

# まごころ

## 人間ドック・健診施設機能評価認定をいただきました

### 目次:

尿から細菌？	2page
「笑う」免疫向上方法	2
睡眠時無呼吸症候群検査	2
医療ソーシャルワーカーとは？	3page
心電図ってなに？	3
人間ドックは何のため？	3
高気圧酸素治療について	裏面

当院は、日本人間ドック学会が実施する人間ドック・健診施設機能評価を受審し平成16年11月に認定されました。認定は、全国で8番目 **千葉県内では最初の認定** となりました。

### 人間ドック・健診施設機能評価とは・・・

受診者の皆様に安心して検査を受けて頂けることを目的に、日本人間ドック学会が実施している人間ドック・健診施設に対する機能評価認定です。5領域、185項目（平成16年12月現在）もの評価項目のチェックが行われます。内容的には、運営体制、受診者の皆様の満足と安心を得る為に、どのように取り組んでいるのか、健診の精度管理をどのように保っているかチェックが行われます。

当院は、第三者機関による客観的な評価をして頂くことが大切であるとの観点から、いち早くこの評価認定を受審しました。

サーベイヤー（審査員）の方々から、院内関係者からは気がつかなかった点のご指摘も頂き、今後の人間ドックを中心とした、健康管理センター業務改善につなげていこうと考えています。

認定を受け、受診者の皆様方に、更に安心して満足して頂ける人間ドック、健康診断を実施していこうと、職員一同、気持ちを新たに努力してまいります。



健康管理センター  
人間ドック受付  
**(043-227-7453)**

1日ドック（日帰り）コース  
2日ドック（一泊）コース  
検査日 月～土曜のAM8：30～  
一泊コースは月～金曜  
ご予約手続き等は、御来院、お電話  
で申込み頂けます。

## まごころ

### 尿から細菌？



一般に健康な人の膀胱内の尿には基本的に細菌は存在しませんが、尿を排出する尿道から細菌が侵入し、住み着き、増えると、尿路に炎症が起こります。これらを尿路感染症と呼んでいます。尿路感染症は、疲れがたまっていたり体力が低下していると発症しやすいと言われるので、日頃から健康的な生活を心がけていただくと共に、おかしいな？と思ったら、早めに内科や泌尿器科を受診されることをお勧めします。そのまま放置してしまいますと、尿道から侵入した細菌群は、膀胱、尿管を経て、

腎臓にまで達します。男性では、前立腺や、精管を逆行して精巣上体にまで感染を引き起こします(上行性感染)。更に重症化した場合には、細菌が血液中にまで入り込むこともあります。こうなってしまうと、大変危険です。尿路感染症を引き起こした原因菌を調べそれに適した薬を用いるためにも尿の細菌検査が重要となります。適切な薬を選択すれば、内服薬でも十分治りますので、お早めに受診なさってください。



### 「笑う」免疫向上方法



笑うことの効用がマスクミなどでも取り上げられるようになりました。まずその一つに笑うことにより、リンパ球の一種であるNK細胞が強化され免疫力が高まり、自然治癒力が増すという研究結果があります。免疫力が高まれば、風邪を引きにくくなるなどの科学的根拠があります。次に、笑えば必然的に腹式呼吸になるので、結果的に血行がよくなります。

さらに、記憶力や集中力が高まりボケを遠ざけるとも言われています。最大の効果は何と言ってもストレス解消効果でしょう。なんと笑うことだけでストレスは減るという研究結果ができています。皆さんも是非お金のかからない免疫向上法「笑うこと」を実践してみてください。



### 睡眠時無呼吸症候群検査



9月より実施しておりますSAS（睡眠時無呼吸呼吸症候群）スクリーニング検査は反響が大きく、12月1日までに約42名が検査しております。日中の眠気など仕事に大きな支障が出る方が多く検査されています。検査の結果SASの疑いの方が、実に20%強もいらっしゃいました。

皆様のご家族や、お知り合いに夜間呼吸が止まるなどの症状がある場合は、是非当院の簡易スクリーニング検査を受けてみてください。SASは治療を開始すると、すぐに改善が見られ、今までの生活の苦がうそのように改善されます。不安がある方はお早めに検査をすることをお勧めします。

## 医療ソーシャルワーカー(MSW)とは？

病院などで相談業務を行う者を、医療ソーシャルワーカーといいます。例えば病気になると、様々な心配事がでくるとかと思えます。医療ソーシャルワーカーは、このようなときに医療・保健分野における社会福祉の専門家として、相談、情報提供、連絡調整の3つの業務を中心に、患者様にとってより良いと思われる環境を整えていくことを仕事としています。

医療ソーシャルワーカー独自の国家資格はありませんが、医療ソーシャルワーカーとして働く多くの者が持っている資格に社会福祉士等があります。社会福祉士は、昭和62年に制定された「社会福祉士及び介護福祉法」に基づ

