

外来診療予定表(11月)

★:女性の医師 赤字:変更となった診療

診療科	月	火	水	木	金	土	
総合診療部 (内科・外科 内視鏡 等)	午前	塩田総院長(外科) 第2.4	大野(外科)	大野(外科)	鈴木(外科)第2.3.4	吉村和泰(外科)	★間宮(内科)第1 ★山田(内科)第3
	午後	小坂 (下肢静脈腫専門外来) 第2.4	吉村智士(内科) 初診受付16:00まで	大野(外科・予約制)	吉村智士(内科) 初診受付16:00まで	中川(内科)	—
	午前	★清原(内科)	—	★渡部(内科) 受付15:30まで	★清原(内科)	佐久間(外科)	大木 (肝臓内科・内科) 第2.4
	午後	—	—	—	—	—	—
	午前	吉村和泰(外科)	後藤(内科) 第2.5	—	—	—	—
	午後	吉村和泰(外科) 第1.3.5 (肛門外来)第2.4	—	由井(糖尿病外来) 初診受付16:00まで	—	—	—
脳神経外科	午前	綾部	—	石和田	青柳	青柳	石和田 第1.3 青柳 第2.4
	午後	—	—	石和田(予約制)	—	青柳 髄膜腫・ 神経鞘腫外来	—
整形外科	午前	塩田院長	石井(予約制) 第1.3.5	塩田院長	塩田院長	塩田院長 第1.3	塩田院長 第1.3 石井(予約制) 第2.4
	午後	—		石井(予約制) 第2.3		塩田院長 (脊椎・脊髄外科外来) 第3	—
	午前	—	柴田 初診受付16:00まで	—	石井(予約制)	石井(予約制) 第1.2.4	加藤 第1 蔵本 第2.4 山田 第3 ※午後休診※
	午後	—		—		石井(予約制)	石井(予約制)
	午前	—	—	—	—	金城	金子(予約制) 第1 今井 第4
	午後	—	—	—	—	—	—
循環器内科	午前	中津副院長	増田	—	大橋	中津副院長	中津副院長 第1.3 増田 第2.4
	午後	—	—	—		—	—
	午前	※予約なしの患者さまは、担当医師が変更になる場合があります。					—
婦人科	午前	遠藤名誉院長	遠藤名誉院長	—	遠藤名誉院長 第2.4	—	遠藤名誉院長
	午後		—	遠藤名誉院長 診療14:30から	—	—	
サイバーナイフ 外来	午前	—	—	—	宇野 第1.3.4	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経内科	午前	—	片多	平田	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
耳鼻咽喉科	午前	小谷 初診受付11:00まで	—	—	★スミス 第1.3 初診受付16:00まで	河合 初診受付11:00まで	—
	午後	—	帝京大(交代制) 初診受付16:00まで	—	—	—	—
泌尿器科	午前	—	井熊 初診受付16:00まで	—	—	—	—
	午後	—		—	—	—	—
皮膚科	午前	—	—	—	—	—	—
	午後	—	河原 受付14:30から	—	—	—	—

◎診療予定は変更となる場合があります。院内『お知らせコーナー』や『ホームページ』または、電話にてご確認ください。

◎当日のご予約はお取りすることができません。必ず前日までにしてお取りください。

◎当日、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。

◎保険証は毎月確認させていただきますのでお持ちください。また、お薬手帳もございましたら必ずお持ちください。

◎外来受診に関する詳しい案内は『ホームページ』よりご確認ください。

受付時間:(月~金)8:30~11:30/13:30~16:30 (土)8:30~11:30

予約専用ダイヤル:0475-35-0002 (月~金)8:30~17:00

※お電話をおかけの際、診察券をお持ちの方はお手元にご用意ください。

※当日予約なしで受診希望の際はお電話にてご確認ください。

医療法人SHIODA塩田記念病院広報誌



塩田記念病院だより

Vol.100 2021年11月号

医療法人SHIODA塩田記念病院 総務課発行 ホームページ: <https://www.s-fmc.jp>
〒297-0203 千葉県長生郡長柄町国府里550-1 Tel:0475-35-0099 Fax:0475-35-0098

