

診療科	受付時間※2	月	火	水	木	金
内科	9:00～12:00	浦	浦	当院医師	当院医師	浦
	14:00～16:00	浦	浦	当院医師	当院医師	当院医師
摂食・嚥下	9:30～		検査日			
	13:00～		藤本(歯科)			
	14:00～		青木(リハ)			
※1 生活習慣病 高齢者総合	9:00～12:00	浦	浦	—	峯廻	浦
	14:00～16:00	浦	浦	峯廻	—	—
神経内科	A M	千葉 中村	千葉	千葉	大久保	千葉 伊藤(規) 枝川
	P M	大久保 中村 (祝日を除く隔週)	—	豊島	千葉 中村	中山
歯科	9:00～12:00	大塚 藤本	藤本	大塚 藤本	大塚 藤本	大塚 藤本
	13:00～16:00	大塚 藤本	藤本	大塚 藤本	大塚 藤本	大塚 藤本

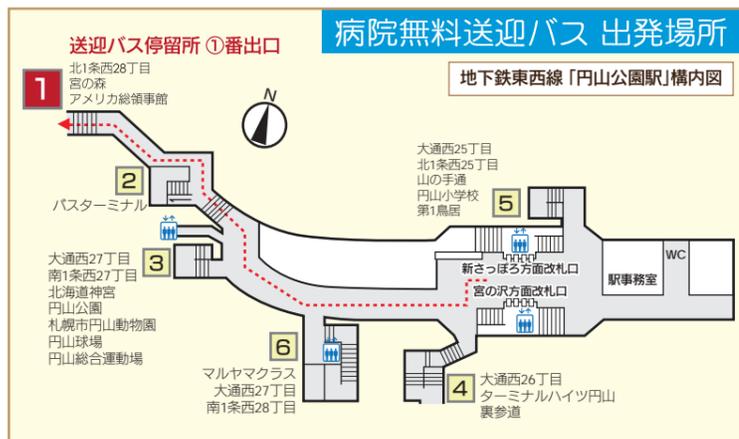
お問い合わせ TEL.011-642-4121(病院代表)

※1 生活習慣病や、高齢者に関する症状について専門的に診察する外来です。  
※2 受付時間は担当医によって異なりますので、詳しくはご予約時にご確認ください。

無料送迎  
バスのご案内



●地下鉄東西線「円山公園駅」より無料送迎バスを運行しておりますので、ご利用ください。(約10分)



無料送迎バスは地下鉄円山公園駅①番出口発となります。  
②番出口バスターミナル出発ではございませんので、ご注意ください。  
時刻表 ★のバスは、土日祝祭日は運休となります。

バス時刻表

2023.9.1 改定

時	病院発	地下鉄「円山公園駅」発
8	—	★40 55
9	10 55	35
10	50	15
11	30	10 50
12	10 50	30
13	★30	10 ★40
14	10 ★40	30
15	00 ★20 40	20
16	20 40	00 ★10 40
17	★20 25 ★30	45
18	00 30	15 45
19	00 30	15 45
20	05 45	30
21	20 45	—

①番出口発車

バスタイヤの最新情報は当院ホームページをご確認ください

暑さに気を付けて  
水分・塩分補給をしっかりと!

No.131

ご自由にお持ちください

発行日: 2024.7.1

# にしまるやま通信

安心・安全な医療提供のために

経営管理部 事務局長 斉藤 太嘉男

「ISO」という言葉を皆さんは耳にしたことはありますか?

病院は患者さんやご家族に対して、医療・看護・リハビリ・検査・食事などが「安心・安全」に提供されることが第一です。そのために当院は「ISO9001」という認証基準のもと、業務マニュアルを作成しています。さらに、マニュアル通りに業務が正しく行われているかを職員同士が相互に評価する「内部監査」、外部の専門機関の方が来てチェックする「外部監査」を定期的に行いながら、日々の改善活動を行っています。

例えば、当院の取り組みに問題はないか、頂いた投書やご意見を機会に改善できることはないか、新しい治療方法や看護・介護の業務を安全に導入できるかなどを病院全体で考えます。これは職員が仕事のしやすい環境を作る事や患者さんやご家族の満足度を高めることにもつながります。

難しいお話をしてきましたが、これらは継続的な業務改善を病院として取り組んでいることの証(医療サービスの品質保持と向上)になるわけです。

また当院は「ISO」とは別に「病院機能評価」も取得しています。こちらは病院の体制や提供する医療の質を評価するものです。この二つの外部監査を受審しながら、当院は日々「安心・安全」の提供に取り組んでいます。



特集

安心・安全な医療提供のために  
たんぱく尿・血尿を放ったままにしませんか?

- ・夏の脱水に気をつけよう!
- ・6月1日(土) 2024年度 第1回『地域医療公開講座』を開催しました!

