

外来受診時のお願い

診察券について

当院では、個人認証のため診察券を使用しておりますことから、来院の際は必ず診察券をお持ちください。また、診察や各検査の際には診察券のご提示をお願いいたします。

※診察券をお忘れの方は新たに発行させていただいております。その際、再発行料として100円(税含み)を徴収いたしますがご了承ください。



診察券(磁気カード)

専任の医師が
24時間対応!!

在宅療養支援病院 をご紹介します!

離島やへき地などを中心に全国に11か所しかありませんでしたが、平成22年以降は全国で356件(2.8%)、愛知県内には19件(3.3%)の病院が認可されています。

認可される病院の条件としては、

- 24時間連絡をうける担当者を明確にすること
 - 往診を担当する医師は当直体制を担う医師とは別の医師であること
 - 緊急時に自宅において療養を行っている患者さまが入院できる病床を常に確保していること
 - ほかの保健医療サービスおよび福祉サービスとの連携していること
 - 訪問看護ステーションとの連携により24時間訪問看護の提供が可能な体制を確保していること などほかにも様々な条件がりましたが、平成22年4月、日進おりど病院は以上の様な条件をクリアし『在宅医療支援病院』に認可されました!
- 具合が悪くなったときに来てくれる『往診』とは違い、患者さまのご自宅に定期的かつ計画的に医療を提供させていただきます。

例えば
このような方にお勧めです

持病に由り何年も
医療機関にかかって
いない...

病院に連れて
行く人がいない

寝たきりが続き、
ご本人を動かす
のが困難...

退院したが、
酸素や点滴
が必要になった

終末期の痛みの
コントロール...



訪問診療でできることは?

- ご自宅での診察
- 各種診断書の記入
- 傷や床ずれの処置
- 介護保険主治意見書の記入
- 血液検査
- 訪問看護指示書の発行
- 点滴治療
- 胃ろうなどのチェック
- 酸素吸入
- 診療情報提供書
- 薬の処方
- (薬局、ケアマネの作成など)



内科医で訪問診療専任
の甘利です!
私が皆さまのところに
うかがいます!

通院が困難な方の様々な情報を考慮して、出来る限り住み慣れたご自宅で
快適な療養生活が送れるように医療面でご支援させていただきます。



お問い合わせ・ご連絡先は

医療法人 大医会 日進おりど病院 医療相談室 安形(あんがた)
〒470-0115 日進市折戸町西田面110番地
TEL 0561(73)7771 FAX 0561(73)6159 までご相談ください

医療法人 大医会 日進おりど病院

〒470-0115 愛知県日進市折戸町西田面110番地 TEL: 0561-73-7771 (代表)

日進おりど病院

検索

<http://www15.ocn.ne.jp/~daiikai>



Net あじさい

No. 6

Nissin Orido Hospital • The Net AJISAI

2011年 夏・秋号
日進おりど病院



トピックス

TOPICS

- ・入院費が心配という患者さまへ
- ・ご案内 (前田耕太郎先生)

- ・平成23年度糖尿病教室のご案内
- ・日進市民健診が始まりました

ORIDO WORKER

- ・頼れる医師紹介 松井寛先生
- ・新任医師の紹介 小平泰永先生
- ・医療相談室紹介

- ・病児および病後児保育のご案内
- ・入院患者さまの栄養管理について
- ・脂質検査項目についてのおはなし
- ・骨粗鬆症 Q&A
- ・防災グッズのご紹介
- ・ふれあいコミュニティ
- ・外来受診時のお願い
- ・在宅療養支援病院をご紹介します!



Netあじさい

巻頭言

理事長 大島 慶久



平成23年3月11日、未曾有の災害、東日本大震災が発生しました。被災された皆様に心からお見舞い申し上げます。日本を守るにはどうしたらよいか、我々は立ち止まることなく行動し続けなければなりません。

三陸地方では、既に平安時代の初めから巨大地震・津波に襲われた記録が残っているそうです。

東日本大震災も、少しは復興の端緒も見え始めましたが、安全な地域の再建には一体何が必要なのか、地方自治体も国も、今回のような大震災に巻き込まれない為、人々の叡知を集結し覚悟を決めて、津波常襲地で被災の悪循環を断つ意味でも被災地での復旧でなく、住民の高台への移住を中心とした新しい地域づくりを目指すべきではないかと思えます。

自然の猛威に対し人間の無力さをこれ程感じさせられたことはありません。しかし、我々は無力感に陥って無気力になることなく、人智を尽くして持てる力を結集し、この災害を克服していかなければなりません。

家を失い、財産を失い、生活基盤を失って苦しむ人々、肉親や友人を失い、故郷を失って呆然としている人々。被災者の徹底的な救済に我々は全力を傾注する時だと思えます。

この復興には長い歳月と、粘り強い努力が必要となります。しかしこの国の再生の契機とするためにも前向きに受け止めていきたいものです。

この度の災害に関する報道を見聞きする中で、病気に対する対応の必要性を改めて痛感しました。

施設は崩壊、医療機器は使い物にならず、薬もなければ、マンパワーも無い中で、気力を尽くして医療に取り組む医療スタッフの勇気と努力に敬服しました。

私共の病院にも被災時に供えて一定のマニュアルは存在しますが、まだまだ不備を痛感せざるを得ません。災害があってはいけません。万が一の災害に対応できる病院づくりを今後とも粘り強く頑張る所存です。どうぞ倍旧のご指導・ご支援を心よりお願い申し上げます。

医療法人 大医会では、3月11日に発生した「東日本大震災」の被災者様に向けて職員募金を行い、集まった義援金245,110円を中日新聞社事業団へお届けしました。

「東日本大震災」で被災された皆さまに、心よりお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復興をお祈り申し上げます。

医療法人 大医会 職員一同

TOPICS トピックス

入院費が心配という患者さまへ

入院費の窓口負担が自己負担限度額までになります!

