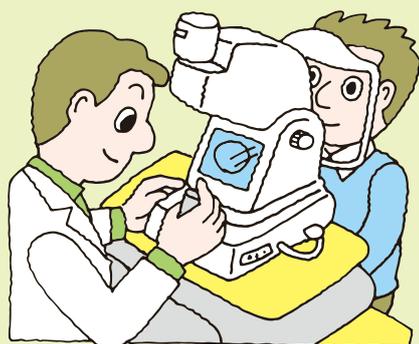


主な内容

- 鼻出血(鼻血)の患者さまへ…………… 2P
- ヘルニア外来について…………… 3P
- 検査豆知識～腫瘍マーカーとは～…………… 4P

眼の機能検査

眼科部長 大垣修一



眼のはたらきを調べる検査は視力検査だけではありません。緑内障や脳障害の方には見える範囲を測る視野検査、色彩や影像を扱う専門職で欠かせない色覚検査、明るさ暗さの適応(順応)を調べる光覚検査があります。これら4つの検査は片眼ずつのはたらきですが、眼は2つあるので両眼そろってのはたらきもあります。左右の眼で同時に異なった対象を見る同時視、似たような対象を重ね合わせて見る融像、そしてその2つが正常に機能し立体感覚が成り立ちます。

立体感覚は眼の最上級のはたらきで、下等な動物(魚や昆虫、一部の哺乳類)にはありません。立体感覚のような両眼でののはたらきは脳で行われるため、生後3年ほどで完成してしまいます。赤ちゃんの斜視は3歳までに治療するのが理想です。

眼のアレルギー疾患

花粉症に代表されるアレルギー性結膜炎に対しては、保険がきく飲み薬がなく、目薬しかありません。季節性の花粉症の場合、一度かゆみが出ると花粉が飛散しなくなるまで苦しみ続けます。目薬だけでも症状を抑えるために、前駆治療があります。季節性の場合、症状が出る時期がわかっており、天気予報でも花粉の飛散情報を発表しているのです。その2週間～1か月前から目薬を使い始めます。通常2月頃から点眼を開始します。点眼回数は1日1、2回で構いません。既に発症している方は来時季に試してみたいかがでしょうか。

ゴールデンウィークのうち4/27(土)午前は通常の外来診療を行います。

		内科	小児科	耳鼻咽喉科	外科	呼吸器外科	脳外科	整形外科	産婦人科	泌尿器科	眼科
4/27(土)	午前	○	○	×	○	×	×	○	×	×	×
	午後	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

	初診	再来
受付時間	8:30~11:30	8:00~11:30
診療時間	8:30~11:30	

※祝日・振替休日の4/28(日)～5/6(月)は休診日となります。(緊急時にはこの限りではありません。お電話いただくか、時間外受付にお申出ください。)

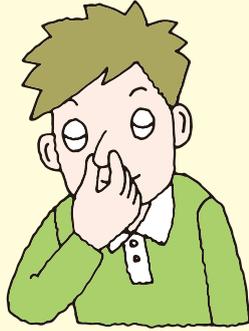
鼻出血(鼻血)の患者さまへ

耳鼻咽喉科部長 武田純治

鼻出血止血法

- ①洗面所などでうつむいてください。
- ②鼻から血が落ちている状態で、両側から鼻をやや強めにつまんでください。
- ③5分くらい②の状態を続けることで止血するようであれば、以後も鼻出血のたびに繰り返してください。

*これで改善しない場合は耳鼻咽喉科を受診してください。



★してはいけないこと★

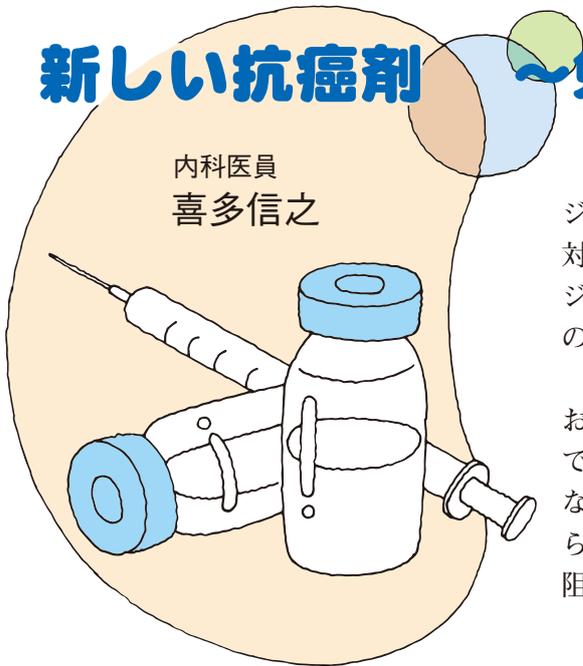
- ・ティッシュは鼻につめないでください。(一時的に圧迫・止血はできますが、ティッシュは鼻の粘膜より硬いために傷が広がり、鼻出血の頻度・出血量とも増えていきます。)
- ・仰向けに寝ないでください。(傷が心臓と同じ高さになるため血が止まりにくくなるだけでなく、のどに流れた血が気管に入って息ができなくなる心配があります。)

