

外来診療予定表(3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)	大野(外科)	大野(外科)	鈴木(外科)	佐久間(外科)	★射矢(内科) 第1
	午後	—	吉村(内科) 初診受付16:00まで	大野(外科)(予約制)	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	—	遠藤(外科) 初診受付11:00まで	—	—	★渡部(内科) 受付15:30まで	大木 (肝臓内科・内科) 第2.4
	午後	—	遠藤(外科) 第1.3.5 初診受付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) 初診受付16:00まで	後藤 (内科・循環器内科)	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経外科	午前	★石川	—	石和田	青柳	青柳	石和田 第1 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	塩田副院長 第2.3.4.5	石井	塩田副院長	塩田副院長	塩田副院長 第1.3	塩田副院長 第1 蔵本 第2.4
	午後	—		石井		塩田副院長 (脊椎・脊髄外科外来) 第3	—
	午前	—	富田	—	—	石井 第1.2.4	加藤 第1 石井 第2.4
	午後	—	富田 第1.4.5 初診受付16:00まで	—	—	—	—
	午前	—	—	—	—	金城 第1.2.4	金子(予約制) 第1 今井 第4 ※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	増田	後藤 (循環器内科・内科)	大橋 第1.2	中津センター長	増田 第1.2 中津センター長 第4 ※午後休診※
	午後	—	—	—	—	大橋(予約制) 第1.2	—
	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2.3.4	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
脳神経内科	午前	—	—	平田	片多 第1.3	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
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16:00まで	—	帝京大(交代制) 初診受付11:00まで
	午後		河合 初診受付16:00まで	—	★木村 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。



塩田記念病院だより Vol.92 2021年3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～特発性正常圧水頭症～

人間の脳は非常にやわらかい組織であり、これを保護するために硬い頭蓋骨の中で水に浮かんだ状態で存在しています(よく「パック入りのお豆腐」に例えられます)。この水を脳脊髄液といい、脳の組織から産生されて絶えず循環し吸収されることで、頭蓋内環境が正常に維持されます。特発性正常圧水頭症は、何らかの原因で脳脊髄液の吸収障害をきたし、歩行障害、尿失禁、認知機能障害をひきおこす疾患です。高齢者に多く見られ、しばしば年齢による「ぼけ」として見過ごされますが、適切な診断と治療介入により症状改善が見込める「治療可能な認知症」として知られています。歩行障害は小刻みですり足、開脚姿勢が特徴であり、転倒の原因となります。これらの症状は数年かけて緩徐に進行するため気づきにくく、また高齢者に好発する他の疾患の症状と類似する点が多いため(アルツハイマー病、パーキンソン病、前立腺肥大症による尿失禁など)、専門の医師による診察が必要です。

外来にて本疾患が疑われた場合、まず問診にて簡易認知機能検査と尿失禁の程度の評価を行い、また診察室内の歩行の様子を観察します。画像診断は重要であり、頭部CTあるいはMRIにて脳室の拡大と脳溝の不均一な拡大がみられます。

診察と画像検査から本疾患を疑う場合には、3日～1週間ほど入院していただきタップテストを行います。これは背骨の間から針を刺して脳脊髄液を一定量排出し、その前後で前述の症状が改善するかを評価する方法です。この手技により症状が改善した場合には、本疾患の可能性が高くなります。

治療法として髄液シャント(短絡)術があります。脳室と腹腔の間をチューブでつなぎ、持続的に脳脊髄液を排出するVPシャント術、腰椎と腹腔をつなぐLPシャント術が一般的です。いずれも全身麻酔下にて行い、術後のリハビリ期間を含めて2～3週間の入院を要します。髄液の流れは体内に埋め込むシャントバルブにて調整可能であり、患者様個人の症状にあわせて調節を行います。近年はより細かい調節が可能なシャントバルブが開発され、多くの方に適応されるようになりました。手術により、いわゆる「ぼけ」がよくなり、元気に歩けるようになることが期待されます。



脳神経外科 医師
石川 茉莉子

医師の異動についてお知らせ

3月末をもちまして以下の医師が異動となります。また、それに伴い担当医が変更となる場合がありますのでご了承ください。

【常勤】 循環器内科 大橋潤一内科部長

【非常勤】 総合診療部 遠藤憲彦医師

整形外科 富田雄亮医師

射矢れい医師

耳鼻咽喉科 木村真緒医師

天野博之医師

4月より新たに着任する医師に関しましては院内掲示、ホームページ、塩田記念病院だより4月号に順次掲載しますのでそちらよりご確認ください。



栄養士のひとりごと

あたたかい風が春を運んでくれる、3月を迎えました。皆様いかがお過ごしでしょうか。啓蟄（けいちつ）は3月5日、虫たちのように外へ自由に出かけられたらな・・・、今年はそんなことを思いながら過ごしています。



今月は世界の唐辛子を発酵させた食品についてお話しします。まずは日本から。気温や湿度が発酵に適した気候である日本は、世界でも有数の発酵大国と言われています。そして日本の発酵食品の特徴は「麴」を用いた発酵です。

