

サンレモだより



佐世保の夜景と花火

平成26年度
秋号

医療法人 佐世保同仁会
サンレモリハビリ病院
広報誌作成委員会
佐世保市江上町 4848-1
☎ (0956) 58-5900

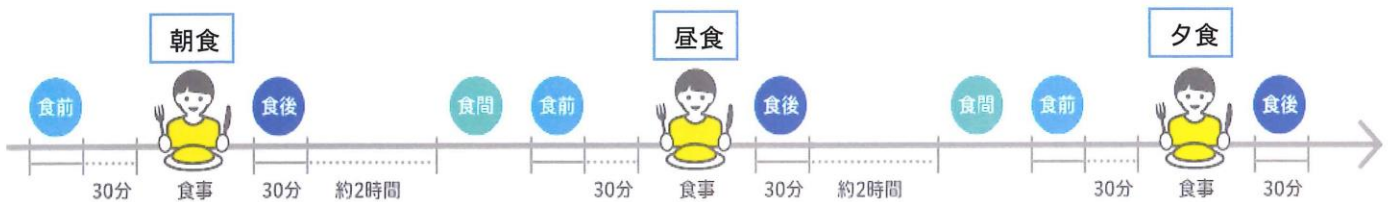
薬の飲み方

薬剤師 家永菜々美

内服薬は効果が阻害されないように、副作用が起きないように、また体内で最も効果が発揮されるように服用する時間、飲み方が決められています。今回は一般的に使われる用法の意味の解説、正しい飲み方について解説します。

■用法

| | |
|-----------|--|
| 食後 | 食事をして20～30分後まで |
| ○特徴 | ・食事の後は胃の中に食べたものがあり、胃への刺激が少ない。 ・食事の後に飲むという習慣により、飲み忘れを防ぐ。 |
| ○例 | ・食べ物と一緒にの方が吸収されやすい薬 ・胃への刺激が強い薬 |
| 食前 | 食事をする20～30分前 |
| ○特徴 | ・胃の中が空の状態 |
| ○例 | ・食べ物や胃酸の影響を受けたくない薬 |
| 食間 | 食事をして約2、3時間後 |
| ○特徴 | ・胃の中が空の状態、次の食事まで時間があく。 |
| ○例 | ・空腹時に吸収が良い薬 ・胃の粘膜を保護する薬 |



■正しい飲み方



- 水無しで飲むと・・・
薬が喉や食道にひっかかり、食道炎や潰瘍を起こすことがあります。
- 水の量が少ないと・・・
薬の吸収が低下し、効果が弱くなることがあります。
- 水以外の飲み物で飲むと・・・
薬によっては牛乳で飲むと吸収されず効果がでないもの、グレープフルーツジュースで飲むと効果が強く出すぎるものなど様々な反応が起こることがあります。

■薬を飲み忘れた時

飲み忘れたからといって一度に2回分の薬を飲んではいけません。

- 一度に2回分を飲むと、薬が効きすぎて副作用が現われることがあります。
- 通常、飲み忘れに気づいた時に1回分の薬をすぐに飲んでください。
- 次に飲むまで、最低4～5時間の間隔をあけてください。
- すでに次の薬を飲む時間が近かった場合には、次の薬の時間からまた薬を飲んでください。

出典：<http://www.nicho.co.jp/medicine/dosing/>

新人スタッフ紹介

①名前、②配属日と所属



〔理学療法士〕

①野田 裕子
(のだ ゆうこ)

②H26 6. 2
リハビリテーション科



〔ケアスタッフ〕

①山田 好子 (やまだ よしこ)

②H26 6. 2 B棟



〔通所リハビリ ケアスタッフ〕

①辻 利恵子 (つじ りえこ)

②H26 6. 10
通所リハビリテーション科



〔看護師〕

①池田 恵美 (いけだ えみ)

②H26 7. 7 4階



〔保育士〕

①國元 章子 (くにもと あきこ)

②H26 7. 9 託児所



[ケアスタッフ]

- ①川口 幸代
(かわぐち さちよ)
- ②H26 8. 1 C棟

[看護師]

- ①久保田 ちぐさ (くぼた ちぐさ)
- ②H26 8. 1 3階

[ケアスタッフ]