耳鼻咽喉科からのお知らせ
4月から木曜は終日休診になります。



新しい抗癌剤 ～免疫チェックポイント阻害薬～

内科医員
喜多信之



昨年ノーベル医学賞を受賞した京都大学の本所佑教授の報道で、オプジーボという薬の名前を耳にされた方も多いのではと思います。肺癌に対する抗癌剤治療はこの数年で大きく進歩しており、その進歩はオプジーボをはじめとした免疫チェックポイント阻害薬が登場したおかげなのです。

体には悪さをしようとする菌やウイルスを攻撃する仕組みが備わっており、これを免疫と呼びます。免疫は癌に対しても攻撃しようとするのですが、癌は体の正常な一部かのように擬態することで自分が攻撃されないようにしています。この擬態の邪魔をして、免疫に癌を攻撃してもらうことで癌を治療することができる、この薬が免疫チェックポイント阻害薬と呼ばれる新薬なのです。

元気にあいさつ～メンタルヘルス～

新年度を迎え、「おはようございます」「ありがとう」何気ないあいさつで心機一転。気分も明るくなりますが、新しい環境で集団生活が始まりどきどきワクワク新たな対人関係を築いている子どもたちにとって、心理的葛藤が生じやすい季節でもあります。

小児科外来にはさまざまな症状の子どもが受診しますが、行事前や登校が症状の憎悪に関連していることがあります。不登校の子どもも多くは休み始めに何らかの身体症状(不定愁訴)を訴えるためどう関われば良いのか戸惑われるかもしれません。身体症状は詐病(仮病)ではなく実際に苦痛を伴うため、本人の訴えをきちんと受け止めて対応することが必要です。

周囲の期待に沿って頑張り過ぎて過剰適応している場合や、見かけ上は良い状態を保っていても心理的には大きな問題を抱えている場合もあります。日々のあいさつにいつも通りの笑顔が返ってくるように「いつも気にしているよ」のメッセージを込めて見守っていきましょう。

小児科医 川崎綾子



参考文献:日本小児心身医学会編(2015)『小児心身医学会ガイドライン集 改訂第二版』南江堂。

ヘルニア外来について

木曜午前

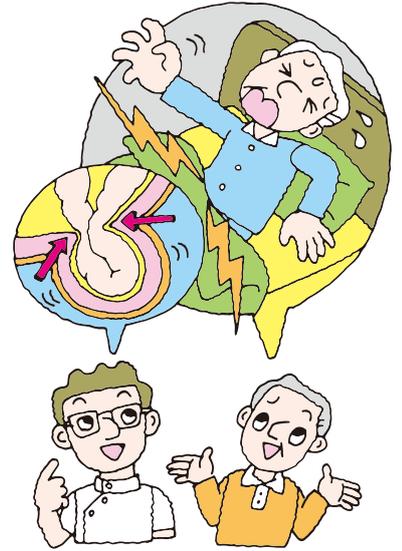
外科部長 佐野貴範

昨年4月にヘルニア外来が新設されてから、お陰さまで1年が経過いたしました。この間多くの患者様にご相談いただき、心より御礼申し上げます。

ヘルニアは、腹部全体を覆っている筋膜の一部が加齢や腹圧（お腹に力を入れること）により弱くなり、お腹の外へ腹腔内の組織が脱出する病気です。腸管が出ることが多いので、脱腸とも呼ばれます。

内服薬は現時点では存在せず、自然治癒することもないため、根治が望めるのは手術しかありません。がんなどの悪性疾患ではないので、通常、命に関わることはありませんが、飛び出した部分が首絞め状態になって腸閉塞を引き起こしたり、重篤な場合には腸管が壊死して腹膜炎になったりすることがあります。こうなると早急な治療が必要です。

