

誠愛 TIMES

広報誌

平成30年 夏号

特定医療法人社団 三光会

誠愛リハビリテーション病院



お薬の服用時間について

血管年齢大丈夫？

サマーコンサート開催

〒816-0956 福岡県大野城市南大和2丁目7番2号

電話：092-595-1151

メールアドレス：info@seiai-riha.com

ホームページ：http://www.seiai-riha.com

■食後（食後30分）

毎食後、朝食後など、食事の後に服用することを意味します。

食事を終えてから、30分以内に服用することを目安としてください。

食後に飲むことで、お薬が消化器に及ぼす影響を少なくしたり、お薬の吸収をよくする目的があります。

一般的に、多くの薬が当てはまります。

■食前（食前30分）

毎食前、朝食前など、食事を摂る前に服用することを意味します。

食事を始める、30分～15分前に服用することを目安としてください。

食後に飲むことで吸収が悪くなったり、効果が期待できなくなるお薬などは食前に服用することになります。

一般的に、糖尿病のお薬・漢方薬などが当てはまります。



■食間

毎食間、朝・夕食間など、食事と食事の間に服用することを意味します。**食事の2時間後に服用する**ことを目安としてください。**食事の最中に服用することではありません。**

胃の粘膜を保護したり、食事によって吸収が悪くなる薬などは食間に服用します。一般的に漢方薬や胃薬の一種が当てはまります。

■食直前

毎食直前など、食事を始める直前に服用することを意味します。

食事を始める約5分以内に服用してください。

食事を摂る直前に服用することで効果を発揮するお薬です。食後に服用しても、効果は得られません。

一般的に、主に血糖のコントロールをするお薬が当てはまります。

■食直後

毎食直後など、食事を終えた直後に服用することを意味します。

食事をし終わったら、すぐに服用してください。

一般的に、食事により、吸収がよくなるお薬が当てはまります。

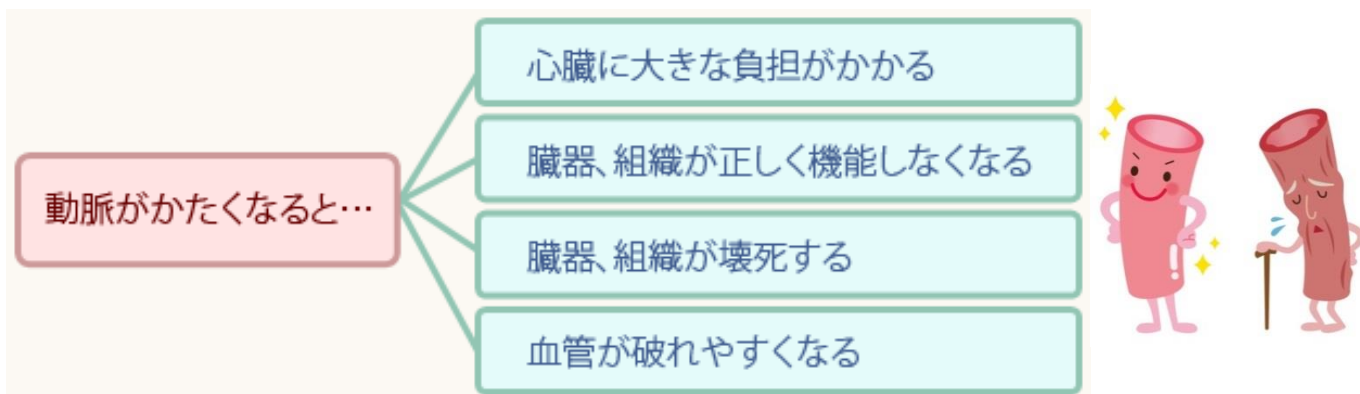
多くのお薬は、決められた時間を守って服用することで、最大に効果を発揮するように作られています。

