

さかいで

2020年4月号 No.101

市立病院だより



主な内容	眼の検査2P
	トイレの悩みを抱え込んでいませんか?3P
	検査の待ち時間について4P

令和2年度診療報酬改定について

令和2年4月1日より診療報酬が改定されます。

改定にあたっての基本認識について

- ①健康寿命の延伸、人生100年時代に向けた「全世代型社会保障」の実現
- ②患者・国民に身近な医療の実現
- ③どこに住んでいても適切な医療を安心して受けられる社会の実現、医師等の働き方改革の推進
- ④社会保障制度の安定性・持続可能性の確保、経済・財政との調和

改定の基本的視点について

- ①医療従事者の負担軽減、医師等の働き方改革の推進
- ②患者・国民にとって身近であって、安心・安全で質の高い医療の実現

- ③医療機能の分化・強化、連携と地域包括ケアシステムの推進
- ④効率化・適正化を通じた制度の安定性・持続可能性の向上

改定率は以下のとおりです。

1. 診療報酬

① 医科	+0.53%
② 歯科	+0.59%
③ 調剤	+0.16%

2. 薬価等

① 薬価	▲0.99%
② 材料価格	▲0.02%

なお、この改定により窓口での支払額が変わりますのでご了承ください。



私たちと一緒に働きませんか？

- 正看護師
- 看護補助者(資格不問)

病院見学も受付中。詳細はお問い合わせください。0877-46-5131(代)担当:看護部長



目の検査

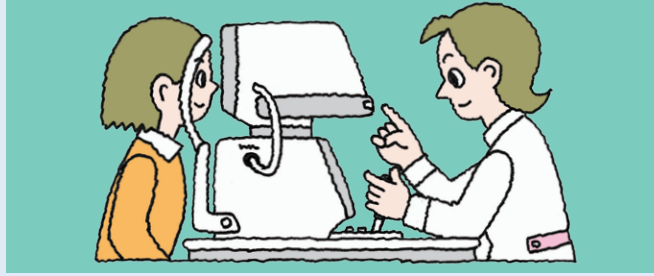


目の検査の代表は視力検査です。医学用語で視力というと、5m先のローマ字Cに似た直径15cmのランドルト環を、メガネで合わせて得られる最高の視力、つまり矯正視力のことです。検査室の広さの都合で当科のような5mでなく、3mや機械を覗いて測る施設もありますが、変動が大きくあくまでも参考値にすぎません。

視力検査の前に必ず予備の検査が1つか2つあります。近視、遠視、乱視の度数を測ったり、目に空気をあてて眼圧を測ったりします。いくら精度の高い機器を使っても、これらの数値には誤差があります。あとは当科のような熟練したスタッフの技量により、正しい値「矯正視力」を導きだしていきます。

目が濁ったり、眼底に異常があったりしたら視力が悪く

眼科部長 大垣修一



なります。いくらメガネで矯正しても良い視力は得られません。本当の意味での病気「目が悪い」です。近視、遠視、乱視で遠くが見づらい方もいますが、メガネで矯正し良く見えれば「よい目」です。したがってメガネをかけない裸眼視力は、病気を反映しないのであまり重要でな

く、医療施設によっては新来患者さん以外は測りません。裸眼視力を測っても検査料として請求できないからかもしれないませんが、当科では必ず裸眼と矯正、両方とも測っています。

近視、遠視、乱視は病気ではなく目の個性です。身長や体重の値と同じで、その数字に良し悪しはありません。したがってレーシックのような屈折矯正手術は、病気でない目に行うので保険がきかず100%自費負担になります。



お子さまの聞こえは

大丈夫ですか？

耳鼻咽喉科医員 戸田光紀

小児の難聴の原因として最も多いのは滲出性(しんしゅつせい)中耳炎とよばれる中耳炎です。滲出性中耳炎は幼児期に罹患することが多く、中耳(鼓膜の内側)に液体がたまることで難聴や耳閉感をきたす病気です。発熱や痛みをきたすことはないため小児では自覚しない場合も多く、呼びかけに反応しない、テレビの音が大きいといったことで気づかれることが多いようです。