当院では腹腔鏡手術による短期間入院も可能です。脱腸かどうか相談したい方、症状にお悩みの方など、どんな内容にも懇切丁寧に対応いたしますので、お気軽にお越しください。



ウォーキングで認知症予防

作業療法士 北条達郎

昨今、様々な認知症対策が取り上げられていますが、ここではリハビリテーション（作業療法）の観点からおすすめのものを紹介します。

群馬県高崎市の取り組みなのですが、歩行習慣化を目指してグループでウォーキング活動をしてもらったところ、記憶や判断や活動性に効果があったと検証され、推奨されています。具体的には、集団体操、ウォーキングを楽しむための自主課題（句の花を見つける、写真を撮る、俳句を詠む等）の設定、日々の活動に関する報告会や、会話・褒め合いをする、といった内容です。

予防はいつからでも誰とでも開始できます。2025年には65歳以上の認知症高齢者が約5人に1人になるという推計もあります。まずは、身近な場所を散策してみてもいいのではないでしょうか。

参考文献:松本耕輔・澤田辰徳(2018)「認知症予防におけるわが国の作業療法効果の文献的探索の研究」日本臨床作業療法士会。
厚生労働省(2015)「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)概要」。

健康に長生き

管理栄養士 国方ちあき



日本人の平均寿命は伸び続け、世界トップクラスです。一方で、介護や支援などを必要とする期間は、男性約9年間、女性約12年間もあると言われ、いつまでも元気に過ごすための対策が必要です。「高齢者だから食が細くなるものだ。」「高齢者は活動量が減ってもしかたがない。」などのイメージがあるかもしれませんが、たしかに加齢による筋肉量の減少や身体機能の低下はありますが、適切な栄養管理と運動療法で改善される場合もあります。

食事は量だけでなく、主食（ごはん、麺類、パン）、主菜（肉、魚、卵、大豆製品）、副菜（野菜、海藻



など）を揃えて食べるなど質に配慮し、適度な運動を併せて継続することが大切です。

腫瘍マーカーとは

臨床検査技師 藤田美津子



画像検査と併せて総合的に判断

体内に腫瘍ができると、血液中にたんぱく質や酵素、ホルモンなどの特別な物質が増えてきます。それを『腫瘍マーカー』といいます。主に治療効果や経過、再発の判定を確認するのに用いられています。当院でも平成30年11月よりCEAやCA19-9などの腫瘍マーカーを院内にて測定しています。そのため診察時に結果がわかるようになりました。

腫瘍マーカーの検査結果を解釈するうえで以下のことに注意が必要です。

- がんの早期では異常値にならない場合もある
- 必ずしも全てのがんで陽性になるわけではない
- 良性の疾患や加齢、薬物や喫煙などの影響で高くなる
- 項目によりさまざまながんで陽性になる場合がある

この検査だけでなく、他の血液検査やCT、MRIなどの画像検査と併せて総合的に判断することが重要です。

認定看護師だより

新型インフルエンザ対策

感染管理認定看護師 岡崎朋身

新型インフルエンザとは、季節性インフルエンザと抗原性が大きく異なるインフルエンザであって、一般的に国民が免疫を獲得していないことから、全国的かつ急速な蔓延により国民の生命および健康に重大な影響を与えるおそれがあると認められるものをいいます。（引用：厚生労働省ホームページ）



平成31年3月1日

当院では毎年、香川県中讃保健福祉事務所の協力を得て「新型インフルエンザ等対策訓練」を実施しています。今回はマニュアルを中心に、保健所との連絡調整、防護具の着脱訓練、レントゲン撮影、病棟までの搬送経路の確認を行いました。訓練を通して、迅速かつ安全に、適切な医療を提供できるように努めています。



