

交通のご案内



外来診療時間

2019.12.現在						
	月	火	水	木	金	土
完全予約制	午前	午後	午前		午前	午前
腎臓内科						
糖尿病内科						
内分泌内科						
リウマチ科			午前			午前
循環器内科				午前		
形成外科	午後			午前		

午前 9時～ (受付: 8時30分～11時)
 ※1: 第1・3・5月曜
 ※2: 月1回 (不定期)
 13時～ (受付: 13時～14時30分)
 ※3: 第2・4・5水曜
 ※4: 第3・土曜
 ※5: 第1・3・5金曜
 ※6: 第3水曜休診

午後 13時～ (受付: 13時～14時30分)

医師の担当以外でも診療可能な日がございません。また、学会等により休診となることもあります。受診希望の際は、お電話にてご予約下さい。

医療法人真鶴会 小倉第一病院

〒803-0844 福岡県北九州市小倉北区真鶴2丁目5-12

TEL 093-582-7730

時事 第165回 糖尿病教室を行いました



10月27日(日) 患者さんと一緒に、関門海峡めかり駅と九州鉄道記念館に行ってきました。白水医師から糖尿病網膜症について学び、昼食後は観光トロッコ列車「潮風号」に乗車し、九州鉄道記念館へ。九州で活躍した歴代の車両に触れ、昔の思い出を語り合いました。糖尿病教室は、当院の糖尿病患者さんを対象に、年3回行っています。ご希望の方は、スタッフまでお声かけください。

▲栄養科スタッフお手製のお弁当

透析治療時間

■緊急透析に応対いたします
■送迎バスのサービスを行っています
4 階 月水金の透析 6:00～20:00
火木土の透析 6:00～23:00
5 階 月水金の透析 7:30～25:00
※夜間透析の方 ※往復日は14:00～25:00
火木土の透析 7:30～19:00

入院患者面会時間

面会時間は、午前10時から午後21時までです

- ◆面会時は、受付にて「面会カード」をお受け取りください。
- ◆容態や診療上の都合によっては面会時間を短くしたりお断りすることもあります。
- ◆時間外での面会に関しましては、医師または看護師にお尋ねください。



医療法人真鶴会 小倉第一病院 広報紙 2019.12月

はっぴーNEWS

新しい!をいっぱい



今回のお話は

- 命を守る行動を!
 - 透析患者さんの、避難生活と食生活
- 防災特集 (避難編)



防災

命を守る行動を!

集中豪雨に、台風…自然災害から身を守るために北九州市の水害と、これからの体制について

2018年7月に起った西日本豪雨においては、6日に近隣を流れる板櫃(いたびつ)川が当院最寄りの地点から氾濫し、目の前の国道が川のようになりました。時間とともに水は引き、当日透析が必要な患者さん全員が無事に通院治療を行うことが出来ました。

この地域では過去にも、1953年(昭和28年)6月の西日本水害(北九州大水害)で、九州北部のほぼすべての河川が氾濫。井筒屋小倉本店前では腰まで水に浸かる水位になったといいます。

今回、当院への被害は多少の雨漏りにとどまりましたが、病院として各種災害への対応力が求められることが痛感しました。近年、日本で自然災害が頻発しています。透析の専門病院として、災害が起つても透析医療を持续できる体制の強化を図っていきたいと思います。



▲ 小倉南区蒲生付近 2018.7.

防災

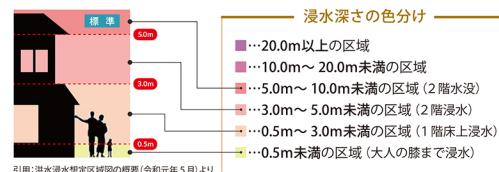
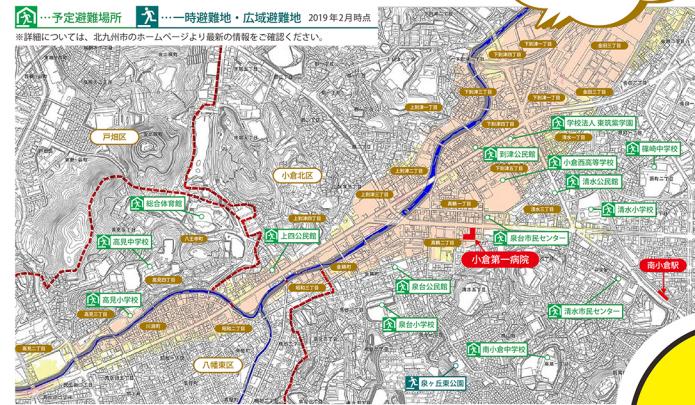
当院周辺の洪水浸水想定区域図



各地域の洪水浸水の予測エリアは?!
常に“想定以上”的ことを、念頭に!

