

地域に寄り添う 四字医語レター



今号のテーマ

医療は先手必勝

宝塚病院は開業以来、地域のみなさまに寄り添ってまいりました。来院する方は、何かしらの症状が出てからという方が大半ですが、医療は「先手必勝」。危険な感染症の予防、重症化や再発の予防など、病気にかからないように対策をとる予防医療が重要です。

宝塚病院では、心臓ドックや市民検診をはじめとした予防医療を大切にしています。生活の質（QOL）を高めて、日常生活が制限されることなく過ごせる健康寿命を伸ばせるような医療体制を整える。これが宝塚病院の目指す医療です。

宝塚病院は、これからも地域を愛し、あなたに寄り添います。



専門医からの一言アドバイス

ノロウイルスとインフルエンザ

気温が下がるこれからの季節に気をつけたい感染症

気温が下がり始め、湿度が低下するこれからの時期、感染症の元となるウイルスが活発化しやすい環境になります。気温が下がることで人の免疫力も低下するため、感染症の流行が懸念されます。症状や予防法を知り、感染症にかからないように日々対策を行いましょう！

Q1 どんな症状がありますか？

ノロウイルスの主な症状は、**嘔気・嘔吐、下痢、腹痛、発熱**です。少ないウイルスで感染が成立し、非常に強い感染力があります。

インフルエンザの主な症状には、**風邪の症状に加え、発熱、関節痛、筋肉痛、倦怠感**などがあります。それぞれ新型コロナウイルス感染症の症状とも類似していますが、違いを見分けることは困難です。**違和感を感じたら自分で判断せず、病院に連絡をしてください。**

Q2 どうすれば予防できますか？

ノロウイルス・インフルエンザ共に、**帰宅時や食事の手洗い**うがいはしっかりと行ってください。また、**手洗い時には石鹸を使用することが大切です。**

ノロウイルスの場合は、料理の際に**食品をしっかりと過熱**することも有効な予防方法です。85℃以上で、1分間以上加熱し、中心部までしっかりと火を通しましょう。まな板、包丁、ふきん等の**調理器具も清潔**に保つよう心掛けてください。

インフルエンザの場合は、**流行前のワクチンの接種、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取**を心掛けましょう。

発熱の症状がある方は、来院前にお電話ください。看護師が対応いたします。
宝塚病院 ☎ 0797-71-3111

秋に食べたい!
彩り豊かな病院食



宝塚病院の美味しいレシピ

さつまいも甘煮

宝塚病院の病院食は、味が自慢です。その中から心臓病の方でも美味しく食べられるレシピをご紹介します。今回は、材料・手順も簡単な、秋の味覚さつまいも甘煮です。

さつまいも甘煮(1人前)

<材料>

さつまいも80g 砂糖(上白)8g

① 下ごしらえ

1) さつまいもを皮付きのまま5cm厚の輪切りにし、水に漬けておく(10分間程度)。

② 調理～盛り付け

- 1) 鍋にさつまいもと、いもが浸る程度の水を入れて火にかける。
- 2) 煮立ったら火を弱めて砂糖を加え、水気がなくなるまで煮る。



栄養のポイント

秋の味覚、さつまいもは食物繊維とビタミンCを多く含みます。
皮の部分にはカルシウムが豊富に含まれているため、皮ごと頂ける料理がおすすめです。

宝塚病院からのお知らせ

① 令和4年8月よりMRI装置を入れ替え、稼働を開始しました。

GE社製のMRI装置「SIGNA™Prime」を導入しました。従来のもより高画質で検査時間を大幅に短縮し、患者さんへの負担も軽減されます。



▲MRI装置外観

② 3階病棟の改修工事について

令和4年10月中頃～令和5年3月頃の期間、3階病棟の改修工事を行います。ご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願いいたします。

③ 患者呼出ベルの更新を行います。

待ち時間短縮の為、患者さん個人にポケベルを受付時にお渡ししていますが、不具合が多いことによりご迷惑をお掛けしています。
令和4年10月～11月の予定で機器の入替作業を行います。



④ 診療体制について

西山 淳二医師(麻酔科医)が就任されました。



宝塚病院
トップページ
QRコード