病気の豆知識~不正性器出血の話~

今回は単一の疾患の話ではなく性器出血を主症状とする訴えにつき、どのような病気があるかを考えてみたいと思います。

不正性器出血と一言と言っても様々な原因があり、血液の性状も真っ赤な新しい出血から古い血液では茶色であったり、わずかな出血では黄色の腔分泌物と訴えることもあります。

また、排卵期に一致して起こる中間期(排卵期)出血のように病気とは言えない出血から重大な病気の一症状のこともありますので注意が必要です。

出血の原因を分類すると

- ①炎症によるもの ②ホルモン異常によるもの ③良性の腫瘍によるもの ④悪性の腫瘍によるもの
- ⑤子宮腔部びらん ⑥妊娠関連の出血などがあります。

具体的な疾患名としては

①には病原菌の感染による子宮内膜炎や細菌性腔炎、加齢とともに腔壁が薄くなり炎症をきたす萎縮性腔炎

②には卵巣機能低下による月経異常

③には子宮筋腫や子宮頸管ポリープ

④には子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がん、腔がん

⑤は若年女性ではごく一般的にみられる状態なので病気とは言えませんが子宮頸がんの初期の可能性もあるので子宮頸がん検診が有用です。

⑥には流産や子宮外妊娠などがあります。

このように不正性器出血をきたす病気は多岐にわたり、ご自分では出血部位がわからないことも多く、診察により実は尿路や肛門からの出血だったと確認されることもあります。

不正出血の中には重大な病気が原因のこともありますので早期発見のためにも出血が止まってからではなく、出血のある状態での診察を是非ともお勧め致します。



塩田記念病院 名誉院長
婦人科部長
遠藤 信夫

病院からのお知らせ

■インフルエンザ予防接種予約受付終了のお知らせ

インフルエンザ予防接種は、入荷ワクチン数に達した為、現在受付を終了させていただいております。また他院でインフルエンザ予防接種を行う場合、接種可能か問い合わせをいただいておりますが、余裕を持ってご確認くださいませようお願い致します。

■担当医変更のお知らせ

11月より外来担当医が変更となります。

・総合診療部(内科) 第1土曜日午前 千葉大(交代制)医師 ⇒ 間宮 幸代(まみや ゆきよ) 医師



栄養士のひとりごと

今年は駆け足で秋が通り過ぎ、冬を迎えてしまいそうですが、山の木々は秋の色に染まってきました。皆様いかがお過ごしでしょうか。私は太陽の光に黄金に輝く銀杏を当院栄養科の窓から毎日見ながら業務をしています。毎年の秋の楽しみのひとつです。お気に入りの紅葉の景色を見つけると、秋の楽しみを持つことができますね。

今年もあと2か月、発酵の世界旅もあと残り2回となりました。今月は、主食になる発酵食品についてお話しします。

発酵食品で主食というと、代表的なのが「パン」です。毎日召し上がっている方も多いと思います。当たり前すぎてと思いますが、あらためてお話ししたいと思います。主食となる発酵食品は世界中にあります。他にあるの？とお思いの皆様、実はたくさんあるので、皆さんがイメージする代表的なパンと合わせてご紹介したいと思います。



それではまずは代表的なパンから。パンは世界の広範囲で主食として食べられている食品で、小麦粉やライ麦粉といった穀物の粉に水や酵母、塩などを加えて作った生地を発酵により膨張させた後、焼くことで出来上がる膨化食品のことです。代表的な穀物粉には、小麦粉・ライ麦粉・大麦粉・トウモロコシ粉等があります。一般的には小麦粉では、グルテンが含まれているため、水を加えてこねることで粘りが出ること、酵母を使ってアルコール発酵させることで生地が膨らみ、柔らかい美味しいパンができます。これに対し、ライ麦や大麦、他の穀物粉ではグルテンがない為に酵母で膨らませることができず、乳酸菌発酵によって膨らませることになりますが、酵母菌発酵に比べ膨らみは悪く、重いパンになります。日本では米粉を使ったパンも多く作られるようになりました。

