

サンプラザ

number 85 / 2020.10.10

家庭血圧を測ってください
副理事長 神吉和重

全国DPC医療機関との平均入院日数比較

消火・避難訓練実施

お知らせ「インフルエンザワクチン予防接種について」
「非通知の迷惑電話への対応について」

金博士の『本音で語ろう』"小鳥と自然の摂理"
総合診療科 金有世

令和2年7月豪雨災害募金について

医療法人 サンプラザ 新札幌循環器病院

家庭血圧を測ってください

副理事長 神吉和重



当院に通っておられる患者さまの多くは血圧のお薬を服用しています。

ここでみなさんをお願いしたいのは、普段からきちんと自分の血圧を測定して記録することです。

家庭で測定した血圧は家庭血圧と呼ばれ、診察室血圧と同等かそれ以上の価値がある（それだけあてになる）と評価されていて、投薬の調整や効果判定に極めて重要な役割を果たします。

家庭血圧を測定していないと、病院では緊張してしまっていつも高くなってしま（これを白衣高血圧といいます）の患者さまは、誤って薬を増やされてしまうかも。逆に、たまたま病院で測る時には、受診前に内服した薬の効果でちょうどよい血圧になっている患者さまでは、大事故につながる早朝高血圧を見逃されてしまう可能性があります。

血圧の薬は一度始めたらやめられないと思っている人が多いようですが、必ずしもそうではありません。減塩に気を付けたり、運動して体重を減らしたり、夜更かしや飲酒を控えたり、さまざまな生活習慣の改善で血圧が下がったら、内服を減らしたり中止することもできます。また、寒くなると多くの人は血圧が上がってきます。これからの季節はそれに応じて薬を増量しなくてはならない季節なのです。薬が増えることはあまり気分のよいことではありませんが、血圧上昇に気づかず、きちんと内服調整されないとしたら、さらに残念なことになってしまいます。

ということで、家庭血圧を日々チェックして記録していただくようお願いします。

測定結果は測るたびに変動しますが、定期的に測定しているうちに、ほとんどの場合は一定の範囲内におさまることが分かります。その範囲を超えた際には、知らないうちに無理をしていたり、寝不足だったり、なんらかの変調をきたしていることが多いようです。自分が気づかなかった体調不良を血圧が教えてくれる、ということもあるのです。

測定した血圧は血圧手帳に記載し、受診の際には忘れずにご持参ください。血圧手帳はご希望によりお渡しいたしますので、最寄りのスタッフまでお申し出ください。



全国DPC医療機関との平均入院日数比較

当院はDPC医療機関（入院費包括支払制度）となっております。
 主要疾病に対する、全国の退院患者調査(参加4,757病院)と、当院との平均入院日数比較をご報告します。

【調査期間】(当院)平成31年4月1日～令和2年3月31日
 (全国)平成30年4月1日～平成31年3月31日

病名	診断群分類	当院平均入院日数	全国平均入院日数	比較
急性心筋梗塞	手術あり(PCI)、処置あり(シンチ)	13.3日	15.2日	-1.9日
狭心症	手術なし、処置あり(CAG)	3.3日	3.5日	-0.2日
狭心症	手術あり(PCI)、処置1、2なし	3.4日	5.1日	-1.7日
心不全	手術なし、処置なし	20.9日	20.6日	+0.3日
非破裂性大動脈瘤・腸骨動脈瘤	手術あり(ステントグラフト)	14.9日	15.7日	-0.8日
閉塞性動脈硬化症	手術なし、処置なし	5.7日	8.7日	-3.0日
閉塞性動脈硬化症	手術あり(EVT)	6.4日	9.2日	-2.8日

