

外来診療予定表(11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)	鈴木(外科) 第1.2.4	佐久間(外科) 第1.2.3.5	丸田(内科) 第1.3 (予約制)
	午後	—	吉村(内科) 初診受付16:00まで		吉村(内科) 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 (糖尿病教育入院) 外来 (予約制)(要紹介状)	—	★渡部(内科) 受付15:30まで	和氣(内科) 第3.5
	午後	—	青木(外科) 受付16:00まで	由井 (糖尿病外来) 初診受付16:00まで	—		
	午前	—	加藤 (内科・循環器内科) 初診受付16:00まで	—	—	—	大木 第1.3.5 (肝臓内科・内科)
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経外科	午前	足立 第2.3	—	石和田	青柳	青柳	石和田 第1.3.5 青柳 第2
	午後	足立 第2.3.4 初診受付16:00まで	—	石和田 (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	塩田副院長	塩田副院長 第1.3.5	塩田副院長 第1.5
	午後	—		石井		塩田副院長 第3.5 (脊椎・脊髄外科外来)	—
	午前	—	伊藤 第2.3.4	遠田	立岩 第1	石井 第1.2	加藤 第1 石井 第2.3.5
	午後	—	伊藤 第4 初診受付16:00まで	遠田 受付16:00まで	—	石井 第1.2.3	—
	午前	—	—	今井 第1.3	—	金城 第1.2.3.4	金子(予約制) 第1 蔵本 第2 山田 第3 ※午後休診※
	午後	—	—	—	—	金城 第1.4 初診受付16:00まで	—
循環器内科	午前	中津センター長 第2.3	加藤 (循環器内科・内科)	増田	大橋	中津センター長	中津センター長 第1 大橋 第2.3 増田 第5 ※午後休診※
	午後	—	—	—	—	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。					水上(不整脈外来) 第1 ★小川(不整脈外来) 第2.3
婦人科	午前	遠藤名誉院長	遠藤名誉院長	—	遠藤名誉院長 第1.2.4	—	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1.2.4	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経内科	午前	—	—	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 原田 第2.4 初診受付11:00まで	一ノ瀬 第2.3.4.5 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1.3 原田 第2.4 初診受付16:00まで	一ノ瀬 第2.3.4.5 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 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.76 2019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: <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~狭心症・心筋梗塞について~

「狭心症」や「心筋梗塞」といった「虚血性心疾患(きょけつせいしんじっかん)」は高齢者人口の増加につれて患者数は増えつづけ、3大死因の1つになっています。「急性心筋梗塞(きゅうせいしんきんこうそく)」だけで言えば、その発症数は年間約15万人で、そのうち30%の方が亡くなられています。医学が発展した現代においても、狭心症や心筋梗塞といった虚血性心疾患は、治療が遅れると救命できないことがあります。

症状の代表は胸痛(締めつけられる、抑えつけられる、重苦しいといった漠然とした痛み)です。狭心症は数分から長くても十分程度で治まります。もっと長く続く場合や、ニトログリセリンが効かない場合は急性心筋梗塞の可能性ががあります。痛みの場所は、典型的には左前胸部ですが、様々な部分に起こることがあります。たとえば胸の中央、左胸部、左肩、首、下あご(歯の痛みに似ます)、後頭部、みぞおちなどです。また、糖尿病や高齢者の方では痛みがはっきりと出てこないこともあります。本人が知らない間に心筋梗塞を起こしていた、なんていうことも珍しくありません。

喫煙歴、糖尿病、高血圧、脂質異常症(高コレステロール血症)、家族歴、肥満などが危険因子と言われています。たとえば糖尿病、喫煙歴、高血圧の3つが該当する場合は、虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)を発症する確率が約11倍と著しく高くなるのが分かっています。

運動負荷心電図や心臓CTは外来で検査可能であり、精密検査が必要と判断された場合は心臓カテーテル検査を行います。橈骨動脈(とうこつどうみやく)(手首の動脈)からカテーテルという細い管を通して心臓の血管(冠動脈)に造影剤を注入することで、どの程度の狭窄かを判断します。結果によって薬物治療、カテーテル治療、バイパス手術のいずれかの治療が必要となります。

気になる症状や危険因子が複数ある方は早めに受診され、まずは冠動脈CTや運動負荷心電図といった外来で可能な検査を受けることをお勧めします。



循環器内科 内科部長
大橋 潤一

病院からのお知らせ

■整形外科医師着任のお知らせ

11月より新たに医師が着任します。症状にお悩みの際は、お気軽にご相談ください。
加藤 知行(かとう ともゆき) 医師 第1土曜日午前 専門:手外科(慶應義塾大学より)
 受付時間:8:30~11:30

■インフルエンザ予防接種のお知らせ(完全予約制)

実施期間:~12月27日(金)
 実施日:月曜日・火曜日・金曜日・土曜日
 ※満65歳以上の長柄町住民の方は、月曜日または、土曜日のご予約をお願いします。
 時間:14:00より順次問診・接種を行います。(受付開始13:30~)
 料金:4,000円(税込)
 ※公費負担額については各市町村までお問い合わせください。
 ご予約:0475-35-0002(予約センター)、(月曜日~金曜日)8:30~17:00



栄養士のひとりごと

紅葉の彩りで深まる秋を楽しむ、そんな季節となりました。度重なる台風にて被害に遭われた皆様には心よりお見舞い申し上げます。被災された皆様のお身体も心配でありませんが、一日でも早く元通りの生活、千葉が元気になります様お祈りいたします。

