



特集

血液浄化の専門医療

血液透析

- 医心伝心～医の最前線から～
- ナース・フェイス 私の看護、私の思い
- VOICE 医療連携の現場
- シリーズ 清恵会三宝病院
通所リハビリテーション施設「さんざんデイケア三宝」
- 学院だより
地域医療の未来を支える若き力
- 気軽にお体メンテナンス
早期のチェックで病気にチャック!
- 清恵会グループ通信
清恵会病院 地域連携室から

PICK UP 血液透析に必要な手術

血液透析を行う際に必要となるのがシャント。シャントに関わる各手術を紹介します。

■**シャント造設術**:血液透析には、血液浄化を行う透析機器と身体をつなぐ血管(シャント)が必要です。動脈と静脈をつなぎ合わせる手術により、シャントを造設します。

■**PTA(経皮的血管形成術)**:血管の狭窄等により血流が十分に確保できないシャントを復元する手術。風船付きのカテーテルを送り、膨らませて血管の狭窄部分を拡張します。

■**シャント再建手術**:シャントの閉塞や疲弊の進行、PTAが困難な場合などに新たなシャントを作製する手術です。適した血管がない際は、人工血管を使う場合もあります。

慢性腎不全が起ると、血液透析が必要になる。腎臓は、血液内の毒素や老廃物などをろ過し、尿として体外へ排出する体内浄化フィルターの機能を果たしています。疾患や生活習慣などで、この腎臓機能の60〜70%が低下した状態が腎不全です。腎不全になると尿として体外へ毒素や水分を排出できなくな

り、体のむくみやだるさ、食欲不振といった症状が起きます。さらに悪化して尿毒症とも呼ばれる末期腎不全になると、こん睡や多くの身体組織の機能障害を起し、血液透析での治療が必要となります。

「よく『腎臓は一つあれば大丈夫』といいますが、これは正常な腎臓ならばついで十分な機能が維持されるからです。腎臓は毒素の排出のほか、血圧や貧血の調整などの機能を果たしていますが、人体において再生できない臓器の一つです。そのため、疾患のほかに、加齢によっても自然に機能が低下していきます。また、近年は糖尿病の合併症として起る糖尿病性腎症を原因とする腎不全が増えて

血液透析は血液浄化療法の一つで、ほかには血液ろ過、血液ろ過透析、持続的血液浄化法、限外ろ過法、血しょう交換、吸着療法などさまざまな療法があります。

慢性透析患者様が主に受ける血液透析では、まず患者様の血管と人工腎臓である透析器(ダイアライザー)をつないで血液を送りま

血液透析とはどのような治療か

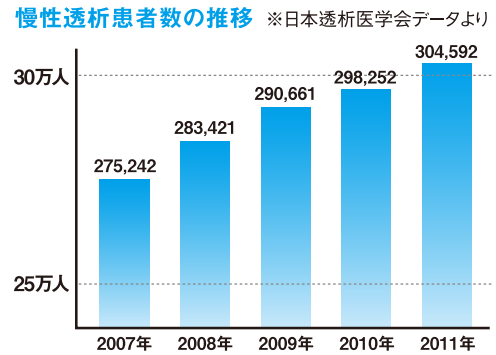
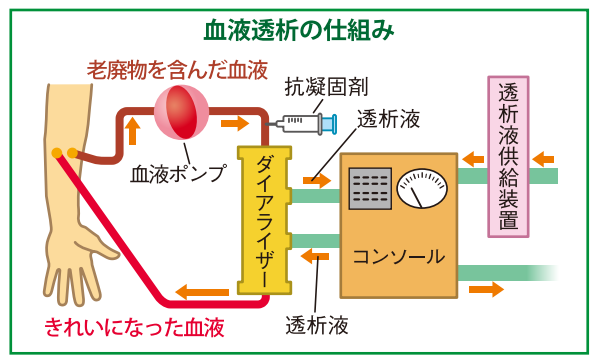
腎不全には、急性腎不全と慢性腎不全があります。急性腎不全は、いろいろな原因から一時的に腎臓の機能が低下している状態です。

