



# 栄養教室の紹介



## 栄養教室

毎週金曜日、4人の栄養士が交代で栄養教室を開催しています。2階フロアに集まって、どなたでも参加でき、栄養についてのお話はもちろん、ちょっとした疑問なども話し合ったりしています。リラックスした雰囲気です。手情報を発信しています。



正月のおせち料理



秋祭りのお寿司

給食



栄養教室

# お薬教室の紹介



## お薬教室

### 12月のお薬教室



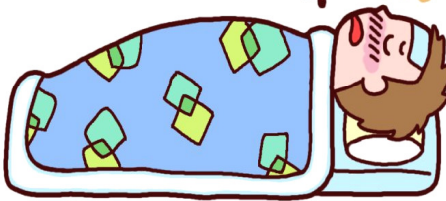
日	曜	内容	場所	時間
4	火	風邪薬の話	4棟食堂	15:00~15:15
11	火	インフルエンザ:ワクチン	4棟食堂	15:00~15:15
18	火	大便の話	4棟食堂	15:00~15:15
25	火	インフルエンザ:治療薬	4棟食堂	15:00~15:15



お待ちしております。



インフルエンザに注意!!



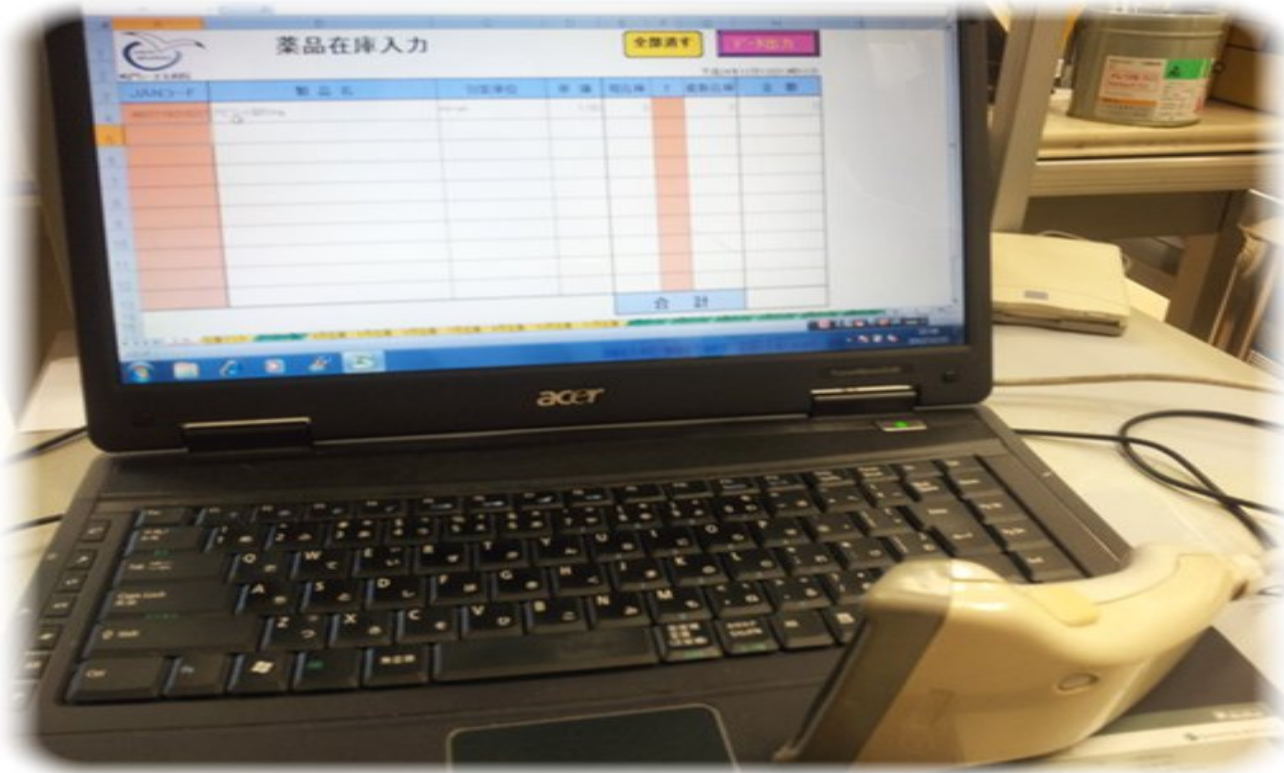
お薬教室

毎週火曜日の午後3時より、4階の食堂でお薬教室を開催しています。毎回いろいろな内容をテーマにして、患者様のペースで開催しています。基本的なお薬の飲み方から、なぜ効果があらわれるのかまで幅広くお話しています。その時のテーマに関することやそうでないことでも、お薬に関するさまざまな質問を受け付けています。



