



特集 産婦人科外来を平日毎日ご利用いただけます 2P

夏バテを防ぐ食生活のポイント 4P

ハイケア・ユニット(HCU)の正式稼働について 5P

「破傷風にならないために」

2011年3月11日の東日本大震災後（2011年3月～2012年3月）に、岩手県と宮城県を中心に震災に関連した破傷風症例が10例ありました。破傷風は、広く土の中にいる破傷風菌が外傷などで傷口から侵入・増殖し、その菌の出す毒素によって、全身の痙攣や呼吸停止を引き起こす重篤な疾患です。基本的には予防接種【3種混合ワクチン（現在は4種混合）や破傷風ワクチン】で破傷風に対する免疫をつけて予防することができます。昭和43～56年以前に生まれた人で破傷風トキソイドを含む混合ワクチンを全く受けていない人は、基礎免疫がない可能性があります。特に60歳以上の方に破傷風は多く発生しています。約半年から1年程度かけ3回の破傷風ワクチンを接種することで基礎免疫が得られますので、その後は5～10年間隔で破傷風トキソイドを接種し続ければ破傷風免疫が持続します。災害時には十分な薬が確保できない場合もあります。小さな傷から破傷風に感染する可能性がありますので、事前に破傷風ワクチンの接種をお勧めします。



「マダニに注意」



フタトゲチマダニ
（国立感染症研究所）

マダニが媒介する感染症「SFTS」が西日本を中心に多く報告されています。SFTSの正式名称は、「重症熱性血小板減少症候群」。SFTSウイルスを持つマダニに咬まれることで、人間にも感染すると言われています。主な症状は発熱と消化器症状（おう吐、下痢など）が中心で、倦怠感、リンパ節腫脹、出血症状なども見られます。マダニは、春から秋にかけて活動するのが特徴で、野山をハイキングする際には半袖などの肌をさらす格好を避け、DEET（ディート）と呼ばれる化合物が含まれる虫よけスプレーを使用することも効果的です。ただ、日本で販売されている虫よけスプレーの濃度は、最高でも12%程度で、効果の持続は約2時間です。長時間、野山に入る場合は、肌の露出を避け、2時間ごとに虫よけスプレーを使用するなど、注意しましょう。

産婦人科外来を平日毎日ご利用いただけます

産婦人科部長 戸田 千

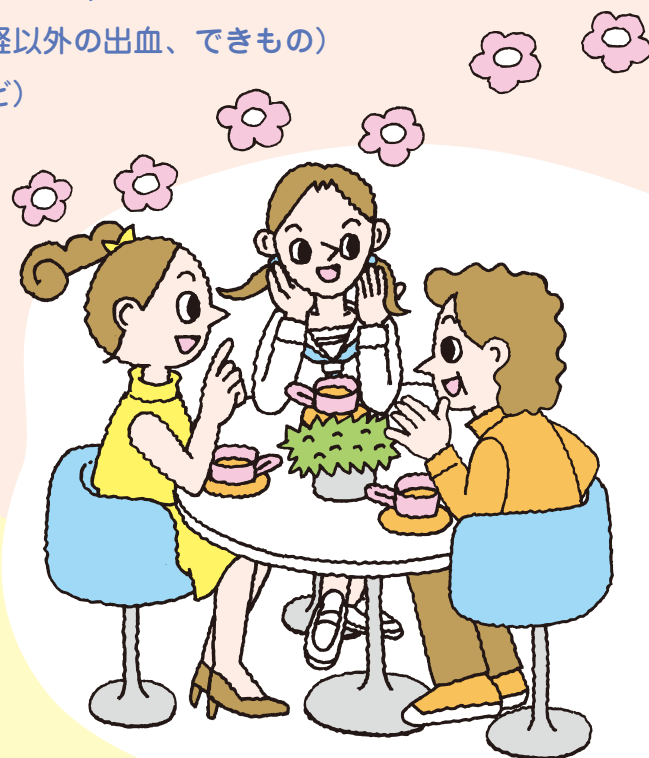
5月1日より坂出市立病院に常勤の産婦人科医として着任しました。それに伴い週2回だった産婦人科外来が、午前は月～金、午後は月・木で対応可能となりました。

