

外来診療予定表(5月)

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)	大野(外科)	大野(外科) 第2.3.4.5	鈴木(外科) 第2.3.4	佐久間(外科)	丸田(内科) 第3
	午後	—	吉村(内科) 初診受付16:00まで		吉村(内科) 第2.3.4.5 初診受付16:00まで	伏見(外科) 初診受付16:00まで	—
	午前	—	青木(外科) (予約制)	大橋内科部長 第2.3.4.5 {糖尿病教育入院} 外来 (予約制)(要紹介状)	—	—	大木 (肝臓内科・内科) 第3.4
	午後	—	青木(外科) 受付16:00まで	由井 第2.3.4.5 (糖尿病外来) 初診受付16:00まで	—	—	—
脳神経外科	午前	足立	—	石和田 第2.3.4.5	青柳 第2.3.4.5	青柳	石和田 第3 青柳 第2.4
	午後	足立 初診受付16:00まで	—	石和田 第2.3.4.5 (予約制)	—	青柳 髄膜腫・ 神経鞘腫外来	—
	午後	★今村	—	—	—	—	—
整形外科	午前	塩田副院長	石井	塩田副院長 第2.3.4.5	塩田副院長 第2.3.4.5	塩田副院長 第3.5 石井 第2.4	塩田副院長 第3 石井
	午後	—		石井 第2.3.4.5		塩田副院長 第3.5 (脊椎・脊髄外科外来) 石井 第2.3	—
	午前	—	伊藤 遠田	今井 第3	—	金城	蔵本 第2 山田 第3
	午後	—	伊藤 第1.4 初診受付16:00まで 遠田 受付16:00まで	—	—	金城 第4.5 初診受付16:00まで 金子 第4(予約制)	—
循環器内科	午前	中津センター長	大橋	増田 第2.3.4.5	高木 第2.4 増田 第3.5	中津センター長	大橋 第2 中津センター長 3 高木 第4 ※午後休診※
	午後	高木 (予約制)	—	—	—	大橋 (予約制)	—
	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 第2.3.4.5 診療14:30から	—	—	
サイバーナイフ 外来	午前	—	—	—	宇野 第2.4.5	—	—
脳神経内科	午前	—	—	平田 第2.3.4.5	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
耳鼻咽喉科	午前	—	小谷 初診受付11:00まで	—	★スミス 第3.5	一ノ瀬 初診受付11:00まで	帝京大(交代制) 初診受付11:00まで
	午後	—	小谷 初診受付16:00まで	—	★スミス 第3.5 原田 第2.4 初診受付16:00まで	一ノ瀬 初診受付16:00まで	—
泌尿器科	午前	—	柴崎 初診受付16:00まで	—	天河 第2.3.4.5 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	—	—	—	—

★印は女性の医師です。◎赤字は変更となった診療です。◎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、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。◎当日のご予約はお取りすることができません。必ず前日までにお取りください。◎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。

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。



塩田記念病院だより

Vol.70 2019年5月号

医療法人SHIODA塩田記念病院 総務課発行 ホームページ: <http://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~急性心膜炎について~

急性心膜炎とは、感冒後に起こる心臓を包む袋(心外膜と言います)の急性炎症による疾患です。危険な胸痛を来す5大疾患(狭心症、急性心筋梗塞、急性大動脈解離、肺血栓塞栓症、気胸)には含まれていませんが、本疾患は胸痛で運ばれてくるために、私たちは5大疾患を念頭に置いて問診・検査を進めていきます。

急性心膜炎の多くは原因不明ですが、感冒が先行することから、ウイルスが原因とも考えられています。ウイルスの種類は、エコーウイルス、コクサッキーウイルス、インフルエンザウイルスなどがあげられます。時々、インフルエンザで心臓疾患を合併している患者のニュースが放送されますが、本疾患のことを指します。

症状は、胸痛・発熱・呼吸困難感などが起こり、胸痛の程度は深呼吸や横になる(臥位)と変化するという特徴をもっています。多くは疼痛対策や経過観察で改善する疾患ですが、時に心外膜に起きた炎症は強くなり、心臓の周りに水を溜めて心タンポナーデという状態になったり、心臓の筋肉(心筋)に炎症を起こし心筋炎という状態になります。心筋炎を合併すると心臓の筋肉の炎症のため危険な不整脈が出ることもあり、症状が強い場合ないし炎症が強いと判断したときは入院加療を勧めています。