原因としては耳と鼻をつないでいる耳管という管の働きが悪くなることで中耳にたまった液体が鼻に流れていかないためです。

当科では保存的治療としては鼻から中耳に空気を送り込み、貯留液を出そうとする耳管通気という処置を外来通院で週1~2回行います。しばらく耳管通気を行っても改善しない場合は手術治療を考えます。鼓膜を切って中耳にたまった貯留液を出す方法や、小さな管を鼓膜に入れる鼓膜チューブ挿入術があり、お子さまごとにどちらがよいか検討します。鼓膜チューブ挿入術は小児では全身麻酔が必要となることがあり、その場合の当院での入院期間は3日間です。聞こえが悪いと言葉の発達に遅れが生じることがあるため、お子さまを見て気になることがあれば一度耳鼻科にご相談ください。



トイレの悩みを抱え込んでいませんか？

泌尿器科医長 矢野敏史

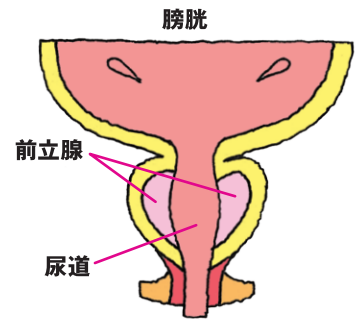
腎臓で作られる尿は少しずつ膀胱に溜まっていき、通常は3~4時間すると膀胱が満杯になってトイレに行きたくなります。この時に上手く尿を溜められなかったり、溜まった尿を上手く出せなかったりするとトイレで困る事になります。

尿を出せない排尿障害には「勢いが弱い」「途切れる」「息まないと出ない」などの症状があり、2つの原因が考えられます。一つは糖尿病や、脊髄疾患など神経がダメージを受ける病気が関与して膀胱がしぼむ力が弱い場合、もう一つは前立腺肥大症などで膀胱の出口が狭くて尿が通りにくい場合です。前立腺は男性のみに存在する臓器ですが、膀胱の出口で尿の通り道を包むように存在しています。そのため大きくなると尿の出口が狭くなってしまいます。

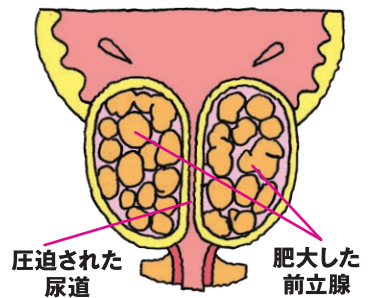
尿を溜められない蓄尿障害には「トイレが近い」「我慢が出来ない」「漏れてしまう」等の症状があります。膀胱の過敏症である過活動膀胱が代表です。過活動膀胱では、まだ十分に尿が溜まっていないのに膀胱の誤作動で突然尿を出そうとします。そのため急にトイレに行きたくなり、場合によっては間に合わないという事が起こるのです。

いずれの症状も加齢と共に増加し、40歳を超えると10%以上の方が悩みを抱えて生活しているとされます。周囲の人と比較する、あるいは相談することが難しく、「年だから仕方が無い」と我慢していませんか？いずれも適切な治療で症状改善が期待出来る疾患なので、一人で悩みを抱え込まずにいつでもご相談ください。

【正常な前立腺】



【前立腺肥大症の状態】



食物繊維の役割

管理栄養士 坂本 葵



食物繊維とは、人間の消化酵素で消化されにくい成分をいい、穀類や野菜、果物、海藻、キノコなどに多く含まれています。食物繊維には2種類あり、それぞれ体に対する働きが異なります。

1つ目は「水溶性食物繊維」で、果物や野菜に多く含まれるペクチン、こんにゃくに多く含まれるグルコマンナン等があります。お腹の調子を整える作用や食後の血糖および中性脂肪の上昇を抑える作用などがあります。

2つ目は「不溶性食物繊維」で、穀類、野菜、豆類に多く含まれるセルロース、キノコに多く含まれるβグルカン等があります。便秘改善、発がん性の物質やアレルギー性の物質とくっつき体外へ排出を促します。

食物繊維の摂取目標量は成人1日当たり男性21g以上、女性18g以上(食事摂取基準2020年度版)とされていますが、国民健康・栄養調査報告(2018年)では、1日の摂取量は約13~18g未満(20~69歳男女対象)でした。

糖尿病、がん、心疾患等の生活習慣病の予防に効果があるといわれ、目標量を摂取することが重要です。食物繊維を毎日上手に摂るには、工夫が必要です。例えば、野菜を食べる際に、生野菜だけでなく、野菜を加熱し、かさを減らすとより摂りやすくなります。また、白米を玄米ご飯に変えることで食物繊維の量が3倍程増えるといわれています。

食物繊維は種類によって生理作用が異なるため、どちらか一方を選択するのでは無く、様々な食品を組み合わせてバランスよく摂取することが大切です。

肺の病気にリハビリテーション!?