腎不全が慢性的になった状態が慢性腎不全で、慢性透析患者様の大半は腎臓が本来の10%程度しか機能していない状態です。透析導入に至る原因は、多いものから糖尿病性腎症、慢性糸球体腎炎、硬化症の順となります。

慢性腎不全になると貧血が進み、体の抵抗力が低下したり、骨がもろくなったりします。こうした機能障害のある腎臓を代替する治療が、血液透析です。

す。一方で、透析装置(コントロール)から電解質調整をした清浄な透析液を透析器へ送ります。この血液と透析液の浸透圧差を利用して血液浄化を行い、浄化された血液を体内に戻します(右図参照)。慢性透析患者様は、一回につき4〜5時間の血液透析を週に3回行うのが基本とされています。

「腎臓は、腰の辺りに左右2対あり、一つの腎臓内には血液のろ過や栄養の再吸収、老廃物を除去する働きを持つ、約百万個の糸球体



人工透析の導入患者が増えている

日本透析医学会が、慢性透析療法を実施している患者様の統計を開始した1968年。当時215人だった透析患者様は、その後飛躍的に増加し、2011年には30万人を突破しました(左図参照)。

「私が透析医療に携わった約35年前は、医療が発展途上で慢性糸球体腎炎(腎臓内の糸球体に起る炎症性病変)を原因とする透析患者様が多かったです。その後、糖尿病から透析に至る患者



血液浄化の専門医療

血液透析

特集

医療技術の進歩によって、さまざまな疾患の治療法が確立されている現代。一方で、40年もの間、増加を続けているのが透析患者様です。その要因とは? そもそも血液透析とはどのような治療なのでしょう。今回の特集は、身近なものとなってきた血液透析について探ります。

監修 清恵会向陵クリニック 院長 岡 文俊



1971年和歌山県立医科大学卒業後、和歌山県立医科大学腎センターへ入局。同センター医局長等を経て、2004年より現職。透析全般を専門に約35年の臨床経験を持つほか、血液透析技術の開発や論文発表でも多数の実績がある。

清恵会グループの血液浄化療法施設

清恵会グループでは、急性期・慢性期・外来の各施設を設置。急性期機能病院から療養型機能病院への入院・転院、クリニックへの通院など、施設間の緊密な連携で透析患者様へのスムーズな治療を行っています。

急性期 清恵会病院



ER (救急救命室) を備えた急性期機能病院です。ICUや血液浄化室(3床)で血液透析、血しょう交換、吸着療法など、さまざまな血液

浄化を行っています。透析導入や各シャント手術、患者様の急変時にオンコールで24時間365日の透析を行う体制を整備。緊密なグループ内連携により、清恵会向陵クリニックの患者様の急な治療にもスムーズに対応しています。

- POINT**
特色
- ・オンコールで24時間365日の透析対応
 - ・各シャント手術に対応した手術体制
 - ・グループ内連携によるスムーズな治療

慢性期 清恵会三宝病院



慢性期療養病棟や慢性期透析病棟、回復期リハビリテーション病棟、人工透析センターを備えた複合型慢性期機能病院。人工透析センターには、医師2名、臨床工学技士11名、看護師9名が所属。1床に1台の液晶テレビを設置した透析ベッド41床をはじめ、緊急時用の個人用透析装置や車椅子対応体重計などの機器を揃え、また非常時に備えて80床分の水処理機能と1週間分の透析液の常時備蓄を行うなど充実した透析環境を整えています。手術室では、通常の手術から人工血管を使用する手術まで幅広いシャント手術を実施しています。人工透析センターでは、入院・外

