夫しないとイケないようです。

＝ 食欲の秋だからこそ、体のことも考えて食べましょう ＝

「身体によい、美味しいものとは?」ということです。秋に美味しくなる新米には、脳のエネルギー源となる糖類が豊富に含まれています。きのこ類の食物繊維には、糖分の吸収を緩やかにし、余分なものを排泄する働きがあります。そして、秋刀魚や鮭などの魚には血液をサラサラにする脂肪が多く、血行を促進して体温を保持し、寒さのストレスからも身体を守ってくれます。つまり、一番美味しい「旬」の食べ物には、その季節に必要な栄養素が含まれているのです。

ところが「美味しいもの」という意味を履き違えてはいけませんか? レトルト食品やファストフード、スナック菓子などで食欲を満たしても、身体が必要とする栄養素は含まれていません。むしろこのような食べ物ばかり食べていると「味覚障害」に陥ってしまいます。

味覚障害とは、食べたものの味がわからなくなる病気で、亜鉛欠乏と深く関わっています。亜鉛は、細胞が新しく生まれ変わるときに必要なミネラルです。「舌の火傷は早く治る」などと言われるように、舌の細胞は新陳代謝のサイクルが早く、その分亜鉛をたくさん必要とします。ところがレトルト食品やファストフード、スナック菓子などには食品添加物が含まれており、体内に入ってくるとこれらを解毒するために肝臓がフル回転で働かなければなりません。肝臓も舌と同様に亜鉛をたくさん必要とするので、解毒作用が活発になると、肝臓で亜鉛が必要となる分、舌の細胞で不足してしまいます。すると舌の細胞を正しく作ることができなくなり、味覚障害になってしまうのです。こうなると「本来の美味しさ」がわからなくなり、甘辛い濃い味付けの「見せかけの美味しさ」ばかりを求めて、さらに亜鉛が消耗されるという悪循環に陥ってしまうのです。

身体に良い食事は美味しくないと、いったイメージを持たれてしまいがちです。しかし味覚が正しければ、美味しいと思うものを食べることで自然に身体が求める栄養素を補給することができるのです。食欲の秋こそ、旬の食材を味わって心と体の両方の栄養補給を心がけたいものですね。



食欲の秋チェック



- やっぱり新米はおいしいねえ。秋はいつもよりたべすぎてしまう。
- 果物は甘くておいしいのでついつい食べ過ぎてしまう。でも果物はたくさん食べても食べすぎということはないわよねえ・・・。
- ウィンナーやベーコンなどの食肉加工食品やレトルト商品を毎日食べる。
- 休日のお昼ご飯は、うどんやラーメンなどの一品メニューが多い。
- お腹がすいたら、お菓子やジュースを口にする。
- おいしいものは早く食べなくちゃと思っている。よく噛んでいない。食事にかかる時間は、10分以内が多い。
- 夕食の後寝る前までに、アイスやジュースなどの間食をしてしまうことがある。

チェックがついた項目は要注意！！



「食べ過ぎたな・・・」と思う日は、体を動かすように気をつけてみましょう。

敷地内禁煙のお願い

最近病院内に「敷地内禁煙」のポスターが貼っているのを見かけた方がいらっしゃると思います。なぜ禁煙すべきなのでしょう？敷地内禁煙とはどういうことでしょうか？

禁煙化は医療機関を中心に公共施設、交通機関で進んできていますが、日本は他の先進国に比べるとまだまだ遅れているのが現状です。

喫煙者の吐き出した煙や、たばこから立ち上る副流煙を吸いたくなくても吸ってしまう受動喫煙の害を減らすために、禁煙化を考えなければいけないのです。喫煙は喫煙者個人の問題ではないのです。

敷地内禁煙とは、その敷地内に喫煙場所がいっさい無いことであり、当院のように病院施設横に喫煙場所がある状態、またその他敷地内でたばこが吸われているのであれば、敷地内禁煙が守られているとは考えられません。病院敷地内の喫煙場所を撤去し、敷地内で一切喫煙しないようにしていただいて初めて敷地内禁煙と言えますし、本来はそうすべきでしょう。

ただ、一切の喫煙場所が無くなった場合、どこかで隠れて吸ったり、病院敷地から出て、道路や、近隣住宅の前でたばこを吸うようでは近隣に御迷惑をかけてしまいますので、現在は喫煙場所を1ヶ所のみ残しています。それは喫煙者のためではなく、近隣住民のためなのです。

