

# あなたの内臓脂肪大丈夫？



## メタボリックシンドロームを克服して健康で長生きしよう！

消化器科外来 松崎 秀美

『メタボリックシンドローム』という言葉をよく耳にされる機会が多くなっていませんか？ 私たちは、消化器科の石津先生の脂肪肝外来（木曜日）で、脂肪肝を併せ持つメタボリックシンドロームの患者様の生活指導をしています。患者様は健康診断や人間ドックで異常を指摘され受診されますが、自覚症状がない為に深刻に考える事が少ないです。このような方は、過食、運動不足からメタボリックシンドロームとなり、その後動脈硬化による心筋梗塞・脳血管疾患等を引き起こすといわれています。5年後・10年後の自分をイメージし生活習慣の改善を勧めています。



者様に合った生活習慣の改善を見つけるお手伝いをさせていただいていきます。減量、検査データの改善を目標と一緒に頑張りましょう。今の日常生活を見つめ直す事が健康で長生きする秘訣です。少しでも悩んでいる方は、是非脂肪肝外来に受診してみてください。

## 感染管理認定看護師をめざして

腎センター師長 帯金里美

神奈川県立福祉大学実践教育センターの感染管理認定看護師教育課程で、半年間学んでいきます。4月9日入学式の後7日間の授業。6月1日より12月末までの集中学

習が予定されています。既に4冊の文献を指定しての課題が出されています。『厳しい授業なので集中できる環境を整えること』と云われ、期待と不安で一杯ですが認定をめざし頑張ります。

## トピックス

### 五学会合同認定「透析療法指導看護師」取得

腎センター 伊藤 優子 帯金里美



おめでとう！

### 掛川グリーンロータリークラブから優秀看護師表彰されました



前安全管理室長 杉山登志子 助産師として 永年助産活動に従事されました。

近年医療安全に関する重要性が高まる中、平成17年度初代医療安全管理室長に就任、院内の安全対策はもとより、患者様への真摯な対応など全力で問題の解決にあたって下さいました。

4東 榎葉裕子

病棟における看護活動に加え、2次救命処置に携わることの出来る資格（ACLS）を取得し、救急救命に必要な知識と技術を広めるため、院内外を問わず精力的に活動しています。