かすみがうら

第191号
＜毎月1日発行＞

■ 発行所 ■
霞ヶ浦医療センター
かすみがうら編集局
〒300-8585
土浦市下高津2-7-14
Tel: 029-822-5050
Fax: 029-824-0494
E-Mail & WebSite
kasumi@hosp.go.jp
http://kasumi-hosp.jp

外来受診に関する患者さんへの三つのお願い

＜統括診療部長＞
～福永　潔～

一、かかりつけ医を持ってください

当院は地域医療支援病院です。紹介状が無い方の受診には三二四〇円の追加料金（選定療養費）が掛かります。当院の外来受付時間は平日午前八時三〇分～一一時です。開業医の先生にもかかりつけ医になってもらえると、必要な場合は紹介状を作成して頂けますし、午後にかかるのみです。日時間を設けてありますので安心です。

二、予約のない再診患者さんは受付時間内に来院してください

当院の外来受付時間は平日午前八時三〇分～一一時です。午後は検査、手術、入院患者の診療、予約外来の時間となっていますと、受付時間外に来院されますと、専門的な診察が行えない為、改めて予約診察をとって頂くことになります。平日午前八時三〇分～一一時までに受付して下さい。

三、急病で予約外の受診を希望される場合は電話連絡をお願いします

連絡無しで来院されますと、対応出来る医師が不在の為、診療をお断りする事があります。急病で予約外の受診を希望される場合は、電話連絡をお願いします。

電話番号は
〇二九（八二二）五〇五〇
です

わきが・多汗症について

暑さが続き、大量の汗やそれに伴う臭いが気になっていらっしゃる方も多いと存じます。汗やその臭いが気になりますと、仕事や勉強に集中出来なかったり、水色やグレー等薄い色の服が着られなかったり、人目が気になって外出出来ない…等日常生活に不便が生じます。これらは保険で治療が可能ですので、今回はその治療についてご紹介したいと思います。

●わきが

正式には腋臭症（えきしゅうしょう）といいます。アポクリン汗腺から分泌される脂肪酸を多く含む汗が過剰に分解されて特有の臭いを発します。アジア人は欧米人種と比較して体臭が少ない人が多く、他人種と比較して体臭が社会的に問題となりやすいようです。本人が必要以上に気にしてしまっている事もあります。

●多汗症

臭いは気にならないけれども汗の量が多く日常生活に支障をきたす状態です。エクリン汗腺から分泌される汗の発汗が増えることにより起こる全身性多汗症と、手のひらに多汗症が起こる局所性多汗症とに大別されます。全身性多汗症は、原因がいまだ不明な点が多く、日常生活に支障をきたすほどの多量の汗をかく人は人口の二～三％程度といわれています。局所多汗症は、原因疾患がなく、思春期に発症することが多いとされています。同じ症状でも、家族内よりあるかたが多いようです。

治療は、まず塩化アルミニウム液の外用から始めます。塩化アルミニウムが汗の穴を塞ぎ、更に汗を出す機能を弱める作用があります。外用で効果が得られない場合は、ボツリヌス毒素製剤（ボトックス）の皮内注射を行います。ボツリヌス毒素製剤は、神経から汗腺への情報伝達を遮断することにより、汗の分泌を抑えます。効果は個人差がありますが、平均して半年程度持続します。

ボツリヌス毒素製剤の注射は、痛みを伴いますので、局所麻酔薬を併用します。

ボツリヌス毒素製剤は、保険適応外使用ですので、自費診療となります。

●人間ドック及び脳ドックについて

わき汗や臭いは保険で治療出来る事がありますので、悩んでいる方は一度形成外科を受診してみてください。

今回はわきがと多汗症についてお話致しました。

＜人間ドック・脳ドック＞

平成二九年度から人間ドック・脳ドックを始めました。

三種類の基本コースと追加オプションがあり、午前や午後のみで受けて頂ける「半日ドック」をご用意しております。

当院では、人間ドック・脳ドックを行っております。この機会にぜひ受診をご検討ください。

生活習慣病予防の活動の一環として、厚生労働省と各都道府県では、毎年九月に「健康増進普及月間」として、健康増進に関する普及活動を行っており、生活習慣や自分の体を見直す良い機会となっております。