「入院が必要と言われたけど、医療費ってどのくらいかかるんだろう?」と心配されてみえる患者さま、ご家族さまはたくさんおられることと思います。今回、ご紹介させていただく高額療養費制度を申請することで、窓口での支払いが自己負担限度額までとなります。

病気やケガで入院をしたり、手術をするなどによって高額な医療費がかかり、自己負担3割といえども、家計に大きな負担がかかります。

70歳未満の患者さまは、入院が決まりましたら必ず申請をしましょう!!

申請はとっても簡単!!

! 申請の手続き

この制度を受けるには、必ず事前の申請が必要です。

医療費の自己負担限度額は、所得区分に応じて異なります。医療機関の窓口でその所得区分を明らかにするために、「限度額適用認定証」が必要になります。

●入院が決まる

●認定証の交付申請

●認定証の交付

当院のソーシャルワーカーが、詳しくご説明させていただきますとともに、申請のお手伝いもさせていただきます。

●認定証を病院の窓口で提示して、限度額までを支払う

注意

ご入院後に手続きを行う場合は、必ず入院された同月中にお願いします。月が替わってからご提出されても、前月からの適用にはなりません。お手元に認定証が届きましたら、速やかに1階総合受付までご提示ください。

! 自己負担限度額

交付された限度額適用認定証に記載された所得区分に応じて、自己負担限度額が計算されます。

所得区分「一般」の方の限度額 = 80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%

例) 入院時の医療費が40万円かかった場合の自己負担額

●認定証未申請の方 ……医療費400,000円×自己負担割合3割=120,000円

●認定証を申請された方 ……80,100円+(400,000円-267,000円)×1%=81,430円

38,570円を負担せずに済みます!

ご注意ください!!

- 差額ベッド代など、保険診療の対象とならないものや入院時の食事代(標準負担額)は含まれません。
- 月の1日から末日まで、暦月ごとで計算されます。
- 70歳以上の方は、事前手続きをすることなく、窓口での自己負担額は一定額以下とされています。
- 限度額適用認定証は、保険証とともに、月に一度、1階総合受付まで必ずご提出ください。

ご案内

4月より、NHKテレビなどでもお馴染みの藤田保健衛生大学医学部消化器外科教授であります前田耕太郎先生の診察が始まりました。

専門は、消化器を中心とした診療です。特に小腸・大腸(結腸、直腸)・肛門における外科診療になります。



前田 耕太郎 先生

診察日 毎週 木曜日 午前診 / 9:00~12:00まで
夕診 / 16:00~19:00まで

経歴

1979年 慶應義塾大学医学部卒業
1985年 慶應義塾大学伊勢原病院外科同手術室長
1987年 Lund University Ma Imo General Hospital 外科留学
1989年 Birmingham University 外科留学
1990年 社会保険埼玉中央病院外科医長
1995年 藤田保健衛生大学医学部消化器外科助教授
2004年 藤田保健衛生大学医学部消化器外科教授
現在に至る

専門実績

日本外科学会理事・日本外科学会指導医
日本消化器外科学会評議員・指導医
日本癌治療学会代議員
チェコ外科学会名誉会員
日本大腸肛門病学会理事・指導医
国際外科学会日本支部常任理事
日本ストーマ・排泄リハビリテーション学会理事長
National Cheng kung大学客員教授
大腸肛門機能障害研究会会長
三越医学賞受賞
大腸肛門機能カンファレンス代表世話人など

ひとりで悩まないで!! 糖尿病と上手に付き合っていく方法を一緒に考えます!

平成23年度 糖尿病教室のご案内

当院では、年10回 糖尿病教室を開催しています。糖尿病についての正しい知識を深め、病気の進行を防ぎ、上手に付き合っていくよう医師、管理栄養士、薬剤師、臨床検査技師、理学療法士が患者さまと一緒に考えていきます。アットホームな会となっております。患者さま同士の意見交換の場ともなっています。是非お気軽にご参加ください。

申し込み方法

予約制となっておりますので、ご希望の方は主治医までお申し付けください。

場所・時間

当院2階 会議室 13:00~(1時間程度)

費用

1回当たり80円から240円(保険の負担割合によってかわります)

平成23年度 スケジュール

4月5日(火)	これで解る! 糖尿病の基礎知識 (終了)
6月7日(火)	食事療法のコツ 基本編 (終了)
7月5日(火)	糖尿病の検査について—糖尿病と診断されるまで—
8月2日(火)	食事療法のコツ 応用編
9月6日(火)	合併症の予防
10月4日(火)	ストレスコントロール
11月1日(火)	運動療法について
12月6日(火)	糖尿病の検査について—糖尿病と診断されてから—
2月7日(火)	インスリン療法について
3月6日(火)	今年度のおさらい



自宅で気軽に血糖測定

(薬剤師: 広瀬)

糖尿病の治療は血糖コントロールが基本です。しかし、血糖がぐんぐん上がってもなかなか自覚症状が出にくく、病院で採血をしてもらわないと自分でもなかなか分からない事が多いと思います。また、血糖は一定ではなく食事や運動など日々の生活条件により常に変動し、その動きには個人差があります。インスリンや経口剤など薬を使っていると、その変動はさらに複雑になります。

