

さわやか

SAWA YAKA

西美濃厚生病院だより

第89号

平成30年10月

病|院|の|理|念|

私たちは今、三つの「想い」を育んでいます。

1. 患者さんへの「想い」
温もりと対話のある医療を実践します。
2. 地域社会への「想い」
地域に有用な医療機関として社会に貢献します。
3. 病院への「想い」
良質な医療を提供し、信頼される病院を目指します。
これが私たち西美濃厚生病院の理念です。



目次

- 「着任のご挨拶」
脳神経外科医師 新川 修司
- 骨粗しょう症の予防について
管理栄養士 廣瀬 早耶香
- 糖尿病教室のご案内

着任のご挨拶



脳神経外科医師
新川 修司

はじめまして。

本年(2018)8月より当院にて診療を開始しました。

生まれ(出身)は揖斐郡春日村です。ですから、小さい頃に大垣から養老地区へは両親らとともに、しばしば訪れていた様です(記憶は曖昧ですが、当時の写真が幾枚か残っています)。大きくなってからも、養老の滝などへは、しばしば訪れていました。通勤途中に国道沿いに「神戸」などの標識を見ますと、あ、その先が揖斐かと、なにか懐かしい感覚を覚えます。そのようなことで、西美濃厚生病院への通勤は何か懐かしい感じです。

長い間(大学卒業後)、急性期の脳神経疾患を診て参りましたが、認知症や慢性頭痛での診療ニーズが高いことを踏まえて、当院にて、認知症、慢性頭痛外来を開始しました。基本的な診察手順は急性期神経疾患と同様と考えますが、

当院では、MRI画像での脳萎縮評価や、SPECT(シンチ)を用いて脳血流などの評価が可能ですので、これらの画像診断(補助診断)を用いて、認知症診断などを行っています。

今後、院内、院外の多くの先生方や医療スタッフの方々にご迷惑をかけることも有るかと思えます。地域の医療機関、スタッフとの連携を図りながら、微力ですがお役に立てればと考えています。

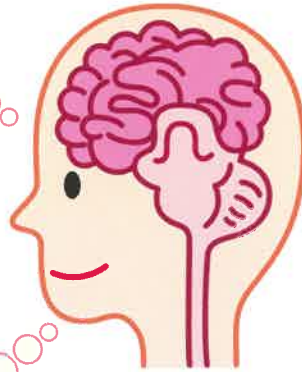
宜しくお願い致します。

2

月に2回以上頭痛が起きる、頭痛で日常生活に支障がでている、鎮痛薬があまり効かない方は・・・
頭痛外来へ

同じことを何度も言ったり聞いたりする、物の名前が出てこなくなった・・・
認知症外来へ

めまい、ふらつき、しびれ、言葉がしゃべりにくいなどの症状は・・・
脳神経外科へ



糖尿病教室のご案内 | 開催場所 / 健診センター 3階 講義室

目的

- 正しい知識を身につける
- 血糖コントロールのための治療法を確認
- 自分の生活を振り返り、問題に気づき、改善策を考える
- 合併症の進行度をチェック
- 家族に協力と理解を得る
- 同じ病気の仲間と考え、治療の意欲と励みにする

月/日 開始時間	内容	担当	月/日 開始時間	内容	担当
10/18 (木) 13:30~	日常生活の工夫	看護師	11/15 (木) 11:30~	ランチバイキング (参加費600円 要予約) ご自宅で使用しているお茶碗の持参をお勧めします (食事前後に血糖測定を行います)	管理栄養士
	血糖測定器具の取扱い	臨床検査技師		簡単なてきる運動の実践 (動きやすい服装で)	理学療法士
	間食・カロリー別 外食	管理栄養士			

骨粗しょう症の予防について



管理栄養士
廣瀬 早耶香

骨粗しょう症を予防して 転んでも折れない丈夫な骨を保ちましょう!

骨粗しょう症とは

骨粗しょう症とは、骨の強度が低下し、骨がもろくなって、骨折しやすくなる病気です。閉経後の女性や高齢者に多く見られます。脊椎(背骨)がつぶれたり変形したりすると背中や腰痛が起こり、大腿骨(太ももの付け根)の骨折では歩くことができなくなり、多くの場合は手術が必要となります。高齢者の骨折は寝たきりになる原因の一つなので、骨粗しょう症を予防(または治療)して丈夫な骨を保つことは健康に暮らすために大切なことです。

骨を丈夫にする食事

骨の健康に欠かせない栄養素と言えばカルシウムですが、カルシウムだけでは体に吸収されません。ビタミンDとビタミンKの助けが必要なのです。そこで丈夫な骨を守るために4つの習慣をおすすめします。

① 毎日コップ1杯の牛乳を飲もう

カルシウムといえば牛乳や乳製品に多く含まれています。さらに牛乳や乳製品のカルシウムは吸収率が高いので、毎日摂るよう習慣づけが有効です。苦手な方は料理に少しずつ加えてみたり、小魚や大豆製品等を積極的に食べたりしてカルシウムを摂りましょう。