来慢性腎不全患者様への血液透析を行っています。長期合併症の加療を必要とした維持透析患者様が入院できる慢性期透析病棟では、合併症の加療を行いながら週3日を基本として一回3~4時間ほどの維持透析療法を行っています。また、身体機能が低下している入院患者様には、総合リハビリテーションセンターにおいて、理学療法士、作業療法士など専門スタッフによるリハビリテーションを行っています。

- POINT**
特色
- ・院内でシャント造設術と、PTA(経皮的血管形成術)に対応
 - ・慢性期透析病棟での入院治療および外来での血液透析を実施
 - ・合併症などにより身体機能が低下した入院患者様への専門的リハビリテーションを実施

外来 清恵会向陵クリニック



通院での治療を行う透析専門クリニックです。透析ベッド59台、車椅子対応体重計装置などの機器を完備。経験豊富な医師、スタッ

フがチームを組み、透析の導入と実施、心のケアまで一貫した治療を行っています。仕事を抱える患者様のために火・木・土曜は17:00~22:30の夜間透析を実施。ご希望に合わせた送迎サービスもを行っています。

- POINT**
特色
- ・専門の機器・スタッフによる透析治療
 - ・患者様の希望に合わせた送迎サービス
 - ・仕事後も通院しやすい夜間透析を実施

コラム 透析を支えるスタッフ



清恵会病院
臨床工学科 係長
臨床工学技士
西 幸穂

私が所属する臨床工学科は、清恵会病院と清恵会向陵クリニックで使用している透析装置のメンテナンス、透析液の作製に使用する水の品質管理などを行っています。また血液浄化の実施も行っています。慢性期もちろんですが、特に状態の変化が大きい急性期や重症でICUに入院されている患者様への血液浄化を行う場合は、素早く対応できるように心がけています。



が存在します。この糸球体の代替となる透析器は、内部に約一万本の中空糸が束ねられており、その一本一本に無数のミクロの孔(あな)が開いています。中空糸の中に血液を流し、孔を通して中空糸の外側を循環している透析液と接することにより、血液は清浄化されます」

実際に血液透析を行うときには、透析器と体をつなぐ透析用の血管が必要となります。透析液は、透析器の中は、毎分200ml以上の血液流量が必要で、そのため、透析の導入にあたって、患者様の体内から丈夫で太めの血管を選び、手術でシャントを作製します」

血液透析の導入時には、頭痛や吐き気を引き起こすことがあるそうです。

「これは不均衡症候群といっていますが、次第に解消されるので、安心してください」

腎不全を予防するために必要なこととは

急性腎不全は、状態によって腎臓機能が回復すれば、血液透析から離脱することもできます。しかし、血液透析が必要な慢性腎不全になると、一生、透析治療が必要となります。腎不全を予防する方法はあるのでしょうか。

一般的には、高血圧や糖尿病も

大きな要因です。そのため、普段の生活では、水分や塩分の調整などの食事、十分な睡眠をとるなど生活習慣の管理に尽きると思います。唯一、慢性腎不全を根本的に治療することのできる方法が、腎臓移植です。近年、生体腎移植では約93%、献腎移植では約85%が手術後5年以上の生存率を記録していますし、長年透析治療を行うよりも腎移植を行う方が経済的な面から見てもメリットがあります。ドナーを提供される方の数にもよりますが、年間の手術件数が約1200件の日本に比べて、アメリカは約1万7000件なので、もっと増えても良いと思います。個人的には、腎臓移植のさらなる増加に期待したいですね」

治療段階における各透析の内容

急性期の血液浄化

急性腎不全はもちろん、重症化した急性膵炎(きゅうせいすいえん)や劇症肝炎、薬物中毒などの疾患に対して血液浄化を行います。治療目的となった機能が回復すれば、血液浄化は終了となります。

療養期の血液透析

主に慢性腎不全を抱える患者様への血液透析を行います。疾患として最も多いのは、糖尿病が原因の糖尿病性腎症です。療養型病院で入院中に透析導入を行い、その後も維持期として継続的な透析治療が必要となります。