尿病、癌、心臓病、脳卒中等に代表される生活習慣病の増加が問題となっています。健康に長生きする為に、生活習慣病の予防と早期発見は非常に重要です。

●人間ドック

●料金
三万八八〇円（税込）

●検査内容
・身体測定（身長、体重、腹囲、肥満度）
・採血
・尿検査
・便検査
・胃内視鏡
・胸部X線
・腹部超音波（若しくは胃部X線）
・生理学的検査（血圧、心電図、視力、眼底圧、聴力、呼吸機能検査）
・問診

※国民健康保険、後期高齢者医療制度にご加入の方は、各市町村にてドック助成制度をご利用になれます。詳しくは各市町村にお問い合わせください。

●一日のスケジュール
①受付／午前八時
←
②検査／午前八時一五分～
←
③医師による診察／午前一〇時三〇分～
←
④終了／午前一一時三〇分

●脳ドック

●料金
五万二九二〇円（税込）

●検査内容
・身体測定（身長、体重、腹囲、肥満度）
・採血
・尿検査
・頭部MRI
・頭部MRA（脳血管撮影）
・認知機能検査
・頸動脈エコー
・頚椎X線直接撮影（二方向）
・生理学的検査（血圧、心電図）
・問診

※国民健康保険、後期高齢者医療制度にご加入の方は、各市町村にてドック助成制度をご利用になれます。詳しくは各市町村にお問い合わせください。

●一日のスケジュール
①受付／午後一時
←
②検査／午後一時一五分～
←
③医師による診察／午後三時～
←
④終了／午後四時

●オプション項目

・乳腺超音波（女性のみ）四三二〇円（税込）
・子宮頸がん（女性のみ）四四六〇円（税込）
・マンモグラフィー（女性のみ）六四八〇円（税込）
・前立腺癌（男性のみ）二七〇〇円（税込）
・腫瘍マーカー
・甲状腺機能検査 五四〇〇円（税込）
・骨密度検査 二一六〇円（税込）
・人生一〇〇年時代といわれる近年、医療技術の発達等により平均寿命は延び続けており、一〇〇歳を超える方も年々増えてきております。来るべき超高齢社会に伴い、生活環境の変化に対応するためには、言葉の通じない外国人と接する機会が増えるなど、言葉の壁を越えて、生活に必要なコミュニケーション能力を身につけることが必要となります。

●予約方法

・平日（月曜日～金曜日）午前九時～一一時にお電話ください。
・TEL 〇二九（八二二）五〇五〇（内線三一五一）

自己注射・血糖測定等に使用した針の処分について

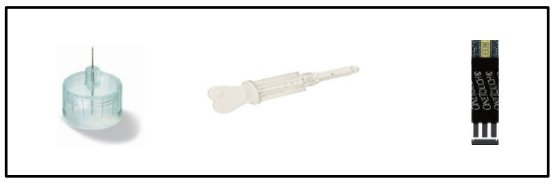
〈感染管理認定看護師〉
～菅野　勝司～

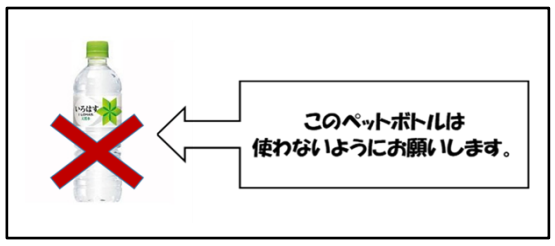
皆様、ご自宅で骨粗しょう症予防等のインシュリン注射や血糖自己測定をされている方はどのくらいの保管や処分をすればよいのでしょうか？

病院では、針が突き抜けない専用の回収容器に入れて専門の業者に回収・処分をお願いしていますが、ご家庭ではそのまま保管せざるを得ない場合は

一、出来るだけ強固な容器
二、蓋をする事が出来て中身が落ちない
三、簡単に手に入るものを使用する

次に廃棄の問題です。毎日のように針を使用する方も多いと思いますが、うっかり、ご家庭のゴミ箱に捨てたり、ペットボトルに入れて捨てたりすると、ゴミ収集の際に作業員の方が針刺し事故に遭う危険があります。