「産婦人科ってお産でしょう？私は関係ないわ」と思う方もいらっしゃると思いますが、子宮ガン検診を始め以下のような問題に対応するのも産婦人科の役割です。

- ◇ 月経の悩み(不順、痛み、出血状態、月経前のイライラなど)
- ◇ ショーツに隠れる部分の悩み(痒み、おりもの、月経以外の出血、できもの)
- ◇ 性交渉に関わる悩み(避妊、性感染症、妊娠希望など)
- ◇ いわゆる更年期障害
- ◇ 授乳中の乳腺炎や、授乳に関する悩みへの対応

お悩みの内容を伺って検査や、必要な漢方薬やホルモン剤なども利用しながら女性の一生の健康を支える診療科です。

なお分娩、婦人科手術、生殖医療は行っていませんが必要に応じて専門病院にご紹介させていただきます。まずはご相談ください。



性感染症について

産婦人科部長 戸田 千

産婦人科は恥ずかしいので受診したくない場所でしょうか？実際には自分の健康に関心を持ち心配なことを解決するための大切な機会の一つになります。今回解説する性感染症とは主に性行為にて感染する病気のことで主に女性について説明しましょう。

性感染症の困ったところは症状は大したことがないのに、放っておくと救急車に乗るような強い腹痛が出たり、妊娠可能年齢の方では将来の不妊症や妊娠しても異所性妊娠(いわゆる子宮外妊娠)になったり、授かったお子さんへ影響を与えたりする可能性のある病気であることです。

もし下着や排尿後に赤、茶、黒、オレンジ色などの色おりものが着く、性交渉での出血、おりものの増加や悪臭、外陰部のイボや痛みや痒み、排尿時不快感や下腹部痛があるようなときには産婦人科を受診しましょう。これらの症状はもちろん性感染症以外でも認められます。

このような症状で診断される性感染症は、もっとも一般的な疾患であるクラミジア子宮頸管炎や淋病、

単純ヘルペス感染症、トリコモナス膣炎、毛じらみ、尖形コンジローム、梅毒などがあり治療法が分かっています。

このような症状がないため、より発見しにくい疾患であるHIV(AIDSの原因ウイルス)感染、B型肝炎、C型肝炎なども性感染症になります。又、女性のうち8割が一生のうちに感染すると言われるHPV(ヒトパピローマウイルス)は感染しても大抵自然に治るのですが0.15%の人は子宮頸ガンになります。

これら性感染症のほとんどはコンドーム使用の性交渉で防げます。予期しない妊娠も性感染症も女性の健康を損ないます。女性の感染が見つかった場合セックスパートナーの治療も欠かせません。誰からうつったかでもめるカップルもありますが感染経路は検査では分かりません。誰もがかかる可能性のある病気として、お互いの健康や将来のお子さんを守るためにできるだけ早い治療を開始する事が肝心であり、愛情でもあります。



蜂刺症・ムカデ咬症



日射しも強くなり、昆虫たちが活発に活動する季節となりました。今回は比較的被害にあうことの多い、蜂刺症とムカデ咬症について述べたいと思います。

まず蜂刺症ですが、毎年全国で15～25人くらいの方がお亡くなりになる、とても怖い疾患です。女王蜂を中心に集団行動をするスズメバチ・アシナガバチ・ミツバチなどが繁殖期にかけて凶暴性を増し、メス(蜂の針は卵管が変化したもの)のみが刺症を起こします。