理学療法士 多田新太

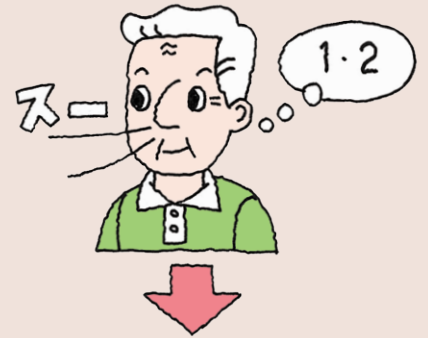
肺の病気の代表的なものに慢性閉塞性肺疾患(COPD)という病気があります。これは、いわゆる肺気腫や慢性気管支炎といった名前で呼ばれる病気の総称です。COPDの患者さんは動く息切れを自覚するため、動くことがおっくうになり、座りがちな生活になってしまいます。そうすると筋力や持久力が弱くなってしまいますため、動くときの息苦しさが増し、さらにおっくうになります。これを息切れの悪循環といいます。当院では、この息切れの悪循環を断ち切るために呼吸練習や運動を中心とした呼吸リハビリテーションを行っております。

ここでは、呼吸リハビリテーションの中でも重要な呼吸法について少しだけお伝えしたいと思います。息苦しくなると、息を吸うことばかりに一生懸命になり十分に息を吐かないことがよく見られます。息を吐かずに吸うばかりでは、どんどん肺が膨らんでしまい、かえって呼吸がうまくできず、息苦しさが強まります。これを避けるために息を吐くことを意識した呼吸法の練習を行います。いわゆる口すぼめ呼吸と言われる呼吸法は、口を小さくすぼめて“ゆっくり”吐き出し、しっかり“吐ききった”後で“鼻”から息を吸います。息を吐く時間は、吸う時間の2~4倍かけて行います。

口すぼめ呼吸を意識して行なうことで動いた時の息切れを予防でき、動作を続けることが可能になります。COPD患者さんは座りがちな生活を予防し、しっかり動くことが最も重要です。少しでも息苦しさを感じる方は、口すぼめ呼吸を意識して生活することをおすすめします。

口すぼめ呼吸

①鼻から息を吸います。

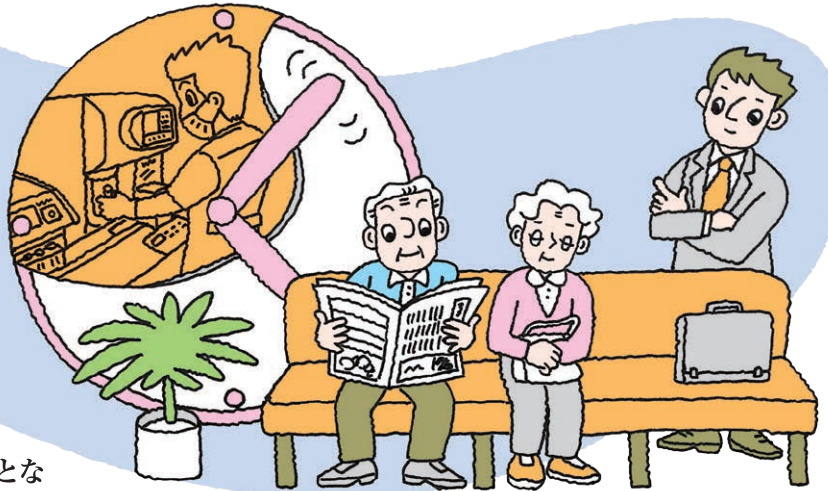


②口をすぼめてゆっくりと息を吐ききりましょう。



検査の待ち時間について

臨床検査技師 藤田美津子



当院では平成30年11月より免疫測定機器が導入となり、以前は当日報告ができなかった腫瘍マーカーや甲状腺ホルモンなどの検査も診察前に結果報告ができるようになりました。

検査項目により測定時間に差はありますが、分析装置での検査時間だけでも30分かかる検査もあります。

また、採血後から分析終了までにかかる時間は血液が固まるまで5~10分、そこから検査ができるように処理を行い分析終了までに45分ほどかかります。再検査になることもありますので合計60分~90分かかります。