② 納豆を食べよう

納豆に多いビタミンKは、カルシウムを骨に取り込むのを助ける働きがあります。
※ 抗血液凝固剤(ワーファリン)を服用している方は、医師の指導に従い、ビタミンKの多い納豆は食べないようにしましょう。



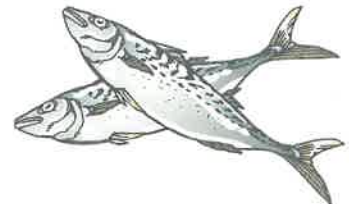
③ 青菜を食べよう

青菜類もビタミンKの多い食品です。



④ 魚を食べよう

魚に多いビタミンDは腸でのカルシウムの吸収を助けます。
ビタミンDが足りないとせっかく摂ったカルシウムを吸収できません。
1日1回は魚を食べましょう。



この4つの習慣を取り入れて、転んでも折れない丈夫な骨を保ちましょう。より詳しい話や自分にあった食事療法を考えたい方は、気軽に管理栄養士までご相談ください。また、骨粗しょう症の予防(治療)には運動習慣や、適切な薬物療法が必要な場合もあります。10月より整形外科にて骨粗しょう症外来を始めましたので、気になる方は受診をおすすめします。

外来診療担当医一覧表

受付時間 午前8時30分～午前11時30分

※救急の場合はこの限りではありません。

平成30年10月1日現在

診療科	曜日	月	火	水	木	金
内科	1診		島山	西脇	島山	林
	2診	西脇	岩下	中村	林	中村
	3診	前田	前田	馬場	脇	前田
	4診	林	黒部	岩下	林	前田
	5診(初診)	岩下	西脇	林	前田	島山
	循環器内科	大学医師 8:30～11:00	大学医師 8:30～11:00	代務医師 8:30～11:00		
	血液外来 (第2・4火曜)		大学医師 14:00～(予約制)			
禁煙外来					前田 (13:30～16:00・予約制)	
外科	1診	飯田	加藤	飯田	飯田	加藤
	2診	岡田	岡田	岡田	加藤	岡田
整形外科	1診	熊澤 (予約制)	馬場	リウマチ外来	骨粗しょう症外来	四戸
	2診(初診)	馬場	熊澤	四戸	四戸	馬場
小児科 ※受付8:30～11:00 診察9:00～	午前	井上	井上	井上	井上	井上
	午後	予防接種 (予約制)		予防接種 (予約制)		
眼科	午前	松原	松原	松原	松原	松原
	緑内障外来					大学医師 9:30～11:30(第1・4・5)
	午後				学童外来 (15:30～16:30)	
耳鼻咽喉科		大学医師(9:00～11:00) ※変更となる場合がありますので お問合せください	大学医師(9:00～11:00) ※変更となる場合がありますので お問合せください			
婦人科				大学医師 (9:00～11:30・予約制)		代務医師 (9:00～11:30・予約制)
皮膚科		大学医師 ※変更となる場合がありますので お問合せください		大学医師 ※変更となる場合がありますので お問合せください		大学医師 ※変更となる場合がありますので お問合せください
泌尿器科		岡野	大学医師	岡野	岡野	岡野
麻酔科		濱屋	濱屋	濱屋	濱屋	濱屋
胸部外科					大学医師 午後第2・4	
脳神経外科	午前	脳神経外来 新川	認知症外来 新川		頭痛外来 新川	認知症外来 新川
	午後			大学医師 14:00～(予約制)		
歯科口腔外科	1診	杉山	杉山	杉山	杉山	杉山
	2診	大学医師		大学医師	大学医師	

休診日／土曜・日曜・祝日・年末年始 ※毎月、医事課窓口に保険証のご提示をお願いします。

当院では
各種健診を
行っています。
お気軽にお尋ね
ください。

*年に一度はご自分の健康状態を把握するために、
健康診断を受診しましょう。

- ・入院ドック(一泊二日ドック)
- ・外来ドック(半日ドック)
- ・肺がんドック
- ・各種定期健診

お問い合わせ
地域保健課まで
月曜～金曜 8:30～17:00
TEL.0584-33-2175
FAX.0584-33-2176

*健診終了後、ご希望の方を対象に保健師・管理栄養士による生活指導を行っています。
ご希望の方は受付の際にお申し出ください。

看護師募集中

☎0584-32-1161

詳しくは病院企画総務課まで
お尋ねください。

ボランティア募集中

ボランティアの方を
募集します。

詳しくは病院企画総務課まで
お尋ねください。



岐阜県厚生連病院所在地

- 久美愛厚生病院
高山市中切町
- 高山厚生病院
高山市山口町
- 岐北厚生病院
山県市高産
- 中濃厚生病院
関市茶亭
- 東濃厚生病院
瑞浪市土岐町
- 西美濃厚生病院
養老郡養老町
- 揖斐厚生病院
揖斐郡揖斐川町