蜂に刺された際の症状ですが、大きく分けて発赤腫脹・痛みといった局所症状と、蕁麻疹(軽症)からアナフィラキシーショック(重症)といったアレルギー反応による全身症状に分けられます。局所にはステロイド軟膏塗布や冷却を行います。全身症状は動悸や悪心・嘔吐、全身紅斑、口唇・四肢のしびれなどから、短時間で呼吸困難、意識障害、ショックに陥ることもあるため、何らかの異常を感じた際

外科医長 佐野 貴範

には119番通報し、早急に医療機関での治療を受ける必要があります。致命的となることもあるアナフィラキシーショックは、初めて刺されても起こることがありますが、複数回蜂毒に暴露されることにより高確率となりますので、何よりも蜂に刺されないような行動を心がける必要があります。

ムカデ咬症は、その名の如くムカデに刺されるのではなく咬まれることにより起こります。ムカデ咬症の場合、全身症状がみられることは稀ですが、蜂刺症より局所の痛みが激しいとも言われます。蜂の場合と異なり咬まれた直後より43℃以上のお湯で温めた方が痛みは緩和されます(熱傷に注意)。あとは蜂刺症と同じくステロイドの塗布を行います。

以上蜂刺症とムカデ咬症について説明しましたが、何か不明な点がありましたらいつでもご相談ください。

肺炎球菌ワクチンについて

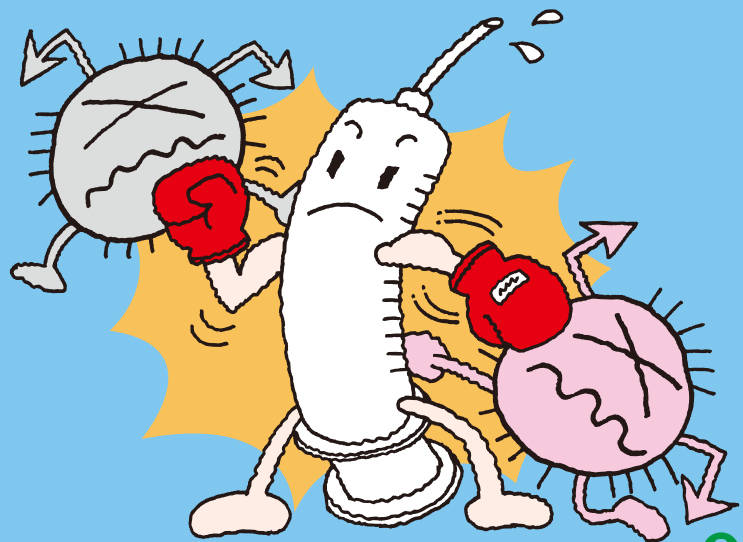
内科医員 井上 卓哉

肺炎は日本人の死因の第3位であり、そのうち95%以上が65歳以上の高齢者です。肺炎の原因となる菌・ウイルスは多種あり、中でも肺炎球菌という菌が最多であり、40%を占めています。他の原因もあることから、肺炎球菌ワクチンを接種したからと言って必ず肺炎にかからないというわけではありませんが、この肺炎球菌による肺炎は重症となりやすいことが分かっています。しかし、肺炎球菌ワクチンは肺炎の入院するほどの重症化を防ぎ、死亡を減らすことが既に明らかになっています。

ワクチンの効果は5年と言われており、65歳、70歳…と区切りの良い5年毎で各自治体の助成が受けられます。では他の年齢では接種できないのか?と言われるとそうではありません。残念ながら助成は受けられないため費用はかかりますが、希望に応じて接種することができます。現在2種類のニューモバックスとプレベナーというワクチンがあり、助成が受けられるワクチンはニューモバックスです。しかし、アメリカでは65歳以上の方は1種類ではなく両方打つことが推奨されており、日本でも両方を打

つことが許可されています。このため、助成の年齢に当たらない方は自費でプレベナーを接種されることをお勧めします。

肺気腫、慢性心不全、糖尿病、肝硬変、血液の病気などにかかられている方は肺炎が重症化しやすく、接種されることが特に望ましいと考えられています。肺炎を気にされる方は外来でご相談ください。



