

# こうち+クロス

高知赤十字病院広報誌

2018.5  
vol.46

ご自由にお持ち帰りください



シリーズ土佐の感動風景  
「おおでまり」

高さが2～3mになる低木で、5～6月に球状に密集した花を咲かせます。咲き始めが黄緑色で、開くと白色になります。花のかたまりは直径10cmを超し、まさしくオオデマリ(大手鞠)の名がぴったりです。英名のスノーボールもこの花姿から来ています。  
(参考/ヤサシイエンゲイ)

## 高知赤十字病院の理念

愛され、親しまれ、信頼される病院づくりを目指します。

## 高知赤十字病院基本方針

- 人道・公平・中立・奉仕の赤十字基本原則を遵守します。
- チーム医療を推進し、患者様中心の安全で良質な医療を提供します。
- 高度医療の推進と救急医療の充実を図ります。
- 地域医療機関との連携を推進し、地域医療レベルの向上に努めます。
- 教育・研修の推進と次代を担う医療従事者を育成します。
- 災害時における医療救護活動への積極的な参加と支援を行います。

## 受診される皆様へ

私たちは、受診される皆様の権利を尊重します

- 平等かつ適切な医療を受ける権利
- 個人の人権が尊重される権利
- プライバシーが保障される権利
- セカンドオピニオンを受ける権利
- 医療上の情報及び説明を受ける権利
- 医療行為を選択する権利

### 私たちからのお願い

- ご自身の健康に関する詳細な情報を医師をはじめとする医療提供者にお知らせください。
- 治療や検査等は、理解し、納得したうえでお受けください。分からないこと等は、ご遠慮なく医師をはじめとする医療提供者にお問い合わせください。
- 病院内では他人の迷惑にならないようお願いいたします。
- 暴言・暴力行為があった場合、診療をお断りすることがあります。
- 医療費の支払い請求には、速やかな対応をお願いいたします。
- その他、より快適な入院生活をお過ごしいただくために、病院内の約束事についてはご協力をお願いいたします。

# ちゃんと知って！『肺がん』のこト

肺がんとは、肺の気管、気管支、肺胞の一部の細胞がなんらかの原因でがん化したものです。進行するにつれて、まわりの組織を破壊しながら増殖し、血液やリンパの流れにのって広がっていきます。

肺がんは、私たちが日々生活している中で徐々に遺伝子が傷つき、それが蓄積することによって発生します。

傷をつける原因は、様々ありますが、代表的なものが喫煙と受動喫煙です。その他にも、アルミニウムやヒ素、アスベストなどが原因になることがあります。

肺がんの原因には、  
どんなものがあるの？



肺がんは、  
遺伝するの？

生まれつき遺伝子に傷があり、がんになる人はごく稀です。ただし、家族にがんが多い場合には、遺伝子の傷を修復しにくい体質が遺伝している可能性があります。また、家族は似たような環境で暮らし、同じ様な生活習慣を持っていることが多いため、それが、がんの大きな原因になっていることもあります。

肺がんは**難治性がん**の一つです。

禁煙による予防と早期発見が非常に重要です。

▶禁煙がうまくいかない方は一度**禁煙外来**を受診してみてください。

早期発見のためには

▶胸部**レントゲン検査**にくわえて**低線量 CT 検査**をお勧めします。

近年、抗がん剤治療の発達もめざましいものがあります。

進行した状態で発見された場合も様々な選択肢があります。

あきらめずにきちんと治療しましょう。



## 禁煙外来

- ▶外来日  
毎週月曜日 午後（要予約）  
まずは、内科外来にご相談ください
- ▶治療  
禁煙補助薬：バレニクリンの内服治療
- ▶費用  
自己負担 3 割の方なら、8～12 週で 13,000 円～20,000 円です。因みに、この期間を 1 日 1 箱吸う方のタバコ代に換算すると 24,000 円～36,000 円です。

## 肺ドック

- ▶検査内容  
高分解能 CT、喀痰検査
  - ▶費用  
10,800 円
- 全米肺検診臨床試験（NLST）において、CT 検診による肺がん死亡率の減少効果が示されました。  
CT 検診群が単純 X 線検診群に比べて肺がんによる死亡が 20.0%、総死亡数が 6.7% 減少。



# 選定療養費変更のお知らせ

平成 30 年度診療報酬改定※に伴い、平成 30 年 4 月 1 日より、選定療養費（保険外併用療養費）として、「紹介状」を持たずに受診された場合には、診療時間内、時間外にかかわらず下記の金額（税込）をご負担いただくようになりました。