そんな血糖を上手にコントロールするためには、まず自分の血糖の動きを知り、日常生活を見直す事が重要です。その手助けとなるのが「血糖自己測定」です。

医療機関でしかできなかった血糖測定を、24時間いつでも気楽に自分で測定し、揺れ動く血糖を患者さま自身がリアルタイムでとらえる。そして、その血糖の値を医療機関でも活かすことにより血糖コントロールが一段と向上し、より良い治療に繋がります。

当院でも治療中の患者さまにもこの血糖自己測定を行っていただくことができます。お値段、使用方法など詳細はお気軽に医師または薬剤師にご相談ください。



病児および 病後児保育のご案内



平成23年4月より、日進市の委託を受け、病気または病気の回復期にある子どもを家庭で育児できない場合に一時的にお預かりするサービスを開始しました。

「子どもが風邪で熱がある。でも、明日の仕事を休むことができない」、「熱は下がったけれど通常の保育はまだ無理かなあ…」というお母さんに代わり、小児科医・看護師・保育士の連携のもと、病気のお子さんをお預かりしております。

病児および病後児保育のサービス内容

利用日時	月曜～金曜日(土・日・祝日と年末年始はお休みです)
利用時間	午前8時30分から午後6時まで
対象年齢	生後6か月から小学3年生まで
利用料金	子ども1人につき、1日 2,000円
利用登録	原則、事前登録が必要です。事前登録は、日進市役所児童課で受付しています。
昼食	昼食は当院にて提供します(ミルクは除く)



ご利用方法

① ご予約 … 前日 午前9時～午後7時

- ・ご利用希望日の前日に日進市役所(0561-73-7771)へ電話で予約をしてください。
※ご予約は、前日のみ可能となっております。
- ・受付時間は、月曜日から金曜日(土日祝日と年末年始を除く)の午前9時から午後7時。
- ・出来る限り前日に当院小児科外来を受診してください。
- ・お部屋の状況等によっては、お預かりできないこともあります。

② ご利用時間 … 午前8時30分～午後6時

- ・午前8時30分に小児科外来受診後、保育士とともに入室となります。

③ お迎え … 午後6時まで ※必ず午後6時までに来院ください。

- ・利用料 2,000円をお支払いいただき、保育終了となります。



お願い

ご利用予定日は、午前8時30分に小児科医・看護師・保育士・事務担当者がすべて待機しております。キャンセルされる場合は、必ず事前にご連絡ください。



入院患者さまの栄養管理は 私たちNSTにお任せください!!

(Nutrition Support Team)

私たちは、食事をとることで「糖質」、「蛋白質」、「脂質」の三大栄養素やビタミンなどを摂取していますが、食事をとることができないなど不適切な栄養管理では、病気の悪化や回復の遅れが生じたりします。

当院では、医師・看護師・薬剤師・臨床検査技師・言語聴覚士・管理栄養士で構成する栄養サポートチーム(NST)が、栄養状態の低下した患者さまを把握し、適切な栄養状態へ改善していくことを目的として活動しています。



脂質検査項目についてのおはなし

今回は、
わたくし村田和香奈が
「脂質における検査項目」
についてご説明します!!



中性脂肪 (基準値: 30-149mg/dl)
食事として摂取する脂肪分のほとんどは、中性脂肪という形をしています。中性脂肪が血液中に多くなりすぎると、肥満や脂肪肝などになり、またLDLコレステロールの増加を促進することから、さまざまな動脈硬化性疾患の危険因子となります。

総コレステロール (基準値: 128-219mg/dl)
総コレステロールは、血液中に含まれる全てのコレステロールの総量(HDLとLDLを合わせた値)を指します。コレステロールは、主に肝臓でつくられます。全身の細胞の膜の構成成分であり、からだをつくるのに不可欠な脂質です。胆汁酸として腸に排出されたものは、大部分が再度吸収されて再利用される仕掛けになっていますが、この合成、吸収、排泄のバランスが崩れ、血液中にコレステロールが過剰になると動脈硬化が促進されます。

HDLコレステロール (基準値: 40-96mg/dl)
HDLコレステロールは、血管内壁にへばりついて動脈硬化を引き起こすコレステロールを引き抜いて、肝臓に戻すはたらきをしています。いわば、血管内の掃除役ともいえる存在で、このことから「善玉コレステロール」と呼ばれています。逆に言えば、HDLコレステロールが減ってしまうとコレステロールが血管に蓄積して動脈硬化の危険が増すということになります。

LDLコレステロール (基準値: 70-139mg/dl)
LDLコレステロールは動脈硬化や虚血性心疾患、脳血管障害などを引き起こす危険因子とされ、「悪玉コレステロール」とも呼ばれています。LDLコレステロールの値が高く、HDLコレステロールの値が低い場合は動脈硬化が進行しやすいので注意が必要です。

皆さまはいかがですか?
採血の検査結果で中性脂肪150mg/dl以上、HDLコレステロールが40mg/dl以下、LDLコレステロールが140mg/dl以上ではありませんか?
これに該当する方は、主治医の先生にご相談くださいね!!
早めの対応で未然に動脈硬化を防ぎましょう。

臨床検査技師 村田 和香奈



頼れる医師紹介

松井 寛 先生



interview No.6

今回は、外科の松井寛副院長をご紹介します。いつも診察・手術・当直ととても多忙な松井先生ですが、インタビューが進むにつれて、先生の患者さまを第一に考えられる姿勢に改めて強い思いを感じました。

