

30秒でチョットした情報通になれる



■明治時代から誰もが苗字を名乗れた

明治8年9月19日、明治政府は太政官布告を出し国民全員苗字を名乗るようにしました。

2013年12月に明治安田生命保険は、保険契約者約596万人を分析してベスト10の苗字を発表しました。「佐藤」、「鈴木」、「高橋」、「田中」、「渡辺」、「伊藤」、「中村」、「小林」、「山本」、「加藤」さんでした。

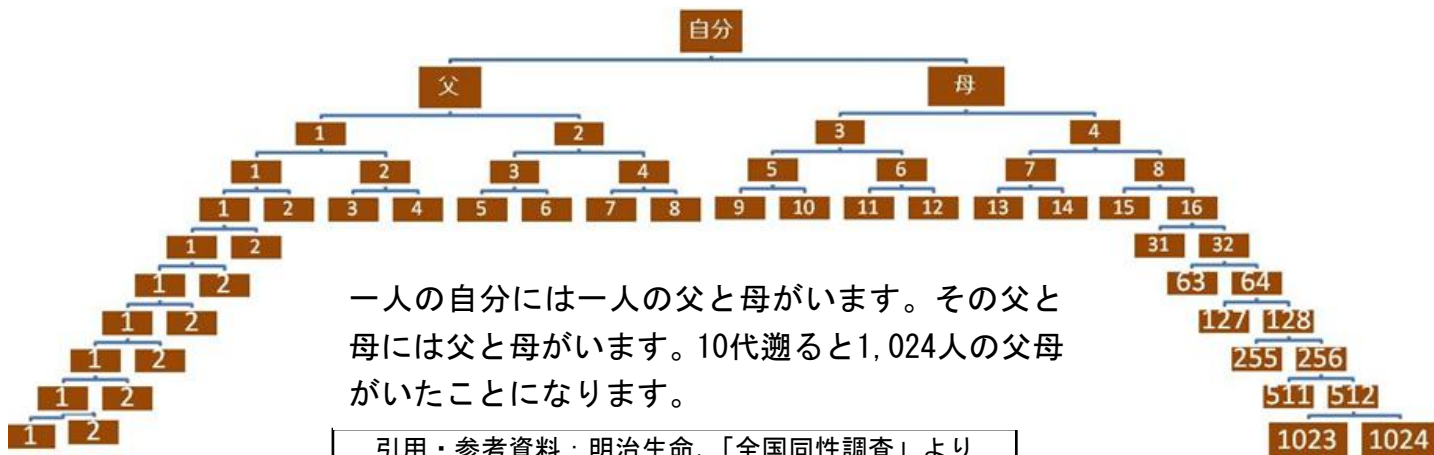
■一人の命は膨大な親から授かった命

さて、一人の「佐藤」さんの親を遡っていくと何人いたことになるのでしょうか？

下図をみてください。自分には1人の父と母がいます。二代遡ると4人になります。

10代遡ると1,024人になります。ベスト1の「佐藤」さん以下の姓名の方も同じことがいえます。ベスト10だけで1,024人×10人=10,240人の親がいたことになります。一人の親の寿命が30年～40年とします(昔の平均寿命この程度です)。仮に35年として10代遡ると350年前。

1664年になります。江戸時代初期になります。あなたの生命は江戸時代から続いた1,024人の親から授かったのです。大切にしなければなりませんね。



30秒でチョットした情報通になれる



健康情報

九月

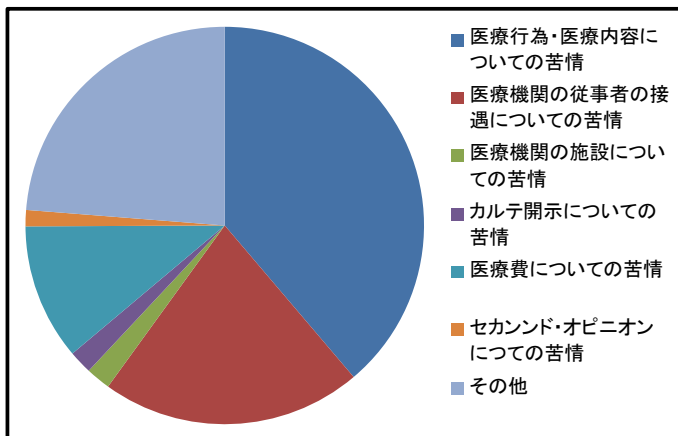


医療安全支援センターとは

■医療で困っていることがあったら

医療安全支援センターって知っていますか？ 例えば、病気になって医療機関に入院したり、通院しているが治療について納得できない。看護師さんなど医療機関従事者の対応に納得できない。医療機関に関する苦情があるけど医療機関に直接言いにくい。そんなことはありませんか？

