

平成27年8月1日現在

- 各科外来の受付時間は 午前8時30分～11時
診療開始時間は 午前9時～(曜日等により異なる場合あり)
急患の場合はこの限りではありません。
- 都合により代診・休診とさせていただく場合があります
のでご了承ください。

* 印は非常勤医師

CT・MR・RIは直接ご予約できます。

CT予約	083-901-6149	予約受付
MR予約	083-901-6151	〔月曜日～金曜日〕
RI予約	083-901-6154	午前8時30分～午後6時

(※心筋シンチ・冠動脈CTについては内科・循環器科にご紹介ください。)

《用語の解説》

☆**完全予約制**…事前に予約をお取り頂くことが必要な外来

☆**完全紹介制**…医療機関からの紹介（紹介状の持参）が必要な外来

☆**完全紹介予約制**…医療機関から事前に地域連携室へご連絡の上、紹介の予約をお取り頂くことが必要な外来

✎「Life～ライフ～」・その他病院に関するご意見・ご要望等は、病院内に設置しております「ご意見箱」にご投函いただくか、病院宛にご郵送ください。

平成27年8月10日発行

〒753-8517 山口市緑町2-11

TEL 083-901-6111(代表)
FAX083-921-0714

どうぞ、ご自由にお持ち帰りください。

Life

ライフ

NO. 83

地域医療支援病院
日本医療機能評価機構認定病院



山口県済生会山口総合病院

発行：地域連携委員会 広報于一ム

発行責任者：院長 城 甲 啓 治

〒753-8517 山口市緑町2-11 TEL:083-901-6111(代表)

2015年 8 月号

●●● お盆も通常通り診療いたします(土・日休診) ●●●

大変ご迷惑をおかけいたしますが、
ご理解のほどお願い申し上げます。

 8月よりお世話になります

(心臟血管・呼吸器外科)

 お世話になりました

(心臟血管・消化器外科)

「山口労災病院」 転任（山陽小野田市）

※ 外来における診療体制については、裏表紙の『外来医師担当表』をご覧ください。

2015 NURSING DAY

看護の日

イベント行事へのたくさんのご参加
ありがとうございました

平成27年度看護週間行事は、5月14日（木）院内、15日（金）院外でイベントを開催致しました。

『健康コーナー』の今年度のテーマは“健康寿命を延ばそう”でした。看護師による身体計測、体脂肪測定、血圧・血糖測定と医師、薬剤師、栄養士、理学療法士による健康相談を行いました。14日の『癒しのコーナー』では、午前中はちぎり絵、午後からはフルートの演奏会を開催しました。15日は『1日まちの保健室』を山口井筒屋で行いました。担当者は、はじめてお揃いのウインドブレーカーを着用して対応を行いました。2日間のイベントを通じて看護の心を皆様にお届けすることが出来たと感じています。

理念：私たちは地域社会に信頼され、質の高い医療を提供します。

基本方針

- 一、急性期病院として地域医療機関との連携を積極的に推進します。
- 一、良質の医療サービスを提供します。
- 一、目標達成のため自己研鑽につとめます。

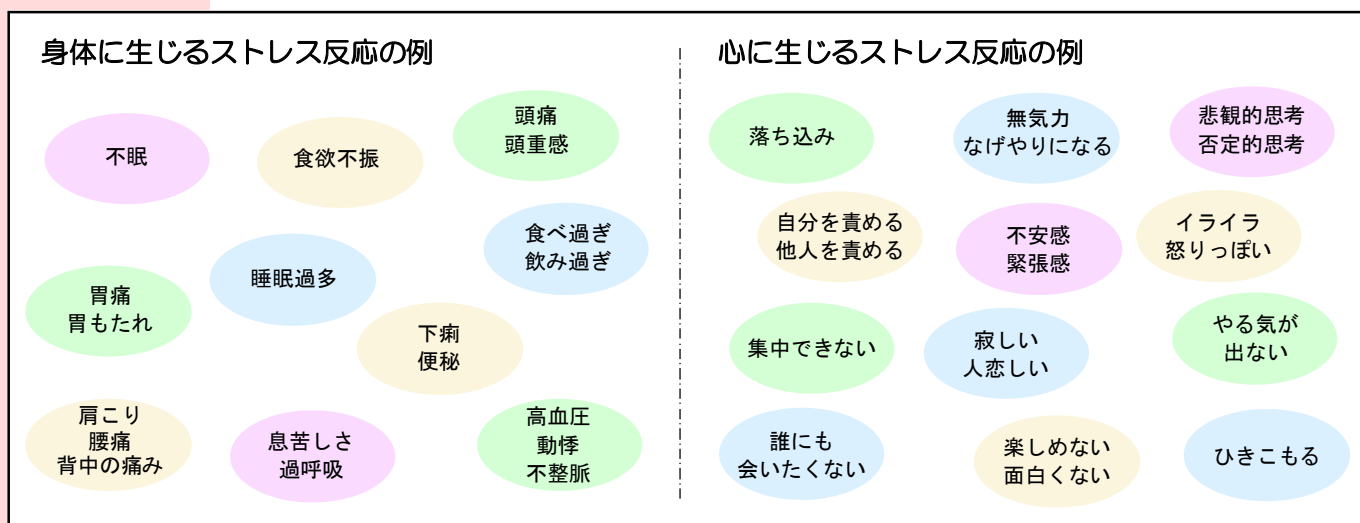
患者さんの権利

1. 平等で適切な医療を受けること
2. 尊厳が守られること
3. 医療に関する説明や情報の提供を受けること
4. プライバシーが守られること
5. 自らの意思で医療を選択すること