病院のご案内

札幌西円山病院  
診療科目/内科、神経内科、リハビリテーション科、循環器内科、老年内科、歯科  
病床数/603床(障害者施設等一般病棟、回復期リハビリテーション病棟)  
札幌西円山病院 介護医療院  
入所定員/60名(3人床:19部屋、個室:3部屋)

Follow Me!  
はじめました  
Instagram  
@nishimaru.hp | Q

こちらのQRコードからぜひフォローをお願いします!  
いいね&コメントもお待ちしております

ホームページのご紹介  
札幌西円山病院 検索

https://keijinkai.com/nishimaryama/

当院のホームページでは最新情報や病院について知りたい事等、ご利用様にとってお役に立てる内容をお届けしております。

「にしまるやま通信」についてのお問い合わせ先

医療法人 溪仁会  
札幌西円山病院  
つながる地域サポート部  
TEL: (011) 642-4121(病院代表)  
〒064-8557  
札幌市中央区円山西町4丁目7-25

# たんぱく尿・血尿を放ったままにしていませんか？

診療部 内科医長 嶋村 昌之介



## はじめに

健康診断の尿検査でたんぱく尿や血尿と言われたことはありませんか？自覚症状がないからといって放ったままにしていませんか？たんぱく尿や血尿は、腎臓の病気や泌尿器疾患(尿管、膀胱、前立腺のがん)である注意信号のことがあります。今回は、たんぱく尿や血尿とは何か、なぜ調べるのか、たんぱく尿や血尿と言われたらどうしたらよいのか、について解説します。

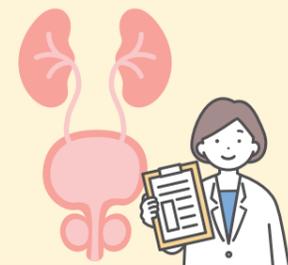
## たんぱく尿・血尿ってなに？

たんぱく尿は尿の中にたんぱくが漏れ出ている状態です。一方、血尿は尿の中に血液中の成分(赤血球)が漏れ出ている状態です。病気のない方は、通常尿の中にたんぱくや血液が漏れ出ることはありません。そのため、たんぱく尿や血尿は何らかの病気のサインであることがあります。



## どうしてたんぱく尿・血尿をしらべるの？

腎臓や尿管、膀胱、前立腺の病気を早期に見つけるためです。たとえば、たんぱく尿がある場合はネフローゼ症候群や糖尿病性腎症などの腎臓の病気、血尿がある場合は尿路結石、膀胱や尿路のがん、膀胱炎や前立腺炎などの泌尿器の病気を早期に発見できます。



とくに腎臓の病気は、自覚症状がないまま進行することが多いので放置されがちです。たんぱく尿や血尿に加えて、むくみ・だるさ・はきけ・息苦しさ・食欲低下などの自覚症状があると危険信号です！自覚症状が現れた時にはかなり病気が進行し、透析(人工的に身体の不要な物質を体外に除去する治療法)が必要な場合もあるからです。

## たんぱく尿・血尿を指摘されたらどうしたらよいの？

このように、たんぱく尿や血尿は放ったままにしておいてはいけません。もしたんぱく尿や血尿と言われた場合は、腎臓内科や泌尿器科のある病院あるいはクリニックを受診しましょう。さらに、尿の異常(尿の色、回数、におい、泡立ちなど)に気づいた方、自覚症状がないからといって定期検診を受けていない方、最近健康診断を受けていない方には尿検査をおすすめします。



### 参考文献

- 一般社団法人日本腎臓学会「腎臓病ガイド 放ったままにしていませんか？蛋白尿・血尿」  
<https://jsn.or.jp/general/guide/urine.php>(最終閲覧日：2024年5月22日)
- 一般社団法人日本腎臓学会「腎臓の病気について調べる 2. 腎臓検診でわかること」  
<https://jsn.or.jp/general/kidneydisease/symptoms02.php>(最終閲覧日：2024年5月22日)

# 夏の脱水に気をつけよう！

看護介護部 副部長 田之上 恵子

脱水とは、身体から水と電解質(塩分など)が失われることを言います。

夏は気温の上昇とともに体温も上昇するので、発汗で体液が失われ脱水症が起こります。また、自分で水分補給ができない乳幼児や、喉の渇きを感じにくい高齢者では“かくれ脱水”にも注意が必要です。

さらに夏の脱水症は“熱中症”のリスクを高めますので、予防が大切です。

※かくれ脱水：気づかぬうちに脱水症になりかけている一歩手前の状態

## 脱水症の予防

1 1日8回を目安に、喉が渇く前に、こまめな水分補給を！  
※ 起床時・朝食時・10時頃・昼食時・15時頃・夕食時・入浴前後・就寝時

2 栄養バランスの整った規則正しい食生活を！  
※ 水分が多く含まれる野菜や果物(キウイ、スイカ、トマトなど)は夏に最適です

3 空調を有効に使い、高温多湿を避ける。

4 外出時は首にスカーフを巻く、帽子や日傘を使い、日陰を選んで歩くなど体温調節を行う。



6月1日(土)

2024年度 第1回

## 『地域医療公開講座』を開催しました！

今回も市民の方に多数ご参加していただき、骨密度・握力の測定会や個別相談会等、大盛況となりました。



講話①

### 「フレイル知っていますか？」

～元気で活動するために～

名誉院長 浦 信行

フレイルの具体的な内容やそのリスクについての説明、元気で活動するための秘訣など非常にわかりやすい講義でした。



講話②  
実技

### 「フレイルチェックと体操」

言語聴覚士 齊藤 潤

フレイルの基準やオーラルフレイル等の講義の後に、体操等も交えながら会場全体が一体となり楽しい取り組みとなりました。



次回  
開催

日時 9月7日(土) 13:30～ 場所 札幌市社会福祉総合センター大研究室

自分の人生を自分らしく生きるためのACP(人生会議)関連の内容となっております。皆様のお越しをお待ちしております。