

外来診療担当医師表

平成28年6月～

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前	診察室1	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	整形外科 いま むら 今村	一般・糖尿病内科 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 こ とう 後藤	整形外科 熊本大学病院 整形外科医師
	診察室2	一般・消化器内科 消化器内科部長 さ とう 佐藤至	一般・糖尿病内科 院長 うえ はら 上原	一般・糖尿病内科 きた の 北野	神経内科 よね もち 米持	一般・糖尿病内科 よし なが 吉永	呼吸器内科 (1・2・5週) いり き 入来 (3・4週) いち やす 一安
	診察室3	一般・糖尿病内科 代謝内科部長 え さき 江崎	循環器内科 副院長 ふた くち 二口	循環器内科 副院長 ふた くち 二口	一般・消化器内科 副院長 なか お 中尾	脳神経・脊髄外科 脳神経外科部長 きの 紀	一般・糖尿病内科 (1・4週) ふくしま 福島 (2週) 代謝内科 医師 (3週) うえはら 上原 (5週) えさき 江崎
	診察室5	呼吸器内科 呼吸器内科部長 つち やま 土山	呼吸器内科 えび はら 蛸原	呼吸器内科 つち やま 土山	呼吸器内科 えび はら 蛸原	呼吸器内科 つち やま 土山	
午後	診察室1	脳神経・脊髄外科 脳神経外科部長 きの 紀	整形外科 いま むら 今村	一般・糖尿病内科 きた の 北野	一般・糖尿病内科 え さき 江崎	一般・消化器内科 さ とう 佐藤至	一般・糖尿病内科 (1・4週) ふくしま 福島 (2週) 代謝内科 医師 (3週) うえはら 上原 (5週) えさき 江崎
	診察室2	呼吸器内科 いち やす 一安 (14:00～16:00)	消化器一般 総院長 いけ い 池井		神経内科 よね もち 米持	一般・糖尿病内科 よし なが 吉永	外来診療時間 午前診療 9:00～12:30 (受付は12:00まで) 午後診療 13:00～17:30 (受付は12:00まで) ※なお、急患はこの限りでは ございません。
	診察室3		一般・消化器内科 副院長 なか お 中尾				

※内視鏡外来(月～金曜の午前・完全予約制)(緊急時を除く)

訪問診療 (午後)	月	火	水	木	金
	副院長 なか お 中尾	院長 うえ はら 上原	さ とう 佐藤至	院長 うえ はら 上原	院長 うえ はら 上原

予約の状況や
検査・処置等により
順番が前後したり
待ち時間がかかる
ことがあります。
あらかじめ
御了承ください。



くまもと成仁病院



〒861-8041 熊本市東区戸島2丁目3番15号
電話 096-380-7011
FAX 096-380-9223
ホームページ <http://www.seijinkai-net.jp>

第40号
発行日
平成28年10月15日

だより



健康フェア

お問い合わせは くまもと成仁病院 (外来受付) Tel.096-380-7011

お知らせ 詳細につきましては当院までお問い合わせください

11月18日(金) 地域に選ばれる病院づくりの会
11月20日(日) 成仁会杯
ゲートボール・グラウンドゴルフ大会
11月20日(日) 看護部病棟:家族会
11月22日(火) ふれあいコンサート
1階フロアー/14時～15時
12月 クリスマス・餅つき・仕事納め
平成29年1月 仕事初め

編集後記

早いもので、あれから半年を迎えよう
としています。街中、「がんばるけん 熊
本」、「がまだせ!熊本」などの看板をあち
こちに見かけます。完全復興までは
時間も労力も遥かにかかりそうです。
今年のくまもと成仁病院 健康フェア
のテーマは、「熊本の元気は、みんなの元
気から!〜見つめ直そう自分のからだ〜」
健康なからだを維持しつつ歩みを進め
て参りましょう。次号もお楽しみに。



目次

- 院長挨拶 2
- Dr.コラム 3
- この資格なにをする人ぞ? 3
- 健康フェア 4・5
- びたみん通信 6
- 薬のよかハナシ 6
- 健康教室 7
- くまもと成仁病院病棟紹介 7
- 外来診療担当医師表 8
- お知らせ 8



理事長・院長
上原 昌哉

ごあいさつ

暑い夏も終わり、過ごしやすい時期になりました。9月18日(日)に当院の健康フェアが行われました。

本年度は、熊本地震のため、6月の健康祭りと8月の夏祭りを中止としましたが、地域の方々から「健康チェックはぜひ行って欲しい」との多くの声をお聞きましたので、9月に入り「祭り」の文字を抜いて健康フェアを執り行いました。例年通り、400名程度の地域住民の方々に心電図や血糖などの検査を行いました。

