



# 楠だより 6月

— 2014年 —

偶数月発行 NO.40 H26.6.25 発行責任者:病院長 編集:広報委員会

## 健康手帳

31

## 食中毒とは?



食中毒は、毒物(化学薬品やキノコなどの自然毒)によるものと微生物が感染して起こるものがあります。今回は微生物が関与する食中毒についてお話しします。

感染性の食中毒は大きく分けて、ウイルス性と細菌性とに分類されます。ウイルスは乾燥に強く、細菌は高温と湿潤を好むことからウイルス性の食中毒は冬場に多く発生し、細菌性の食中毒は夏場に多く発生します。

食中毒の症状は原因微生物によって様々ですが、発熱、下痢、嘔吐、腹痛が多く見受けられます。原因となる微生物が食べ物などに付着しそれが口から摂取されて12時間から48時間のうちに症状が現れます。潜伏期間が長いものでは摂取後1週間目に発症する場合があります。

食中毒にかからないようにするには、食中毒予防の三原則「①つけない②増やさない③殺菌する」を守ることが重要です。

具体的に「①つけない」は、生もの調理は専用のまな板を使い、調理した包丁は直ぐに洗い流す。「②増やさない」は、調理した食べ物は速やかに食事し、保存する場合は冷蔵庫を過信しない。「③殺菌する」は、通常食中毒の原因になるウイルスや細菌は85℃1分の加熱で死滅しますので、食べ物の中心部まで届くようによく加熱すること、また一旦保存したものを食べる前にもう一度加熱することを忘れないようにすることが必要です。

健康な方でも食中毒にはかかりますが、特に体力が落ちている時期や、お年寄りの方、小さなお子さんでは注意が必要です。

### 食中毒予防の三原則

- ①つけない
- ②増やさない
- ③殺菌する



### 病院の 基本理念

1. 患者中心の医療の実践
2. 人間性豊かな医療人の育成
3. 先進医療の開発と推進
4. 地域医療連携の強化
5. 災害救急医療の拠点活動
6. 医療を通じての国際貢献

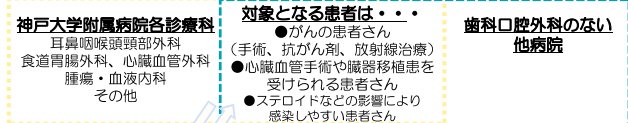
### 目次

健康手帳(31) 食中毒とは? .....	1
新設・口腔ケアセンターのご案内 .....	2
診療科から 泌尿器科 .....	2
健康レシピ 第32回 夏野菜の冷汁そうめん .....	3
中央診療棟増築部分へご案内します .....	4

# 新設・口腔機能管理センターのご案内

## 口腔機能管理センター

がん（手術や抗がん剤・放射線治療）、心臓血管手術、臓器移植等を受けられる患者さんの口腔内の感染菌の検索と除去を行い、治療期間中の合併症（誤嚥性肺炎等）や口腔内感染症の発症を予防します。



### 口腔機能管理センター

歯科医、歯科衛生士、歯科技工士  
 むし歯や歯周炎などの検索と歯科処置  
 専門的歯科衛生士による口腔清掃  
 口腔粘膜炎の予防やケア  
 咬む機能の回復支援

### 歯科口腔外科

歯科口腔外科医  
 口腔がん、顎骨骨折などの治療  
 歯科インプラント  
 レーザー治療  
 顎矯正治療  
 親不知や保存不可能な歯などの抜歯

他病院の歯科口腔外科

歯科医師会（開業医）

2014年5月より【口腔機能管理センター】が設立されました。当センターは、がんや臓器移植、心臓血管系の手術を受けられる患者さん、また抗がん剤・放射線治療を受けられる患者さんなどを対象としています。患者さんが手術や抗がん剤・放射線治療の期間中に口の中の病変（むし歯や歯周炎など）に悩まされることなく予定された治療を完遂出来ること、また口腔内の専門的ケアを行うことで口の中の細菌数を減らし、誤嚥性肺炎などの合併症を軽減することが当センターの主たる目的です。

