

福渡病院だより

病院の理念

- ◎地域医療に努め
皆様に愛される
病院を目指します
- ◎人間愛を基本とし
最良の医療の
提供に努めます

● ● ● 第 15 号 ● ● ●

2013年5月発行

発行：岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院
〒709-3111 岡山市北区建部町福渡 1000 番地
<http://www.fukuwatari-hp.jp/> TEL: 086-722-0525
※5月1日から岡山市域が同一の市外局番になりました。



ピロリ菌って何？

最近、マスコミで取り上げられることが多くなりましたので、耳にしたことのある人も多いと思います。ピロリ菌の正式名称は「ヘリコバクター・ピロリ菌」と言います。「ヘリコ」は“らせん”、「バクター」は“細菌”、「ピロリ」は“幽門部（胃の出口）”を意味し、胃の出口付近で発見された、らせん状の細菌”ということです。



ピロリ菌

ピロリ菌は細菌の一種ですので、感染します。ピロリ菌が感染する場所は胃の粘膜です。感染するとそこに炎症が起きます。これが「胃炎」です。胃炎の状態が長く続くと「潰瘍（かいよう）」や「胃がん」が発生することがあります。しかし、ピロリ菌を治療することで、完全ではありませんが、潰瘍や胃がんを予防することが期待されています。

ピロリ菌の感染診断や治療はこれまで、「胃潰瘍」、「十二指腸潰瘍」、「胃マルトリンパ腫」、「特発性血小板減少性紫斑病」、「早期胃がんを胃カメラで治療した後」の場合しか、保険が適用されていませんでした。今年（2013年）2月からは胃カメラで「慢性胃炎」と診断されれば、保険で受けられるようになりました。ピロリ菌の治療は1週間の内服治療で、8～9割の成功率です。胃もたれや胃の不快感などの症状は慢性胃炎が原因のことがありますので、症状のある方は内科にご相談ください。（内科）

新しい骨密度測定装置を導入しました

健康は骨から。気になる方は早めに検査を受けましょう。

検査は簡単で痛みもなく安心して受けられます。

骨粗しょう症になりやすい人

- ・やせた人
- ・カルシウム不足
- ・運動不足
- ・閉経後の女性
- ・高齢



手すり付き全自動身長体重計を導入しました

この体重計は乗るだけで身長、体重やBMI（肥満度）を全自動で測定します。また、手すりを持ったままでも計測できますので、介添えを必要とする方にも安心です。

手すり付き
全自動身長体重計



福渡病院

検査便り



今回は当院で行っている
生理機能検査の簡単な説明と、
機器の説明をさせていただきます。

(臨床検査科)



生 理 機 能 検 査	心電図		心臓の筋肉が鼓動を打つために発生する微弱な電気信号を、体表面につけた電極から検出します。電極は胸部に6カ所、手足に4カ所つけて、12誘導心電図を記録します。狭心症、不整脈、心肥大などがわかります。
	ホルター心電図		心臓発作があっても、来院されて検査をした時には異状が無い場合があります。そのようなときは携帯型の心電計を24時間装着して心電図を記録します。胸に5カ所の電極を貼り、約80グラムの心電計を腰の位置に装着します。入浴は可能です。24時間記録しますが、入院の必要はありません。
	呼吸機能		当院では基本的なスパイロメトリー検査を行っています。厚紙でできた筒状のマウスピースをくわえて頂き、技師のかけ声に合わせて呼吸をして頂きます。1秒量と1秒率を算出し、呼吸器疾患のチェックのために行います。
	血圧脈波		PWV（脈波伝搬速度）による動脈硬化の程度（血管年齢）と、ABI（足関節/上腕血圧比）による下肢動脈のつまりを検査します。両腕と両足首に血圧計を巻いて検査します。
	超音波		超音波が発生するプローブを身体の表面にあて、各臓器の状態を検査します。当院では技師が主に、腹部（肝臓・胆嚢・膵臓・腎臓・脾臓など）、心臓、頸動脈の超音波検査を行っています。最近では、透析患者様の透析用シャントエコーも始めました。また、専門医が実施する腹部エコー。外科医師が実施する乳腺、下肢動静脈エコーもあります。

おしっこをしらべるとわかること

■おしっこは健康のバロメーター

おしっこには、いろいろな成分がとけこんでいます。おしっこを観察することは、その人のからだの情報を得ることなのです。いらないものがきちんと出ていない、からだに大切なものが出てしまっている……。おしっこを調べると、健康状態、そして病気の有無を探ることができるのです。



おしっこでわかる『からだの情報』

■自分で観察

おしっこの回数や量、におい、色などは、自分でもチェックすることができます。ときどきおしっこを観察してみて、いつもとようすがちがうと感じたら、いちど医療機関で受診してみましょう。