外来での血液透析

慢性腎不全を抱え、その他の外傷や疾患のない患者様に対する継続的な血液透析を行います。1週間に3回程度の頻度で通院し、1回につき4~5時間かけて透析が行われます。

Nurse Face ナース・フェイス —私の看護、私の思い—

MY テーマ 一生懸命に患者様と関わり、心に残る看護師でありたい

慢性期・人工透析の混合病棟で働く私の仕事

慢性期や人工透析が必要な患者様が入院される混合病棟で働いています。看護の関わりは、医療的な処置よりも症状の観察や精神的なサポートが中心です。そのため、患者様には常に笑顔で対応し、できるだけ患者様の気持ちを引き出し、希望を叶えてあげられるように心がけています。病棟では、患者様から「いつも大変やな」「頑張張りや」と声をかけていただくことが多く、大変な中でもやりがいを感じています。

看護師としての私の思い

看護学生時代の実習で担当した患者様のご家族に、職員として病棟勤務になってからお会いしました。ある日名前を名乗った時に、「昔、実習で来ていた方ですか。うちの親がうれしそうにあなたの話をするのでお礼が言いたかったんです」と言っていたとき、一生懸命関われば、いつまでも相手の心に残るんだと実感しました。今後も患者様に寄り添い、「居てくれてよかった」と思ってもらえる看護師になりたいです。



清恵会三三病院 4-A病棟 臨床指導者
飛松 真名美 さん

Profile
2005年4月入職。「技術面や知識面で、まだまだ上達したいので、今後も積極的に研修や勉強会に参加したいと考えています」

MY テーマ 患者様の生活復帰とともに、ご家族の問題解決も支援する



清恵会三三病院 3-A病棟
長岡 朋子 さん

Profile
2008年4月入職。「今後、増加が予想される認知症を併発した患者様が安心して入院生活を過ごせるよう知識・技術を学んでいきたいです」

回復期リハビリテーション病棟での仕事

私が働く回復期リハビリテーション病棟は、他職種のスタッフと連携して身体機能に障害を持つ患者様の生活復帰を支援しています。患者様は高齢者の方が多く、入院後に認知症を発症される場合もあります。そのため、入院生活では、レクリエーションの実施など、できるだけ患者様の活動を促す時間を持てるよう配慮しています。もちろん、看護の視点で患者様の余力を見ながら行うことが大切です。

仕事に対する私の思い

看護師は患者様と24時間、関わります。そのため、私は日頃からリハビリテーションに対する患者様のやる気を引き出すこと、患者様の退院後の生活を見据えた看護を意識しています。また、患者様のご家族は、健康的、心理的、社会的な問題を抱えることがあるため、ご家族の訴えにも気を配っています。リハビリスタッフなど他職種の方々の意見や情報も活かして、少しでも問題を解決していきたいと思っています。



清恵会三三病院 整形外科部長
兼 リハビリテーション部長

山本 勝彦

Profile
1956年生まれ。'83年に兵庫医科大学を卒業後、同大学病院整形外科へ入局。南大阪病院、公立浜坂病院などを経て、2006年に清恵会三三病院へ。日本整形外科学会専門医、同学会のスポーツ認定医、リウマチ認定医、運動器認定医。日本リハビリテーション医学会認定臨床医。

医・伝・心 #11 ~医の最前線から~

「誠心誠意の治療」を掲げ、
清恵会グループ全体の
リハビリテーションの質を高める。

**リハビリテーションを含む
運動器疾患の治療を統括**
私は清恵会三三病院の整形外科の医師として、運動器疾患をもつ外来患者様や回復期リハビリテーション病棟の入院患者様の治療を担当しています。また整形外科とリハビリテーション部を統括する立場でもあります。
運動器疾患の回復には、治療とともにリハビリテーションも重要です。そのため、当院では治療とリハビリはセットと考え、医師、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士などの専門スタッフがチームを組み、「誠心誠意で患者様に取り組みごと」をモットーに患者様一人ひとりを診て