看護部長 江藤京子

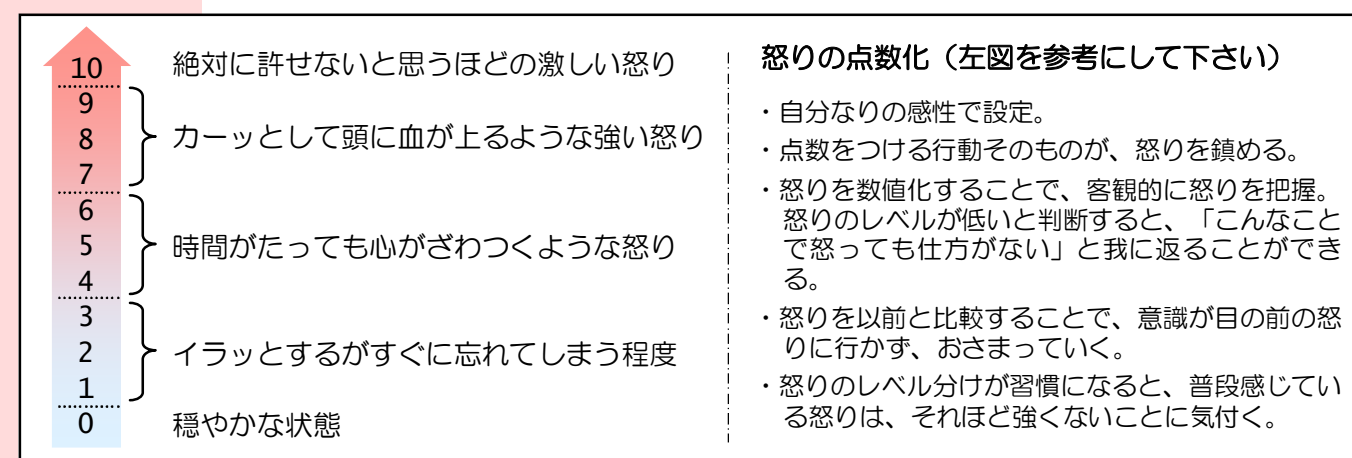
「ストレス」とは、もともと物理学の分野で使われていた言葉で、物体が外側からかけられた圧力によって歪みが生じた状態を言います。医学や心理学の領域では、外部からの刺激に適応しようとして、心や身体に生じた様々な反応をストレス

ストレスは不快なもの、病気を誘発するものと思われるかもしれませんが、悪いストレスばかりではありません。適度なストレスは、人の行動を活性化させ、心理的・生理的に最も効率のよい状態をつくり、モチベーションアップにも繋がります。生きている限り、ストレスは生じるものです。自分のストレスの原因・ストレス反応について把握し、適切な対処法を実践することで、ストレスと上手につきあっていくことが大切です。



「怒り」は命を守れという脳からの大事な信号で、人間にとって自然な感情のひとつです。なくすことはできませんし、怒ってもかまわないのです。また、ストレスと同じように、怒りをバネにして行動を起こすモチベーションにもなります。怒りはアレルギーと似て、同じ経験をして、怒る人もいれば怒らない人もいます。しかし、怒りは、時に人間関係を悪化させてしまいます。

そこで、怒りのコントロール（対処術）が必要になります。その方法として、「怒りを点数化する」「思考を停止させる」「その場を離れる」「数を数える」「ゆっくり深呼吸をする」「魔法のことばを用意する」「いまに意識を集中させる」等、いくつかありますが、紙面の関係上、ここでは「怒りを点数化する」方法をご紹介します。



最後に、必ずしも「怒る＝悪い」ではないのです。まずは怒りの感情を認めて、怒りを持った自分を受け止めてあげることが大切です。自分が怒ったことを受け止めてあげるもう一人の自分を見つけてみて下さい。



平成27年8月1日より、喫煙・受動喫煙による健康被害を防ぐために病院敷地内全面禁煙（建物内・駐車場）を実施します。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

今回のライフでは、喫煙される皆様からのよくある質問についてお答えいたします。

Q どうして敷地内全面禁煙になったのですか？

A 患者さんをはじめ皆さんの健康をサポートするという病院の社会的使命から病院敷地内全面禁煙を実施することにいたしました。

Q 敷地内とはどこですか？

A 病院敷地内とは、建物内・駐車場を含む病院敷地内全体を示します。病院周辺においてもマナーを守り病院敷地内全面禁止にご理解とご協力をお願いいたします。

Q 自分の車の中でたばこを吸うことはよいのですか？

A 敷地内での喫煙はすべて禁止としていますので、駐車場の車内も禁止となります。
ご協力をお願いいたします。

No Smoking

職場紹介 コーナー

リハビリテーションは、身体的な機能回復訓練のみにとどまらず、精神的・職業的な復帰のための支援を患者さんそれぞれの状態に合わせた内容で行います。リハビリ専門職は、理学療法（PT）・作業療法（OT）・言語聴覚療法（ST）に分けられ、理学療法士9名、作業療法士5名、言語聴覚士2名のスタッフで構成されています。理学療法では、起き上がる・立ち上がる・歩くなどの基本的な動作練習を行い、作業療法では、食事・着替え・排泄など日常生活動作の練習を行っています。また、言語聴覚療法では、コミュニケーションや嚥下機能の改善などを行いながら、それぞれの職種が連携し患者さんの状態に合わせた療法を提供しています。主な対象疾患は、脳血管・整形疾患ですが、循環器疾患・がん患者さんへのリハビリテーションも早い段階から実施しています。

