

にっせき ぬくもり通信

<http://www.matsuyama.jrc.or.jp/>



編集・発行/松山赤十字病院

〒790-8524 松山市文京町1番地

TEL089-924-1111 FAX089-922-6892

Vol.6
2006年7月1日

《基本理念》人道・博愛・奉仕の赤十字精神に基づき医療を通じて地域社会に貢献します。

脳卒中、かかって泣くより、まず予防

脳卒中には、血管が詰まる脳梗塞、脳の内出血する脳内出血、脳の表面に出血するくも膜下出血があります。脳梗塞が約6割、脳内出血が約3割、くも膜下出血が約1割の割合で発生します。脳卒中になっても、元通りに回復出来ればいいのですが、多くの方々に、後遺症が残ります。日本人の平均寿命は延びましたが、後遺症を抱えての寿命の延長は悩ましいものです。脳卒中にかからない事、脳卒中の予防が出来ればそれに越したことはありません。脳卒中は色々な原因で起こりますので、すべての人に有効な予防法は一つではありません、これさえすれば大丈夫という予防法もありません。しかし、これが出来れば、かなり予防が出来るという方法があります。



脳卒中・脳神経センター
脳神経外科部長

曾我部 貴士

日本脳卒中協会（脳卒中の予防と患者・家族支援を目的に設立された団体です。）が作成した「脳卒中予防十カ条」です。さらに脳卒中協会秋田県支部作成の標語も紹介します。

- ①手始めに、高血圧から治しましょう—高血圧、治療が救う多くのいのち
- ②糖尿病、放っておいたら悔い残る—肥満が招く糖尿病、早期の治療は健康保障
- ③不整脈（心房細動） 見つけ次第すぐ受診—不整脈（心房細動）、梗塞予防が薬で可能
- ④予防には タバコを止める 意志を持って—禁煙を実現できて周囲の笑顔 喫煙で子孫におよぶ悪影響

- ⑤アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒—アルコール、たしなむ程度がトレンドイ
- ⑥高すぎるコレステロールも見逃すな—コレステロール、高すぎ低すぎ赤信号
- ⑦お食事の 塩分・脂肪 控えめに—塩分、動物性脂肪、必要最低限がもたらす健康生活
- ⑧体力に合った運動 続けよう—若さを保つ運動習慣、一年ごとに若返る
- ⑨万病の 引き金になる 太りすぎ—肥満が蝕むわが体、日々の努力でさよなら万病
- ⑩脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

松山赤十字病院 脳卒中・脳神経センターでは、かかりつけ医の先生と連携し、脳卒中の急性期医療に日々努力を重ねております。



テーマ：地域医療連携によるがんのトータルケア ～がんとともに生きる人々を支える連携へむけて～

日 時：平成18年7月15日（土）15時～17時30分

場 所：松山市民会館 大ホール（松山市堀之内）

定 員：1,200～1,500人程度

入場料：無料（どなたでも参加いただけます）

本フォーラムが地域住民の皆様にかかりつけ医をもつことの重要性、在宅医療を含めた地域医療連携の利点をご理解頂く機会になればと考えております。

一人でも多くの皆様のご参加をお待ちしております。

—— プログラム ——

挨拶：挨拶

開会挨拶：松山赤十字病院 院長 淵上忠彦

来賓挨拶：松山市長 中村時広 様

松山市医師会 会長 稲田 裕 様

第一部：基調講演「がんなんてなによ」

女優 大空真弓 様

※当日、がんに関する相談をお受けしております。（14時～15時）

第二部：がんのトータルケア

「当院・在宅医療・ホスピスの立場から」

◇松山赤十字病院 外科部長 筒井信一

◇大城外科胃腸科 副院長 大城辰雄 様

◇松山ペテル病院 院長 中橋 恒 様

患者様より当院の施設設備に関して 寄せられたご意見、ご提案を受けて 改修した事項についてご報告します。

【患者様の声】

小児科で子供が待ち時間を短く感じられるようにして欲しい。



【改修しました】

アニメ専門番組「アニマックス」の放送を開始しました。

【患者様の声】

車イスでエレベーターに乗った時にボタンが押せない。



【改修しました】

患者様用エレベーターに車イスで使いやすい操作盤を増設しました。

【患者様の声】

雨の日に自転車で来ると、カッパを脱ぐところが無い。



【改修しました】

自転車置き場に屋根を付けました。

スマトラ島沖地震・津波復興支援事業 近況報告

こちらにきて、2ヶ月が過ぎようとしております。先日、コロンボから車で50分くらい走ったところにある津波被災者一時避難所とそこに併設された救護所を訪問しました。そこでは、地元の赤十字ボランティアが救護所を開設し、活動していました。

一時避難所の衛生環境（特にトイレの問題）、住居環境（住まいの狭さ）等を見、また、直接被災者と話しをする機会を得ました。

その後、コロンボの津波被災現場を訪れましたが、津波から1年3ヶ月が過ぎようとしておりますが、現場は当時のままでした。今回一番印象に残ったのは、一時避難所で生活する子供達の屈託のない笑顔でした。

事務局 谷岡 昌也