治療を担当される主治医と緊密な連携を取りながら、口腔機能管理を専門とする歯科医師・歯科衛生士が皆さんの治療に当たります。まず当センターを受診して頂き、患者さん

ん個々の口の中の状態を歯科医師が診断し、治療中にどのような口腔内の管理を行ってゆくのが良いか計画を策定します。治療期間中に合併症の原因となり得る歯は、口腔外科専門医が適切に処置します。治療期間中～後は計画に沿って専門的歯科衛生士が口の中の清掃を行って参ります。

今後、神戸大学でがんや臓器移植、心臓血管系の手術を受けられる患者さんすべてに等しく口腔機能管理が行えるよう努力して参りたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。



## 診療科から

### 泌尿器科

泌尿器科ではどのような病気の治療を行っているかイメージしにくいかもしれません。トイレが近くて困っている方などの、排尿に関する病気は泌尿器科の大きな治療分野の一つですが、それだけではありません。神戸大学泌尿器科では、副腎、腎臓、尿管、膀胱、前立腺や精巣にできる病気や、男性不妊、男性更年期、尿路感染症を持った患者さんに対して幅広い診療を行っています。また、腎移植も積極的に行っています。

最近では、最新の治療機器、手術支援ロボット（ダヴィンチ）システムを用いた腹腔鏡手術により早期前立腺癌の患者さんを中心に手術療法を提供しています。従来の方法と比べて、同等かそれ以上の治療効果や、早期の社会復帰と復帰後の生活の質が向上することも期待できます。

外来では診療分野別に専門外来を設けていますので、患者さんのご病状にあった最新の診療が受けられる体制

となっております。尿路のストーマをお持ちの患者さんや、抗癌剤治療を受けられている患者さんには、専門・認定看護師や薬剤師、および地域医療の専門スタッフと連携して、患者さんのストレス軽減に努めています。このように泌尿器科では患者さんにやさしい最高の医療を提供できるように日々診療を行っています。





# 一品料理で満足感アップ

## 夏野菜編

# 夏野菜の冷汁そうめん

### 栄養量 (1人分)

エネルギー	410kcal
たんぱく質	22.2g
脂質	10.7g
炭水化物	57.0g
食物繊維	6.6g
食塩相当量	3.0g

今年も夏がやってきます。  
暑さで食欲がない時はさっぱりしたものが食べたくになりますね。  
そんな季節にピッタリの一品料理です。  
色々な料理に使えるだし汁のとり方についてもご紹介します。



※写真の皿は直径22cm、鉢は16cm、盛付けは1人分です。



## 作り方

### 材料(4人分)

そうめん(5束)	250g
☆だし汁(4カップ)	800g
あじの干物(使用量)	160g
きぬこし豆腐	360g
きゅうり(中2本)	200g
オクラ(中6本)	160g
みょうが(4個)	80g
大葉(10枚)	10g
麦みそ(大さじ4)	72g
いりごま(大さじ2)	18g

☆だし汁のとり方は下記参照

計量の単位は、カップ1=200ml、大さじ1=15ml

- 1 あじの干物を焼き、粗熱がとれたら温かいうちに骨を取り除き身をほぐす。
- 2 あらかじめとっておいただし汁を沸かし、火を止めて麦みそを加え、溶けたら冷やす。
- 3 オクラはさっと湯がき、冷やして輪切りにする。大葉、みょうが、きゅうりは千切りにする。
- 4 2に1の干物、いりごま、大葉の半量、オクラ、粗くつぶした豆腐をいれる。
- 5 そうめんを表示時間通り湯がき、冷水でよく洗い皿に盛り付ける。
- 6 4を器に分けて、上にきゅうり、みょうが、残り的大葉を盛り付けて完成。

