



札幌医療センターつうしん

令和 4 年 3 月 1 日 発行
KKR札幌医療センター
〒062-0931
札幌市豊平区平岸1条6丁目3-40
電話(011)822-1811
<http://www.kkr-smc.com>

(2022-3号)

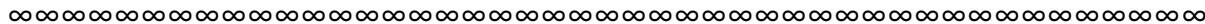
理 念

“病院は人”のところで、活力ある病院、選ばれる病院を創ります
生命の尊厳を保ち、健康の回復につくします
温かな配慮で安寧(あんねい)につくします

基本方針

1. “生活の質”向上に重きを置く医療を心がけます
2. 安全を確保し、時代を先取りした医療を推進します
3. 患者さんの声に耳を傾け、分かりやすく説明します
4. 医療の情報を進んで開示します
5. 地域に信頼される医療を目指します

3月(如月)のこよみ		
3月 3日(月)	ひな祭り	
3月 14日(火)	ホワイトデー	
3月 21日(月)	春分の日	



糖尿病と脂質異常症

代謝・内分泌・糖尿病内科 北原 かおり

●糖尿病と脂質異常症

脂質異常症とは血液中のLDL コレステロールや中性脂肪が増加したり、HDL コレステロールが低下した状態のことを言いますが、糖尿病の患者さんはこの脂質異常症を併存しやすいことがわかっています。これは糖尿病ではたらきが低下するインスリンというホルモンが、脂肪を分解する作用もあるためです。糖尿病、脂質異常症はそれぞれが心筋梗塞や脳梗塞などの引き金となる動脈硬化を促進する疾患ですが、二つが揃うとより深刻です。

●検査値について

脂質代謝に関する代表的な3つの検査項目について解説します。

- ① LDL コレステロール：肝臓のコレステロールを全身に運ぶ役割を持っていますが、増えすぎると血管などにコレステロールを貯めてしまいます。これが酸化すると動脈硬化を誘発します。
- ② HDL コレステロール：血管壁からコレステロールを取り除いて肝臓に戻す働きがあります。
- ③ 中性脂肪(TG)：人にとって重要なエネルギー源ですが、摂りすぎると体脂肪として蓄えられて肥満をまねき、生活習慣病を引き起こします。

●食事について

糖尿病も脂質異常症も治療の基本は食事管理と定期的な運動であり、動脈硬化リスク低減のためには禁煙も必須です。ここでは食事療法について詳しく解説します。LDL コレステロールが高い方は飽和脂肪酸の多い食品(肉の脂身、インスタントラーメンなどの加工食品、バター、生クリームなど)を控えましょう。中性脂肪の高い方は摂取エネルギーの適正化が必要で、特に糖質、アルコール、油ものの取りすぎに注意しましょう。青魚に多く含まれる不飽和脂肪酸は中性脂肪やLDL コレステロールを減らす働きがあります。この他、動脈硬化性疾患の予防には大豆、野菜、海藻、きのこを増やし、食物繊維の摂取量を増やすことも大切です。以上の点に注意して脂質を管理し、動脈硬化性疾患の予防を目指しましょう。

当院は「敷地内全面禁煙」となっております

外来の新型コロナ感染症対策について

外来師長 大場朝宏

2020年に流行が始まった新型コロナ感染症ですが、当院外来で取り組んできた感染対策には様々なものがあります。来院される患者さんが、安心して診療が受けられるように、市中の感染状況に合わせて対策を強化して参りました。

当院外来は800人～1000人/日の患者さんが来院されます。予約診療とともに、予約外の患者さんも多く診療しておりますので、午前中の時間帯は混み合うことが日常となっております。待合の座席同士の距離を確保するため、混雑時はどうしても「密」な環境が問題となっております。

来院中の感染リスクを少しでも軽減させるために、以下の取り組みを継続しております。

1. 来院者の体温測定と声掛け

当院の入り口は正面玄関のみとなっております。来院者の皆様全員の検温を行っています。同時に、「2週間以内の発熱の有無」についてお聞きし、来院時に熱がある方や、2週間以内に熱があった方に関しては、他の来院者の方とは別の待機場所や診察場所を用意して、対応を分けさせて頂いています。

2. 注意喚起の掲示とご案内

各診療科の受付窓口では、4つの感染リスクについて確認をしております。また2022年3月から、「1ヶ月以内にご本人、同居の方で、新型コロナウイルスに感染した方はいましたか」という設問を増やしました。感染直後のかたも把握することで、待合や診察室の事前の感染対策を徹底して、他の来院者への伝播を防いでいます。

3. 職員の感染対策

職員から感染することがないように、医師、看護師をはじめとした外来職員の全てが、マスクの他にフェイスシールドを着用し、手指消毒剤を携帯しています。また、アクリル板等を設置し、職員と対面となる場面で、直接飛沫が来院者の方におよぶことのないように対策をとっています。手指消毒剤は院内各所に設置しておりますので、院内滞在中は、適宜ご利用頂きたいと思っております。

今しばらく、新型コロナ感染症との闘いは続きます。これからも、当院に通院される皆様に安心して診療を受けて頂くため、徹底した感染対策に取り組んで参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