感冒後(感冒に気が付かないこともあります)の深呼吸や姿勢の変換で変化する胸痛を認めた場合は本疾患が疑われますので病院にご相談下さい。



循環器内科 医師
増田 太一

診療予約についてのお知らせ

当院では、外来診療を予約制にて行っております。ご予約に関するご相談は、予約専用ダイヤルへお問い合わせください。

予約専用ダイヤル: 0475-35-0002 (月~金 8:30~17:00 ※祝日を除く)

また、ご予約をいただく際は、下記についてご注意くださいようお願いいたします。

- 当日のご予約はお取りすることが出来ません。**必ず前日までにお取りください。
- 初診の患者さまでもご予約をお取りすることが出来ます。お気軽にお問い合わせください。再診の患者さまの場合、診察券番号を確認させていただきます。**お手元に診察券をご用意の上、お問い合わせください。**
- 月曜日・祝日明けの朝早い時間帯は、電話が込み合う場合があります。つながりにくい場合は、時間を開けておかけ直しいただきますようお願いいたします。
- 曜日によって休診となっている診療科があります。詳しくは、裏面の外来診療予定表をご覧ください。



栄養士のひとりごと

日差しに輝く若葉を渡る風のすがすがしい季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今月も日本の発酵食品をお話しします。

4月のお花見や暖かくなった5月は運動会や行楽シーズンです。その際のお弁当としてのり巻きや稲荷寿司、ちらしずしなどを召し上がる方も多いかと思いますが。実はこのお酢を使ったお寿司が一般的になったのは、食酢が出回る江戸中期ごろ。食酢ができたことで、具材と酢飯を合わせて食べられる押し寿司やのり巻き、そして握り寿司が登場します。

ではそれまでは寿司として日本人は何を食べていたのでしょうか。

お寿司の起源は今回のテーマのなれ寿司でした。食酢が調味料として使われるようになるまでは魚を自然発酵させて作られるこのなれ寿司が食べられていました。現在も和歌山県のなれ寿司や滋賀県の鮒寿司などが代表的です。

なれ寿司は弥生時代に稲作が到来したのと同時期にもたらされたという説もありますが、明確な時期はわかっていません。平安時代の書物にもさまざまななれ寿司の記録があるとのこと。

なれ寿司には「本成(ホンナレ)」と「生成(ナマナレ)」の2種類があります。

「ホンナレ」は、数か月から数年飯の漬け床に漬けたもので、漬け床の飯は食べません。室町時代には発酵期間を数日に短縮した「生成(ナマナレ)」と呼ばれるものになりました。

「ナマナレ」は、漬け床の飯も一緒に食べます。ごはんにほどよい酸味がついており、魚は完全に発酵していません。昔は貴重といわれていたお米を捨ててしまうことを防ぐことも、ナマナレが作られて理由のひとつです。

なれ寿司は米飯のみを用いて発酵させ、乳酸などの風味豊かに仕上げられます。琵琶湖周辺の鮒ずし、和歌山県・富山県の鯖のなれ寿司、岐阜県・兵庫県の鮎のなれ寿司などが代表的です。一方、寒冷地で考案された製法で米の漬け床に麴を加えて発酵を促し糖化により甘味を加える「飯寿司(いずし)」もあります。こちらは秋田県のハタハタ寿司、北海道の鮭のいずし、石川県のかぶら寿司などがあります。

乳酸菌発酵によって長期保存を目的としたこのお寿司ですが、独特の風味と臭いがあります。発酵により魚の身は締まり、食べごたえがあります。酸味がお酒にも合いますね。独特の臭いは好き嫌いがわかれるかもしれませんが、ブルーチーズなどを好まれる方にはたまらない風味となることでしょう。

今年はひと味違ったお寿司を味わってはいかがでしょう。

夏に向けて体調を整える大事な時期です。発酵食品を上手に食卓に取り入れて、お元気にお過ごしください。

来月はどんな発酵食品に出会えるでしょうか。

次回もお楽しみに。

栄養科 管理栄養士 戸矢 静華

参考資料：厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2015年版)」
Wikipedia



ちょっと待って“かぜをひいたら抗菌薬”はダメ

現在、薬剤耐性(AMR)菌によって世界では年間70万人が死亡しています。

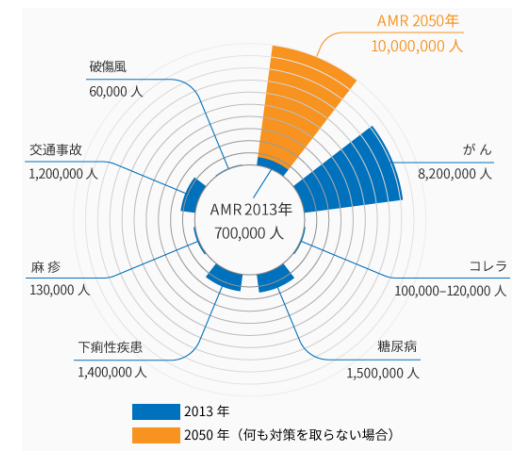
これは、抗菌薬の不適切な使用を背景として、薬剤耐性菌が世界的に増加する一方、新たな抗菌薬の開発は減少傾向にあるため、国際的な社会問題となっています。

