

# 光山通信

光山医院の“今”を伝える健康情報誌

MITSUYAMA TSUSHIN 2009 OCTOBER VOL.7

7

2010年春

透析患者専用 住宅型有料老人ホーム

## 光の郷 誕生

- 腎臓病なんでも相談室
- 腎臓病に負けない! 彩食健美レシピ vol.7
- 新設駐車場のご案内
- 小児科時間外診療のご案内



2010年春

透析患者専用 住宅型有料老人ホーム

# 光の郷 誕生



患者様のために。ご家族のために。  
医師として一つの理想をかなえるために。

昭和34年に父が開業した旧光山医院を引き継ぎ、平成14年に現在の場所に移転しまして7年が経過しました。開院当初より地域の皆様の健康に役立つ医療を目指して邁進してまいりました。当初は内科、整形外科の二科で始めましたが、平成19年4月からは小児科と耳鼻咽喉科も併設。地域の皆様により一層充実した医療を提供できるよう、万全の体制で取り組んでいます。

当院の2階には、人工透析室を設けており、血液透析、腹膜透析の手術導入から長期治療を行っています。また、送迎サービスを展開し、透析患者様の負担の軽減に努めてまいりました。

透析治療を受けながら毎日をいかに快適に過ごせるかは、患者様にとって重要な問題です。しかし、透析通院は定期的かつ長期にわたるため、ご本人はもとより、送り迎えや付き添いなどによるご家族への負担も大きく、以前からより良い治療環境づくりの必要性を感じていました。また、現在透析通院中で一人暮らしをされている方は、生活そのものへの不安を感じていらっしゃるかもしれません。

そうした患者様やご家族の負担や不安を軽減するため、このたび、透析患者様専用の住宅型有料老人ホームの設立を決意しました。快適な生活空間の提供、隣接する光山医院での透析治療が可能となり、理想的な環境が実現できるものと考えています。患者様のために、ご家族のために、地域の皆様のために、これからも新たな医療の可能性を追求していきたいと思っております。

医療法人光恵会 理事長 光山哲生

## 腎／臓／病／な／ん／で／も／相／談／室



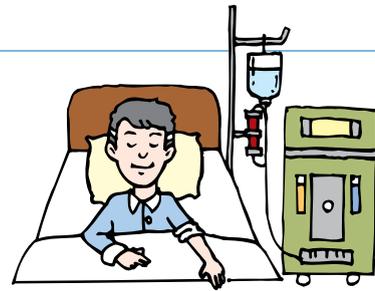
Q.高血圧が続くと腎臓が悪くなりますか？

A.高血圧は腎臓病の発症、悪化のリスク因子です。高血圧では動脈硬化を伴いやすく、腎臓の中にある糸球体に変化が起こり、血液の流れが悪くなります。糸球体では体内の老廃物や有害物質を尿中に排泄するためにろ過が行われています。この糸球体が障害されると腎機能が一層低下していきます。高血圧による腎障害は、腎硬化症と呼ばれています。逆に、腎臓が悪くなると高血圧を伴う頻度が高くなります。これは、腎性高血圧と呼ばれています。腎臓を守るために、またこれ以上悪くしないために、日頃から高血圧を予防する必要があります。

たとえばこんな方に…

●透析通院が困難な方

現在、透析を受けている患者様で、通院が困難な場合。隣接する光山医院での透析治療を受けられるので安心です。長期入居、短期入居など、ご相談に応じます。



●一人暮らしで生活に不安を感じている方

現在、透析を受けている一人暮らしの方で、ご自宅での生活が困難な方。また、生活に不安を感じている方、毎日の食事が心配な方など、お気軽にご相談ください。



●透析治療中のご家族をお持ちの方で  
一時的に介護が困難な場合

旅行や冠婚葬祭、透析通院の送迎や介護疲れ、急病などで、一時的にご家庭での介護が困難な場合も、遠慮なくご相談ください。患者様に短期的に入居していただき、食事、入浴などの施設サービスをご利用いただけます。



●通常の老人ホームへの入居が困難な方

透析治療中で通常の老人ホームへの入居が困難な方も、お気軽にご相談ください。

※介護を必要とされる場合は、外部サービス提供事業者との個人契約となります。

医療法人光恵会

光の郷に関するお問い合わせは 0835-22-1361 (担当：山中)

腎臓病に  
負けない!  
彩食健美レシピ



vol.7 監修:大庭元子栄養士

今が旬の青魚を使った簡単レシピ!

イワシのかば焼き

エネルギー/238kcal  
タンパク質/10.6g  
塩分/1.1g

材料(1人分)

- イワシ/正味50g
- 油/大さじ1
- A
- 酒/小さじ2/3
- しょうが汁/少量

- B
- 小麦粉/小さじ1
- 片栗粉/小さじ1

- C
- しょうゆ/小さじ1
- みりん/小さじ2/3
- 砂糖/小さじ2/3
- 水/大さじ1

作り方

- (1)イワシは手開きにして内臓を取り除き、Aをからめて10分おく。
- (2)イワシの水気を拭いて、Bを混ぜたものをまぶす。
- (3)フライパンに油を熱し、(1)の皮目から焼き、色づいたら裏返して焼く。
- (4)Cを混ぜ合わせておき、(3)にかけて照りよくからめて焼く。

調理のポイント!

- お好みで粉山椒をかけて。
- 青魚は、脂がのる秋が旬。青魚に多く含まれるDHAやEPAなどの多価不飽和脂肪酸は、コレステロールなどを除去して血液の流れをスムーズにし、血栓を予防するはたらきがあります。

# I N F O R M A T I O N

この春誕生する「光の郷」隣接する光山医院との連携により医療サポートも万全です。「光の郷」は透析患者様専用の住宅型有料老人ホームです。同じ建物の1階にある光山医院で透析治療を受けられるので、ご入居者にもご家族の皆様にもご安心いただけます。急にお体の具合が悪くなった場合には、隣接する光山医院での治療や入院も可能です。

## ■新設駐車場のご案内



「光の郷」建設中のため、当院裏の駐車場がご利用できません。申し訳ありませんが、右記の新設駐車場に駐車していただきますようご協力をお願いいたします。



## ■小児科時間外診療のご案内【月・火・水・金曜の18:00～19:00、土曜の14:30～16:00】

小児科では時間外診療も行っています。急な症状でお困りの際は、どうぞご利用ください。時間外外来を希望される場合は、来院前に三戸医師の携帯電話(080-5624-4087)にご連絡ください。携帯電話、パソコンのホームページからも診療時間をお知らせしています。

<http://mitsuyama.or.jp/syojikan.html>

右記のQRコードを携帯電話で読み取り、画面メモなどに登録されると、最新の診療時間をご覧になれます。



〒747-0042 山口県防府市今市町21-15  
TEL.0835-22-1361/FAX.0835-22-1778  
<http://www.mitsuyama-c.com/>

診療科目

内科／循環器科／呼吸器科  
整形外科／リウマチ科／リハビリテーション科  
小児科／耳鼻咽喉科／血液透析



この印刷物は、E3PAのゴールドプラス基準に適合した地球環境にやさしい印刷方法で作成されています  
E3PA：環境保護印刷推進協議会  
<http://www.e3pa.com>