今月の独り言は、冬の季語である「納豆」についてお話しします。あまりにも皆様の身近にある納豆ですが、歴史は古く平安中期の書物に登場していることから、このころすでに納豆が存在していたこととなります。ただしここで言う納豆とは現在の「塩辛納豆」と言われる、麦と一緒に作られた寺納豆と言われるようなもので、現在の糸を引く納豆というよりは醬（ひしお）に近いものでした。室町時代ごろになると納豆菌にて発酵を促した現代の納豆が一般的に納豆と呼ばれるようになりました。

では簡単に作り方を。伝統的な作り方としては、蒸した大豆を稲の藁苞（わらづと）で包み、40度程度に保温して1日ほど置きます。稲藁に付着している納豆菌が大豆に移行し、増殖することによって発酵が起こり、納豆が出来上がります。

現在では納豆菌を純粋培養させて製造するのが主流です。これらがパックで販売されている納豆です。手順としては同じく蒸した大豆に純粋培養した納豆菌を振りかけて、発泡スチロールや紙パックに充填し40-42度で6時間程度保温すると発酵したことによる熱で温度が上昇、そのまま18-24時間経過したあと冷却し発酵を止めます。流通段階で納豆の臭気の原因であるアンモニアの増加を抑えるために10度以下に保ち、皆様の食卓近くまで運ばれます。

もちろん衛生面では法律に基づいて基準が決められており、販売する食料品として納豆を製造するには食品衛生法に基づいて都道府県知事の許可が必要となります。

では気になる栄養価について。

まずは良質なたんぱく質を気軽に摂取することができます。食物繊維も100g中5~7g程度摂ることができ、腸内環境を整えることが期待できます。

ビタミンB2やE・Kなども多く含み抗酸化作用やカルシウム吸収を助ける作用などもあります。またカリウム・カルシウム・マグネシウム・鉄分なども多く含まれます。

大豆イソフラボンや女性ホルモンと関係があり、納豆キナーゼは心筋梗塞や脳梗塞の原因となる血栓を溶かす作用も期待できます。納豆の成分添加したものの中には特定保健食品として認められている物もあり、皆様も目にされることもあるかと思えます。但しワーファリンを内服されている方には禁忌食品となりますので、ご注意ください。



納豆をかき混ぜてご飯にかけるだけでももったいない！各地の納豆料理をご紹介します。

納豆汁：江戸時代には納豆を味噌汁の調味料や具として飲むのが主流であったとのこと。東北地方では広く食べられています。

そばろ納豆：茨城県特産。納豆に刻んだ切り干し大根を混ぜ込んで醤油等で味付けしたもの。

干し納豆：茨城県特産。天日干しすることで長期保存を可能にしたもの、納豆菌は干しても健在。

納豆餅：京都では餅に練りこんだ「山国納豆」、山形ではからめて食す。

皆様のお宅ではどのような食べ方されていますか？冷え込みが日に日に強くなります。お風邪など召されませんようにご自愛くださいませ。

来月は日本の発酵食品の最終回です。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、納豆学会・全国納豆共同組合連合会HP

生活習慣病の予防は私たちの健康を守る

最近、TVドラマで「ラディエーション・ハウス」という診療放射線技師に主軸を置いた物語が放送されました。我々の仕事にスポットがあたって嬉しい反面、大分誇張されてる面も否めませんでした。では、実際はどういった仕事内容かを簡単に説明していきたいと思えます。

診療放射線技師は、医療における放射線を扱う職種です。検査や治療を行なう時に必要になる放射線を、医師の指示を受けて人体に照射できる資格が与えられています。

具体的な仕事内容は、一般撮影(胸部撮影、骨撮影など)、CT・MRI検査、胃腸のバリウム検査、がんなどの放射線治療(サイバーナイフなど)、頭頸部を中心とした全身の血管撮影や心臓カテーテル検査における画像の確認と機器の操作、手術における術中透視や撮影、病棟及び救急患者様のポータブル撮影、骨粗鬆検査による骨密度検査、等多岐にわたっています。

内容からすると機器を操作するだけの印象が強いかもしれませんが、様々な患者様を前に、その患者様にとって最も良い方法を探りながら検査や治療をおこなうため、直接患者様に関わることも多い仕事です。また、それが私達の大きなモチベーションに繋がっています。

今年の5月にはGE社製のCT(64列/128スライス)に入れ替えをしました。また、12月には新たにキャノン社製の血管撮影装置を導入し、血管撮影装置も2台体制となり、益々の充実を図る予定です。放射線科一丸となって、患者様へのニーズに合わせ、スムーズに検査を行える様に努力して参りますのでよろしくお願いいたします。

放射線科 診療放射線技師 須藤 智



CT



MRI

インフルエンザ対策に伴うお願い

患者さま及び面会の方々への安全のため、インフルエンザ対策を行っています。来院の際は下記の項目につきまして、ご理解、ご協力をお願いします。

- マスクの着用をお願いします。
マスクは2階売店または、1階出入口・4階病棟・5階病棟の自動販売機にて販売しています。
- 手洗い・手指消毒を行ってからお入りください。
- 発熱や風邪症状のある方や15歳以下の方の面会を制限させていただきます。



各お知らせの最新情報について

塩田記念病院だよりに掲載している診療予定や医師の着任等の情報は、発行時点での情報になります。

最新情報につきましては、1階正面玄関・2階カフェスペースにありますお知らせコーナー、またはホームページのお知らせ一覧(塩田記念病院で検索またはQRコードからアクセス)よりご確認くださいませよう、お願いいたします。



ホームページお知らせ一覧