

骨密度測定キャンペーン実施中!!

期間中、500円で骨密度を計測できます!

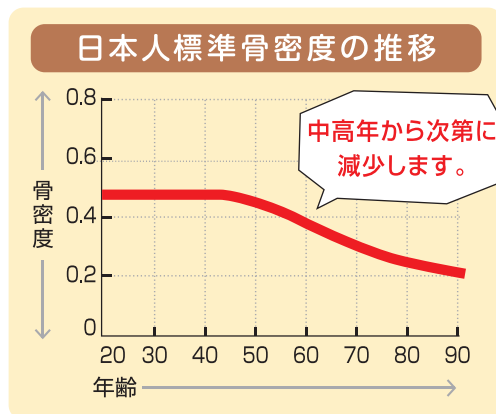
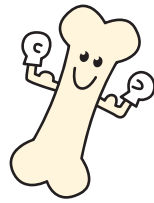
骨は中高年になるにつれ、骨密度が減少するといわれています。骨粗しょう症予防の第一歩として、自分の骨密度を知ることが、とても重要なことです。

当院の検査は腕を機械に入れるだけで、痛みも無く、極めて少ないX線を利用して骨粗鬆症のチェックができます。

期間 平成27年3月～6月 **時間** 14:00～16:00 **料金** 500円

予約 不要 **申込** お申し込みは総合受付までお越し下さい

※今回のキャンペーンの骨密度測定では、医師による診察はありません。



参加費
無料

平成27年度 糖尿病教室(公開講座)受講者募集! どなたでもご参加OK!

会場 西奈良中央病院2階会議室

時間 14:00～15:30 (受付 13:45より)

必要な物 筆記用具、計算機、(糖尿病交換表・糖尿病手帳)

申込 栄養給食課までお申込みください (Tel.0742-43-3333)

第1回 5月9日(第2土曜日)

「糖尿病ってどんな病気?」

「食後の高血糖について」～知らないと危ない食後高血糖～

第2回 6月13日(第2土曜日)

「糖尿病の運動療法(1)」～運動のコツと自己チェック～

社会医療法人 松本快生会

西奈良中央病院

救急告示病院24時間体制

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15

☎ 0742-43-3333 FAX 0742-43-8607

🌐 <http://www.nishinarachuo.or.jp>

診療時間 9:00～12:00 (受付時間 8:30～11:30)

休診日 日曜日・祝日・年末年始

面会時間 月曜日～土曜日… 13:00～19:00

日曜日・祝日… 10:00～19:00

介護老人保健施設 大和田の里

〒631-0056 奈良市丸山2丁目1220-163

TEL: 0742-51-6003 FAX: 0742-51-6013

- 入所サービス ●短期入所療養介護
- 通所リハビリテーション
- 収容入所者数: 82名 (短期入所者を含む)
- 収容通所者数: 20名

西奈良中央病院附属 丸山診療所

(大和田の里内に併設)

TEL: 0742-51-7336 FAX: 0742-51-7128

診療科目 内科・循環器科

診療時間 9:00～12:00

休診日 火曜日・日曜日・祝日・年末年始

訪問看護ステーション なでしこ

〒631-0041 奈良市学園大和町5-16マツヨシビル1F

TEL: 0742-47-6012 FAX: 0742-47-6267

訪問看護ステーション さわやか

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F

TEL: 0742-40-1600 FAX: 0742-40-1601

西奈良中央病院 ケアプランセンター

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル2F

TEL: 0742-43-3013 FAX: 0742-43-3731

こぐま保育園

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-16マツヨシビル1F

※主に医師・看護師のお子様を預かる保育園です。



こころと心を結び信頼と安心をお届けする情報誌

ご自由にお持ち帰りください。

はあ〜と通心

26号
4月発行

「心の医療」をもって地域住民に貢献する。

西奈良中央病院の基本方針

- 奈良市西部地域の中核病院として他の医療機関と連携を密にし、地域住民の生命を守り、健康の増進を図ります。
- 私たちは地域に住む人々に、信頼と安心を提供できる病院を目指します。
- 私たちは地域の住民参加のもと研修会を通じて、生活習慣病等の予防に一体となって取り組みます。
- 私たちは『病気を診るだけでなく人を癒す病院』として、患者様主体の医療を目指します。
- 私たちは医療水準の向上のため、常に研鑽し、質の高い医療の提供に努めます。



news!

西奈良中央病院からのお知らせ

看護の日・看護週間 イベント開催

ご参加は無料です!お気軽にご参加ください!

～看護の心をみんなの心に～

第13回 まちの保健室

開催 平成27年5月12日(火) 開催

時間 10:00～14:00 会場 イオンモール奈良登美ヶ丘

会場が変更になりました。

糖尿病 骨粗しょう症 高血圧 など

看護師・管理栄養士・ケアマネが健康に関する様々なご相談に応じます。

骨密度・血管年齢・身長・体重・血圧・BMIの測定
何でも健康相談(食事・健康状態など…)



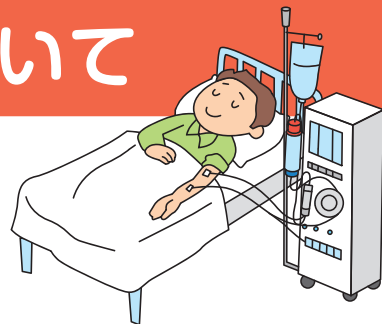
公益財団法人日本医療機能評価機構認定
人間ドック健診施設機能評価認定

社会医療法人 松本快生会
西奈良中央病院

〒631-0022 奈良市鶴舞西町1-15
TEL 0742-43-3333 HP <http://www.nishinarachuo.or.jp>

血液を綺麗に 血液浄化センターについて

今回は、血液浄化センター（旧人工透析センター）について、**血液浄化センター長 泌尿器科医師 金子 佳照先生**にお話を聞きました。



血液浄化センターを利用される患者さんはどのような病気の方ですか？

Q1.