います。
患者様の症状は、脳梗塞や腰椎椎間板ヘルニアなど人それぞれ違います。こうした患者様を可能な限りご希望に沿う形で自宅復帰へ導くことが、私たちの仕事です。そのため良好なチームワークとスタッフ同士の綿密な情報共有を意識しながら、日々の仕事に取り組みんでいます。
ただ、当院のスタッフは仕事に対する意識が高く、私が細かく指導することは少ないですね。実際にリハビリスタッフたちは週に回自的に勉強会を開いてスキルアップに励んでいます。365日のリハビリ体制は患者様からの評判が良く、私自身も満足しています。



**バス釣り好きが高じて、
スタッフと同好会を結成**
当院では、週に一日、スタッフのスキルアップのための研修日を設定しています。私の場合は、毎回、兵庫県の山間部の病院へ赴いて整形外科の診療を行っています。多い日は一日に100人ほどの患者様を診ることもあります。
休日は、もっぱら趣味のブラックバスフィッシングに出かけています。60cmオーバーを4回釣り上げたことがあります。昔、息子に頼まれて一度連れて行ったところ、私の方

がハマってしまいました。今では休日のたびに一人や院内で結成した「バス釣り同好会」のメンバーと出かけています。楽しいので、清恵会グループの他施設の人も入会して欲しいですね。
当院では清恵会グループのリハビリテーションスタッフ全員を対象に教育を行っています。現在、清恵会グループでは急性期と慢性期の回復期の間にあたる亜急性期のリハビリの充実を進めているので、当院が中心となって清恵会全体のリハビリの質を向上していきたいと思っています。

清恵会の特色である、医療連携の現場を皆様にお伝えします。

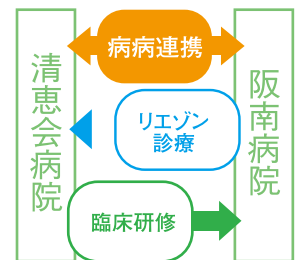
VOICE 医療連携の現場

Vol.6 清恵会病院の『病病連携』——病院間の協力と連携

清恵会病院は、一般内科、循環器内科、小児科、外科、整形外科、脳外科を中心に、全14科で年間約6,000件の多岐にわたる救急搬送を数多く受け入れています。また昨今は、高齢化とともに疾患の内容が多様化し、ますます専門性が求められています。このようなニーズのもと、さらにより良い医療を提供するために、病院同士が互いの機能や専門性を活かして患者様の治療を行う「病病連携」は重要な意味を持っています。今回は、清恵会病院が10年以上にわたって緊密な協力体制を築いてきた阪南病院との連携をご紹介します。



NAVIGATOR
清恵会病院 院長
北岡 治子



医療法人杏和会 阪南病院

■ 阪南病院との病病連携

清恵会病院には精神科がありません。一方、阪南病院は精神科専門病院であり、ストレスケア、睡眠障害、認知症等と幅広い疾患内容に対応されているので、身体の急性期の治療終了後の患者様が不安なく継続して治療が受けられるようにご紹介しています。また、阪南病院に入院中の患者様で手術や重症管理が必要な方は、清恵会院で積極的に受け入れて治療を行っています。

最近の連携症例

認知症の進行により、普段の糖尿病に関する治療がうまく行うことができなくなってきた高齢の女性患者様を清恵会病院で治療。血糖のコントロールを行った後、今後の認知症に対する治療方針を決めるために、阪南病院へ転院していただきました。

■ 入院患者様へのコンサルテーション・リエゾン診療

コンサルテーション・リエゾンは「相談・連携精神医学」という意味で、一般病棟の患者様でメンタルに何らかの問題がある場合、精神科医師が病棟で相談を受ける体制のことをいいます。清恵会病院では、阪南病院の黒田院長自らが毎週1度、病棟で診療していただいています。いつも専門的なアドバイスをお聞きできて、病院としても心強い限りです。

