

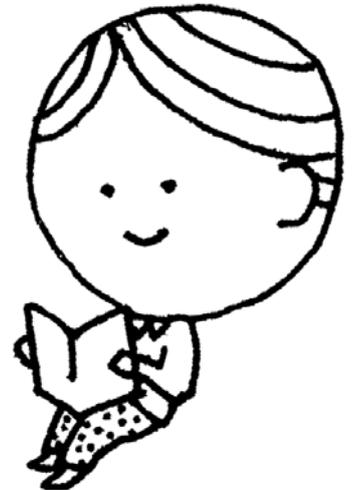
「こころの医者フィールド・ノート

～あなたが家族を愛せるのなら～

(中沢正夫 情報センター出版局)

“長いこと患ってきた母が急に衰弱して、入院することになった。部屋の中で、ふと転んでから急に弱ってきたのである。迎えの車が来ているのに、母は涙声で、「お金が、お金が……」と、枕辺をさぐっていた。(第5章より)”

——精神科医である著者の、経験をもとにした小話集。冒頭の引用文は、著者自身の母の看護(介護)の体験の話ですが、他にも精神科医として出会った患者さんとその家族のエピソードが詰まっています。「病気」ではなく「人」が描かれた、切なくも温もりのある1冊です。1982年に出された古い本ですが、2007年復刻、文庫本にもなっています。現代にも通じるものが発信されています。



つくってみました!

塩分1g回鍋肉。

図書室の本を参考に、スタッフが作ってみました。それほど薄味には感じませんでした、塩分1g回鍋肉。塩分ひかえめメニューへの第1歩を踏み出せた気がします。



★参考にしたのはコチラ⇒

「いつものおかずで塩分1日6g献立」

(女子栄養大学栄養クリニック監修 女子栄養大学出版部)

『減塩!』と手塩にかけた子に言われ」

2019年高血圧に関する川柳 最優秀作品

****こぼれ話 *****

「朝の血圧っていつ測ればいいの?」

「正しい血圧の測り方は?」

時々、患者さんからいただくご質問です。

・起きた後1時間以内

・朝食前、服薬前

・トイレを済ませてから

…などなど、ポイントがいくつかあります。

なるべく条件を同じにすることは大切です。図書室には関連冊子もありますので、興味のある方はぜひお立ち寄りください。

お子さま向けの本、あります。

インターネットで医療情報を
無料で検索できます。

蔵書の一覧、過去のやすらぎ
文庫だよりは当院HPから見る
ことができます

君津中央病院
患者図書室
「やすらぎ文庫」

外来2階

地域連携室のとなり

月～金

9:00～12:00

13:00～16:00

(土日・祝日・振替日

年末年始はお休みです)