出前講座

当院の認定看護師が出向き、専門的知識・技術などを紹介する無料の講座です。

●講座メニュー

救急看護、がん化学療法看護、感染管理、糖尿病看護（その他応相談）

●ご依頼について

対象者は原則、坂出市在住か、通勤・通学されている人で構成され、10人以上の参加が見込まれる団体です。会場（原則坂出市内）は依頼者にてお手配ください。

●お問い合わせ先

坂出市立病院 看護管理室
電話(0877)46-5131(代) FAX(0877)46-2377

当院ホームページに詳細と依頼書を掲載しております。

<https://www.city.sakaide.lg.jp/site/hospital-taisei/demaekouza.html>

5階中央ラウンジ



緑の憩い

監修：辻野榮一氏（坂出市出身の芸術家/四国職業能力開発大学校教員）

5階には無菌病室があるため、観葉植物を置くことができません。これまで殺風景だった場所に、四国職業能力開発大学校の学生さんが装飾をしてくれました。

▲辻野氏・学生さん・綾市長・院長

立ち寄りスポット

2階



・吹抜け前・



坂出市民美術館よりお借りした作品を展示中です。

・リハビリテーション室前・



元香川大学教授・木村美鈴様より寄贈された作品を展示中です。

・講堂前・



2～3月にかけてひな人形を飾りました。4～5月は五月人形を飾ります。

平成31年度
スタート

病院事業が地方公営企業法全部適用へ移行します。

医療環境の変化にスピーディに対応できる体制を整え、よりよい病院になるよう努めますので、よろしく願いいたします。

新任医師 よろしくお願ひします



内科
かわにし りょうすけ
川西 竜輔



内科
はまだ やすひろ
濱田 康宏



小児科
うえつき げんいち
植月 元一



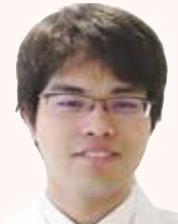
耳鼻咽喉科
とだ みつき
戸田 光紀



外科
さかもと あすな
坂本 あすな



呼吸器外科
おおくぼ ともひと
大久保 友人



整形外科
かわかみ しょうへい
川上 翔平



整形外科
さいとう よしひこ
齊藤 仁彦



泌尿器科
はやしだ ゆうし
林田 有史



麻酔科
すがわら ともりの
菅原 友道

退任医師 お世話になりました



内科
ただ なおや
多田 尚矢



小児科
おいかわ かおる
及川 薫



外科
ながお みな
長尾 美奈



呼吸器外科
いけだ としひろ
池田 敏裕



整形外科
せんだい てっぺい
千田 鉄平

新任
研修医



泌尿器科
やまもと のりひと
山本 議仁



麻酔科
にしべ いちえ
西部 伊千恵



しが もえ
志賀 萌



ひらおか ともひろ
平岡 知浩

資格
取得者



3学会合同呼吸療法認定士
ただ あらた
多田 新太

特殊外来・専門外来予定表

平成31年4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	診療時間・曜日	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	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
		日本内科学会認定内科医 喜多 信之	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）	<ul style="list-style-type: none"> ・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	日本循環器学会認定循環器専門医 吉川 圭	午前：水・金曜日 午後：月曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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 林 夕起子	午後：月曜日 午前：木曜日	
	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	<ul style="list-style-type: none"> ・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、内視鏡検査によりの確に診断し、消化器癌の早期発見・治療に努めています。
		日本消化器内視鏡学会専門医 綾木 麻紀	午前：月・木曜日	
		日本消化器内視鏡学会専門医 松永 多恵	午前：月曜日（隔週） 午後：木曜日	
		日本内科学会認定内科医 川西 竜輔	午前：水・金曜日	
	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・第2土曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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	日本腎臓学会専門医 中村 英祐	午前：月曜日（隔週）・木曜日 午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・腎疾患の専門的治療を行います。 	
膠原病・リウマチ	日本リウマチ学会専門医 中島 崇作	午後：金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・膠原病・リウマチ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	谷本清隆医師診療時	<ul style="list-style-type: none"> ・アレルギーの患者を対象とした専門外来。
	小児科神経外来	日本小児科学会専門医 小西 行彦	午後：第3火曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・小児けいれん症の患者を対象とした専門外来。
外科	ストーマケア	日本外科学会専門医 前田 典克	午前：水曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
	ヘルニア(脱腸)	日本外科学会指導医 佐野 貴範	午前：木曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・腹部のヘルニア(脱腸)の相談にのります。
整形外科	リウマチ	日本リウマチ学会専門医 田村 知雄	午後：第1・第3金曜日	<ul style="list-style-type: none"> ・初診時は、一般外来の受診が必要です。
	膝	日本整形外科学会専門医 眞柴 賛	午後：第2・第4月曜日	
	脊椎	日本脊椎脊髄病学会認定脊椎脊髄外科指導医 小松原 悟史	午前：土曜日（月2回）	
産婦人科	母乳外来	IBCLC(ラダーン・コンカクハ)日本産科婦人科学会専門医 戸田 千	要予約（ご相談）	<ul style="list-style-type: none"> ・赤ちゃんとの生活でお悩みの方（乳腺炎・ミルクの量など）、ご利用ください。自費料金 初回3,240円 2回目以降1,080円