■ 初期臨床研修制度の協力病院

清恵会病院の初期臨床研修医のプログラムの特徴として、三次救急など当院で研修できない特殊な分野の研修希望者に対しては、協力病院で研修を受けることができます。『精神科救急入院(スーパー救急)』の先駆者である阪南病院も協力病院です。

最近の研修協力例

初期研修医は定員が4名ですが、希望者が1ヶ月ずつ阪南病院での研修を受けさせていただきました。研修医たちは、当直やスーパー救急などを経験し、急性期病院と精神科病院との連携の在り方を学ぶことができました。

医療法人杏和会 阪南病院



院長 黒田健治先生

阪南病院は、約1万坪の敷地に13病棟690床を持ち、精神科領域すべてを対象とする総合精神科病院です。当院は、平成22年に堺市より認知症疾患医療センターの認可を受けております。専門診療としては、うつ病の入院治療を専門的に行う全個室のストレスケア病棟や、府下で3ヶ所しかない児童精神科の専門病棟があります。また、24時間365日対応の精神科救急にも積極的に取り組んでおり、この診療体制は当院の特徴の一つになっています。清恵会病院とは互いの専門性を活かし、患者様の状況に応じて、身体科急性期医療と精神科急性期医療との切れ目ない医療提供を志しております。

〒599-8263 堺市中区八田南之町277番地
診療科:精神科/心療内科/児童精神科/内科/歯科 電話:072-278-0381 URL:http://hannan.or.jp
外来受付時間:月曜～土曜 9時～11時30分(日・祝祭日、12月31日～1月3日を除く)

シリーズ 11

清恵会三宅病院

通所リハビリテーション施設 『さんさんデイケア三宅』

個別の訓練・サービスで 充実した在宅生活を支援

『さんさんデイケア三宅』は、平成24年6月に清恵会三宅病院1階に開設された通所リハビリテーション施設です。通所リハビリテーションとは、在宅療養中の要介護・要支援状態の方を対象に、1日6時間程度の日帰りで行う介護保険給付サービスの一つです。当施設では、健康チェックや食事・入浴・理学療法・作業療法その他必要なりハビリテーション(以下リハビリ)、介護支援相談などのサービスを提供しています。

当施設の特徴は、1日の定員が15名と少人数制であることです。そのため、サービスは、利用者様それぞれの状態をきめ細やかに把握でき、個人に応じた内容を提供しています。リハビリにおいては、「歩いて買い物に行きたい」「趣味を楽しみたい」など利用される方の「ありたい姿」に少し



個別リハビリテーション



4月のお花見

でも近づけること、居宅での生活が楽しめることを目標に、個別訓練や集団体操、自主訓練を行っています。個別訓練では、利用者様の身体の状態や居宅での生活状況を把握し、個人に合ったリハビリ計画を作成、実施しています。また、必要に応じてス

でも近づけること、居宅での生活が楽しめることを目標に、個別訓練や集団体操、自主訓練を行っています。個別訓練では、利用者様の身体の状態や居宅での生活状況を把握し、個人に合ったリハビリ計画を作成、実施しています。また、必要に応じてス

での時間を楽しんでいただくことで、より活動的な毎日を過ごしていただければと考えています。施設は病院内にあるため、体調の悪化など急変時には、速やかに診察、処置を行うことができる体制を整えています。病気や薬などについての医療相談も、気軽に質問していただくことができます。清恵会三宅病院を含めて、入院から退院、退院後の生活まで一貫したリハビリが提供できるよう利用者の皆様に寄り添い、ご自宅での生活を支援させていただくことが『さんさんデイケア三宅』の使命です。今後も病院や地域との連携を強化し、利用者様と共に歩めるようにサービスの質の向上に努めたいと考えています。(さんさんデイケア三宅室長・陶器俊博) ※問い合わせは、裏表紙の番号へお気軽にお電話ください。