お薬を服用する際には、必ず、薬袋やお薬説明書で用法を確認し、正しい服用方法で服用するようにしましょう。

動脈硬化とは・・・

血管の壁に脂肪などが沈着して厚くなり、血管の内腔（血液の通り道）が狭くなることや、血管の壁が硬くなり、弾力性（しなやかさ）が失われて脆く壊れやすい状態になることです。動脈硬化が進行すると、心臓に大きな負担がかかるため、**心疾患（狭心症・心筋梗塞など）**や**脳血管疾患（脳梗塞・脳出血）**など大変な病気を引き起こす恐れがあります。

動脈硬化は、**食事、運動、喫煙、飲酒、ストレス**などの生活習慣の違いによって大きく影響されることが分かっています。



足の血圧を測定して動脈硬化の進行度合いが分かります！！

動脈硬化は全身病でいろいろなところに起こるものです。足の痛みとして症状が現れるこうした**足の動脈硬化が起きている人の7割は、脳や心臓でも動脈硬化が起きている**と言われています。動脈硬化がどの程度進行しているか、頭や心臓の場合はなかなか外からではわかりません。

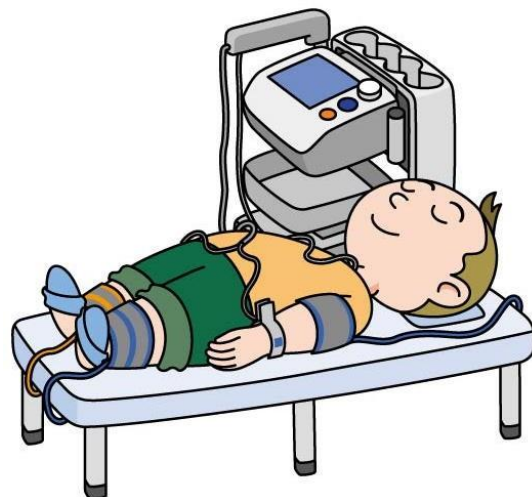
しかし**足の動脈硬化の場合は「足の血圧」を測ることで簡単に進行の程度を知ることができる**のです。

当院でも測定可能です！！

- ★ 手足の血圧、心電図をはかる検査です。
- ★ 検査時間は**約10分！！**
- ★ 定期的な検査で動脈硬化の進行を防止しましょう！！

※「足の血圧」は必ず医療機関で測定してください。

（家庭用の血圧計では測定できません）



サマーコンサートを開催しました

サマーコンサート 実行委員長
看護部 高田 直美

平成 30 年 7 月 18 日（水）に誠愛リハビリテーション病院の新棟研修室にて第 26 回サマーコンサートを開催しました。

今年は小郡市を中心に活動されている、コーラスグループ「delicious」の皆さんをお招きし、ピアノとコーラスによる懐かしい歌謡曲や「夏はきぬ」「夏の思い出」など、素敵なピアノ演奏と美しいコーラスを楽しみました。

「さあ、握手しよう」の曲に合わせて、出演者の方々、スタッフが観客の皆さんを回り、握手をしました。はじめは恥ずかしそうに手を出していた方々も、歌詞に合わせて握手を交わしていくうちに笑顔でいっぱいになったのが印象的でした。懐かしい歌に涙したり、笑顔になったりと楽しいひと時になりました。



患者さんの権利宣言

当院では次に掲げる患者さんの権利を尊重した医療を行います

- 1.個人の尊厳とプライバシーを守る権利
- 2.良質で適切な医療を公平に受ける権利
- 3.自らのことを知り、説明を受ける権利
- 4.医療行為を選択、そして決定する権利
- 5.セカンド・オピニオンを申し出る権利
- 6.自分の診療に関し記録情報を得る権利
- 7.日常生活に配慮した医療を受ける権利

患者さんへのお願い

当院では患者さんの権利を尊重するとともに、以下のことをお願いしています。ご理解とご協力をお願いします。

- 1.ご自身の健康状態の変化に気づかれた場合は速やかにお伝えください。
- 2.検査や治療などの医療行為は、十分な理解と合意の上、お受けください。
- 3.すべての患者さんが、快適な環境で適切な医療を受けることができるように、他の患者さんのご迷惑にならないようご協力ください。

発行：特定医療法人社団三光会 誠愛リハビリテーション病院（平成 30 年 9 月）
編集：広報委員会