夏バテを防ぐ食生活のポイント

管理栄養士 尾崎 絵里

蒸し暑い日が続き、そろそろ心配になってくるのが夏バテです。夏バテとは、高温多湿な気候に体が対応しきれなくなって現れる、だるい・疲れやすい・食欲がないといった症状の総称です。

夏バテを防ぐには、水分補給と質の良い食事が大切です。

① 水分補給

夏にはたくさんの汗をかくので、普段より多めに水分を補給しなければなりません。

- 胃腸を冷やさないように、冷たい飲み物ばかり飲まないようにしましょう。
- 一度に飲む水分の量はコップ1杯程度（150～200ml）。がぶ飲みすると胃液が薄まり、食欲低下に繋がります。
- のどが渴いたと感じる前に、こまめに水分を取りましょう。
- 運動・お風呂の前には、のどが渴いてなくてもコップ1杯の水を飲みましょう
- 『ジュースやアルコールで水分補給』は厳禁で



す。ジュースを水代わりに1ℓ飲むと、60～100gも糖分を摂る事になり、急性の糖尿病になる可能性があります。アルコールには利尿作用があるので、ますます脱水状態に陥って危険です。

② 質の良い食事

夏バテ予防には、タンパク質・ビタミン・ミネラルが不足しない食事が良いと言われています。つまり、『バランスの良い食事をとりましょう』ということになります。

夏バテに効くといわれているうなぎは、ビタミンB1を含んでいます。ビタミンB1は糖質を分解してエネルギーに変えるときに必要な栄養素で、不足すると疲れを感じやすくなります。そうめんなど糖質の多いものを食べる時に、薬味と一緒に添えると良いですね。

車椅子や杖などの生活で使う福祉用具や自助具について

人は、様々な環境において物（道具）に囲まれて生活しています。病院では、医療機器の他に電動ベッドや車椅子などの福祉用具や自助具と呼ばれる道具に囲まれ、自立を目指し、安全で快適な生活が送れるように工夫されています。

福祉用具とは、「生活に適応させるための目的を持つためのすべての用具・設備機器」とされています。

自助具とは、「自らを助ける道具」と言われ、人に助けてもらう、時間がかかる動作を楽に快適にできるように、開発された便利用品の様な物です。介護保険の認定を受けている方は、排泄・入浴等に関する物品は、年間10万円を上限として1割の自己負担にて購入、その他のベッドや杖・車椅子等に関する物品は、月額レンタル料の1割負担にて貸与、段差解消や手すり取り付け等に関する住宅改修工事は、20万円を上限として1割の自己負担で工事可能です。

福祉用具は、専門店で実際の商品を見るか、カ

作業療法士 北條 達郎

タログで試供品を取り寄せる事が多いです。杖や歩行器の高さや形状は、身長や筋力・バランス等を含めた歩行時の姿勢や環境に応じて検討します。実物を使用することで始めて気付かされる事も多く、最終的には、「何をする為のものか？」と原点に立ち返ることが大切です。

福祉用具や
自具は、移
動や食事に関
する多種多様
な商品があり
ますので、お
気軽にリハビ
リテーション
科の窓口まで
御相談下さい。



ハイケア・ユニット (HCU) の正式稼働について

平成26年12月の新病院移転に伴い、より高度な医療を提供する目的でHCU（ハイケアユニット）を開設しましたが、5月1日より診療報酬上の要件を満たし正式に稼働となりました。

病床数は8床です。内科系・外科系を問わず、全身麻酔手術後の患者さんや、一般病棟で管理するには困難な比較的濃密な医療や看護を必要とする患者さんを対象としています。

HCUにおける看護師の数は患者さん4人に対し1人以上で、きめ細やかな看護を提供します。1階救急室から専用エレベーターで直接入院でき、手術室や心臓カテーテル検査室に隣接し、処置や手術後にスムーズに入室できます。3階の南側に面し、讃岐富士が一望できる素晴らしい環境で、スタッフ一同が力を合わせ安全で安心できる医療・看護を提供することをお約束いたします。

