2014年3月発行



新潟県立坂町病院

〒959-3193 村上市下鍜冶屋589番地 TEL.0254-62-3111 FAX.0254-62-5431 http://www.iwafune.ne.jp/~sakamachi-hosp/

「地域住民に親しまれ信頼される病院」を目指し、当院から地域の方々に健康に関する様々な情報などを 提供していくため、「坂町病院だより」を発行しています。

折り紙教室開催



主任診療放射線技師 茅原 慎-

今年度は、初めての試みで外来待合室の一角 で折り紙教室を2回開催しました。

まずは、開催までの経緯についてお話しま す。

ある時、レントゲン袋でもう使用しないのが 余ってしまいました。緑色の袋だったのでちょ っとした遊び心でカマキリの切り紙を作って受 付に飾ってみたところ足を止めて見てくださる 方たちが増えました。

それならとインターネットを見て興味を持っ た折り紙の折り方を参考にして動物の折り紙、 人形の栞など色々な作品を作ってそれを受付の 窓口に飾りました。大人から子供まで様々な年 代の方々に興味を持っていただき、ある方から 「飾ってある折り紙の折り方が知りたいから折 り紙教室を開催してください。」という要望が あったのが開催に至るまでの経緯でした。



次に折り紙教室を開催してみて思ったことに ついて話します。

参加人数は5~6人くらいでした。一人一人 見て回って教えるのにちょうど良かったと思い ます。参加されなくとも立ち止まって見ていか れる方も多数おりました。



参加された方は患者さん本人、友人、付添い の方など様々でした。皆さん「頭の体操や手の リハビリに良い趣味を教えてもらった」と言っ て喜んで帰られました。私自身も普段は検査の みのお付き合いしかない患者さんや家族の方々 と、和気あいあいと楽しく交流が出来て良かっ たと思いました。作ったものは馬、人形の栞、 折り鶴をつなげたクリスマス・リースです。い ずれも窓口に飾った作品です。ご要望があれば 不定期ですが、また開催したいと思います。



県立坂町病院外科の診療

外科部長 冨田 広

県立坂町病院外科では消化器外科(主に胃や 腸などの腹部内臓の手術的な治療)を中心に診 療を行っています。10年前までは年間手術件数 は200例程度だったのですが、現在は年間300 例以上の手術を行っています。全国的に手術症 例は大病院に集約され、中小病院の手術件数が 減少の一途の中、坂町病院は手術症例を増やし ている稀有な病院です。手術症例は増えている のですが、新潟県の深刻な外科医不足のため外 科医二人で頑張って診療にあたっております。 手術の際は大学病院から応援医師を派遣しても らい、安全確実な手術を施行しています。

坂町病院外科で心がけていることは①患者さ んに遠くの大病院に行ってもらうことなく先進 的な医療を提供すること②手術後の患者さんに



[開腹手術風景]



[単孔式腹腔鏡手術]

対して十分なアフターケアーを行うことです。

先進的医療の一つとして腹腔鏡による手術は 年間約100例行っています。お腹に傷を一つし かつくらない単孔式腹腔鏡手術も行っていま す。しかし、当院では手術を受けられる患者さ んは御高齢の方も多く、手術後にいろいろな問 題がおきてくることがあります。そのような問 題に対し、手術後やや長めに入院していただ き、体力が回復してから退院していただくとい うことが可能です。また、退院後に具合が悪く なった時も何度も通院してもらうことなく、入 院してもらって治療するということも可能で す。これは大病院には出来ない坂町病院ならで はの特長だと思います。

当院では、職員が作成した健康づくりのための情報 「健康豆知識」をホームページに掲載しています。 また、過去1年間に提供した情報については、冊子 にして、1・2階待合ホールで閲覧できます。

http://www.iwafune.ne.jp/~sakamachi-hosp/



みなさんの 健康づくりなどに ご活用ください

電影電影表。7

イキイキ生きる

内科医長 影 向 晃

階段や坂道を登るときに息苦しく感じること はありませんか?

息切れの原因は、肺や心臓、貧血など様々で すが、高齢の方に多いのが、慢性閉塞性肺疾患 (COPD) という病気で、肺気腫もその一種で す。喫煙などにより、肺がゆっくり壊れていく もので、患者さんの数は増え続けています。40 歳以上の人の約9%、日本で約530万人もいる と言われますが、実際にはごく一部の方しか治 療を受けていません。

自分の肺の健康状態はレントゲンのほか、呼 吸機能検査で「肺年齢」として調べることがで きます。誰でも加齢とともに呼吸機能は低下し ますが、長期の喫煙は呼吸機能の低下(肺の老 化)を早めます。禁煙して適切な治療を受けれ ば、病気の進行を遅らせ、息切れなどの症状を

楽にして肺年齢を少し若返らせたようにするこ とができます。適度な栄養や運動も効果的で、 呼吸リハビリという対策法もあります。

COPDによる息切れ症状は初期には出ませ ん。長年喫煙した方はすでにCOPDになってい る可能性もあります。息切れのある方も「もう 年だから とあきらめないで、まずは一度、

"肺の健康状態を知るヒント"としてご自身の 肺年齢を調べてみることをおすすめします。肺 をなるべく若く保ち、息(いき)を楽に、「い きいき」と過ごしていきましょう。

当院では毎週月曜午前中に、息切れや呼吸器 症状のある患者さんに対する新患外来を開いて いますので、ぜひお気軽に、当院内科外来まで ご相談下さい。

インフルエンザ

主任看護師 内藤 真裕美

新しい年がスタートしました。今年は午年、 どんな年になるでしょうか。

馬は「物事が"うま"くいく」「幸運が駆け 込んでくる」などといわれる縁起のいい動物。 少しずつ前進していきたいものです。

冬にはやる**インフルエンザ**について調べてみ ました。

どんな病気?症状は?