私たち検査技師は信頼性の高い検査結果を出すための取り組みとして、再検査を行う基準を決めています。

- ・決められた基準範囲から外れていた。
- ・同一患者さんで前回の検査結果と大きく差がある。
- ・分析装置側のエラーにより正しく測定できていない可能性がある。

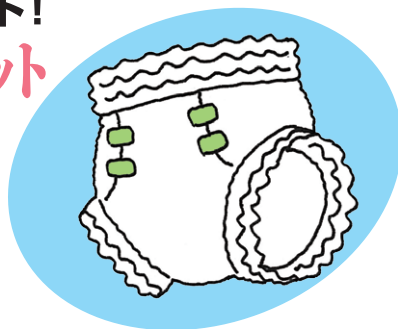
これらの基準に沿って再検査を行い、迅速に正しい検査結果を報告できるよう努めています。混雑時は長くお待ちいただくこともあります。少しでも円滑に進むよう努めておりますのでご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。

手ぶらで入院

4月スタート!

アメニティおむつセット

寝巻、タオル、日用品などの入院セットレンタルプランに加えて紙おむつセットも選べるようになります。ご希望の方は病棟スタッフまでお問い合わせください。



新型インフルエンザ等対策訓練

防護服を着た職員が、模擬患者と人形を対象に搬送から入院までの段取りを確認しました。



令和2年1月30日

ゴールデンウィークの外来予定表

4/29 (水)	30 (木)	5/1 (金)	2 (土)	3 (日)	4 (月)	5 (火)	6 (水)
休診	通常診療	通常診療	※午前一部診療	休診	休診	休診	※休日当番

※内科
小児科
外科
整形外科

5/6以外の日曜・祝日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、時間外受付にお申し出ください。

受付時間	
平日	8:30~11:30(初診)/8:00~11:30(再来)/13:00~16:30
土曜	8:30~11:30(初診)/8:00~11:30(再来)
当番	8:30~12:00/13:00~17:00

特定健診および同時に受けるがん検診について

4月から保険者や坂出市・宇多津町の受診券による特定健診の結果は、受診当日に説明します。

血液検査などの結果が出るまで、お待ちいただくこととなります。ご了承ください。

同日受検されるがん検診等の結果につきましては、後日郵送にてお知らせする方法が変わります。

令和2年4月から診療予定が変わります

●産婦人科

月曜日から金曜日の毎日午前と火曜日・木曜日の午後、診察します。母乳外来(要予約)を再開します。

●泌尿器科

月曜日から金曜日の毎日午前と午後、診察します。午後の初診受付は15:30までとなります。

●外科(乳がん)

令和2年2月から水曜日の午後と、第2・第4土曜日となりました。

詳しくは7~8ページの外来診療予定表をご覧ください。

情報BOX



新任医師

よろしくお願いします



内科
よしおか ゆうき
吉岡 佑紀



内科
きの まさし
紀乃 正志



内科
いしだ ともや
石田 智也



内科
さとう ゆうだい
佐藤 雄大



耳鼻咽喉科
みむら しょうへい
三村 昇平



呼吸器外科
なかしま なりやす
中島 成泰



呼吸器外科
おおくぼ ともひと
大久保 友人



整形外科
やまだ よしあき
山田 佳明



産婦人科
とだ ゆき
戸田 千



泌尿器科
ほんだ ともこ
本田 智子



麻酔科
くろだ けんじ
黒田ジュリオ健司



退任医師

お世話になりました



内科
あやき まき
綾木 麻紀



内科
まつなが たえ
松永 多恵



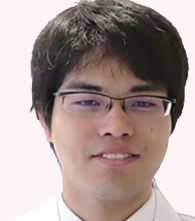
内科
はまだ やすひろ
濱田 康宏



呼吸器外科
なかの じゅん
中野 淳



耳鼻咽喉科
とだ みつき
戸田 光紀



整形外科
かわかみ しょうへい
川上 翔平



麻酔科
みずた だいすけ
水田 大介

新任研修医



おかもと なつみ
岡本 夏海



まつうら めぐみ
松浦 萌



もりた りえ
森田 莉絵



サルコペニア・フレイル指導士
くにかた
国方 ちあき



3学会合同呼吸療法認定士
まるやま こうへい
丸山 晃平

特殊外来・専門外来予定表

令和2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	午前：木曜日 午後：月曜日	
	消化器	日本消化器内視鏡学会専門医 室田 将之	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。
		川西 竜輔	午前：水・金曜日	
		佐藤 雄大	午前：月曜日	
	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	<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：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・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 真柴 賢	午後：第2・第4月曜日	
	脊椎	日本脊椎椎間病学会認定脊椎椎間科指導医 小松原 悟史	午前：土曜日(月2回)	
産婦人科	母乳外来	IBCLC(ラクテーション・コンサルタント) 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 3,300円 2回目以降 1,100円