またイベントとして託麻東小学校の器楽部の演奏やばってん城次さんたちのステージも賑わいました。

私は「糖尿病と熊本地震」「残薬問題」などについて講演を行いました。糖尿病の方々に、熊本地震の後、家の片づけや庭の手入れで血糖コントロールが良くなされた群と、避難所生活のため毎日の運動ができず、また食事野菜が足りず、血糖コントロールが悪くなされた方々などを紹介し、運動療法と食事療法の重要性についてお話ししました。残薬問題では、現在日本で1年間に推定400億以上の残薬があるため、処方工夫、訪問薬剤師の利用などを活用して少しでも残薬を減らしましょうと訴えました。

まだまだ熊本地震の影響がいたるところで見受けられますが、くまもと成仁病院は、地域の方々と共に、前を向いて歩いてまいる所存ですので、健康や介護・病気のご相談はいつでも当院にご相談下さい。

特定医療法人
成仁会
理念

医療・介護・福祉の分野において、人と人とのつながりを大切にし、地域社会の健全な発展に貢献できる病院・施設を目指します。

特定医療法人
成仁会
基本方針

- 1 患者様・利用者様の権利と意思を尊重し、満足のいく信頼と安心できる医療・介護サービスを提供します。
- 2 地域の医療・介護・福祉事業の中核となり、地域社会の向上に努めます。
- 3 安定した経営基盤を確立し、誇りとやりがいを持って働くことのできる病院・施設を目指します。



Dr.Column ドクター・コラム

物忘れ？認知症？

神経内科 米持 康寛



高齢化社会となり認知症患者は年々増えています。認知症高齢者の数は2012年の時点で全国に約462万人と推計されており、2025年には全国で認知症を患う人の数が700万人を超えと言われており、65歳以上の高齢者のうち、5人に1人が認知症であることになります。

年をとれば誰でも訪れる「物忘れ」。「眼鏡がない」「さっきもその話したよ」、「今日は病院だよ。忘れていたの」などなど、日常でよくある会話ではないでしょうか。これは単なる物忘れなのか？それとも認知症なのか？悩むことが多いのではないのでしょうか？今回は、物忘れと認知症の違いを簡単に話したいと思います。

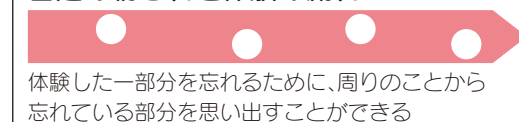
物忘れと認知症の決定的な違いは下記の通りになります。つまり、忘れていることを認識できるかできないかがポイントになります。

つまり、忘れているという認識があればまだ「認知症」ではなく、「物忘れ」であるといえます。

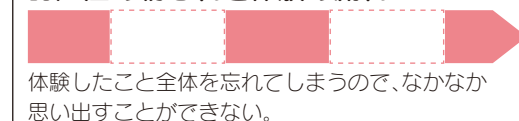
しかし、物忘れだからといって安心はできません。認知症の前段階である軽度認知障害(MCI)の可能性があるからです。ではどうすればいいのか？なるべく、頭を使うようにすることと、適度な運動をすることが必要になります。最近の研究で、適度な運動をすることで認知症を発症しにくくなることが示唆されています。

適度な運動をする習慣で、体と脳の健康を維持していくことがこれからの高齢化社会では必要になってくると考えられます。みなさん、今のうちから適度な運動をする習慣を身につけましょう。そしていつまでも健康な体と脳を維持しましょう。

普通の物忘れと体験の流れ



認知症の物忘れと体験の流れ



この資格なににする人ぞ？ 4



臨床検査技師

臨床検査技師とは、患者様の身体の状態を知るために、医師の指示のもとにさまざまな検査を行う仕事です。症状が現れる前に異常をとらえることもあり、病気の早期発見、早期治療につながります。医師は検査によって得た情報をもとに患者様を診断し、治療方法の判断や治療効果の確認もできるので、臨床検査は診療において重要なものとなります。

臨床検査技師の仕事は大きく分けると検体検査と生理機能検査の2種類に分けられます。検体検査は、患者様から採取した血液や尿などをもとに検査します。これにより、炎症の有無や糖尿病の患者様の血糖コントロール値などさまざまな身体の変化を知ることができます。