● ボランティアだより

アソビリテーション

5月15日午後、入院患者さんと共に約1時間のアソビリテーションを楽しみました。毎月1回のアソビリテーションは、院内登録ボランティアと瀬戸大橋記念図書館の職員ボランティアのご協力をいただいて開いているもので、「絵本とお話を楽しむ会」という名前で親しまれています。内容は「手遊び」「季節の歌合唱」「紙芝居を見て聞いて楽しむ」「古い生活道具の使い方を教えて」などで毎回工夫をいただいています。今回も患者さん同士で自然に会話が弾み笑顔が溢れるアソビリテーションになりました。



看護の日:清掃ボランティア

看護週間にちなみ5月12日に四国医療専門学校の看護学生15名が当院に清掃ボランティア活動に来てくれました。車椅子とストレッチャー約30台のタイヤに空気を入れ、油を補充し、その後は清掃を熱心に行ってくれました。清掃を通してストレッチャーと車椅子の機能と利用方法を理解し、また看護や奉仕の心を体感することができたと喜んでいただきました。



看護の日:ふれあい看護体験

看護の日にちなんだイベントとして、5月15日に育愛館そら組みの園児14名と保育士5名の参加のもと、ふれあい看護体験を実施しました。

今年で9年目の実施になりますが、患者さんと触れ合うことで、命の大切さを知り、自らを大切にできるように、また今後成長していく過程で、医療や看護のあり方を考えていくきっかけになればと思っています。



目標発表会

平成27年5月30日に新病院講堂において、「年次報告・目標発表会」を開催しました。

今年度は新しい診療部門や看護部委員会も加わり、委託業者も含めて38部署の代表者が発表を行いました。昨年度は新病院移転後の円滑な業務運営と医療・看護の質の向上を目標に掲げて取り組んだ努力が何え達成度評価も高いものでした。目標発表では、今年度の病院スローガン「切磋琢磨」にちなみ、学問や技術や人徳を磨き励まし合って共に成長しようという目標を共有することができました。



**行事
予定**

七夕のつどい

日時／7月7日(火)17時～ 場所／講堂

内容／ささゆりの会の方々による大正琴の演奏 等

情報

B

O

X

新任医師 よろしくお願ひします



戸田 千(とだ ゆき)
生年月日 1962年8月5日
経歴 愛媛大学医学部 卒業
内海病院産婦人科医長
専門分野 産婦人科
趣味・特技 音楽 (GLAY)、写真、ブログ



飛梅 淳(とびうめ あつし)
専門分野 内科(循環器)

資格取得者



放射線科



小椋 一作
救急撮影認定技師
患者さんにフィードバックできるようにこれからも努力していきます。



林 和弘
X線CT認定技師
標準医療に基づいたCT画像情報を提供し、専門的でより質の高い検査技術の実践をめざします。

リハビリテーション科



奥條 朝子
認定理学療法士(代謝)



三谷真由美
**認定作業療法士
3学会合同呼吸療法認定士**



早山 敏弘
**心臓リハビリテーション技能士
認定理学療法士(循環)**

特殊外来・専門外来予定表

平成27年7月1日現在

診療時間

午前 8:30～11:30

午後 13:30～16:30



※ 詳細は、各科外来窓口にお問い合わせください。(診療時間内をお願いします。)