夏の行事食

〈栄養管理室長〉
～齊藤　由理～

手作りの太巻きと細巻きです。
暑いと、なかなか手作りする気になれない酢飯料理。手間は掛かるし、後片付けも一苦労。
寿司はコンビニやスーパーでお手軽購入の時代ですが、やはり手製巻き寿司は、温かみが伝わります（ほっこり…）　白飯より残飯が少なく、アンケートでも好評です。
ギュッギュと、すだれで手際よく、太い指で器用に大柄の調理師長が切り分けていきます。

冷やし中華も人気の特別メニュー

今年の夏は5月から。
猛暑の連続で食欲にも影響が出やすい日が続きますね。
特別メニューも「ざるそばと季節の天ぷら盛り合わせ」をご用意しました。

こちらは、七夕メニューです。

ちらし寿司とめかじき照焼、はじかみ生姜
水晶のように透きとおった冬瓜あんかけ
夏らしく涼やかに～～～
そして、魚の上には星ニンジン
真っ白な病室を美味しく色鮮やかに、暑さ吹き飛ばお食事作りを頑張っていますどうぞ召し上がれ

七夕には星をかたどったニンジンを準備

休診及び代診のお知らせ

平成30年9月分（8月28日現在）

休診日	診療科	休診医師	代診医師	備考
9月3日（月）	脳神経外科	角田	なし	
9月4日（火）	脳神経外科	角田	なし	
9月5日（水）	脳神経外科	角田	なし	
9月6日（木）	呼吸器内科	酒井	増田	
	産婦人科	市川（喜）	なし	
9月7日（金）	循環器内科	西	なし	
	整形外科	西浦	なし	
9月10日（月）	ヘルニア外来	岡崎（雅）	なし	
9月12日（水）	外科	岡崎（雅）	なし	
	乳がん検診外来	岡崎（舞）	なし	
	耳鼻咽喉科	星野	なし	
9月13日（木）	外科	影山	なし	
9月14日（金）	皮膚科	吉岡	松村	
	産婦人科	西田	なし	婦人科休診
	産婦人科	新井	なし	婦人科休診
	産婦人科	河野	なし	婦人科休診
	産婦人科	坂中	永井	状況により代診変更の可能性あり
	循環器内科	中澤	なし	
	麻酔科	－	なし	
9月18日（火）	乳がん検診外来	松尾	なし	
9月19日（水）	呼吸器外科	北沢	なし	
9月21日（金）	整形外科	西浦	なし	
	泌尿器科	和久	なし	
9月25日（火）	乳腺外来	星	なし	
9月27日（木）	消化器内科	高木	なし	
9月28日（金）	泌尿器科	和久	なし	

最新の情報は当院ホームページをご確認ください

ガマの油売り・日本舞踊来ました

今月はジャグリングです

先月の三〇日（木）に、土浦市の穂踊会の皆様が当院にお越しになり、ガマの油売り口上と日本舞踊の公演をしてくださいました。筑波和弘さんというガマの油売りの資格をお持ちの方がアドリブのジョークを散りばめながら、軽快な口ぶりでガマの油を売るパフォーマンスをされ参加した患者さんは大笑いしていらっしゃいました。日本舞踊も、五人の着物姿の女性と筑波さんが次々に踊りを披露してくださいましたが、参加された皆様はとてもいい気分転換になったと、喜んでいらっしゃいました。

ご協力を頂きました穂踊会の皆様には、厚く感謝申し上げます。

さて今月の患者さんイベントは、九月一二日（水）の午後二時から、当院のすぐ近くにお住まいの岡田孝之さまによる、ジャグリング（空中輪投げ）の公演です。どなたでもご参加頂けますので、皆様ぜひお越しください。

公開市民講座のご案内

●九月一八日（火）
午後三時より

「鼠径ヘルニア（脱腸）について」
外科　岡崎　雅也

〈場所〉
研修棟講堂

〈九月集団指導のご案内〉

☆減塩教室
日時　第三木曜日
　　午後二時～
場所　第四会議室
二〇日
『薬まかせにしない血圧管理
～食品中の塩分を知っておいしく楽しく減塩しよう～』
管理栄養士

☆糖尿病教室
日時　第一～四金曜日
　　午後三時～
場所　第四会議室
七日
『間食とお酒』
栄養管理士
一四日
『糖尿病とくすり』
薬剤師
二一日
『糖尿病とは・・・原因・症状・合併症など』
内科医師
二八日
『日常生活について』
看護師

※予約の必要はありません。お気軽にお越しください。