生理機能検査は、心電図や超音波検査など患者様の体を直接検査する生体検査です。これにより、不整脈や心筋梗塞など心臓に異常がないかを調べたり、腫瘍や結石などの異常をとらえたりします。

迅速かつ正確なデータの提供を進めると共に、医師や看護師など他部門との連携・診療支援の充実を目指しています。





理事長挨拶

くまもと成仁病院 健康フェア



子供たちによる薬剤師体験

2016年9月18日(日)、くまもと成仁病院健康フェアが開催され、約400名の方が来場されました。会場は1階と5階に分かれており玄関前には露店も設置されました。今年度は1階にステージを設け、心電図、視力測定、歯科検診、薬剤師体験が行われました。5階では体力測定をはじめ、各種相談、脳力検査、AED体験、骨密度、血管年齢、歩行アシスト体験などを行いました。ステージでは毎部のみなさんと、成仁会スクラッチバンドの演奏等が披露されました。また、今年はスペシャルゲストとしてばってん城次さんをお迎えし、「肥後にわか」があり、会場一杯笑いに包まれました。後半では、豪華賞品が当たる抽選会を行いました。見事当選された方はおめでとうございます。

今回の健康フェアでは地域の方々に医療・介護・福祉を中心とした医療機関として、健康を保つためには何が必要か、楽しみを交えながら体験することで皆様の健康に対する意識や知識を高めることが出来たのではないかと思います。今後も日頃の感謝の気持ちを込めるとともに健康を支えるような医療機関でありたいと思います。



ストレスチェック



理事長による講話



健康体操で健康な体づくり



歩行アシストのデモ



転倒危険度チェック



露店



血圧・血糖などの測定



始まりを告げる職員によるスクラッチバンドの演奏



入院患者様・通所利用者様による貼り絵



託麻東小学校器楽部の演奏



スペシャルゲスト ばってん城次

成仁としま保育園の園児たち



身体測定



AED体験



医師による健康相談

ご来場ありがとうございました。

びたみん通信

VOL
17

甘酒パワーで夏バテ解消

“甘酒”といえば、寒い時期に温かくして飲むイメージがありませんか？実は江戸時代から、夏バテ対策や疲労回復のために温かいまま、もしくは冷やして飲まれていたそうです。

甘酒にはブドウ糖、ビタミンB群、アミノ酸などが含まれており、病院でうける点滴と良く似た成分が含まれていることから、「飲む点滴」といわれています。しかも、体内への吸収がよく、疲労回復効果が抜群。夏の暑さで弱ってしまった身体を元気にしてくれます。

また、便秘やダイエットにも良く、さらに美肌効果も期待できるといわれています。

甘酒には、酒粕から作ったものと米麹を発酵させて作ったものがあります。酒粕から作ったものには大量の砂糖が加えてあるためカロリーが高くアルコールも含まれています。米麹から作ったものはノンアルコールで原料の自然の甘みがあり、酒粕から作ったものと比べるとカロリーはやや低めです。とは言ってもカロリーもそこそこありますので、毎日少しずつ飲むのがいいようです。

かんたんレシピ

甘酒と梨のスムージー

日本古来の栄養ドリンクである「甘酒」と旬の果物「梨」を使った、とっても簡単な飲み物です。



材料(3杯分)

甘酒 …… 120cc
(米麹から作ったものを使用)
梨(中) …… 1個

1杯分
約67kcal

〈作り方〉

- ① 梨は皮と芯を取り除き、適当な大きさに切る。
- ② 梨と甘酒をなめらかになるまでミキサーにかければできあがり。

薬のよかハナシ

vol
3

小青竜湯のヒミツ

～アレルギー編～

アレルギーに使える漢方があるのを知っていますか？最近アレルギー性鼻炎の患者様が多いですね。

その治療で使う西洋薬では効かない、効きすぎて副作用が辛い…といった患者様の声もよく耳にします。

今回は、そんな方々に処方されている、代表的な漢方の一つの小青竜湯のお話です。

小青竜湯の効能効果は「気管支炎・気管支喘息・アレルギー性鼻炎・アレルギー性結膜炎・感冒」です。

名前の由来は中国の四神の一つである「青竜」(東の神)の青い色と麻黄の色を関連付けて小青竜湯と称されます。その他の四神は「朱雀」(南の神)、「白虎」(西の神)、「玄武」(北の神)です。色はそれぞれ、赤、白、黒です。