- ◆ご出身はどちらですか?
愛媛県です。学生時代は一人暮らしで、なんでも!ひとりでやりましたよ。
- ◆学生時代はどんなことをしていましたか?
ホントに、平凡な学生だったと思います(笑)
今はやらないですが、スキーはのめり込みました。
- ◆好きなスポーツは何ですか?
ゴルフは時間のある時にたまに行きますよ。最近は、流行の自転車にも少し乗っています(笑)
皆さんも交通安全を守って事故には気を付けて乗るようにしましょうね。
- ◆ご自身の性格をひとことで言うと?
短気だと思います(笑)
みなさんも、そう思っていないですか?(笑)
- ◆ご趣味は?
特にはないですかねえ〜。何か見つけないといけないとは思っているんですが...
- ◆休日はどのようにお過ごしですか?
のんびりしていますよ。
皆さんと同じようにビールを飲みながらTVでドラゴンズの野球観戦して、ストレス発散し、鋭気を養っているみたいな感じです(笑)
- ◆好きな食べ物は?
かつ丼! うなぎ!! あと、牡蠣が好物ですかね。
- ◆医師になっていなかったら、なにになっていましたか?
何となくですよ。コンピュータ技師とかになっていたような気がします(笑)
- ◆医師になり、印象に残っているエピソードはありますか?
交通事故で肝臓破裂をした患者さんを助けるためにひと晩中手術をしていたことです。
外科医になったので、こういう例がたくさんありました。
- ◆外科医になろうと思ったきっかけは何ですか?
治療結果がすぐに分かる手術が自分に向いていると思ったからです。
- ◆医師として常に心掛けていることは?
患者さんにとって一番いい治療を考えて行うことを常に心掛けています。
- ◆当院を受診される患者さまに一言お願いいたします。
受診された際には、遠慮なくご自身の症状を何でもお話くださいね。検査結果からだけではなく、その会話の中で今後の治療や治療効果の判断がされることもありますから。
今後も精一杯頑張りますので、これからも宜しくお願いいたします。

お忙しい中、ご協力ありがとうございました。

新任医師の 紹介



小平 泰永 (こだいらやすなが) 医師

4月より赴任されました、放射線科医の小平泰永先生をご紹介します。
放射線科医とは?どのようなことをされているのか、皆さまにはご存じないところがあるかと思えます。そこで小平先生ご本人から、どのような職種であるのか、また役割などをわかりやすくお話ししていただきます。

KODAIRA YASUNAGA



放射線科というと、大抵の方はレントゲン写真を撮る場所を連想されるでしょう。また、放射線科医となると、内科医や外科医と違って馴染みの薄い方がほとんどではないかと思えます。
放射線科医とは、写真をみて診断をする"画像診断医"と放射線をあてて癌を治療する"放射線治療医"に大別されます。私は主に"画像診断医"をしています。
画像診断医の主な仕事は、CTやMRIなどの画像を見て、病気の種類や範囲を診断し、主治医に報告します。

現代医療において、画像診断は非常に重要な役割を担っています。もちろん、内科や外科などの医師もCTやMRIの診断はできますが、画像診断医は種々の最先端画像診断を専門とし、画像診断に関する各科にまたがる知識や機械の知識を勉強しています。主治医とは独立した見方から診断を行い、見落としがないようにもします。忙しい外来診察で、情報量の多い画像を診断することは担当医にとってもストレスになります。また、各診療科の専門分野以外の診断は少なからず手薄になります。ちょっとした見落としが患者さまにとって一大事にならないとも限りません。また、診断に至るにあたって、複数の違う立場の評価があった方が診断の幅が広がります。主治医の先生と画像診断医のダブルチェックで検査の診断精度を高めることができます。

その他に内科や外科の医師らと患者さまにどの検査が適しているかを相談したり、機械の性能をより引きだして医療に役立てるため、放射線技師と協力して精度管理を行うことも重要な仕事です。また、患者さまが余分な被曝をしないようにし、検査の安全性を高める努力もしています。

なかなか皆さまと直接会ってお話するような機会は少ないのですが、医療の質を陰から支え、皆様のお役に立てるようにと思っております。

今後とも、宜しくお願いたします。

日本はCTやMRIの国民一人あたりの台数は世界一多く、容易にこれらの恩恵を得ることができます。しかし、日本では放射線科医は少なく、多くの病院で放射線科の常勤医が不在というのが実状です。



経歴・資格	
経歴	平成 5年3月 昭和大学医学部 卒業
	平成 9年3月 昭和大学大学院放射線医学教室 卒業
	平成 9年4月 昭和大学医学部放射線医学教室 員外助手
	平成 9年7月 太田熱海病院 放射線科 医員
	平成10年4月 太田熱海病院 放射線科 部長
	平成12年4月 総合南東北病院 放射線科 医長
	平成13年4月 総合南東北病院 放射線科 科長
	平成15年4月 総合南東北病院 放射線科 科長
	福島県立医科大学 放射線科 臨床教授
	平成16年4月 総合南東北病院 放射線科 科長
	PET・ガンマナイフ高度診断治療部門 PET部長
	福島県立医科大学 放射線科 臨床教授
	平成17年7月 藤田保健衛生大学 坂文種報徳會病院 放射線科講師
	平成23年4月 日進おりど病院 放射線科部長
	藤田保健衛生大学 放射線科 客員講師
資格	平成 5年 5月10日 第87回医師国家試験合格(医籍登録番号 第356477号)
	平成 9年12月11日 昭和大 医学研究科内科系医学博士号(甲1344号)
	平成10年 9月 1日 日本医学放射線学会 放射線科専門医(No.3094)
	平成16年 8月 1日 日本核医学会 核医学専門医(第400006号)
	平成17年10月 1日 PET核医学認定医(第P00218号)

部署紹介 医療相談室

相談して みませんか?



前田綾子です!

少しでも皆さまの不安や悩みを軽く出来るように、笑顔をお忘れず、もっともっと成長していきたいと思っております。

主任 安形典子です!