外来診療予定表

平成31年4月1日現在

		初めての方	再来の方			
受付時間	午前	8:30~11:30	8:00~11:30	診療時間	午前	8:30~11:30
	午後	13:00~16:30			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	谷本千佳子 (毎週前半) 田岡 輝久 (2・4週後半) 大島 都美江 (1・3・5週)	谷本 千佳子	濱田 康宏	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 ①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	喜多 信之		
	循環器	紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	林 夕起子	吉川 圭		
	消化器	綾木 麻紀 松永 多恵 (隔週)	室田 将之	川西 竜輔	綾木 麻紀	川西 竜輔		
	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	中村 英祐 (隔週)			中村 英祐			
	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。						
	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 将之 松永 多恵 (消化器)	田岡 輝久 (血液・漢方)		中村 英祐 (腎臓)
		喜多 信之 (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)		中島 崇作 (膠原病)
林 夕起子 (循環器)		濱田 康宏 (総合内科)	喜多 信之 (呼吸器)					
小児科	午前	谷本 清隆 植月 元一 和唐 彰子	砂川 正彦 川崎 綾子 植月 元一	植月 元一 和唐 彰子 砂川 正彦	谷本 清隆 和唐 彰子 川崎 綾子	砂川・和唐 川崎・ 岡大医師	交代診療	
	午後	砂川 正彦 植月 元一 谷本 清隆	植月 元一 谷本 清隆 川崎 綾子 ②予防接種 乳幼児健診 ③小児神経 外来(3週)	谷本 清隆 植月 元一 砂川 正彦	植月 元一 砂川 正彦 川崎 綾子	植月 元一 川崎 綾子 谷本・岡大医師 ②予防接種 乳幼児健診		
耳鼻咽喉科	午前	武田 純治 戸田 光紀	武田 純治 戸田 光紀	武田 純治 香川大医師		武田 純治 戸田 光紀		
	午後	武田 純治 戸田 光紀		戸田 光紀 香川大医師		武田 純治 戸田 光紀		
外科	午前	佐野 貴範	岡田 節雄	森 誠治	岡田 節雄	森 誠治	交代診療 乳がん検診 第1・2・4・5週 橋本 希 (完全予約制)	
		坂本 あすな	前田 典克	佐野 貴範	坂本 あすな	前田 典克		
	午前専門外来			④前田 典克 (④ストーマケア)	⑤佐野 貴範 (⑤ヘルニア(脱腸))			
	午後	紹介患者	紹介患者	紹介患者	紹介患者	橋本 希		
外科の午後は手術等がありますので、必ず事前に電話等でのご確認をお願いします。								
呼吸器外科	午後のみ	中野 淳 大久保 友人		中野 淳 大久保 友人				
脳外科	午後のみ			香川大医師				
整形外科	午前	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 小松原 悟史 (⑧脊椎外来(月2回))
		二診	森重 浩光	川上 翔平	森重 (手・初診)	齊藤 仁彦	森重 浩光	
		初診	川上 翔平	齊藤 仁彦	川上 翔平 (1・3・5週) 齊藤 (2・4週)	川上 翔平	齊藤 仁彦	
	初診				齊藤 (1・3・5週) 川上 (2・4週)			
	午後	一診				森重 浩光		
午後	専門外来(予約)	真柴 賛 (⑦膝(月2回))				田村 知雄 (⑥リウマチ(第1・3週))		
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	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 矢野 敏史		
	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		
	午後	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)	(検査)		
専門外来	①(内科)専門外来は上記参照		土曜日 第2は糖尿病(大工原医師)					
	②(小児)予防接種・乳幼児検診		火・金曜日の午後					
	③(小児)神経外来		(予約制) 第3火曜午後					
	④(外科)専門外来・午前		ストーマケア(水曜日)					
	⑤(外科)専門外来・午前		ヘルニア(脱腸)(木曜日)					
	⑥(整形)リウマチ外来		(予約制) 第1・3金曜午後					
	⑦(整形)膝外来		(予約制) 第2・4月曜午後					
	⑧(整形)脊椎外来		(予約制) 土曜日(月2回-香川大医師)					