このまま何の対策も講じなければ、約30年後には、抗菌剤の使用が原因で1000万人が死亡すると予想され、がんの死亡者数を上回る可能性があります。

(Antimicrobial Resistance: Tackling a crisis for the health and wealth of nations を改変)

細菌は、栄養源さえあれば自分と同じ細菌を複製して増えていくことができます。ただし、細菌の種類は非常に多く、病気を起こす有害な細菌(病原菌)だけではなく、便秘解消などの整腸作用や免疫力を強くする有用な細菌(乳酸菌)もいます。

抗菌薬(抗生物質)は、このような有害な細菌や有用な細菌を退治します。



薬剤耐性菌とは

抗菌薬が効かないもしくは、効きにくくなった細菌のことを薬剤耐性菌といいます。今まで効いていた抗菌薬が効かなくなると、感染した時に選択できる抗菌薬が限られてしまい治療が難しくなるだけではなく、手術の時や抗がん剤治療などで免疫が低下した時の感染予防など医療が困難になります。一方、ウイルスは自分で細胞を持たないため、他の細胞に入り込んでコピーを作り、細胞からウイルスが飛び出して、多くの細胞に入り込み増殖していきます。

抗菌薬は、(細菌に効果)ウイルスに効きません。

インフルエンザウイルス治療薬のタミフルは、抗ウイルス薬です。(抗菌薬ではありません。)

通常のかぜは、ウイルスが原因なので抗菌薬は効きません。

服用に関する事項

- ① 抗菌薬はいろいろな種類があり、治療する感染原因菌に対して抗菌薬を使い分けています。
- ② 細菌感染している体の場所によって効果のある抗菌薬の種類が違います。(服用時の投与量や投与回数も変わります)
- ③ 医師指示のもと自分に処方された薬を、必要な量を必要な回数必要な期間服用しなければなりません。
- ④ 中途半端な服用や不適切な使用によって耐性菌を作り出す原因となりその結果、病原菌に効く薬物がなくなり薬物治療することができなくなってしまう。

みなさんへのお願い

- ・ 抗菌薬が処方されたら用法・用量をまもって飲み切ること。
- ・ 飲み切った後も調子が悪ければ受診すること。
- ・ 熱が出た、喉が痛いといってすぐに抗菌薬をもらおうとしないこと。
- ・ 薬を人にあげたり、前に処方された抗菌薬を同じ症状だからと服用しないこと。
- ・ 予防をすること。(手洗い、うがい、ワクチンがあればワクチン接種)

「厚生労働省 薬剤耐性(AMR)対策について」

国立国際医療研究センター病院 AMR臨床リファレンスセンターより

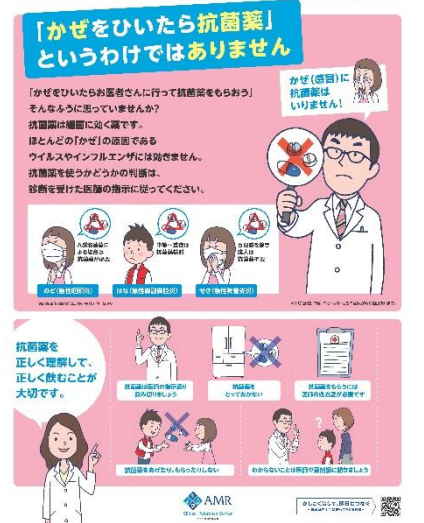
お薬手帳の活用について

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、お気軽に薬剤師までご相談下さい。

塩田記念病院 薬剤科 吉野 正康
塩田病院 薬剤科 畝本 賜男

知ろう まもろう 抗菌薬



患者さまへお願い



健康保険証および各種受給者証などに変更が生じましたら、その都度、新しい保険証を添えて、1階総合受付 医事課窓口までお知らせください。また、**ご住所やお電話(携帯)番号**などに**変更**がございました時にも、必ず**お申し出**ください。

交通事故など**第三者の行為によって傷病を受けた場合**、健康保険証で治療を受けるには、ご加入の**保険者に連絡・届出**をしていただく必要がございます。

詳しくは、1階総合受付 医事課窓口でご相談ください。