『日進おりど病院にソーシャルワーカーがいてよかった』
とってもらえるように頑張ります!

根角(ねかど)美沙江です!

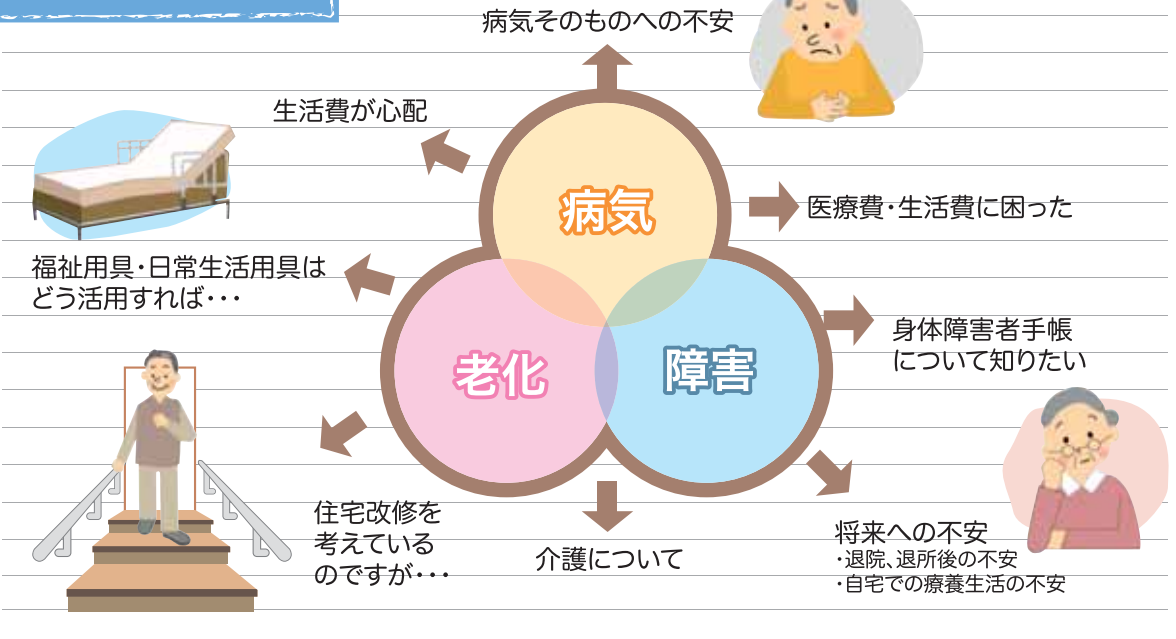
去年の8月より医療相談室で勤務する事になりました。
一日も早く皆さまに頼られるソーシャルワーカーになれるよう頑張りますのでよろしくお願いたします。

突然のけがや病気、またそれに伴う障害や長期化...
皆さんの生活の中で不安に思っていることはありませんか?

私たちソーシャルワーカーは、そのような生活の中での不安について皆さんと話し合い、よりよい解決方法を見つけ、安心して生活が出来るよう一緒に考えていきます。

また、必要な場合、病院・施設スタッフ・保健所・福祉事務所、その他地域の人々などとも連携し安心して生活が続けられるようお手伝いをさせていただきます。

例えばこんな事も



●秘密は厳守いたします ●相談は無料です ●不在時は総合受付にてお問い合わせください

早期発見が命を救う!!

日本人の死因第一位であるがん(悪性新生物)。かつては“不治の病”と言われていましたが、今は初期で発見されればほとんどが完治するようになりました。がんの中で二番目に死者数の多い胃がんは、初期(ステージI)で発見された場合、90%以上治癒しています。

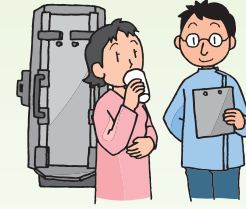
継続的な健康診断の目的は、早期発見にあります。健康診断は大切な時間や費用を要しますが、万一進行がんで発見された場合、あなたの身の回り、つまり仕事や家庭環境は180度変化してしまいます。あなたの健康はあなただけのものではありません。ぜひ、この機会に健康診断の重要性を理解していただき、365日分の1日を健診の日に充ててください。



胃がん検診

胃がん検診は毎年受けていれば大丈夫...ではありません!!

健康診断は継続することが大切ですが、検診の質も同じように大切なのです。バリウムによる胃がん検診は、撮影装置や、撮影する技師の技量や経験により大きく左右されます。つまり、検診を受けることはもちろん、**検査を受ける医療機関・健診機関を選ぶ必要のある検診**なのです。



当センターでは、フルデジタル高画質X線TVを導入しており、従来のX線装置よりも少ないX線量で高精細に撮影することができます。さらに、経験豊富な放射線技師が撮影を担当しています。良いX線写真とは情報量の多い写真のことなのですが、その情報量は導入されている装置や技師により生み出されているのです。

“経験豊富な技師が、最新の撮影装置で妥協することなく最高の画像を撮る”これが当センターの胃がん検診です。

年に1回の大切な胃がん検診、ぜひ予防医学推進・研究センターにお任せください。



撮影装置 フルデジタル高画質X線TV
【バリウムでの検査もデジタル化】
従来のX線TV装置よりも少ないX線量で的確な撮影が行なえます。バリウムによる胃の検査もすべて高画質でデジタル化することにより、更に見落としを少なくします。当然、拡大機能なども装備しており、微小がんの発見に有効となります。

日進市にお住まいの方へ 今年も、がん検診が 始まりました。

詳しくは、当センター発行の「日進市民健診が始まりました」の冊子をご覧ください!



大切な体・命を守るために 乳がん検診は必ず受けてください!