●医療安全支援センターに寄せられた苦情内容



こんなときにその苦情内容を聞いてくれる患者支援の機関が医療安全支援センターです。センターは苦情を該当の医療機関に情報提供したり、調整・助言をしてくれます。

苦情以外に医療に関する相談や医療機関の紹介・案内もしてくれます。

医療安全支援センターは各都道府県や保健所にあります。医療の苦情・相談は直接病院に言いにくいものです。そんなときに医療安全支援センターを利用しましょう。

主な相談受付内容は？

1. 多くの検査を受けたが、検査の必要性が理解しづらい
2. 主治医以外の先生の話も聞きたいのだが、主治医にどう切り出してよいかわからない。
3. 手術後の経過が思わしくないのでカルテの開示を求めたいが、お願いできるのか。
4. 院内処方と院外処方とは何か違いがあるのか。
5. 現在使用している薬の服用について詳しく知りたい など

30秒でチョットした情報通になれる



■薬の知識—飲み方Q & A

Q 複数の薬を飲み合わせしています。
気をつけることを教えてください。

A 複数の薬を飲み合わせすると薬の効果が効かなかったり、逆に効きすぎたりします。

薬の飲みあわせ以外にも食品と飲み合わせで悪いものもあります。必ず医師や薬剤師などにお薬手帳を提出して飲み合わせについてアドバイスを受けましょう。

●薬と飲み合わせの悪い食品の例

- ・ワルファリン（血を固まりにくくする薬）と納豆、クロレラ食品
- ・カルシウム拮抗薬（高血圧の薬の一種）とグレープフルーツ ジュース

Q 薬の飲む時間に「食前」「食後」「食間」などがありますが、それぞれの飲む時期を教えてください。

A 食前は食事の1時間～30分前で胃に食べ物が入っていないときです。食後は食事の後30分以内で、胃の中に食べ物が入っているときです。

食間は間違わないでください。食事中に服用することではありません。食事と食事の間で、食事の2時間後を目安に飲みます。

Q うっかりして、薬を飲む時間に飲むのを忘れてしまいました。
どうしたらよいのでしょうか？

A 気がついたときにすぐに飲むようにしますが、次に薬を飲む時間が迫っている場合には1回分を抜かして、その次からいつものように飲みます。2回分を一度に飲んではいけません。

Q 薬の飲むときにどのくらいの水で飲めばよいか教えてください。

A コップ1杯の水で飲みましょう。

さくら保険サービス通信

〒830-0037 福岡県久留米市諏訪野町2570-9高村ビル2F

TEL 0942-37-7351 FAX 0942-37-7352

さくら保険サービスのURL <http://www.sakurahoken.net>

14年

9月号

30秒でチョットした情報通になれる



9月のトピックス

入院中の食事代・雑費



2015年度から入院食事負担額がアップ

厚生労働省は、入院中の食事代にかかる自己負担額を引き上げる方針を固めた。いまの1食あたり260円から460円へ200円上げる案を軸に検討する。医療保険財政の改善が狙い。来年の通常国会で法改正し、早ければ来年度中の実施を目指す。一般的な入院時の食事代は、健康保険法などの告示で全国一律に朝昼晩とも1食640円と決まっている。食事も治療の一環であるとして、食費の一部は医療保険でまかなわれている。給付額は年間約5千億円にのぼる。

1食のうち自己負担額がいくらになるかは、年齢や症状で異なる。けがや急な病気で入院した場合は、医療保険から380円が給付され、自己負担は260円だ。一方、高齢者が慢性疾患で療養入院する場合の自己負担額は460円になる (朝日新聞より)

●某患者が治療のために17日間入院した雑費額

入院雑費内容	金額	入院雑費内容	金額
切手&封筒	1,254	腹帯	8,424
下着	1,800	タオル・寝間着(17日分)	9,180
シャンプー	108	宅急便	872
ナイロンタオルと洗剤	465	ティッシュ	105
週刊誌	460	テレビカード	4,000
ストロー付コップ	432	診断書料金	6,000
水	2,910	合計	36,010

入院雑費は自己負担です。左の表は某患者が17日間入院したときの入院雑費です。

この患者はお腹を手術したので腹帯を何度か替えました。その他に、タオル・寝間着をレンタルした料金が主な雑費でした。これ以外に食事代が49食分(12,740円)掛かりました。合計48,480円です。

来年度から食事代が値上がりします。すると、この方の場合は460円×49食=22,540円になります。入院中の食事代と雑費は意外にかかるものです。