

外来診療予定表(7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 (外科・内科)	午前	吉村(外科)	大野(外科) 第1.2.3	大野(外科) 第1.2.3	鈴木(外科)	吉村(外科)	
	午後	—	—	—	吉村(外科) 第1.3 (肛門外来)第2.4	—	
	午前	塩田総院長(外科) 第2	—	—	—	—	
	午後	小坂 (下肢静脈腫専門外来) 第2.4	—	—	—	—	
	午前	★清原(内科) 第1.4	★清原(内科)	★渡部(内科) 受付15:30まで	★清原(内科)	—	米本(内科) 第1 藤本(内科) 第3
	午後	—	★渡部(内科) 第1.3 受付15:30まで	—	—	—	
	午前	大木 (肝臓内科・内科)	—	大木 (肝臓内科・内科)	—	—	大木 (肝臓内科・内科) 第2.4 ※午後休診※
	午後	—	—	由井(糖尿病外来) 初診受付16:00まで	大木 (肝臓内科・内科)	—	—
脳神経外科	午前	綾部	—	石和田	青柳	青柳	
整形外科	午前	塩田院長	塩田院長 第2.4	塩田院長	塩田院長	塩田院長 第1.3.5	
	午後	—	—	—	塩田院長 (脊椎・脊髄外科外来) 第3.5	塩田院長 第2.4.5 ※午後休診※	
	午前	—	石井(予約制) 第1.3	—	—	石井(予約制) 第1.2.4	
	午後	—	—	石井(予約制)	石井(予約制) 第2.3.4	石井(予約制) 第1.2.3.4	
	午後	—	—	—	—	石井(予約制) 第1 ※午後休診※	
	午後	—	—	—	—	金城	
循環器内科	午前	中津副院長	中津副院長	—	大橋	中津副院長	
	午後	—	—	佐藤	—	水上(不整脈外来) 第5	
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	—	
サイバーナイフ 外来	午前	大木	—	大木	宇野 第1.3.4	—	
	午後	—	—	—	—	大木 第2.4	
脳神経内科	午前	—	片多	平田	—	—	
耳鼻咽喉科	午前	—	小谷 初診受付16:00まで	—	★スミス 第1.3 初診受付11:00まで	河合 初診受付11:00まで	
	午後	—	—	—	★スミス 第1 初診受付16:00まで	—	
泌尿器科	午前	—	—	—	日本医大(交代制)	日本医大(交代制) 第3.4	
	午後	—	—	—	—	—	

- ◎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.108 2022年7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～手術室の過ごし方～

今回の話題は逸れて、ウイルスの話です。
 以前の寄稿では、“最近、毎日、猫も杓子もワクチン接種の話題で持ちきりです。……皆さんの心配は尽きないと思います。”と書き出しました。あれから3年、パンデミックも落ち着きつつあるようです。しかし、我々の周りからウイルスが消えたわけではありません。
 身の回りの空気1cmあたりに、数千個のエアロゾル(ウイルスなどの微粒子)が含まれています。沿岸の海水1mlあたり108個のウイルス(500mlのペットボトル1本中に約5万個)がいます。人間の体には、100種類の真菌(カビや酵母)、100兆個の細菌などが住んでいます。人体を構成する細胞が37兆個ですから、驚きの多さです。我々は目に見えない彼らと、共存しているのです。

真菌は多細胞生物。細菌は1つの細胞が独立して生きているもの。多くの病気が細菌や真菌によって起こりますが、一方で微生物による発酵は納豆、味噌、酒などの様々な食品を作ります。では、ウイルスは？イメージしづらいと思いますが、細胞の中に遺伝子(DNAやRNA)が細胞の中から飛び出て、タンパク質の殻にくるまれて独立しているものがウイルスです。ウイルスは人の細胞に入り込んで、そこにあるエネルギーを利用して、DNAやRNAを材料に増殖します。この際に、病気が起こったり、人間の遺伝子情報が変更したりします。人間の遺伝情報の45%がウイルスによって作られたと言われています。ウイルスがもたらした遺伝子によって人類は進化したようです。哺乳類が胎盤を持てるようになったのもウイルスがもたらした遺伝子変化からと言われていいます。ウイルスは病気をもたらす悪い存在ばかりではなく、人類の進化に欠かせない存在でもあるようです。



麻酔科 部長
中村 京一

これからも、細菌、真菌、ウイルスが引き起こす病気をコントロールしながら、共存してゆくべきかもしれません。ワクチン接種も行き渡ったので、マスクを外して、身に見えない同居者たちと、以前のような共同生活を送る日が近づいた予感がします。

診療予定変更のお知らせ

7月より以下の医師の診療予定が変更となります。また、新たに着任となる医師もおりますので症状にお悩みの患者様はお気軽にお問い合わせください。

【着任】循環器内科 常勤 佐藤 允俊(さとう まさとし)医師 外来日:毎週水曜日午後

【予定変更】整形外科 塩田 院長 第1.3.5土曜日午前 → 第2.4.5土曜日午前

石井 部長 第2.4土曜日午前 → 第1.3土曜日午前

循環器内科 中津副院長 毎週水曜日午前 → 診察なし

泌尿器科 日本医大(交代制) 月ごとに不定期 → 毎週木曜日午前・第3.4土曜日午前

栄養士のひとりごと

雨模様の合間に空を見上げると、輝く太陽の光に夏はそこまで来ていると感じます。皆様いかがお過ごしでしょうか。

おしゃれな野菜を見つけに旅をしている今年の独り言、今月は見た目も涼しげなアイスプラントをご紹介します。

キラキラと水晶の粒をまとったような見た目とプチプチとした食感、ほのかな塩味が特徴のアイスプラントは、南アフリカのナミブ砂漠が原産です。サボテンのような多肉多汁組織を持つ多肉植物で、ヨーロッパでは古くから食され、フランス料理ではポピュラーな食材です。葉の表面の凍ったような塩を隔離するための細胞があるため、アイスプラントという名前が付けられました。