病院に来られた外来患者様、入院患者様がたばこを吸っているのはおかしな光景です。病院はたばこを吸う場所ではない、少し我慢をする、病院には「たばこ、ライターを持って来ない」といった心構えが必要です。

病院は病気を治療する人の集まる場所ですから、至極当然の事なのですがそれが常識とわかっていません。敷地内禁煙のポスターの前や、病院玄関前で喫煙している人もいます。敷地内の指定場所以外や病院近隣での喫煙をお控え下さい。

喫煙は肺癌のみならず、動脈硬化性疾患、癌、糖尿病など多くの疾患を悪くしますし、「初めから吸わない」、「吸っていたら禁煙する」のがそういった疾患を起こさない、悪化させないために大切です。

それほど体に良くないたばこをどうして吸うのでしょうか？ましてそれも病院です。喫煙者の多くは、たばこを吸うのを止められない「ニコチン中毒」という病気であると考えられています。「自分はそんな病気ではない」、「たばこ会社から感謝状をもらいたくない」といった方は早く禁煙しましょう。「まだそんなもの吸っているの」と後ろ指を指されないうちに。もしそう考えられない方は「正真正銘のニコチン中毒」です！！！！

とはいってもなかなか止めれないのがたばこです。気合だけでは難しいでしょう。それが「ニコチン中毒」なのです。たばこを吸っている人の意思が弱いのではなく、中毒を誘発する目的で作られたたばこ自体が悪いのです。喫煙者はそのたばこの犠牲者なのです。ただ喫煙者は自分がたばこの犠牲者という認識はありませんから、だからなかなか止めれないのです。

ではどうすれば禁煙できるのでしょうか？最近では色々な禁煙を支援する書物、薬物治療を中心とする禁煙外来などがあります。当院でも禁煙支援外来を始める予定ですので、禁煙を希望される方は一度ご相談下さい。



ドクター紹介



副院長（血液内科）
田中 江里

モットー：常にひとから尊敬される人間でありたい
でもおごらず優しい人であること

略歴

- 静岡県浜松市（元浜北市）出身。
- 浜松北高校卒業後、浜松医科大学入学。
- 学生時代は硬式テニス部所属（グラフが活躍した時代であり、ハードヒッターでありました。）
- 平成4年浜松医科大学卒業、卒業後すぐに徳州会にて研修を開始する。1-2年は茅ヶ崎徳州会病院と湘南鎌倉総合病院とでローテーションを行う。
- 1年目でベストレジデント賞を早田先生とともに受賞。
- 1週間の海外研修を行った。
- 平成8年に湘南鎌倉総合病院にてチーフレジデント終了。
- 平成10年12月から平成12年2月までアメリカニューヨークコーネル大学、スローンケタリングがんセンター、カルバリーホスピス、NYホームケアセンターにて研修を行い帰国。
- その後は当院スタッフとして勤務し、主に血液内科を中心に診療にあたっています。

好きなこと

- 海外旅行：でも最近はできていない。若いころは色々行きました。もう一度どうしても訪れたいところはチェコのプラハです。美しい古い町並みが残されています。そこできた教会での演奏会は感動して涙がでてみぶるいしました。今は発展して変わってしまったでしょうが、その今をみてみたいです。
- 韓国ドラマ：それほど制覇しているわけではありませんがやはり泣けるストーリーは心の洗濯になります。
- 人間ウォッチング：このために悪趣味ではありますが、その人の血液型や星座、海外の人にはすぐに出身をきいてしまいます。
- 警察犬のように鼻がききます：香水売り場で試して好みのにおいをさがるのが好きです。素敵な香りがする人について香水は何をつけていますかときいてしまったりします。

これからしたいこと

当院の内科を充実させるためにアイデアをだし、それを実現していくこと。具体的には誰にでも働きやすい、そして学ぶことの多い場を作ること、地域の医療を担うものとして予防も含めた啓蒙活動、地域の先生との連携システムを作っていくこと。当院から海外にむけてエビデンスがだせるよう貴重な症例の中からデータをまとめ発信していくこと。でも常に臨床を中心とした医療を忘れてはならないと思っています。