外来診療予定表

令和2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
	午後	13:00~16:30	(泌尿器科のみ15:30)

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 呼吸器 循環器 消化器 糖尿病 血液・漢方 腎臓	吉原 夕美子	谷本 千佳子 (毎週前半) 田岡 輝久 (毎週後半)	谷本 千佳子	紀乃 正志	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)	
		中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	中村 洋之	喜多 信之		
		紹介患者	藤田 憲弘 吉原 夕美子	吉川 圭	林 夕起子	吉川 圭		
		佐藤 雄大	室田 将之	川西 竜輔		川西 竜輔		
		大工原 裕之	大工原 裕之 大島 都美江	大工原 裕之	大工原 裕之 吉岡 佑紀	大工原 裕之		
		田岡 輝久	紹介患者	田岡 輝久	紹介患者	紹介患者		
		中村 英祐			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)	吉岡 佑紀 (糖尿病)	藤田 憲弘 (循環器)	室田 将之 (消化器)	田岡 輝久 (血液・漢方)	☐ は 休診です	
		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)		
林 夕起子 (循環器)		石田 智也 (総合内科)	喜多 信之 (呼吸器)	佐藤 雄大 (総合内科)	中村 英祐 (腎臓)			
紀乃 正志 (総合内科)					中島 崇作 (膠原病) 石田 智也 (総合内科)			
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 岡部 朗子 谷本 清隆	谷本 清隆 和唐 彰子 川崎 綾子	砂川・和唐 川崎・ 岡山大医師	交代診療	
	午後	砂川 正彦 植月 元一 谷本 清隆	植月 元一 予防接種 谷本 清隆 乳幼児健診 川崎 綾子 小児神経 岡部 朗子 外来(第3週)	谷本 清隆 植月 元一 岡部 朗子	植月 元一 砂川 正彦 川崎 綾子 岡部 朗子	植月 元一 予防接種 川崎 綾子 乳幼児健診 谷本・岡山大医師		
耳鼻咽喉科	午前	武田 純治 三村 昇平	武田 純治 三村 昇平	武田 純治 香川大医師		武田 純治 三村 昇平		
	午後	武田 純治 三村 昇平		三村 昇平 香川大医師		武田 純治 三村 昇平		
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	
	午前専門外来	坂本 あすな	前田 典克	佐野 貴範 ④ 前田 典克 ストーマケア	坂本 あすな ④ 佐野 貴範 ヘルニア(脱腸)	前田 典克	乳がん検診 第2・4週 香川大医師 (完全予約制)	
	午後	可能な限り紹介患者様を受け付けますが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確認をお願いします。						
呼吸器外科	午後のみ	中島 成泰		中島 成泰				
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	交代診療
		二診	森重 浩光	山田 佳明	森重 浩光 (手・初診)	齊藤 仁彦	森重 浩光	
		初診	山田 佳明	齊藤 仁彦	山田 佳明 (第1・3・5週) 齊藤 仁彦 (第2・4週)	山田 佳明	齊藤 仁彦	
	午後	初診				齊藤 仁彦 (第1・3・5週) 山田 佳明 (第2・4週)		小松原 悟史 脊椎外来(月2回)
		一診				森重 浩光		
専門外来(予約)	真柴 賛 膝(第2・4週)					田村 知雄 リウマチ(第1・3週)		
産婦人科	午前	香川大医師	予約のみ	戸田 千	予約のみ	戸田 千		
	午後		戸田 千		戸田 千			
泌尿器科	午前のみ	林田 有史 本田 智子	林田 有史 矢野 敏史	林田 有史 (第2・3・4・5週) 本田 智子	矢野 敏史 本田 智子	林田 有史 矢野 敏史		
	午後 (15:30受付終了)	矢野 敏史	本田 智子	林田 有史	紹介患者	矢野 敏史		
眼科	午前	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一	大垣 修一		