

# 蓮田病院広報



平成22年度  
蓮田病院統一標語

# 心

こころ

## 蓮田病院理念 “思いやりのある、やさしい医療” “最新の高度医療”



### キャンドルサービス

平成22年12月21日（火）午後6時より、  
久喜高校 吹奏楽部 の出演により開催を予定しています。

### 年末年始のご案内

12月29日午後より1月3日まで休診となります。

### 2011年春の花粉は2010年の2～10倍！ 日本気象協会予測

日本気象協会は、2011年のスギやヒノキ、シラカバなどの花粉飛散予測を発表した。飛散量はほとんどの地域で例年より多いか、例年並みになる見通し。花粉の飛散量は、夏の気象条件が大きく影響し、一般的に猛暑の夏の翌春の花粉飛散量は多くなる傾向があり、過去2005年には、前年の猛暑の影響で大量に花粉が飛散した経緯がある。2010年の夏は記録的な猛暑ではあったが、気温が高すぎて花芽の形成が抑えられることなどを考慮して、予想は例年並みかやや多めとしている。なお、花粉が非常に少なかった2010年の春に比べると2011年の飛散量はおよそ2～10倍になるといふ。

地域別では、九州から東北地方にかけてのほとんどの地域で例年並みか、やや多めの見込み。北海道、九州南部、東北地方の一部では例年より少なめ、近畿地方と東海地方では例年よりやや多めと予想する。近畿地方と東海地方の一部では2010年に比べ約10倍以上になるところもあるといふ。

花粉の飛散がはじまる前の準備が効果的

花粉症の治療は、花粉の飛散がはじまる前の準備が効果的です。花粉飛散開始の2週間ほど前より抗ヒスタミン薬、化学伝達物質遊離抑制薬、Th2サイトカイン阻害薬の投与を始める初期療法は効果が高いといわれています。毎年、花粉症に悩む人は、早めの受診をおすすめします。専門の医療機関として、耳鼻咽喉科(耳鼻科)やアレルギー外来を専門に設けている医療機関もあります。かかりつけの病院に相談してみましょう。

### ご存知ですか高額医療費の補助制度

大きな病気などで医療費がかさんでしまったときに、自己負担限度額を超えた分を給付してくれる制度です。

自己負担限度額は収入によって差がありますが、一般的な収入の場合月8万円台です。つまり、保険診療の医療費がどんなに膨大になっても、1カ月の自己負担は8万円を大きく超えることはないといふことです。

これまでは自己負担分(医療費全額の1割～3割)を一度支払っていましたが、制度が変わり入院治療の場合は限度額を超える支払いが起きそうときに、加入している健康保険の窓口(組合・共済健康保険の窓口、社会保険事務所、市町村役場)で「健康保険限度額適用認定証」を貰っておけば、入院した医療機関へ限度額まで支払うだけで済むようになりました。ただし、差額ベット代など保険外併用療養費やテレビの使用料など健康保険と関係ない支払いは別途請求されます。

また、家族のうち、複数の人の医療費自己負担がある月に2万1,000円を超え、超えた人の分を合算するとその月の自己負担額が約8万円を超えてしまう場合にも、高額療養費の適用を受けることができます。月々の集計後に知らせてくれる保険者(保険組合など)もあるようです。

自己負担限度額は所得の多い人の場合は15万円になりますが、市民税を免除されている人の場合は3万4,500円です。70歳以上の人には更に別規定があります。

また、病気が長引くなど自己負担限度額を最初に超えた月から1年以内に4回以上限度額を超えた月があった場合には、4回目以降の分の自己負担限度額が減額される仕組みになっています。詳しくは加入している健康保険組合、市町村、社会保険庁のホームページなどが役に立ちます。

### 患者様の権利

病院理念である“思いやりのあるやさしい医療”を実現するためには、以下に挙げた患者様の権利・尊厳を最優先で尊重することが何よりも大切と考えています。

1. 良質な医療を平等に受ける権利があります。
2. 医療機関を選ぶことや他の医師の意見を求める権利があります。
3. 十分な説明と情報提供を受けた上で、治療方法などを自らの意志で選ぶ権利があります。
4. 診療の過程で得られた個人情報を守られる権利があります。
5. 自らの診療記録の開示を求める権利があります。

### 健康セミナー

一般に、約8割の人が一生のうちに腰痛を経験するといわれています。そして、残りの2割の人は腰痛を経験したことを忘れていたともいわれます。重力のある環境で、立って生活する以上、生涯腰痛を避けて通るのは困難です。