洪水浸水想定区域図の詳細については、福岡県のホームページにてご確認ください。

板櫃川水系洪水想定区域図(想定最大規模) 2018年4月27日公表



引用: 洪水浸水想定区域図の概要(令和元年5月)より

災害現場での体験

2016年熊本地震の災害支援において



震災復旧支援の現場で学んだことと
被災後の透析患者さんの生活について

ござりがあり、熊本県中央区の透析病院へ支援に向かいました。そこでは、透析に通う患者さんのほぼ半数が避難所生活を送っていました。避難所は安心ではあります
が、食事はそこで提供されたものになります。

毎日、多くの避難者に提供される料理のほとんどは、鍋料理でした。味の濃い汁物では、喉が渇くため飲水が増えます。他に食べるものもなく、食べなくては生きられません。患者さんの体重増加がびっくりするほどありました。

震災直後はライフラインの復旧に時間をおきます。病院も被災しており、いつも通りの条件で透析は行えません。別の透析施設で治療を受けるため、中央区から八代市

まで(約50km)の道のりを、病院スタッフとともにバスで片道4時間かけて向かい、2時間だけ透析をして帰って来ます(往復8時間)。通常は片道1時間程度の距離ですが、高速道路がストップし、かつ道路状況も悪く、移動にも大変困難な状況でした。

シャントの管理は、水道から少しだけ流れ出る水を利用して洗い、消毒をして清潔を保ちました。透析時間は、自衛隊が毎日運んで来てくれる、限られた透析用水で算出していました。自施設で透析が可能になっても、使用水量に制限がかかります。通常の透析が出来るようになるにも、日数を要するのだと分かりました。



無事に避難をした後は、はじまる避難生活!
透析患者さんが気をつけるべき、食事管理のポイント



避難をした後は、“いつも通りの生活”は送れません。ライフライン(電気・ガス・水道)の供給が停止すると、多くの透析施設でも十分な透析が受けられない状況となる可能性があります。患者さんにおいては、透析時間の短縮や透析回数の減少などにより透析不足が生じ、体重増加、高カリウム血症、尿毒症症状が心配されます。物流や食品工場の機能が停止すると食料品や飲料水が不足し、日持ちする缶詰やカップ麺などが多くなります。定期的に処方されている薬が不足することも考えられます。被災後は一層食事に気を配る必要があります。以下の食事管理の6つのポイントを、是非ご参考に!

防災

食事管理の6つのポイント：十分な透析が受けられない場合

- ① 主食(ごはん・パン)を中心に食べる
 - ② おかず(肉・魚・卵・大豆製品)は控えめにする ▶ コンビニ弁当が支給される場合、おかずは約半分残す
 - ③ 塩分の多い食品(漬物・梅干しなど)を控える
 - ④ カリウムの多い食品(果物・野菜ジュース・芋)は避ける
 - ⑤ 麺類は汁を残す ▶ カップ麺を食べるときは、粉末スープとお湯を半分くらいにする。汁を残すと、さらに減塩に!
 - ⑥ 水分の多い食品(汁物・鍋料理など)は少し残す
- ▶ 水分の目安: 300~400ml/日 透析が可能な場合 ▶ 750ml/日以下



避難生活に役立つ

カードを切り取って、
首から下げられる
ネームホルダーへ!

周りの人に伝える

「マイカード」を作つておこう!

災害の規模によっては排水状況の悪化で、食事においてもやむを得ず「汁まで飲んでください」と指示が出ることもあるようです。実際に、避難場所で水分を控えめにしたかったが、言い出せなかっただという事例もあります。普段から水分管理が必要な患者さんは、制限内容を記入した以下の「マイカード」の準備をおおすすめします。

氏名	_____
※キリトリ線で折りたたみます。	型 (Rh + -)
血液型	_____
禁忌薬	_____
小倉第一病院詳細は 中面に	災害用伝言ダイヤル: 171 171 → 2 → 0935827730 → 1# 病院からのメッセージが流れます

現在、水分制限中

汁を半分ほどに減らしてください

私は、透析療法を行っています。
医師の指示により、水分を制限しています。
ご協力をよろしくお願いします。



参考引用: 独立行政法人地域医療機能推進機構 仙台病院「災害時の食事管理ガイドブック」より