さんさんデイケア三宅 1日の流れ	
9:00	送迎 施設に到着後、 体温・血圧・脈拍の測定 ※随時入浴、個別リハビリ
10:00	ストレッチ体操 個別活動
11:00	棒体操
12:00	口腔体操 昼食、その後口腔ケア ※随時入浴、個別リハビリ
13:00	集団活動 (脳トレ、作業療法活動など)
14:00	おやつ
15:00	集団レクリエーション (体を動かすゲームなど) 転倒予防体操、歌体操
16:00	送迎

学院だより

地域医療の未来を支える若き力

清恵会医療専門学院
清恵会第二医療専門学院

スポーツで他校の学生と交流 近畿地区の体育大会に参加



2012年10月10日、大阪ガス今津総合グラウンドで開催された『近畿地区診療放射線技師教育施設学生体育大会』に、清恵会第二医療専門学院の放射線技師科1部・2部の学生が参加しました。

この体育大会は、近畿地区の診療放射線技師養成校に所属する学生たちの親交を深めるために毎年開催されているものです。この日も、各養成校の学生たちが一堂に会して、盛大に行われました。

当日は、さわやかな秋の晴天に恵まれ、テニス、サッカー、バドミントン、卓球、ソフトボール、バレーボール、バスケットボールなど、各競技で熱戦がくり広げられ



ました。

日頃は、医療の勉強に励んでいる学生たちですが、この日はやはり勉強を離れて、楽しい一日を過ごしました。

看護師と准看護師を育成する清恵会医療専門学院、理学療法士と放射線技師を育成する清恵会第二医療専門学院では、楽しいイベントの実施や参加を積極的に取り入れることで、医療人としての心身の成長や充実した学生生活のサポートを行っています。



平成25年4月入学

放射線技師科
入学試験願書受付中!!

清恵会第二医療専門学院放射線技師科は、1977年の開校以来、1,542名の卒業生を輩出。卒業生たちは全国の医療機関で活躍しています。当校では、医療の担い手として貢献できる医療人の育成に力を注いでおり、少人数制のクラス編成による徹底指導を実施しています。また、充実した国家試験対策や他の国家資格も取得できる各種ゼミナールも開催しています。西日本唯一の夜間コースも設置、社会人の方も働きながら資格を取得することが可能です。

清恵会医療専門学院
第1看護学科/第2看護学科/准看護学科

清恵会第二医療専門学院
理学療法士科/放射線技師科

<TEL>072-222-6226 <Web>http://gakuin.seikeikai.or.jp

詳しくは
Webまたは
携帯で



早期のチェックで
病気にチェック!

気軽に体メンテナンス

第11回 骨密度測定検査

— 前編・骨の健康について

密度を認識し、高齢者の骨折予防に

骨密度と骨粗しょう症

骨は体の成長に伴って密度が高まり、25歳でピークを迎え、40歳頃まで一定に維持されます。その後、骨は加齢などにより徐々に密度が低下してスカスカの状態になっていきます。閉経・卵巣摘出・甲状腺機能亢進(こうじょうせんきのうこうしん)・胃の切除なども骨成分のバランスを崩す要因です。

骨がスカスカになった病態を「骨粗しょう症」といいます。高齢者、特に女性の方に多い病気で、悪化すると転んだだけでも骨折します。

骨粗しょう症の予防法

① **食生活** 骨の形成に欠かせないのが、カルシウムです。しかし、カルシウムは体内に吸収されにくいいため、腸からの吸収を促すビタミンDも併せて摂取することが重要です。カルシウムを多く含む牛乳や煮干し、