ところで背骨は、生理的湾曲と呼ばれる緩やかなS字カーブを描きます。首と腰は前方に凸、背中は後方に凸の曲線を取り、立体バランスをとっています。年を重ねるとこのカーブが乱れてきます。典型的には腰の前方凸のカーブが消失し、背中から腰が後方凸になる姿勢です。このような姿勢になると腰痛、膝痛、肩こりが出現します。姿勢を正すことで、これらの症状を軽減できるのではと考えています。

姿勢を正すとは立位バランスをとることです。簡単に知る方法は、壁に背中を当てて立ってみることです。後頭部、背中(の一部)、お尻、踵が壁に付くようにして立ちます。でも、いつも壁に背中を当てていることはできません。そこで、私が行っている良い姿勢をとるポイントをお話します。それはまず、骨盤を意識することです。左右の前上腸骨棘(ベルトがかかる骨の突出部)と恥骨結合(両側の足付根のしわが交差するところにある骨の突出部)を結んで出来る三角形を含む面が地面に対して垂直になるようにします。そしてお臍が背中につくようにおなかを凹ませます。後は骨盤の上で背筋を伸ばすだけです。

私自身、腰痛、膝痛、肩こりを予防できればと良い姿勢をとるよう日々心がけています。みなさんもこれをきっかけに良い姿勢を意識されてはと思います。

蓮田病院整形外科 森田 裕司

埼東よみうり新聞に平成22年11月12日掲載

### 〈10月ご意見箱より〉

・・・蓮田病院サービス向上委員会・・・

9件:[窓口・会計]1件[診療]4件[病棟]2件[その他]2件

Q1. ある階の入院患者さんで午後11時頃までテレビつけている人がいますけど、誰も見回りきても注意しません。何もいわない。

A1. 申し訳ございません。病院の決まりである9時消灯の旨、患者様のご協力をお願いしてまいります。

Q2. セブンイレブンが遠いので外からの出入口をもうけてください。  
A2. 院内コンビニエンスストアという特殊な出店形態のため、行政上は不特定多数の一般顧客への開放は禁じられています。袖看板等も出せませんが、院内の利用度向上のために入口を設けることが、どこまで許容されるのか確認はしたいと思います。

### 次回蓮田病院公開講座のお知らせ

日時：平成23年2月4日（金）

場所：蓮田病院C棟6階談話室

発行：蓮田病院広報部

連絡先：048-766-8111

蓮田病院総務課

発行日：平成22年12月6日

送迎バス 時刻表

① 蓮田 病院	② 清瀬 前	③ 蓮田 郵便局 前	④ 蓮田 駅西口 埼玉り そな銀 行前	⑤ 蓮田 市図書 館入 口付近	⑥ 黒浜 西自治 会館	⑦ 蓮田 病院
8:10発	8:20発	8:25発	8:33発	8:35発	8:43発	8:50着
10:10発	10:15発	10:20発	10:28発	10:30発	10:38発	10:45着
13:10発	13:15発	13:20発	13:28発	13:30発	13:38発	13:45着
15:10発	15:15発	15:20発	15:28発	15:30発	15:38発	15:45着
16:10発	16:15発	16:20発	16:28発	16:30発	16:38発	16:45着

① 蓮田 病院	② JA平 野支店	③ 高虫 バス停 前	④ 柴山 バス停 前	⑤ 菖蒲 町役場	⑥ 菖蒲 家電 サービ ス手前	⑦ 道の 駅 オア シス菖 蒲	⑧ 蓮田 病院
9:07発	9:15発	9:18発	9:20発	9:28発	9:30発	9:35発	9:45着
11:07発	11:15発	11:18発	11:20発	11:28発	11:30発	11:35発	11:45着
14:07発	14:15発	14:18発	14:20発	14:28発	14:30発	14:35発	14:45着

～携帯の使用にあたっての注意点～

1. 院内では必ずマナーモードにしてください。
2. 使用禁止場所では、電源を切ってください。
3. 携帯電話での通話は通話許可エリアでお願いします。
4. 使用可能場所であってもマナーを守って周囲の皆様に配慮して使用してください。
5. 消灯時間後（午後9時～翌朝7時）の使用は禁止します。
6. 病院職員から使用に関して指示があった場合は、その指示に従ってください。
7. 携帯電話の写真機能の使用は禁止します。

その他

医療スタッフはPHSを使用していますが、医療機器への影響のない機種を選定しておりますのでご安心ください。