診療科名	外来名等	担当医師名	診療・曜日時間	特徴など
内 科	呼 吸 器	日本呼吸器学会指導医 中村 洋之	午前：月～木曜日 午後：水曜日	・気管支喘息、肺炎、結核症および非結核性抗酸菌症、慢性閉塞性肺疾患、呼吸不全、びまん性肺疾患、肺癌、緩和医療など幅広く呼吸器疾患全般へ対処。 ・急性呼吸不全に対しては、非侵襲的および侵襲的人工呼吸療法を中心とした全身管理。慢性期には包括的呼吸リハビリテーションを施行。 ・睡眠時無呼吸症候群の診療も扱います。
		日本内科学会 井上 卓哉	午前：金曜日 午後：月・水曜日	
	禁 煙	禁煙科学学会認定禁煙支援専門医 吉原 夕美子	要予約（ご相談）	・禁煙補助剤（パッチ、飲み薬）を使用しながらニコチン依存症の治療を行います。条件によっては、保険適用可能です。
	循 環 器	日本循環器病学会認定循環器専門医 吉川 圭	午前：水・金曜日 午後：月曜日	・虚血性心疾患、心不全、不整脈など循環器救急への 24 時間対応を含め、広く循環器一般を扱います。
		日本循環器病学会認定循環器専門医 藤田 憲弘	午前：火曜日 午後：水・木曜日	
		日本循環器病学会認定循環器専門医 吉原 夕美子	午前：火曜日	
		日本内科学会 飛梅 淳	午前：木曜日 午後：火曜日	
	消 化 器	日本消化器内視鏡学会専門医 室田 將之	午前：火曜日 午後：木曜日	・胃腸、肝胆膵領域を中心に消化器疾患全般を扱います。特に腹部超音波、内視鏡検査により的確に診断し、消化器癌の早期発見・治療に努めています。
		日本内科学会 山名 浩喜	午前：水・金曜日	
		日本内科学会 琢磨 慧	午前：月曜日 午後：木曜日	
	糖 尿 病	日本糖尿病学会研修指導医 大工原 裕之	午前：月～金曜日 午前：第2土曜日	・経口薬でコントロール不良となっている糖尿病のコントロールを改善します。 ・糖尿病療養指導士の資格を持ったスタッフと共に、患者さんの生活習慣改善に努めます。
		日本糖尿病学会研修指導医 大島 都美江	午前：木曜日 午後：火曜日	
	血 液 / 漢 方	日本血液学会指導医 田岡 輝久	午前：月・水曜日 午後：金曜日	・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。 ・西洋医学の不得意な慢性病に非常に効果がある漢方診療もしております。
	血 液	日本血液学会専門医 松岡 亮仁	午後：火・金曜日	・貧血から白血病、悪性リンパ腫まで幅広く血液疾患を診察します。
	腎 臓	日本透析医学会専門医 西岡 聡	午前：月曜日（隔週）・木曜日 午後：金曜日	・糖尿病性腎症・高血圧性腎症を中心とした腎疾患の専門的治療を行います。
小 児 科	アレルギー	日本小児科学会専門医 谷本 清隆	午後：第3火曜日（14:00～16:00）	・アレルギーの患者を対象とした専門外来。
外 科	下肢静脈瘤	日本外科学会指導医 近藤 昭宏	午前：火曜日（10:30～）	・下肢静脈瘤だけでなく類似疾患、静脈疾患も対象とした専門外来です。
	ストーマケア	日本外科学会専門医 竹林 隆介	午前：水曜日	・ストーマ（人工肛門）の経過観察、ストーマ処置の指導や治療・相談などを行っています。
整形外科	リウマチ	田村 知雄	午後：第1・第3金曜日	・初診時は、一般外来の受診が必要です。
	膝・骨粗鬆症	真柴 賛	午後：月曜日（月2回）	
	脊 椎	小松原悟史	午前：土曜日（月2回）	

(診療時間 午前 8:30～11:30 午後 13:30～16:30)