- ※ PCI(経皮的冠動脈インターベンション)・・・狭くなった冠動脈にカテーテルを挿入し、拡げる治療
- ※ シンチ(シンチグラフィ)・・・放射線を出す物質を投与し、その放射線をシンチカメラで検出し画像化する検査
- ※ CAG(冠動脈造影)・・・カテーテルを経皮的に心血管に挿入し、心機能や狭窄度を調べる検査
- ※ ステントグラフト・・・筒状のバネを血管内に留置し、動脈瘤の破裂を予防する治療
- ※ EVT(末梢血管インターベンション)・・・狭くなった腎動脈・下肢動脈にカテーテルを挿入し、拡げる治療

消火・避難訓練実施

9月18日(金)15時より、当院2階中庭と廊下にて2020年度消火・避難訓練を実施し、各部署より15名の訓練体験者・見学者が参加しました。

通常、消火器の中には専用の粉が入っていますが、訓練では中に水が入っている物を使用しています。最初に専門業者の方より消火器の取扱・使用方法の説明があり、訓練へと移りました。実際に火災が起きた際には、消火器を使用する前に「火事だー！」と周囲に知らせることが大切であり、次に、消火器の安全栓を外しホースの先端を持ち、レバーを強く握る。油火災では近くで噴出すると油がはねるため、3～4m手前からかけ始め、徐々に炎に近づく。油・電気火災など、消火器はどんな火災でも使用できるが、10～15秒しか放出されないため、壁やカーテンに火が燃え移った時など、大きな火災では消火が難しいため、速やかに避難すること、などを学びました。

次に、院内に備え付けてある緩降機(オリロー)にて訓練を実施しました。この装置は、階段が使用できない状態(すでに煙にまかれて逃げられない状況など)に窓から避難する際に使用するもので、実際に地上約5mの高さがある2階の窓からの脱出訓練を見学しました。降りるスピードはゆっくりで、操作方法と安全性を理解することができました。

全職員が、災害時に冷静かつ安全に患者さんを避難させることが出来るよう、今後も訓練を継続して行います。



お知らせ

「インフルエンザワクチン予防接種について」

10月1日（木）よりインフルエンザワクチン予防接種を実施いたします。

ご希望の方は、当日受付にお申し出下さい。

なお、在庫がなくなり次第、終了とさせていただきますのでご了承下さい。

【対象】 高校生以上のすべての方（予約不要）

【期間】 10月1日（木）～ 1月30日（土）

【ワクチンのみ希望される方】 10：00～11：00 / 14：30～15：30

【料金】 お支払いは現金のみとさせていただきます。

1回 3,500円（税込）

札幌市在住の65歳以上の方など

1回 1,400円（税込）



※ ご自宅で体温を測っていただくと、スムーズにご案内できます。

※ 木曜日は大変混み合うため、お待ちいただくことがございますのでご了承下さい。

※ 診療と同日にご希望の方は、診察前に受付までお申し出下さい。

「非通知の迷惑電話への対応について」

当院にかかってくる迷惑電話が増えたことで、患者さんからの電話が繋がりにくい状況となり、ご迷惑をおかけしておりました。

このような状況を改善するため、**7月1日より「番号通知リクエスト」**を導入いたしました。

「番号通知リクエスト」とは、電話番号を通知しない（非通知）で電話をかけてきた方に、電話番号を通知する（番号の先頭に「186」を付ける）よう、音声メッセージを流す仕組みです。

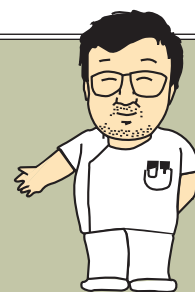
患者さんからのお電話を繋がりやすくするための対応となりますので、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。



金博士の

『本音で語ろう』^{⑧3}

“ 小鳥と自然の摂理 ”