次に酵母について。代表的なのがイーストです。小麦による発酵パンを作る際に必要な材料で、工業生産された酵母と自家採取した酵母（天然酵母）に分けられます。工業生産されたイーストは、生・ドライ・インスタントドライイーストがありますが、生のイーストが1週間ほどしか持たないのに対し、ドライイーストは乾燥させるため、長期保存が可能です。ライ麦などのパンの場合には、乳酸菌発酵と酵母を主体に複数の微生物を培養させた伝統的なパン種である自家性酵母の「サワードウ」が使われます。他にもあんぱんなどに使われる米と麴で作る酒種や、ホップ種、ヨーグルト種、レーズン種などがあります。また発酵過程においては、環境中の常在乳酸菌が味を改善する働きをしています。なお、膨張剤には酵母のほかにベーキングパウダーなどの化学的な膨張剤で発酵させるパンもあります。

一言でパンと言っても膨らませる方法（酵母なのか、膨張剤なのかなど）や加熱の方法によって出来るパンの種類が変わってきます。いろいろ調べていくうちに、皆様にお伝えしたいことがたくさんになってしまい、今回の枠では収まりきらなくなってしまったので、次回、詳しく説明させていただくことにいたしました。膨らませ方×焼き方で世界中にたくさんの主食があるので、次回もご期待ください。

いよいよ寒い冬を迎えます。寒さで身体も硬くなりがち。代謝も落ちてしまいます。身体を適度に動かしながら、冬本番に備えて下さい。秋に旬を迎える根菜類は身体を温める食材なので、きのこ類などたっぷり加えて秋食材満載の具だくさんの汁などでほっこり、身体も心も温めて下さいね。どうぞご自愛くださいませ。次回もお楽しみに。

栄養科 管理栄養士 戸矢 静華

参考資料：Wikipedia 日本食品成分2020 厚生労働省 日本人の食事摂取基準2020年版

手術前や検査時に注意が必要な薬について

薬を普段服用されている方が、手術や検査をすることになった場合に一旦やめなければならないお薬があります。いわゆる血液をサラサラにする薬を服用していると止血しにくくなるので中止することがあります。また、女性ホルモンは血液が固まるように作用するので、術後安静にしていると血栓（血のかたまり）ができやすくなります。



検査の種類によっては食事をとらないで検査をします。食事をとらないで血糖を下げる薬を服用してしまうと低血糖になってしまうので中止することがあります。手術時も同様に手術当日は食事はありません。また、検査によっては造影剤を使用します。ヨードを含む造影剤では腎機能に注意が必要です。腎機能がもともと悪い人では、造影剤によって更に腎機能が悪化し、服用していると乳酸アシドーシスという重篤な症状を起こす薬もあります。



ただし、手術の大きさや、受ける患者様のその時の状態、緊急度に応じて変わるので、一概にこの薬は手術前に中止する、検査のときはこの薬は中止すると決まっているわけではありません。医師、薬剤師に普段服用の薬をもれなく話をする、もしくはお薬手帳に服薬内容を必ず記載するようにしましょう。

また、市販薬・サプリメントによっては薬と相互作用を起こす場合や、血液を固まらないようにする作用があるので注意が必要です。

病院・薬局へ行くときは必ずお薬手帳をお持ち下さい

- 診察時や調剤薬局で薬をもらうときにお薬手帳を提出すると
- ・複数診療科を受診した場合でも、多剤・重複投薬や相互作用が防止される。
- ・薬の副作用や期待される効果の継続的な確認を受けられる。
- ・在宅で療養する方も、行き届いた薬学的管理を受けられる。



等のメリットがあります。薬をもらう調剤薬局を一箇所にする、過去の服薬情報がわかる薬剤師が相談に乗ってくれ、かかりつけ薬剤師からの丁寧な説明により、薬への理解が深まり、飲み忘れ、飲み残しが防止されます。また、お薬手帳は、薬を服用されている患者様にとって重要な情報になります。お薬の情報だけでなく、アレルギーの情報（例えば卵アレルギーとか）、副作用歴なども記載しておけば、災害時などでも安心です。

ご不明な点がありましたら、お気軽に薬剤師までご相談下さい。

薬剤科 薬剤師 吉野正康

受診を希望される患者様へ

当院はご予約頂いてからの受診を勧めており、初めての患者様でも診察のご予約をお取りできます。予約がない場合よりも待ち時間が少なくなるため、翌日以降の受診をご希望の場合は予約専用ダイヤル（0475-35-0002/【月～金】8：30～17：00）へお電話いただき予約状況をご確認ください。

また、当日の受診をご希望の際にはご来院される前にお電話いただき、予約なしでの受診が可能かお問い合わせいただきますようお願い致します。