「紹介状」をお持ちでない方が、初診で受診される場合

**初診時選定療養費 ⇒ 5,400 円（税込）**

他の医療機関等へ紹介後、本人希望で当院を受診される場合

**再診時選定療養費 ⇒ 2,700 円（税込）**

## 「選定療養費」のご負担がない場合

- ・ 他の医療機関等からの「紹介状」のある方
- ・ 当院の医師より、受診の指示のある方
- ・ 外来受診から継続して入院される方
- ・ 救急車により搬送された方
- ・ 救急医療情報センター（088-825-1299）より紹介受診のあった方
- ・ 国の公費負担医療対象の方
- ・ 高知県単独公費のうち、障害者福祉医療にかかる公費負担対象の方
- ・ 労働災害、公務災害、交通事故、自費診療の方 など



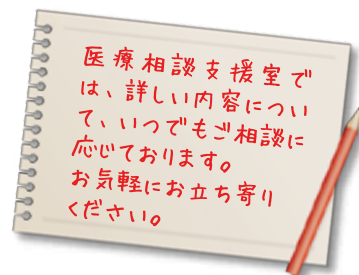
当院は、国の進める制度に積極的に取り組み、地域の医療機関「かかりつけ」との機能分担を推進している「地域医療支援病院」です。

この制度は、「かかりつけ医」と「地域医療支援病院」が、地域の中で医療の機能や役割を適切に分担することにより、患者さまにより効果的な医療を提供できるシステムです。普段はお近くの「かかりつけ医」を受診していただき、当院では「かかりつけ医」からの紹介を受けて、専門的な治療・検査や救急医療を担当します。

本制度の主旨をご理解いただき、「紹介状」をお持ちのうえ、当院をご受診いただきますようお願い申し上げます。



※平成 30 年度診療報酬改定に伴い、400 床以上の地域医療支援病院は、保険医療機関相互の機能分担及び業務の連携のための措置として、初診時、再診時の選定療養費の支払いを受けることが義務化されました。

医療の制度 **あし・つし**ちゅくと※  
聞いてみて!※ちゅくと…  
土佐弁で「ちょっと」という意味。■ 『自立支援医療費制度（精神通院医療）』  
をご存知ですか？

脳外科や小児科で「てんかん」の治療をされている方は、結構いらっしゃると思いますが、「自立支援医療制度（精神通院医療）」をご存知でしょうか？

この制度は、精神疾患で通院による治療が必要な方を対象に、通院医療費（診療代と薬代）の負担軽減を図る制度です。そして、当制度には、「てんかん」も含まれます。

自己負担額を、医療費の1割にすることができ、世帯の所得に応じて、1月あたりの負担上限額が設けられています。有効期限は1年間で、更新は、毎年必要です。

特に、3割負担である稼働労働世代の方にとっては、かなりの負担減になりますので、ぜひ、主治医にご相談ください。

医療相談室支援室

知って安心、つながる医療。何かあれば“ちゅくと寄って”ください。

監修：社会福祉士 谷内 光代

## おすすめお手軽レシピ

管理栄養士 川竹 千佳

作り置きできる1品の紹介♪

## 夏野菜のおひたし



## ■材料(1人分)

オクラ……………20g  
ミニトマト ……30g  
黄パプリカ ……40g  
大葉……………2g  
みょうが ……5g

## A

白だし ……15g  
水 ……100g  
醤油 ……2g  
みりん ……3g

おろししょうが… 少々

## 作り方

- 1 ミニトマトは、爪楊枝で数か所穴をあけ、湯むきした後、半分に切る。  
オクラは、塩を振り板ずりし下茹した後、斜め切りにする。  
黄パプリカは、乱切りにして、軽く茹でる。
- 2 Aを鍋に入れ、火にかける
- 3 保存容器に、1、2、おろししょうがを入れて冷蔵庫で冷やす。
- 4 器に盛り、仕上げに、千切りした大葉と小口切りしたみょうがを飾る。

## ■栄養成分: 1人分

エネルギー 35kcal  
たんぱく質 1.1g  
塩分 0.4g

オクラのネバネバの成分には、ペクチンなどの食物繊維が含まれており、整腸作用を促します。また、トマトに含まれる赤い色素のリコピンには、抗酸化作用があり老化や動脈硬化を防ぐ効果があります。

暑くなる夏を、彩りある夏野菜の効果で乗り切りましょう!!

暑くなる季節に  
冷蔵庫で冷やして  
作り置きできて  
便利ですヨ!!



皆さまへよりよい情報提供ができる紙面づくりを目指しております。  
本誌に対するご意見やご要望などございましたら、高知赤十字病院医療事業・広報課までお寄せください。  
(088-822-1201 (代表))