A 腎臓の働きが落ち、体にたまる不要な物（尿毒素）が処理出来なくなる（慢性腎不全）病気の方が、腎代替療法を受けられます。腎代替療法には、血液透析・腹膜透析・腎移植などがありますが、当センターでは、主に血液透析（血液を人工腎臓で綺麗にする方法）を行っています。今後は、当センターでも腹膜透析（お腹の中に透析液をいれる方法）を行うための準備を進めています。

人工透析センターから血液浄化センターに名称が変わった事で何が変わりましたか？

Q2.

A 血液浄化法とは、血液中に蓄積した不要物を除去し、体液の質的・量的正常化をはかる方法です。血液透析以外にも、血液ろ過・血漿交換・血液吸着（灌流）・腹膜透析があり、血液浄化センターとして従来よりも多くの方法を取り入れ、その病状により適切な治療を行うことが出来るようになります。

透析患者さんへお伝えしたい事はありますか。

Q3.

A 食事の管理、特に水分と塩分とカリウム制限が大切です。適切な運動が大切です。家事・庭いじり・散歩・ラジオ体操など。長時間の臥床・座位を短くすることから始めてみてください。日々の自分の状態に注意しましょう。定期的に行われる体重測定・血液検査・レントゲン検査などを通じて自分の客観的な状態をチェックして下さい。毎日のシャントチェックをしましょう。十分な透析を行う為に、シャントを大切にしてください。



血液浄化センター長 **金子 佳照**

日本透析医学会 専門医指導医資格
日本泌尿器科学会 専門医指導医資格

当院の血液浄化センターは、県下有数の規模を誇る全80基の人工透析装置を配置し、万全の受け入れ体制を整えています。

センター内は、1本の柱もない、明るく開放的な広い空間です。透析中の患者さまに心のやすらぎを感じていただけるよう、随所にアイデアを採り入れています。

臨床工学部
より

放っておいたら様々な合併症に 腎不全について

腎不全とは？

腎臓の働きが落ちて体に溜まる不要な物質を十分に排泄できない状態をいいます。

腎臓の働き

- 尿を作るという大切な働きがあります。
- 赤血球を作ったり、骨を守るために必要なホルモンを作っています。
- 食べたり飲んだりして発生した老廃物を尿として体の外へ出します。
- 腎臓にある糸球体は大切な物質は捨てずに不要なものは捨てる、「濾過器」の働きを行っています。

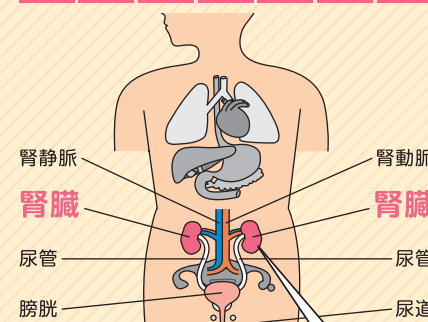
つまり老廃物の排泄、水分調整、電解質のバランス調整をしています。

腎臓病の症状・原因

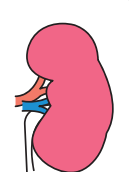
腎臓病は自覚症状が少ないため、尿を詳しく検査しないとわかりません。症状がかなり悪化すると、むくみ・高血圧・血尿などが見られるようになります。特に尿にタンパクが出ている人は要注意です。今後、腎機能が悪くなり透析治療に移行することもあります。腎臓は悪くなると自然に治りにくいため、進行する前に早く病気を見つけることが大切です。暴飲暴食や味の濃い食事、塩分の過剰摂取も要注意です。

自覚症状だけではなく、尿や血液など定期的な検査が早期発見につながります。

腎臓のある場所



おへそよりやや上方の背中側の左右一個ずつある臓器で、そら豆のような形をしています。大きさは大人の人の握りこぶしほどで100~150g程度の小さなものです。



看護部
より

あなたの薬の履歴書 お薬手帳について

お薬手帳とは？

あなたに処方されたお薬の名前や飲む量、使用回数、薬を飲むときの注意を記録し、携帯するための手帳です。

お薬手帳はこんな時に役に立ちます!!

- ✓ **新しい医療機関を受診する時**
 - ・ 同じ働きをする薬剤を重ねて使用することを防ぎます。
 - ・ 組み合わせの良くない薬がないかわかります。
 - ・ 検査や治療を行う前に一時的に中止が必要な薬剤がわかります。
- ✓ **休日診療所や救急病院を受信する時**
- ✓ **災害・事故・旅行先での容態の急変など緊急の時**
※東日本大震災の時には、お薬手帳が大変役に立ったといわれています。

お薬手帳は一人一冊

飲んでいる（使っている）すべての薬を「1冊」に記録することが大切です。病院ごとや薬局ごとに、別々の手帳を持っていると、必要なチェックができなくなります。1冊に続けて記録することによって効果を発揮します。



「お薬手帳」をいつも携帯しましょう!

受診・入院されるときは必ず持参してください。

- ・ 特に、常に飲んでいる薬がある方や、薬で副作用がでたことのある方は「お薬手帳」をいつも携帯しましょう。
- ・ 入院されるときに持参していただいていると主治医のみならず薬剤師、看護師にとって重要な情報源になります。