- ①野崎 円香 (のざき まどか)
- ②H26 8. 18 A棟



各部署紹介

☆B 病棟 (介護療養型医療施設)

(サービスの内容)

急性期の治療が終わり、長期の療養を必要とする要介護者のための施設で、医療と介護を受けることができます。

1日の過ごし方



(タイムスケジュール) Time Ⓞ

| | | | |
|---------|----------|---------|-----|
| 6 : 30 | 起床 | 15 : 00 | おやつ |
| 7 : 30 | 朝食 | 18 : 00 | 夕食 |
| 10 : 30 | レクリエーション | 20 : 00 | 就寝 |
| 11 : 30 | 昼食 | | |



年間行事

書き初め
節分
ひな祭り
七夕

クリスマス
園芸(草花、野菜作り)
介護教室
など



B棟の特色

季節感が出るように病棟内を飾りつけし、レクリエーションを取り入れています。

患者様の好きな事音楽や趣味などを応援します。



野菜作り



B棟前の廊下に貼ってあるので見に来てください。



レクリエーション風景



B病棟では その人が その人らしく
生活できるように 援助していく!を
目標に スタッフ一同頑張っています。



介護教室のお知らせ

日時 H26. 11. 8 (土) 10:00~12:00

場所 江上地区公民館

タイトル 高齢者の食事の取り方について

高齢者や 病気などで食事があまり食べられない時の介護について、摂取方法や食材の選び方・形態等を説明します。また、食べる前に食欲や嚥下機能が良くなる体操、ゼリー、高カロリージュースの試食を行いたいと思います。



5月23日

ASV・C パップの使用方法について



各病棟看護師の参加

5月28日

輸液ポンプの使用方法について
各病棟看護師の参加



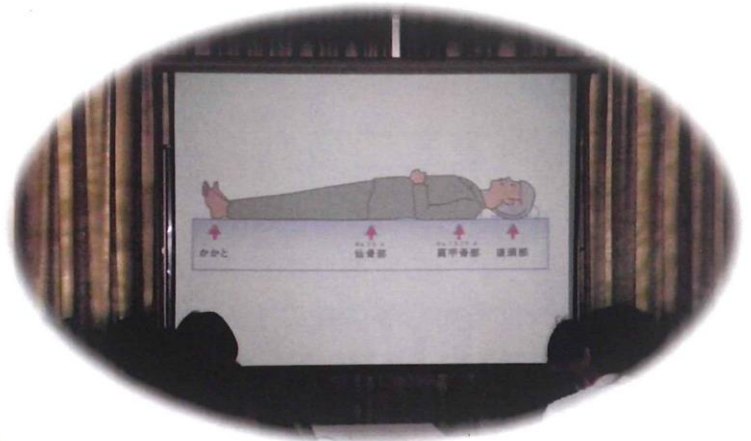
6月24日・7月1日

感染経路別予防策
について

日勤者の参加



7月18日
褥瘡と栄養管理



8月19日
病棟で出来る簡単リハ



何でもコラム

8月6日付の長崎新聞のコラム「石だたみ」に、シクラメンの記事が掲載されていました。シクラメンは冬から春にギフトとして見かけることが多い花ですが、夏越しのシクラメンは珍しいとの事。当院受付にも、シクラメンの鉢があります。花の数は少ないけれど、下から次々に蕾が伸びています。エアコンの効いた室内で、暑さを感じることなく、元気に過ごしているようです。冬にまた沢山の花が咲くよう、見守っててくださいね。



文責：牛尾佳代子

職員募集の案内

サン・レモ リハビリ病院のスタッフ（看護職員・介護職員）を随時募集しています。詳しくは当院までお尋ねください。

編集後記

秋号の編集をしていた今年の夏は毎日曇りか雨ばかり、夏らしい景色を撮りたいと思いながらとうとう実現できず、発刊の運びとなりました。先のアンケートにはたくさんの意見を寄せていただき、ありがとうございました。早速、前号よりは明るい紙面になるようにたくさん工夫をしましたが、いかがでしたか？これからも、内容を充実させていきたいと思っておりますので、ご意見・ご要望並びに写真などの投稿や作品紹介も随時募集しております。よろしく願い致します。

広報 副部長 牛尾佳代子