●色●

水分をとる量や汗をかく量などでおしっこの色は変化します。「赤み」や「白いにごり」は危険信号です。

●におい●

飲みものや食べ物によってもにおいはかわります。甘酸っぱいにおいには要注意。

●回数●

1日の目安は昼間に5~7回、夜間に0~1回。水分をとる量や汗をかく量などで変化しますが、だいたい1日に1000~2000ml くらいの

おしっこを出しているのです。

排尿回数が極端に多くなるのが頻尿で、腎臓や尿路（おしっこの通り道）のトラブルが考えられます。

■尿検査

医療機関で行われる尿検査は、おしっこに含まれる成分などを調べるもの。おしっこをとるだけでできるとも簡単な検査で、さまざまなことがわかるのです。

●調べるもの●

ウロビリノーゲン、赤血球、白血球、細菌、ビリルビン、ケトン体、糖、たんぱく、酸性・アルカリ性など。

●わかること●

肝臓の病気、腎臓の病気、尿路の病気、胆嚢・胆管の病気、糖尿病など。

ワンポイント

管理栄養士からのアドバイス



カリコサラダ(4人分)

作り方

- ①じゃがいも、人参、きゅうり、ベーコンは1cm角に切る。
- ②じゃがいもは形がくずれないように茹で、冷ます。人参は柔らかくなるまで茹でて冷ます。ベーコンはフライパンで炒める。

材料(4人分)

- じゃがいも…200g
- 人参…40g
- きゅうり…60g
- ベーコン…40g
- コーン(ゆで)…40g
- マヨネーズ…大さじ1と1/2
- 酢…大さじ1と1/2
- 食塩、こしょう…少々
- サラダ油…大さじ3

新じゃがをはじめ、春から夏にかけて旬を迎える野菜をいろいろ使ったカラフルなサラダを紹介します。じゃがいもには風邪予防や美肌効果のあるビタミンCが豊富で、加熱しても壊れにくいのが特徴です。



- ③Aを合わせておき、②とコーン、きゅうりを加えてあえる。

1人分 エネルギー…176kcal
塩 分…1.0g
食物繊維…1.4g

(栄養科)

病室の床頭台、TVが新しくなりました

当院ではこのたび患者さんにより良い療養環境を提供するために、病室の床頭台とTVを更新しました。また、透析室のTVもすでに新しくしています。



◀病室

▲透析室

ご意見をお寄せください

当院では患者さま、ご家族の方々、そして地域の方々とともに、より良い病院にしていきたいと考えております。当院をご利用になられて、お気づきのことがありましたら、率直なご意見をお聞かせください。

1階と2階(談話室)にご意見箱を用意しておりますので、ご活用ください。



理学療法士採用のお知らせ

4月1日付で三谷徹(理学療法士)を採用しました。

自己紹介

理学療法士の三谷徹と申します。リハビリを通して地域の方がより健康に暮らしていけるよう、お手伝いをしていきたいと思っています。一生懸命頑張りますので、よろしくお願いいたします。



三谷 徹

診療予定表 (2013年5月現在)

【受付時間】 午前 8:00 ~ 11:30 午後 1:30 ~ 4:00
【診療時間】 午前 9:00 ~ 12:00 午後 2:00 ~ 4:00

※外科の診察時間は、午前9:00~12:00 午後2:30~4:30とさせていただきます。
(外科では、手術その他のため午後休診となることがあり、出来るだけ午前中の外来受診をお勧めします。)

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前のみ
内科	武進	片岡淳朗	岩崎良章	片岡淳朗	塩田哲也		塩田哲也	植田昌敏	塩田哲也	植田昌敏	担当医 (第1・3・5)
			塩田哲也 【予約】	塩田哲也 【予約】							
外科	黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		黒瀬匡雄		大森敏規 (第1・3・5)
整形外科	井上巴加 【予約】			三谷 茂 (第2・4) 【予約】				遠藤裕介 【予約】			
形成外科				稲川喜一							
眼科	塚本真啓 (15:00まで)								古瀬 尚 (15:00まで)		
循環器科			寒川昌信 (第3)		今西 薫 (第1)						
心臓血管 外科		古川博史 (第2・4)									
脳神経 外科											難波洋一郎 (第1)
心療科											寺田整司 (第3) 【予約】
泌尿器科										小林知子 (第1)	
婦人科								担当医 (医療センター医師) (第2・4)			

※第2・第4土曜日の外来診察は休診いたします。(急患はこの限りではありません。)

※予約外来については、各科外来看護師・担当医師にご相談ください。

※医師の都合で診療日が変わる場合があります。あらかじめ職員にご確認ください。

編集 後記

夏を思わせるような日も、ちらほら出てくる季節になりました。熱中症は梅雨入り前の5月頃から出はじめ、梅雨明けの7月下旬から8月上旬に多くなるようです。人間が上手に汗をかくことができるようになるには暑さへの慣れが必要です。急に暑くなった

日に屋外ですごしたり久しぶりに暑い所で活動した場合は、熱中症になりやすいので注意しましょう。こまめな水分補給を心がけましょう。スポーツドリンクを水で薄めたもの等をのどが渇く前に、少しずつ飲むのが良いようです。(K.T)