家庭、園、学校などの集団の中で、一度流行 が始まると爆発的に広がります。インフルエン ザには、主にA香港型、Aソ連型、B型がありま す。毎年、どれかが流行しています。

- 熱 寒気と高熱が3~5日続きます。
- 苦 全身のだるさが強く、食欲がなくなる。
- 痛頭痛、筋肉痛、関節痛、腰の痛み
- 腹腹痛、吐き気、下痢
- 咳 のどの痛み、咳、鼻水

家庭で気をつけること

休む ゆっくり休む。

保温 寒気があれば暖かく、暑がるようなら涼 しく。

食事 好きなもので消化のよいものを。無理に 食べる必要はありません。水分を十分にとり ましょう。

入浴 熱が高いときは無理に入らず、熱が下がり、 体が楽になったら入ってもいいころです。

予防対策として *この3つが有効です





インフルエンザのような症状がある場合は、 呼吸数に注意しましょう

【**1分間の呼吸数**】 ● 5歳以上:30回以上

●1~4才:40回以上

●2~12ヶ月:50回以上

(日本小児科学会等からの抜粋です) 御参考ください。

階							月	火	水	木	金
	内	科		1	診		鈴木 薫	田邊 靖貴 杉山 幹也 14:00~ 【肝臓】 再来予約のみ	関根 輝夫	丹呉 益夫 影向 晃 14:00~ 再来予約のみ	安斎 博隆
1					診		新潟大学【循環器】 五十嵐 仁 13:30〜 再来予約のみ	近 幸吉 10:30~	鈴木 薫 安斎博隆13:30~ 【消化管】 再来予約のみ	鈴木 薫	鈴木薫
				3	診		淺野 良三	淺野 良三	近 幸吉	近 幸吉 10:00~	新潟大学【循環器】
				4	診		第2·4週 近幸吉 10:30~ 第1·3·5週 影向晃 10:30~	姉﨑 一弥 再来予約のみ	五十嵐 仁 10:00~	五十嵐 仁 五十嵐 仁 13:10~ 糖尿病透析予防外来 再来予約のみ	姉﨑 一弥
			5診 (場所は眼科)			科)				影向 晃 (14:00からは1診)	
階	神		経		<u></u> 内	科	新井 亜希	新井 亜希			新井 亜希
	外	科			診診		大橋 拓富田 広	新潟大学 10:00~	富田 広大橋 拓	大橋 拓 冨田 広	富田 広大橋 拓
				<u>ストー</u>	マ外を	<u> </u>			第2·4週 冨田		
	整		形	:	外	科				遠山 知香子 受付10:30まで	
	眼					科		上田 潤 (新潟大学) 受付11:00まで	羽入 貴子 (新潟大学)		
	小児			1	診		今田 研生	今田 研生	今田 研生	今田 研生	今田 研生
				2	診		石塚 利江	石塚 利江	石塚 利江	石塚 利江	石塚 利江
		尼科	ا ہا ا			:30~		第1週 今田 研生 第3週 石塚 利江			
2						:30~		**************************************	今田 研生		
			1安 -			:30~ :30~		第2週 石塚 利江		第1·2週 石塚 利江 第3·4週 今田 研生	
	産婦人科(午後)					後)	新潟大学				新発田病院 (10~3月休診)
	耳	鼻呕	因喉科(午後)			後)	新潟大学		新潟大学		新潟大学
階	皮 膚 科					科	濱 菜摘 (新潟大学)				貴舩 夏子 (新潟大学)
	泌 尿 器 科					科			新潟大学		新潟大学
	歯科 (日本歯科大学)				科大	学)	□腔外科 (抜歯)	補綴Ⅱ (歯冠修復)	補綴 I (義歯)	保存Ⅱ (歯冠修復) (歯周病治療)	保存 I (歯内療法)
*	人	밑	9	ド	ッ	2	鈴木 薫		関根輝夫	丹呉 益夫	安斎博隆

受付時間 8:00~11:30まで

新患のみ受付:月曜日は1診・4診、火~金曜日は1診 〇内 科

その他の外来:再診専門

消化器外来は、火曜日、水曜日、金曜日とも再診のみで全て予約

○神経内科 全て予約制で、紹介状が必要 火曜日:10:00から診療 ○外 科

乳腺外来は、第4木曜日再診のみで全て予約

○整形外科 受付は8:00~10:30まで

科 火曜日:手術のため受付は8:00~11:00まで

○産婦人科 月・金曜日:12:00~15:30まで(金曜日は10~3月休診)

○耳鼻咽喉科 月・水・金曜日:12:00~15:30まで

○歯 初診・新患は月曜午前のみ(口腔外科) その他は再診予約

受付方法

初めての方、診察券をお持ちでない方は、申込み用紙を記入して受付1番窓口へ保険証を添えてお出しください。 診察券をお持ちの方は、保険証と診察券を受付1番窓口へお出しください。

予約方法 ▶ 予約の方は直接予約科へ、予約以外にも受診したい科がある時は受付1番窓□へお申し出ください。

次回からの予約は、診療科の看護師にご相談ください。

予約の変更をしたい時は、なるべく午後から診療科へ直接電話でご相談ください。

医療相談 当院には、医療相談室があります。各種申請・施設利用希望など、気軽に何でもご相談ください。 詳しくは、診療科の看護師又は受付窓□にご相談ください。

○ 患者さんの声 > より良い医療サービスを提供できますよう、患者様等から多くのご意見をお寄せ頂くため、会計窓□・各病棟の4 個所に『患者さんの声』の投書箱を設置しております。

日頃感じられる事など、ご意見をお寄せください。