田中好子さん(元キャンディーズ)のご冥福を心よりお祈りいたします

2011年4月、元キャンディーズの田中好子さんが乳がんを患い亡くられたというニュースが目に入り、30代以下の世代では「キャンディーズのスーちゃん」ではなく、『ちゅらさん』や『てのひらのメモ』などの「女優の田中好子」さんですが、今回の訃報は大きな衝撃を受けました。乳がんの治療、そして再発を繰り返しながらも活動を続けていたとのことで、女優への強い思いに驚くとともに、30代での発症、55歳での逝去...**乳がんの特徴とも言える若い年齢での罹患や、他臓器への転移**は、改めて乳がんの怖さを認識させられました。

今や、日本人女性の約20人に1人が乳がんにかかっています

乳がんは**早期で発見すれば90%以上治癒**しています。また、**早期であればあるほど乳房温存療法**など、治療法の選択肢も広がります。しかし、日本の検診受診率はわずか20%程度です。欧米では80%以上の方が乳がん検診を受けており、死亡者数は確実に年々減少しています。私たちは日進市において、乳がん検診の受診率をまず50%まで上げたいと考えています。そうしなければ、若くして亡くられる方を減らすことはできませんし、また乳房温存療法へと導けないからです。



超音波検査
超音波を使用した検査で、痛みや体への負担のない検査です。



マンモグラフィ
乳房専用のX線撮影装置で、乳房全体を撮影する検査です。視診・触診では発見できない病変や、石灰化のある小さな乳がんの発見に適しています。

そこで、当センターでは、 「質の高い検診と受診しやすい環境づくり」 のため、次の3つのことを行っています。

① 女性の医師・技師による検査

当センターでは、マンモグラフィ検査、超音波検査、視・触診、すべて女性の医師・技師が担当いたします。

「乳がん検診は女性の医師・技師にしてもらいたい」というたくさんの方の声にお応えして、昨年よりすべての曜日におきまして女性の医師・技師による検査が可能となりました。

② 質の高い検診

マンモグラフィ検診精度管理中央委員会の認定を取得

当センターではマンモグラフィ検診精度管理中央委員会より、マンモグラフィ検診施設として認定されています。これは、乳がん検診に対する質の高さと、取り組みが認められたものです。

検診マンモグラフィ読影認定医師による診断

認定試験に合格した認定医師による読影を行います。

検診マンモグラフィ撮影認定診療放射線技師による撮影

認定試験に合格した女性の診療放射線技師が担当します。



③ 無料託児所完備

小さなお子さまがみえても安心して検診を受けていただけるよう、無料の託児所をご用意しております。

当センターとなりの『つくし保育室』にて、経験豊かな専任の保育士がお子さまを大切にお預かりします。

●お預かりできるお子さま

0才児から小学校入学前までのお子さまをお預かりしております。
※病気や体調の悪いお子さまはお預かりできませんのでご了承ください。

●お申し込み方法

事前予約が必要です。健康診断ご予約の際にお申し付けください。
※事前のお申し込みがない場合、ご利用いただけません。



ご予約・お問い合わせは

医療法人 大医会 日進おりど病院
予防医学推進・研究センター
TEL 0561(73)3030

こつ 骨粗鬆症

予防と治療の重要性



骨粗鬆症とは

からだの骨の強度が低下して、骨折のリスクが高まる状態にあることを“骨粗鬆症”といいます。日本においては現在、骨粗鬆症の方が約1,100万人程度存在すると推定されており、高齢化社会の到来によりその数はさらに増加することが予想されます。

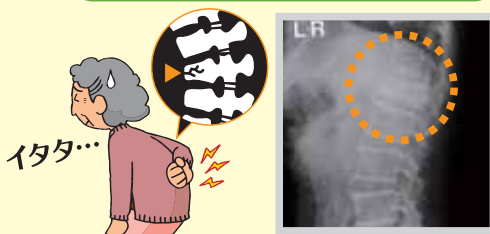
整形外科 森田充浩 医師
(月曜9:00~12:00担当)



骨粗鬆症になるとどうなるの？

ちょっとしたことで**骨折**するようになります。特に骨粗鬆症でよくみられる骨折は、ころんで股関節のつけ根で折れる大腿骨頸部骨折や、尻もちをついて背中に激痛が走るのが特徴の胸腰椎圧迫骨折、そして手をついて手首が折れる橈骨(とうこつ)遠位端骨折などです。また困ったことに、背骨の骨粗鬆症は慢性的な腰痛の原因であったり、もしくは無症状で背中が曲がってきたりするため、気づかれないまま放置されることが多いのです。**痛み止めやシップがあまり効かない中高年の腰痛**の場合にはこの病気を疑ってみる必要があります。

背骨の圧迫骨折

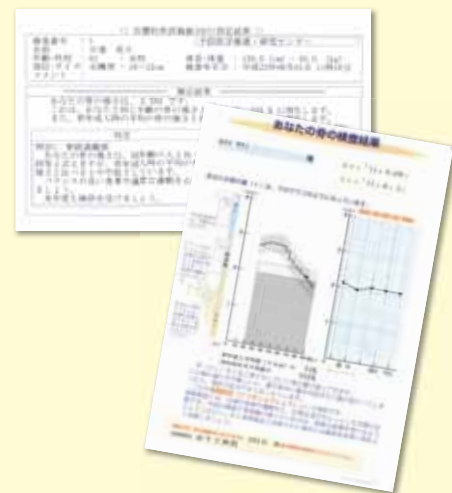


原因は？

明らかな男女差があり、**女性が男性より約3倍多い**といわれています。これには閉経に伴う更年期からの**女性ホルモンの低下**が関わっているとされています。また、大腿骨頸部骨折は北関東や東北で少なく、関西や四国、九州で多い西高東低であることがわかっており、それが**納豆を食べる習慣**の有無によるものだと考えられています。納豆はビタミンKを豊富に含んでおり、骨質を高める役割があるとされています。その他、**日照時間の短い北欧の人、過激なダイエット**で栄養バランスの偏りがちな若い女性、高コレステロール状態や糖尿病などのいわゆる**メタボリックシンドローム**などでも骨を弱らせてしまっていることがわかっています。愛知のみなさんはちょうど日本の真ん中に位置していますが、あなたは納豆を食べる習慣がありますか？ない方は要注意かも…。