## ここがポイント



☆良いだし汁を使うと風味と旨みで調味料が少なくてもおいしく感じられ、減塩の助けになります。  
～家庭でできる、簡単だし汁のとり方～

### 基本だし

水(5カップ)	1リットル
昆布	20g
花かつお	30g

- 1 昆布は軽く汚れをとり切り目を入れる。
  - 2 水の中に昆布を入れ15～30分浸ける。
  - 3 火をつけ沸騰直前にとりだす。(あくはとる)
  - 4 火を止め花かつおを入れ、再び火をつけてひと煮立ちさせる。
  - 5 火を止めてかつおが沈んだら、こして完成。
- ☆すまし汁やあんかけなど幅広い料理に利用できます。

### 厚削りだし(今回使用)

水	1リットル
厚削り(かつお・サバなど)	50g

- 1 水を火にかけて沸騰したら厚削りを入れる。
  - 2 再び沸騰したら弱火に20分かけてゆっくり煮出す。(あくはとる)
  - 3 火を止めて厚削りが沈んだら、こして完成。
- ☆関西でうどんやそばに使われます。かおりの旨みをだすため厚削りのものをゆっくり煮出すのが特徴です。

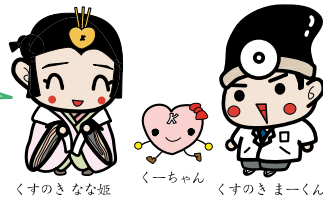
メニュー考案:エームサービス(株) 篠原壮太、編集:栄養管理部 森下安紀子

食事・栄養についてのご相談は、月～金曜日に予約制で行っています。お気軽に医師、看護師、管理栄養士にお申し出ください。

●栄養相談に関する問い合わせ先●  
**栄養管理部** ☎078-382-6820 (直通)  
受付時間 平日8:30～17:15

# 中央診療棟増築部分へご案内いたします

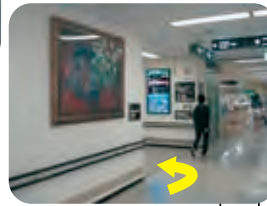
中央診療棟の増築が完成し、診療科等が移転して診療を始めました!



くすのきなな姫 くーちゃん くすのきまーくん

- 5階 / 病理部
- 4階 / 周産母子センター (産科病棟、NICU、GCU)
- 3階 / 手術部
- 2階 / 光学医療診療部  
腫瘍センター (通院治療室、腫瘍・血液内科、緩和支援治療科)  
麻酔科・ペインクリニック科
- 1階 / 放射線部 (血管造影室)
- 地階 / アイソトープ検査室

すぐに左折してレントゲンの受付前を通ります



ポイント!  
絵が見えたら左!

放射線部 (血管造影室)  
このエレベーターをご利用ください

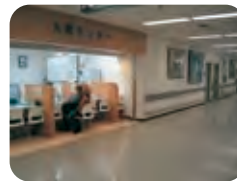


C2  
エレベーター



ポイント!  
公衆電話が見えたら右折直進はできません

C1  
エレベーター



入院  
センター

エスカレーター

ホール

エスカレーターの前から左奥に



総合案内

病院入口

## 「くすのきファミリー」グッズ 第2弾 絶賛好評発売中!!

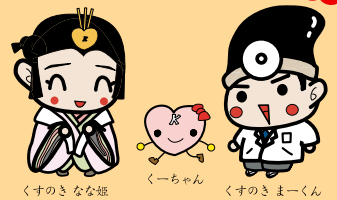
●クリアフォルダー 販売価格:120円(税込)

●3色ボールペン 販売価格:200円(税込)

お求めはドラッグストア慈恵(ファミリーマート内)まで

★ 営業時間★

平日…AM7:30~PM5:00 / 土日祝…休み



くすのきなな姫 くーちゃん くすのきまーくん



院外処方箋の使用期限は  
発行日を含めて**4日間**です。



病院敷地内  
**禁煙**にご協力を



忘れ物、落とし物は、1階  
受付6番窓口でお預かり  
しています。内線3075