

1. 医療を受けられる方の権利を尊重し、説明と納得・信頼の医療を追求します。
2. 医療安全に努め、質の高いチーム医療とあたたかな看護を実践します。
3. 救急医療の充実に努めると共に、災害医療にも対応できる病院を目指します。
4. 地域の福祉・医療機関と連携し、疾病治療と予防医療を推進します。
5. 継続的な地域医療を実践するため、経営の安定化に努めます。

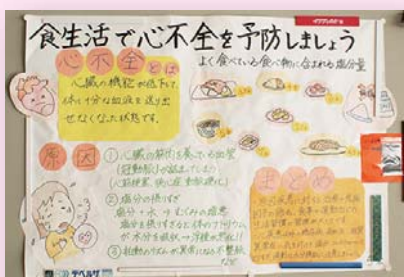
# 「医療・看護に関する情報ポスター」をご存知ですか？

高島市民病院1階エントランスホールに設置している「医療・看護に関する情報ポスター」をご覧いただいたことはありますか？

病気に関することやケガの応急処置方法など、各部署が専門とする内容のポスター掲示を毎月テーマを変えて行っています。各部署とも工夫を凝らしながらわかりやすく作成しています。

情報ポスターは、病院内健診センターにも掲示しております。

ぜひご覧いただき健康管理にお役立てください。



毎月交代でエントランスホール内に各部署によるポスター掲示を行っております。

# 花粉症に注意しましょう

花粉症の季節がやってきました。花粉症の正体は花粉に対して人間の体が起こすアレルギー反応です。体の免疫反応が、花粉に過剰に反応して花粉症の症状がでるのです。くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみ、人によっては、頭痛・体のだるさ・イライラ感など、さまざまな症状がでることもあり、意欲が低下して日常生活にまで支障をきたすことがあります。

そんな厄介な花粉症でも、できるだけ快適に過ごせるように対策を立てていきましょう。

## マスクをきちんとつけましょう

マスクは、花粉の飛散の多いときには吸い込む花粉をおよそ3分の1から6分の1に減らし、鼻の症状を少なくさせる効果が期待されています。また風邪などの感染症予防にも効果があります。



## うがいをしましょう

鼻の粘膜には線毛があり、粘膜の上の異物を輸送します。うがいは、のどに流れた花粉を除去するのに効果があります。外出から帰ってきたらうがいをしましょう。

## 洗顔しましょう

花粉が人間に付着しやすいのは表面に出ている頭と顔です。外出から帰ってきたら洗顔して花粉を落とすと良いでしょう。

## 洗濯ものは家の中に干しましょう

花粉の飛んでいない日は外でもいいですが、しっかり花粉を払うことが大切です。



他にも効果があるといわれていることがあります。自分に合った方法を吟味して対応しましょう。また、無理をせず医療機関へ受診することも大切です。健診センターでは、人間ドッグや生活習慣病予防健診、ミニ健診のオプションとして、アレルギー検査を追加することができます。アレルギー検査で原因を特定させ、確実な予防の対策を立てましょう。