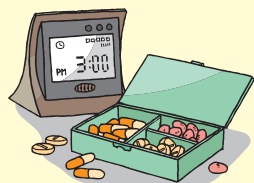
検査は何をするの？

骨密度測定といって、骨の量を測る検査を行います。それと血液や尿のデータをみて判断します。また、整形外科では症状の起きやすい骨のレントゲンを撮影して、無症状であっても骨のかたちや骨の線維(骨梁)の減少を見つけてだすことが可能です。



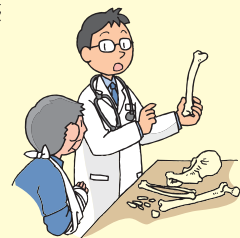
治療方法は？

原因に応じた成分の補充や治療のお薬を投与し、また運動を促す指導を行います。お薬については飲み薬だけでなく、簡単な注射による治療も開発されており、とても**有効な治療方法**となっています。



まずはどうすれば？

骨粗鬆症は骨折を起こすまで**自覚症状に乏しい**という特徴もあります。身長が縮んだ、背中が丸くなった、体が重だるいといった変化を感じたら、早めに**整形外科**を受診して調べてもらうように心がけましょう。



●お知らせ

当院では月曜から土曜まで毎日、整形外科の診療を行っております。骨粗鬆症はだれもがなり得る病気です。骨密度測定自体にはさほど時間はかかりません。不安に思う方は一度整形外科までご相談ください。また併設の予防医学推進・研究センターでもカルシウムドッグ(骨密度測定、栄養士による食生活指導)を行っております。是非ご利用ください。

ふれあいコミュニティ

災害に備えるための防災グッズをご紹介します!



東日本大震災で被災された方に心よりお見舞い申し上げます。一日も早く安心し、そして安全な生活を送られることを願ってやみません。そこで、今回は改めて『災害に備えるための防災グッズ』をご紹介します。整えておけば安心!とっさの時に冷静に対応することができるはずですよ。

1 水(ポリタンクやバケツも一緒に)

飲料水、生活用、トイレ用として必需品です。お風呂のお湯などを常にとめておくとう便利です。

2 簡易トイレ

組み立て式、袋状タイプなどさまざまなタイプが市販されています。家族の人数分揃えておくことをおすすめします。



3 靴

底が厚いものを準備し、布団の横、ベッドの下に備えておくことで屋内でも安全に避難することができます。靴下も忘れずに。

4 懐中電灯

手で回して発電するタイプが便利です。



5 食事・非常食

救援がくるまでの3日分をそなえるといいでしょう。レトルトタイプや嗜好品としてチョコレート、飴玉など。

6 衣類

日常用、かさばる防寒用は圧縮袋などを利用するとコンパクトになります。雨具は傘でなくカッパを用意してください。



7 薬

病院は重症の方が優先されますので、ある程度のケガは自分で手当ができるよう必要な救急セットを備えてください。毛抜き、はさみも忘れずに。栄養が摂りにくくなる可能性があるのでサプリメントも用意しておくといいと思います。

8 ウェットティッシュ

筒型のもありますが、水に流せるタイプやあかちゃんのおしり拭きでもいいと思います。

9 水のいないシャンプー

市販されています。ストレスになる髪のごよれをきれいに。

10 帽子

髪の毛の乱れ、汚れをかくすために。



! 肢体に不自由のある方のためには…

肢体が不自由な方の場合、避難などおっさの行動が難しい場合があります。まわりの人たちの協力が必要となります。

- 車椅子、杖などの歩行用具がいつでも使えるところに置きましょう。必要であればおんぶ紐を用意しましょう。
- 普段から避難経路を確認しておきましょう。
- 家具や冷蔵庫など転倒しそうなものから離れましょう。
- 車椅子のブレーキは落下物の危険の少ない場所でかけましょう。
- 人手が足りないときは、周囲の方に助けを求めましょう。



県外出身の当院スタッフが、地元の魅力やおすすめスポットを毎回紹介します!

わたしの ご当地 名物紹介

その6 広島県編



皆さん、「広島」って意外に近いって知ってましたか!? 名古屋から新幹線で2時間半しかかからないんです(笑)
世界文化遺産に登録された宮島や原爆ドームをはじめ、広島には魅力的なスポットが多く、四季それぞれの楽しみ方もいっぱい! 広島の隠れた名所もご紹介します。
(臨床検査科: 山根 香織)



① 世界遺産・厳島神社 (広島県廿日市市宮島町)

やっぱり、ここは外せないでしょう! 日本三景にも選ばれるほどの美しさ。宮島に渡るフェリーから見える海に浮かぶ鳥居や厳島神社には感動します。到着してからは、鮮やかな朱色に囲まれた廊下を渡りながら見える景色に更に感動します。
宮島散策もお勧めです。「揚げもみじ饅頭」や「焼き牡蠣」など広島ならではの美味しいものがいっぱいあります!! もみじ饅頭のお店はガラス張りになっていて、出来上がる工程を見ることが出来ます。