おさらいですが、「麴」は蒸した米や麦、大豆などの穀物を麴菌という微生物を発生させてできる加工品です。麴によって醤油や味噌、酒、みりんなど、日本の味を作っているといってもいいかもしれません。麴を使った伝統的な食品は独り言でもたくさんご紹介してきましたが、まだまだありました。今回注目したのは唐辛子、新潟には「かんずり」という唐辛子を使った調味料があります。造り方は唐辛子を塩漬けし、冬の寒空の下、雪にさらしたあとに、米麴と一緒に発酵させます。熟成には4年をかけるとか。寒さにさらし、また熟成させることを繰り返して完成します。辛さのなかにも甘味と旨みがギュッと詰まった深い味わいが楽しめます。お豆腐や鍋物の薬味、焼き魚や肉の味付けに用います。その美味しさは「西の柚子胡椒」、「東のかんずり」と言われるほどです。皆様是非、お試しください。

では次に、メキシコに参りましょう。唐辛子の調味料と言って思い浮かぶのは「タバスコソース」ではないでしょうか。アメリカの企業が商標登録している商品が有名ですが、ここではタバスコソースとしてお話しします。タバスコソースはメキシコのタバスコ州原産のキダチトウガラシの一品種であるチレ・タバスコ（タバスコペッパー）を使った調味料です。刺激的なピリッとした辛さと酸味が特徴で世界のホットソースの定番です。作り方は丸ごとすりつぶした唐辛子をオーク樽に詰め、蓋をして岩塩をかぶせます。その後、酵母によって発酵した液体が蓋の上に上がり、塩が固まると樽が密閉されます。そのまま3年ほど熟成させたあと、穀物酢を加えてからさらに1か月ほどねかせて完成します。このタバスコソース、日本ではピザやパスタにも使いますが、本場イタリアでは用いられません。ヨーロッパでは日本の醤油のように輸入された調味料としての位置づけです。

では最後に中国へ。四川料理に用いられる「パオラーチャオ」をご紹介します。大きな赤唐辛子の塩漬けです。中国では家庭で漬けて常備しているお漬物で、酢漬けとは違った乳酸菌発酵の独特の酸味が特徴です。魚介や野菜を使った四川料理には欠かせない調味料。本格的な四川料理に仕上がります。

今月は唐辛子の発酵食品についてお話ししました。唐辛子から様々な調味料に変化するのには興味深いですね。桜の開花までもう少し。ご自愛くださいませ。次回もお楽しみに。

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

栄養科 管理栄養士 戸矢 静華

弾性ストッキングについて

皆さま、弾性（圧迫）ストッキングや着圧ソックスをご存知ですか？手術前に履くきつい靴下を弾性ストッキングと言います。では、なぜ手術前に弾性ストッキングを履くのでしょうか？

それは・・・、肺血栓塞栓症の原因となる深部静脈血栓症を予防するためです。深部静脈血栓症とは静脈、特に太ももの静脈などに血栓（血の塊）が生じる病気です。足の血液の流れが悪くなると、心臓から一番遠い足に血液が滞ってしまい、足がむくんだり、血栓ができやすくなります。足に出来た血栓が、血流によって肺の太い血管に詰まると、生命を脅かすことになりかねません。弾性ストッキングは、足の表面の血管を圧迫することで足の深部の血流量を増やし、血栓をできにくくするために履きます。

血栓のできやすい方

- ・治療や手術後など長時間の安静
- ・飛行機や乗り物で長時間移動される方
- ・妊婦
- ・肥満
- ・立ち仕事
- ・寝たきりの方



医療用弾性ストッキング

★目的・効能★

下肢の静脈血、リンパ液のうっ滞を軽減または予防、静脈還流（静脈血が心臓に返ること）の促進を目的に使用されるのが、医療用弾性ストッキングです。

★品質★

多くの弾性ストッキングは非弾性糸と、弾性糸で編まれています。弾性糸を用いて編むことにより、弾力性のあるストッキングを作る事ができますので、ドラッグストアなどでは足の疲れに効果のあるサポートタイプのストッキングとして販売されています。しかし、医療用の弾性ストッキングは高度の圧迫、安定した圧迫圧を必要とするため、横糸が挿入されています。



医療用弾性ストッキング

★洗濯方法・保存方法★

- ・洗濯はぬるま湯での手洗い・中性洗剤の使用を基本に行ってください。
- ・高温での機械洗いも10回程度は可能です。
- ・乾燥は陰干しが基本ですが、乾燥機を使用する場合は125℃・20分を限度に行ってください。
- ・保存は直射日光を避け、高温多湿の場所での保管は避けてください。
- ・生地の変質を考慮し、上手に履いても、6か月が限度です。

★注意事項★

主な合併症

- ・腓骨神経麻痺：弾性ストッキングのサイズが合っていない、上端部の折れ曲がり、丸まっていると発症しやすい。
- ・スキントラブル：ストッキングのサイズが合っていない、かかとがずれている、ストッキングの生地にしわやねじれがあると、発赤、痒み、かぶれ、水膨れといった症状が出る場合があります。足を清潔に保ち、保湿を心がけましょう。強い圧迫や痛みを感じる時は医療スタッフへ相談しましょう。

以下の症状がある方は、医師と相談し着用するか検討しましょう

- ・閉そく性動脈硬化症の方
- ・糖尿病の方
- ・湿疹や傷がある方
- ・深部静脈血栓症急性期の方
- ・足に炎症・感染のある方
- ・下肢に麻痺のある方

当院は弾性ストッキング・コンダクターという資格を有する看護師が2名おります。ストッキングのサイズの種類とサイズの判断、着用時の指導、着用後の不満・問題点の相談を受け付けております。弾性ストッキングのことでお困りのことがあればお声をかけて下さい。

弾性ストッキング・コンダクター 看護師 白石 千秋