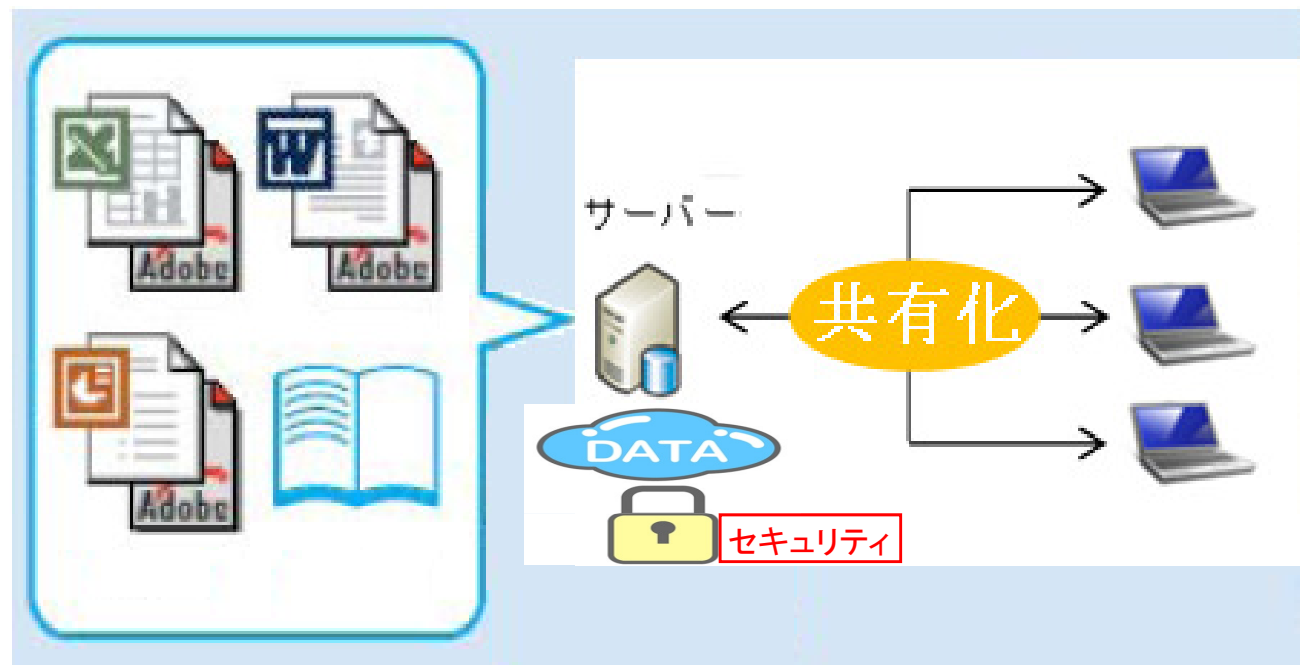


# 院内 I T活用事例の紹介



薬局で薬品庫における薬品のJANコードをパソコンに付けた市販のバーコードリーダーで読み取り、EXCELマクロ機能を使用して在庫情報を反映させることで、薬品在庫管理における入力工数の削減を図りました。

「バーコードリーダーで、入力工数を削減」



院内LANを使用して文書ファイル（word・Excel等）の共有化を行い、各部署の入力情報をリアルタイムに集約し、データの一元管理を行うことで転記ミス無くし集計作業の効率化を図りました。

「文書ファイルを共有化し、業務効率UP」



# 医療エッセイ



## 「広報活動の成功と失敗」

西暦2000年代に入り、経済的な豊かさより心の余裕を重視する風潮になった。3万人を越える自殺者数が続いており、その多くにうつ病の関与が疑われたため政策的な対応としてうつ病の認知度を高める必要が生じ、行政はうつ病に対して「こころのかぜ」というキャッチフレーズを付け広く国民に対して啓蒙活動を始めた。

この「かぜ」というキーワードは2つのイメージを国民に印象づけた。1つは「誰でもこの病気になる可能性がある。」、そして「軽い病気なのですぐに治る。」というイメージである。かくしてうつ病は広く世間に認知され、たくさんの方が患者さんが精神科や心療内科の扉を叩く。これは潜在的なうつ病患者さんを精神科治療へと結びつけた点ではおおいに評価される一方、誤ったうつ病概念を国民に植え付けることになった。「うつ病は風邪と同じで軽い病気である。」という思い込みである。しかし現実は大きく異なる。うつ病の3分の1は工夫された治療に反応せず、ほとんど良くなるらないのである。そして次第に慢性化、重症化してしまい、対応が困難となる。風邪をこじらせると、気管支炎、肺炎へと進行して生命の危機を迎えることがまれにあるが、そのようなイメージがすっぽり抜け落ちてしまった。「うつ病が風邪と同じなら放っておいても大丈夫。自分の力で治せる。」などと誤ったメッセージをも伝えてしまったのだ。うつ病を身近に感じて受診する人が増えた一方、うつ病の症状を必要以上に軽視してしまう人も増えたのである。確かにうつ状態は自然に回復することもあるが、その状態が続く限り自殺というリスクも高くなる。そしてうつ病に襲われた場合、いかに知識を有していても自殺の誘惑には勝てない。うつ病の知識が豊富な精神科医でも自殺してしまうケースがある。当時に戻りキャッチコピーを再考するならば、「うつ病はこころの風邪だが、こじらすと肺炎にいたるので要注意。」というのが妥当ではないかと思ひ、うつ病学会のえらい先生に提案し賛同をえた。「こころの風」のよう自由さは「こころの風邪」にはないようである。



医師 澤田和之

### 【編集後記】

『かもめ便り』第2号は、鳴門シーガル病院院内の職場の様子を中心に編集を行いました。

広報委員会一同



## 鳴門シーガル病院 交通案内

- JR鳴門駅から「北泊・堂浦行」市営バスで堂浦（どうのうら）下車(所要時間20分)利用
- 直営渡船(所要時間2分)利用 **TEL 088-688-0011(代)**
- ◎ 渡船(無料)運航時間  
午前7時30分から午後5時15分まで定時(15分~30分おきに)運航時間しています。