【美味しいお店をご紹介します♪】

せっかく広島・宮島を訪れたのなら、穴子料理の「うえの」さんに寄っててください。ここの穴子丼をぜひ食べてみてください! うなぎとはまた違った、あっさりとした中にくらとした食感が美味しいですよ☆
宮島へ渡るフェリー乗り場の近くにありませう。ぜひ立ち寄ってください。



② 霧の海 (広島県三次市)

三次市は360度見渡す限り山に囲まれた盆地です。秋の寒い朝には、前が見えないくらいの深い霧が出ます。車の運転にも注意が必要になるくらい、濃い時もあります。
『霧の海』の由来は、霧から頭を出した山を島に見立て、まるで霧が海のように見えることからそう呼ばれています。その景色は幻想的で、言葉では言い表せない美しさです。この景色は、さまざま条件が揃わないと見られないんです。地元では霧の海がみられる予報も出しているの、ぜひ調べてから登ってください。
小学生の遠足で登るような低い山からも見ることが出来ます。頑張った先に美しい景色が見れるなんて、登りがいがありますよね☆朝早く暗いので、車で上がるのもお勧めです。



③ 焼き牡蠣 (広島県呉市)

冬に広島を訪れたのなら、ぜひ牡蠣をお腹一杯食べてみてください!!
呉にある焼き牡蠣バーベキューではバケツ一杯の牡蠣がお値打ち価格で食べられます☆牡蠣以外にも穴子やイカなど海の幸がいっぱい!!
ただ行列ができるほど人気なので覚悟して行ってください。

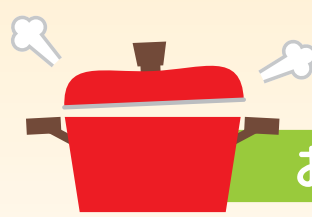


その他にもまだまだ広島には見所がいっぱいあります☆最近では『大和ミュージアム』という戦艦の模型や戦争時の貴重な資料を飾ってある新しい観光スポットができました。お好み焼きも本場の味を味わってください! 歴史の散策や美味しいものを食べにぜひ広島に遊びにきてください☆



簡単レシピ

お鍋一つで水なし簡単トマトスープ



東日本大震災で被害を受けられた方々に、心よりお見舞い申し上げますとともに、1日も早い復興と皆様のご健康をお祈りしております。

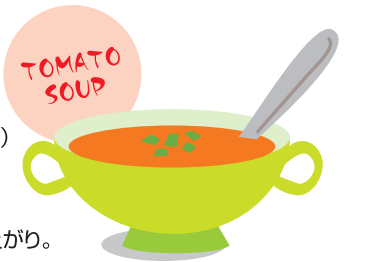
さて、今回は…水が足りない! ガスが! 電気が使えない! 調理器具が足りない! などなど不測の事態でも簡単に作れるレシピをご紹介します。今回あえて材料や調理法も自由に設定しました。その時手に入っている食材で、またその時使える調理法で作れるように☆
まずは、野菜を切ってお鍋にほうりこみ火をかけるだけ! っていう水がなくても作れる簡単シンプルトマトスープ♪

材料 (2人前)

- ・トマト水煮缶.....1缶 (もし、トマトがあればトマト2~3個を1cm程度に角切りにして使用してもOK。)
- ・お肉や野菜などお好みで (今回、私は玉ねぎ1/2個とセロリ1本とソーセージ3本を使用しました。鶏肉やベーコン、きのこ、ピーマンやナスなどもOK。野菜が無い場合は缶詰のマッシュルームやアスパラなど。)
- ・塩コショウ.....適量
- ・固形スープ.....1個
- ・あればニンニク 1かけと赤唐辛子 1本程度 (今回私はどちらも乾燥にんにくスライスと乾燥輪切り唐辛子を使用しました。これらは常備しておく、普段でもとっても便利です。)

作り方

- ① 玉ねぎを0.5cm程度の厚さに輪切り、お肉やその他野菜は小さめの一口大に切る。
- ② 鍋にオリーブ油とにんにく・赤唐辛子を入れて弱火でいため、香りが出てきたら玉ねぎ→トマト(ホールトマトは手やフォークで軽くつぶして汁も全量入れる) →お肉→その他野菜の順に、お鍋に重ねて入れる。最後に固形スープの素をぽんと入れる。
- ③ 必ず蓋をして、中火から弱火で10分~15分加熱する。
- ④ 野菜から水分が出て、お肉にも火が通っていたら、軽く混ぜて塩コショウで味を調べて、出来上がり。



★ アレンジメニュー ★

茹でずにそのまま煮込んでパスタに変身!!

材料

- 簡単トマトスープの材料に、
- ・パスタ.....100g
 - ・お水.....1/2~1カップ程度

作り方

パスタなどがあれば約100g程度と1カップ程度(野菜などの量によって調節してください)のお水を足して一緒に煮込めばトマトパスタの完成です。スパゲティなどのロングパスタの場合はバキバキと折ってから使うと、食べやすい味も馴染みやすいですよ。今回、私はフジリパスタを入れました。



● ガスや水道よりも電気の復旧のほうが早いよね~ という時にはレンジとボウル一つで作っちゃいましょう♪

耐熱ボウルに上記の材料とオリーブ油大さじ1を入れて、よく混ぜ合わせてラップをして、使ったパスタに書いてある湯で時間と同時間、レンジ(600W)で加熱する。
その後、一旦取り出して(熱いので注意)再びよく混ぜ合わせて、再度レンジで5分程度加熱して、全体に火が通ったら完成! パスタの種類や入れる食材によって加熱時間は多少変わりますので、様子を見て加熱してくださいね♪