小青竜湯の構成生薬は麻黄・桂皮(桂枝)・芍薬・半夏・五味子・細辛・乾姜・甘草の8種類からできています。

症状や体質に合わせて使うのが漢方の特徴ですが、この生薬の組み合わせだと次のような症状の人が有効です。

- ・体力が中等度またはやや虚弱
- ・うすい水様の痰が出る
- ・水っぽい鼻水、くしゃみが出る

また、小青竜湯だけ飲むのではなく、その人の症状に合わせて人参湯や小柴胡湯など体質改善に使う他の漢方を組み合わせて使うとより効果が上がるお薬です。

症状はあっているはずなのに小青竜湯だけで鼻水が止まらないという方は、薬剤師に相談の上、そういった使い方をしてみるのもいいかもしれませんね。



麻黄に含まれるエフェドリンは血圧を上昇させる働きがあるので、高血圧の方は注意が必要です。また、組み合わせによっては甘草の1日の上限量を超えるので、他の漢方を同時に飲みたい場合は必ず医師・薬剤師に確認してください。

漢方薬と言えば副作用のない安全な薬のイメージがありますが、副作用がないわけではありません。医師・薬剤師の指示に従って服用してください。

健康教室

今後も予定しています。どなたでもご参加できますので興味のあられる方はぜひ一度足を運ばれて下さい。当院ホームページにおいても、健康教室の様子やお知らせなど掲載しております。「健康教室 成仁会」で検索して下さい。

第56回「医療介護のお役立ち情報」

社会福祉士 南利 雄一

入院した時に必要になる医療保険・介護保険、またその制度について分かりやすく講義をしてもらいました。入院した時にどれ位のお金がかかるのか、負担を軽減する仕組みなど、来て頂いた方も興味を持って聞いてもらえたのではないかと思います。また、入院中だけではなく、普段の生活で困られている方にも役立つサービスもあるので、気軽に相談してみてください。

震災後初めての健康教室でしたが参加して頂いたみなさん、ありがとうございました。



第57回「心と身体を整えよう」

～呼吸法・自主ストレッチを中心に～
理学療法士 小場佐 美波

頭痛や腰痛、イライラ感、寝不足など、誰もが抱えている体の不調とストレスと関連性についての説明がありました。後半には、ストレス対処法として呼吸法・自主ストレッチを参加者全員で体を動かし、楽しく行う事が出来ました。

人によってストレス対処法はさまざまですが、ぜひストレスと上手に付き合っていけるよう過ごしていきましょう。



くまもと成仁病院病棟紹介

えっ!?成仁病院ってこんなことできるの!?

一般病棟(37床)

一般病棟では、急性期病院からの継続した治療やリハビリ、療養目的で転院されてきた方や、当院の外来受診後入院加療が必要な方、地域のクリニックや診療所の先生から紹介で入院される方などが入院されます。

回復期リハビリテーション病棟(45床)

回復期リハビリテーション病棟では、脳血管疾患、大腿骨頸部骨折等の運動器疾患、手術や肺炎等の治療後の廃用症候群の患者様に対して、日常生活動作の向上による寝たきり防止と家庭復帰を目的とした集中的なリハビリテーションを受けることが出来る病棟です。

当院の回復期リハビリテーション病棟では、医師・看護師・リハビリスタッフ(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)・社会福祉士・栄養士・薬剤師等が共同で、それぞれの患者様に合ったプログラムを作成し、プログラムに基づいて実生活での自立を目指したリハビリテーションを行います。

医療療養病棟(98床)

医療療養病棟は、急性期医療の治療は終了したものの、まだ継続的な医療提供の必要度が高く、ご自宅での療養には不安が残る患者様や継続したリハビリが必要な患者様に安心して療養していただける入院環境を備えた病棟です。

当院では、回復期リハビリテーション病棟の対象でない方の疾患別リハビリテーションや神経難病をお持ちの方のリハビリテーションや内服コントロール、慢性的に入院治療が必要な方や悪性腫瘍などの方への看取りのケア(ターミナルケア)など幅広いケアをひとり一人の症状・状況に合わせて提供させていただいております。

介護療養病棟(42床)

介護療養病棟とは、比較的重度の要介護者に対し、充実した医療処置とリハビリを提供する病棟です。この病棟は医療保険ではなく介護保険を利用して入院します。入院された要介護者に施設サービス計画(ケアプラン)にもとづいたケアや機能訓練、その他の必要な医療を行います。