この植物は砂漠に生息するため、乾燥に強く、耐塩性が強い塩性植物のひとつです。海水と同様の濃度の塩化ナトリウム水溶液中でも水耕栽培が可能です。日本ではアイスプラントの吸塩作用を土壌の塩害対策に役立てようと研究栽培が始まったのが最初という説があります。その後各地で栽培が始まり、その希少性が人気を呼び、生産量が増えました。

アイスプラントの粒々は塩囊細胞(ブラッター細胞)と呼ばれる葉の一部で、アイスプラントに侵入した塩分などを隔離するための細胞です。ナトリウムの他にカリウムやマグネシウム、レチノールなどの土壌から吸収したミネラル分を多く含みます。これらは疲労回復に効果的。リンゴ酸やクエン酸なども蓄えられています。ブロッコリーと同量またレタスの3倍ほどのβカロテンも含まれます。βカロテンは体内でビタミンAに変換され、髪や視力、皮膚や粘膜の健康維持に作用します。これからの暑い夏に向け、取り入れたい食材ですね。

ではアイスプラントの美味しい頂き方をご紹介します。

まずはシャキシャキとした食感を活かしてサラダで。味に癖がなく食感が楽しめ、ほのかな塩味を味わえます。

いつものサラダに加えればスタイリッシュなサラダに早変わり。

見た目だけではなく塩味が加わり、味のアクセントにもなります。

さっとゆでてマリネとしても楽しめます。茹でると緑が鮮やかに。食感が残ります。野菜売り場で見かけたら、是非試してみてください。

今月は涼しい食卓を演出するアイスプラントをご紹介します。今回の独り言を皆様にお伝えするにあたり、アイスプラントは多肉植物ということを知りました。

実は私、多肉植物の魅力にすっかりはまり育てているので、身近な植物にすごい機能がある仲間がいると感動してしまいました。

家に並んだ多肉たちを見て、この子たちの体にもたくさん栄養素が含まれているのかもと思ってしまうのは栄養士の私だけでしょうか。

湿度が高く気分も晴れない日々が続きます、爽やかな青空の夏まであと少し。

こまめに水分補給を行い、夏本番に備えて下さい。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

PCR検査って何？

ここ数年パンデミックを起こしている新型コロナウイルスですが、その中で一般にも知られるようになったPCR検査についてお伝えしたいと思います。

新型コロナウイルスの検査＝PCR検査と捉えがちですが、そうではありません。PCRとは検査の方法のことで、これに留まらず様々な用途に使うことができます。PCRとは生物の遺伝情報であるDNAの特定の部分をたくさん増幅させる方法のことです。ウイルスで例えると、それぞれのウイルスのDNAの中にはそのウイルス固有の特徴的な部分が存在しています。その部分を増やすことでウイルスの存在を知ることができます。

PCRは、そのDNA内の特徴的な部分を利用することで、新型コロナウイルスのようなウイルスはもちろん、細菌やがん遺伝子の特定、遺伝子疾患の特定、遺伝子治療薬の研究、DNA型鑑定、人類のルーツの探求など幅広い分野で貢献しています。

【検査材料】

唾液、鼻咽頭ぬぐい液などを採取して検査します。

特に鼻咽頭拭い液を採取するには、鼻の奥まで綿棒を入れなければならない、少し痛みが伴う場合があります。鼻の通りが良い側から採取も可能ですので、遠慮なくおっしゃって下さい。痛みが少し和らぎます。

【検査に必要な時間】

目に見えないDNAを機械で検出可能にするには1兆の単位まで増やす必要があります。

検査装置の違いや検査の前処理を必要とする施設もあり異なりますが、大体1～3時間程度です。

【感染症におけるPCRの注意点】

- ・採取サンプル量が少なすぎると増幅させても検出できず陰性となる
- ・感染初期は病原体量が非常に少なく、増幅させても検出できず陰性となることがある
- ・死んだウイルスや細菌が残っていても陽性になることがある

今回はPCR検査についてお話をさせていただきました。

検査科では、PCR検査の他にも様々な検査を行っております。

ご自身が検査を受けられる際にご不明な点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

検査科 臨床検査技師 星野 啓治

※当院では外来におけるPCR検査は行っておりません

予約なしでの受診について

予約のない方でも受診はできますが、**当日でない**と受診可能か確認することができません。また、診察は予約されている方優先となる為、**待ち時間が長くなる**ことがありますのでご了承ください。

当日の受診希望の際はお手元に診察券をご用意の上、**朝8:30以降**に代表電話(0475-35-0099)、もしくは予約専用ダイヤル(0475-35-0002)へお電話ください。朝やお昼の時間帯など混み合っていてお電話がつかないこともありますので、その際は少しお時間を空けて再度お電話頂けますようお願い致します。