いつの頃から気になり始めた、庭でみかける小鳥（スズメ）の一、二羽がカラスたちに襲われるのではないかということ。

そういえば、カラスは餌にありつけるように進化しているが、カラスもお腹を空かしているにちがいない。

そのうちハトもみかけるようになった。

スズメたちも仲間がふえて庭を自由に飛びまわりはじめた。

こちらは、カラスたちにさらわれないだろうかと思い心配であるが、スズメが餌とする小虫とかチョウチョウも含めて、それが自然の摂理である。

あんまり欲張らずに共生してほしい。

総合診療科 金 有世

令和2年7月豪雨災害募金について

7月3日から7月31日までにかけて、熊本県を中心に、九州や中部地方など日本各地で発生した集中豪雨は、甚大な被害を及ぼしました。

当院では、職員からの善意の募金19,721円を、令和2年7月豪雨災害義捐金に送金致しました。

被災された皆様、ならびにそのご家族の皆様にご心よりお見舞い申し上げますとともに、亡くなられた方々に謹んでお悔やみ申し上げます。

皆様の安全と被災地の1日も早い復興を、心よりお祈り申し上げます。

外来担当医診療予定表

(令和2年10月10日より)

	月			火			水			木			金			土		
午前	予約制	予約制		予約制	予約制		予約制	予約制	出張医	予約制	予約制	出張医	予約制	予約制	予約制			出張医
	縄手	山田	清水	縄手	馬場	金	北大小森山	神吉	大坪	縄手	馬場	大坪	北大鎌田	佐々木	神吉	山田	医師交代制	金
午後	予約制	予約制	予約制	予約制	予約制		予約制	予約制	出張医	予約制	予約制	出張医	予約制					
	神吉	馬場	藤井	佐々木	大坪	清水	佐々木	馬場	北大小森山	佐々木	山田	北大鎌田	藤井	清水				

診療受付時間

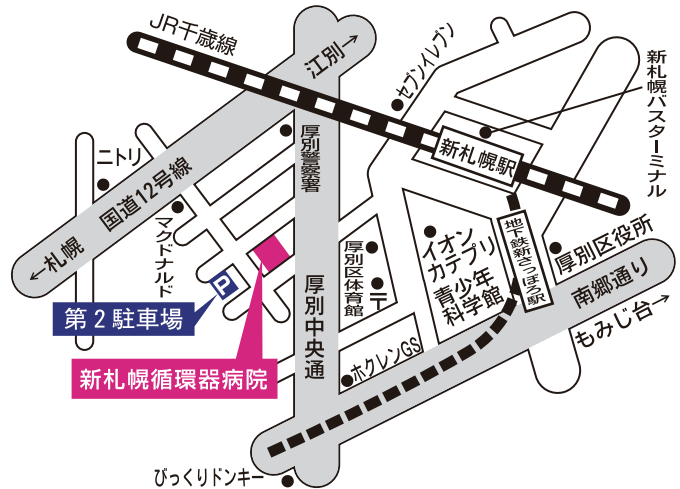
平日	午前	8:45 ~ 11:30
	午後	1:30 ~ 4:30
土曜日	午前	8:45 ~ 11:30

- * 新患受付時間 午前 8:45~11:00
午後 1:30~3:30
- * 土曜日は午前だけの診療となります。
- * 循環器救急のお問い合わせは24時間対応しています。

診療科目

- 心臓血管外科 人工透析内科
- 循環器内科 胸部外科
- 腎臓内科 リハビリテーション科

病院案内



■ 札幌市厚別区厚別中央2条4丁目9番25号
TEL 011-892-1556

■ 地下鉄 (5番出口) ・ JR ・ バスターミナルより徒歩5分

■ 面会時間 平日 午後 2:00 ~ 午後 8:00 / 土日祝 午前 11:00 ~ 午後 8:00



お車で
ご来院の
患者様へ

病院横駐車場 (18台) / 第2駐車場 (18台)

- ・ 当院駐車場に隣接して月極駐車場がございますので、お間違えないようご確認ください。
- ・ 近隣住民の方々へご迷惑となりますので、駐車場内ではエンジンをお切りください。

■ ホームページ随時更新しております。ぜひ、御覧ください。 <https://www.sshoc.jp>