ビタミンDを多く含む魚類・卵・きのこ類などを食事に取り入れてください。またビタミンKも骨代謝に関わる大切な栄養素ですので、納豆などの発酵製品の摂取も心がけましょう。

② **日光浴** ビタミンDは、日光に当たることで皮膚から生成されるため、適度な日光浴も大切です。

③ **適度な運動** 運動による骨への刺激も、骨密度の維持に効果があります。刺激を受けた骨はカルシウムの取り込みを促進します。また運動不足になると骨を保護する筋肉が萎縮して、骨のぜい弱化につながります。日頃から軽い運動、例えばウォーキングなどを心がけましょう。

(清恵会三国丘クリニック・放射線科)

次回は、骨密度に関する検査についてご紹介します。



清恵会グループ通信 清恵会病院 地域連携室から

清恵会 地域医療連携懇談会を開催



2012年9月1日(土)、開業医の先生方を対象とした『清恵会地域医療連携懇談会』を開催致しました。この懇親会は、地域の医療機関との連携を深めるために毎年行っており、この日は講演のほか、手術・症例等を紹介するパネル展示を行いました。

救急蘇生法の講習会を開催



10月14日(日)、三宝小学校にて、三宝地区環境安全協議会の会員様及び地域住民の方々を対象に、AEDを使った『救急蘇生法講習会』を開催致しました。

出張講習会を行います

ご依頼に応じて、救急蘇生法講習会や健康管理の講演を行います。詳しくは、清恵会病院 地域連携室へご相談ください。
電話: 072-251-8199(代) メール: renkei@seikeikai.or.jp

清恵会グループのご紹介

+ 清恵会病院

急性期機能病院

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁2番10号
TEL.072-251-8199(代)

+ 清恵会向陵クリニック

人工腎臓透析外来

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁2番11号
TEL.072-251-8199(代)

+ 清恵会訪問看護ステーション

訪問看護・訪問リハビリテーション

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁4番4号
TEL.072-257-6074

+ 清恵会医療専門学校

看護師・准看護師養成校

〒591-8031 堺市北区百舌鳥梅北町2丁83番地
TEL.072-259-3901

+ 清恵会本部

〒590-0024 堺市堺区向陵中町4丁4番4号
TEL.072-251-8199(代)

+ 清恵会三宝病院

複合型慢性期機能病院

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁4-1
TEL.072-226-8131(代)

+ 清恵会三国丘クリニック

専門外来(予約制)

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁4番10号
TEL.072-251-8199(代)

+ さんさんデイケア三宝

通所リハビリテーション

〒590-0903 堺市堺区松屋町1丁4-1
TEL.072-225-0066

+ 清恵会第二医療専門学校

理学療法士・診療放射線技師養成校

〒590-0026 堺市堺区向陵西町4丁5番9号
TEL.072-222-6226

+ ケアプラス(照恵商事株式会社)

居宅介護支援・訪問介護・福祉用具貸与

〒590-0024 堺市堺区向陵中町6丁6番25号神田ビル2階
TEL.072-259-4622

TOPICS! 清恵会NEWS

SEIKEIKAI NEWS

南海バスに『さんさんデイケア三宝』の広告を掲出しています



写真提供：株式会社南海広告社

南海バスの車体に清恵会三宝病院内の通所リハビリテーション施設、『さんさんデイケア三宝』の広告を掲出しました。現在、2車両が堺エリアを走行しています。利用者様一人ひとりの顔が見える少人数の環境と、専門スタッフによる個別訓練が特徴の当施設。施設見学やサービス体験など、お気軽にお問い合わせください。(施設の詳細はP8「シリーズ三宝病院」をご覧ください)

清恵会グループのWebサイトがさらに充実!

清恵会グループWebサイトがリニューアル。『リハビリテーションサイト』を新設し、見やすさもアップしました。また、スマートフォンサイトが新登場。手軽に清恵会病院の情報をご覧いただけます。

清恵会

検索

<http://www.seikeikai.or.jp>