外来診療予定表

平成27年7月1日現在

受付時間		初めての方	再来の方
		午前 8:30～11:30 午後 13:00～16:30	8:00～11:30

診療時間	午前	8:30～11:30
	午後	13:30～16:30

診療科		月	火	水	木	金	土
内科	初診・総合	吉原 夕美子	田岡 輝久 (2・4週) 大島 都美江 (1・3・5週)	谷本 千佳子	琢磨 慧 (隔週) 國土 曜平 (隔週)	藤田 憲弘	交代診療 下記の専門外来 も行います。 大工原 裕之 糖尿病(第2週)
	呼吸器	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	井上 卓哉	
	循環器	紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	飛梅 淳	吉川 圭	
	消化器	琢磨 慧	室田 將之	山名 浩喜	紹介患者	山名 浩喜	
	糖尿病	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之	
	血液・漢方	田岡 輝久	紹介患者	田岡 輝久	紹介患者	紹介患者	
	腎臓	西岡 聡 (隔週)			西岡 聡		
	禁煙	「禁煙外来」を予約制で行っておりますので、ご相談ください。					休診です
	午後	吉川 圭 (循環器)	大島 都美江 (糖尿病)	藤田 憲弘 (循環器)	室田 將之 (消化器)	田岡 輝久 (血液・漢方)	
		井上 卓哉 (呼吸器)	松岡 亮仁 (血液総合)	吉川 圭 (ペースメーカー)	藤田 憲弘 (循環器)	松岡 亮仁 (血液・総合)	
小児科	午前	砂川 正彦 和唐 彰子 及川 薫	谷本 清隆 川崎 綾子	及川 薫 和唐 彰子 砂川 正彦	谷本 清隆 和唐 彰子 川崎 綾子	砂川 正彦 和唐 彰子 岡大医師	交代診療
	午後	谷本 清隆 及川 薫	及川 薫 川崎 綾子 アレルギー外来 (第3週)	谷本 清隆 及川 薫	砂川 正彦 及川 薫 川崎 綾子	及川・川崎 岡大医師 予防接種 乳幼児健診	
耳鼻咽喉科	午前	武田 純治 香川大医師	武田 純治	武田 純治 香川大医師	武田 純治	武田 純治 香川大医師	火曜・木曜は 初診の方のみに なります。
	午後	武田 純治 香川大医師		武田 純治 香川大医師		武田 純治 香川大医師	
外科	一診	近藤 昭宏	岡田 節雄	近藤 昭宏	岡田 節雄	近藤 昭宏	乳がん検診 第1・2・4・5週 橋本 希 (完全予約制)
	二診	橋本 希	竹林 隆介	佐野 貴範	橋本 希	竹林 隆介	
	三診 専門外来	佐野 貴範	専近藤 昭宏 下肢静脈瘤	専竹林 隆介 ストーマケア			
	午後	紹介患者(午後は手術等がありますので、事前に電話等での確認をお願いします。)					
呼吸器外科	午後	香川大医師 第1・3週のみ					
脳外科	午後			香川大医師			
整形外科	一診	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	松下 誠司	交代診療
	二診	山本 修士	根ヶ山敬大	山本 修士	根ヶ山敬大	山本 修士	小松原悟史 脊髄外来(月2回)
	初診	根ヶ山敬大	山本 修士	根ヶ山敬大	山本 修士	根ヶ山敬大	
	一診	根ヶ山敬大			山本 修士		
	初診 専門外来 (予約)	山本 修士 真柴 賛 膝・骨粗鬆症(月2回)			根ヶ山敬大		
産婦人科	午前	香川大医師	戸田 千	戸田 千	香川大医師	戸田 千	
	午後	戸田 千			戸田 千		
泌尿器科	午前	山本 議仁 三浦 高慶	山本 議仁 三浦 高慶	山本 議仁 三浦 高慶	山本 議仁 三浦 高慶	山本 議仁 三浦 高慶	
	午後			予約患者のみ		予約患者のみ	
眼科	午前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	※当分の間、初診受付(紹介患者を除く)を休診しております。
	午後	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)	