

すこやか VOL.61

医療法人 藤田病院

岡山市東区西大寺上三丁目8-63

TEL (086) 943-6555 (代)

平成27年5月発行



長野県松本市 焼岳と河童橋

ご挨拶

藤田病院 管理栄養士 岸本明子



柔らかい日差しと新緑に、心も和む季節となりました。皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

さて今回は、電子レンジで液体を加熱する際の注意についてお話しします。

少量の飲み物や食品などを温めるのに電子レンジは便利なものですが、加熱し過ぎると、急激に沸騰して高温の中身が飛び散ることがあります。沸騰が収まった直後のお湯に粉末のお茶などを入れた時に、突然吹きこぼれることもあります。こうした現象を「突沸」といい、やけど事故につながるので注意が必要です。

通常、液体を加熱すると、沸点（水なら100℃）に達するとブクブクと泡が出始めるのですが、加熱する食品や食器、加熱時間などの条件の組み合わせによっては、沸点になっても泡が出ずに「過加熱状態」になることがあります。そこに振動や調味料の添加などの刺激が加わると、突然、爆発するように沸騰して中身が飛び出ることがあります。突沸は前触れなく起きることもあり、庫内を確認しながら温めていても避け難いものです。また電子レンジだけでなく、ガスコンロやIHクッキングヒーターでも見られます。国民生活センターでは次のようなアドバイスをしています。

- ① 電子レンジで飲み物を温める場合は、温め過ぎないようにしましょう。
- ② 電子レンジで誤って飲み物を温め過ぎてしまった場合、突沸を避けるため、加熱が終了しても容器をすぐに取り出さず、扉を開けないで、1〜2分冷ましましょう。
- ③ ガスコンロやIHクッキングヒーターを使って液体を温め直す時は、火力を弱めにし、かき混ぜながら行いましょう。

危害を被らないため、上記を参考にして器具を上手に利用してください。

救急病院の指定を受けました!!

24時間365日対応します

平成27年3月31日に藤田病院は救急病院の指定を受けました。救急病院とは設備、構造、人員の面で救急搬送に対応できると岡山県知事から認められた施設です。

昨今、他県で起きた救急車のたらい回しなどのニュースを目にすることがあります。さまざまな事情があるとはいえ皆様の生活基盤である岡山市、瀬戸内市でそのような事態にならないようにとの思いから、今回の救急指定病院の届出を決定しました。

「藤田がかかりつけ」と
救急隊にお伝えください

当院がかかりつけの患者さんは救急車をお呼びの際には、救急隊に「藤田病院がかかりつけ」と伝えてください。必ず受け入れます。

また、当院で対応できない疾患については岡山大学病院や専門病院等に速やかに紹介します。

糖尿病チームがさらに充実

「療養指導士」の資格を持つ 薬剤師が入职

糖尿病専門「チーム藤田」に内田薬剤師（左から2人目）が加わりました。内田薬剤師は、当院4人目の糖尿病の専門的な知識を持った「糖尿病療養指導士」の有資格者です。

次々と新しい糖尿病の薬が開発されて、治療の選択肢も増えました。それにより、患者さんは戸惑うこともあるかと思えます。安心、安全に、また納得して薬物療法を行えるように、患者さんの「なんで?」「どうすればいいの?」に正しく、素早くお答えする強い味方です。

当院では専門医・指導医の下村医師を筆頭に、看護師、理学療法士、管理栄養士、薬剤師が力を合わせて糖尿病患者さんをチームでサポートします。いつでもご相談ください。



糖尿病教室で お待ちしております

藤田病院では、毎月第4土曜日の午後1時30分から4階会議室にて、糖尿病教室を開催しています。

食事療法や運動療法、フットケアなど毎月テーマを変えて取り組んでいます。どなたでも無料で参加できます。

チーム藤田一同お待ちしております。