く国家資格です。社会福祉士になるには、国家試験に合格しなければなりません。福祉系の4年生大学や社会福祉士指定養成施設を卒業した者、福祉関係職で5年以上実務経験のある者などが国家試験を受験できます。国家試験合格後、厚生労働大臣の免許を受け、晴れて社会福祉士を名乗ることができます。

当院では、地域医療連携室に社会福祉士の資格を持った医療ソーシャルワーカーが所属し、入院中の、あるいは外来の患者様のご相談をお受けしています。お話についての秘密は守りますので、ご心配・不安なことがございましたら、お気軽にご相談ください。

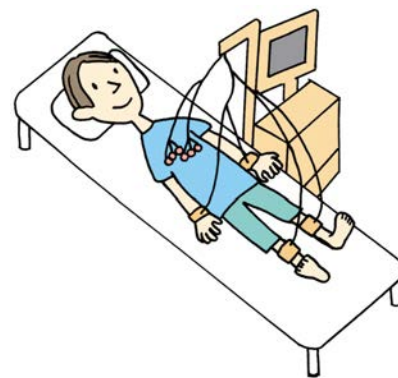


## 心電図ってなに？

心臓は一日に約10万回収縮と拡張を繰り返す、生体のポンプとして全身に血液を送り出しています。心臓の一部に一定のリズムで弱い電氣的信号を発する場所があり、その信号が伝わって心臓の筋肉は伸びたり縮んだりしています。この「電氣的信号の伝わり方」を、記録したものが心電図です。心電図検査は主に不整脈や狭心症・心筋梗塞などを調べる検査です。しかし、心電図ですべての心臓病が発

見できる訳ではなく、レントゲンや心エコーなどと組み合わせる必要があります。

ベッドにあお向けに寝た状態で、両手首・足首と胸に電極を着けて心電図を記録します。痛みはありませんので楽な気持ちで横になっていただきます。検査は数分で終わります。心電図検査は、国家資格を有する臨床検査技師が行っていますので安心して受診してください。



## 人間ドックは何のため？

人間ドックは何のため？と聞かれますと、簡潔的に言えば、健康人の体全てを検査して、病気や異常を早期に発見したり、現在の健康状態を調べるものです。

人間ドックで体の異変を早期発見することは大切なことですが、同じくらい大切なのは人間ドックの結果を生活に生かすことです。成人病の多くは病状が悪化してからで

ないと、自覚症状が出てきません。

人間ドックで異常を指摘されても、痛くもかゆくもないからと放置しておくと、いつの間にか手に負えない状態になる場合も少なくないのです。どのような検査も、受けっぱなしでは何の意味もありません。「異常あり」と言われた人も、そうでない人も健康作りの糧としてください。



## 高気圧酸素治療の信頼と実績 臨床工学技師 石田 修



昭和27年、第二次大戦後に多発した潜水病治療のため、当院の前身である財団法人労災協会病院に、日本で最初の治療装置が設置されました。その後研究と治療を続けていく中で様々な病気に効果があることが実証されました。当院は日本を代表する施設で、延べ数十万回に及ぶ治療を行ってきましたが、事故は一度もありません。治療は専門知識と経験を有した医師が認定される、高気圧酸素治療管理医3名を中心に行っております。治療機器の操作は管理医指導の下、高気圧酸素治療専従の臨床工学技師が操作しますのでご安心ください。

## 高気圧酸素治療のススメ

高気圧酸素療法が広く知られるようになった出来事があります。あのイングランド代表のサッカー選手、デビッド・ベッカム選手がワールドカップ初戦まで2ヶ月もない時期に左足甲骨折を受傷しました。その時、全治8週間と言われたにも関わらず高気圧酸素治療を行った結果、わずか4週間という期間で復帰しワールドカップに出場しました。また多くのプロ・アマスポーツ選手は練習後に高気圧酸素を利用し

疲労回復を促し練習量を増やす方法をとっておられます。また試合前や試合期間中に利用することで、コンディションを整える役割に利用されています。これらには保険診療では認可に至っておらず、自由診療という形で提供しております。薬物のように副作用も無く、疲労回復や疾病の治癒が見込まれるまさに「魔法の筒」です。是非とも皆様も当院の高気圧酸素治療を有効にご活用いただければと思います。



ホームページもごらんください  
<http://www.saito-rosai.or.jp>

### 医療法人福生会 斎藤労災病院

〒260-0005

千葉市中央区道場南1-12-7

電話 043(227)7437 (代表)

FAX 043(202)5460

Email: rousaihp@viora.ocn.ne.jp

### 編集後記

新年あけましておめでとうございます。

当院は病院機能評価認定に引き続き、昨年6月に労働衛生機関評価認定、11月に人間ドック・検診施設機能評価認定と、第三者機関による評価認定をいただくことが出来ました。

これで安心、ではなく、これからこそ気持ちを引き締めて頑張っていこう、地域の皆様方の幸せのために、少しでもお力になりたいと、職員一同決意も新たにしております。

皆様方にとって2005年が実りの多い年になりますよう、心よりお祈りいたします。

編集委員