

+ ほっほっほ

福井赤十字病院

理念 人道・博愛の精神のもとに、県民の求める優れた医療を提供します。

基本方針 ◎患者様の人権と意思を尊重し、相互理解に基づく医療を遂行します。

◎医療の質の向上に努め、良質な医療を提供します。

◎地域医療機関との連携を推進し、一貫した医療の提供に努めます。

特集

生活習慣病について

内科スタッフから

生活習慣病の恐ろしさについて

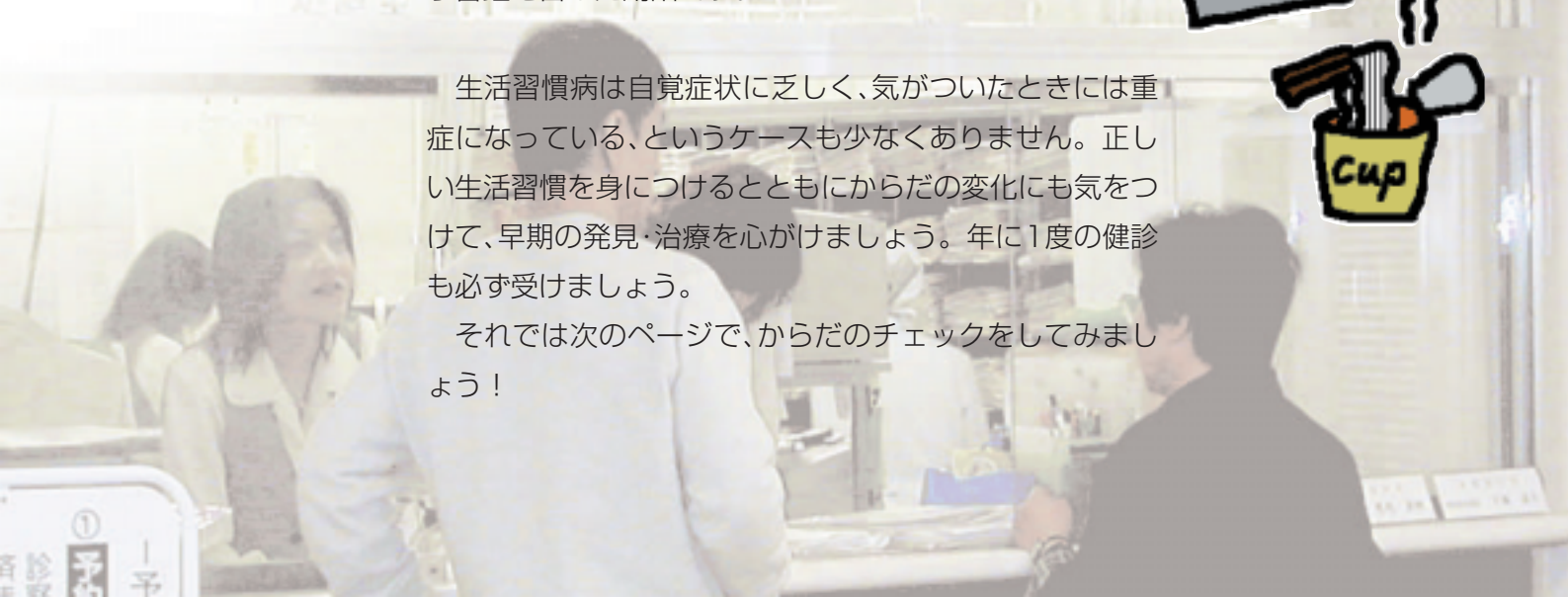
厚生省は平成8年10月に、従来広く用いられた“成人病”という名称は、高齢化に伴い不可避免的に起こる疾患という印象を与えるため、食生活、運動、喫煙、飲酒などの生活習慣を個人が意識して改善することにより発病を予防できる事実を強調して“生活習慣病”と改称しました。

英語ではlifestyle-related disease(ライフスタイル関連病)と言われ、疾患群には、高血圧、高脂血症、糖尿病、肥満、動脈硬化、心筋梗塞、脳卒中、大腸癌、肺癌、アルコール性肝炎、歯周病などが含まれます。

つまり、毎日規則正しく、昔ながらの養生訓とおりの生活をしていれば、長生きできますが、不摂生(ストレスの多い生活)をしていると知らないうちに寿命を縮めますよ、という警鐘を含めた用語です。

生活習慣病は自覚症状に乏しく、気がついたときには重症になっている、というケースも少なくありません。正しい生活習慣を身につけるとともにからだの変化にも気を付けて、早期の発見・治療を心がけましょう。年に1度の健診も必ず受けましょう。

それでは次のページで、からだのチェックをしてみましよう！



からだのチェック!

顔 シミが目立つ ▶ 肝・腎機能障害
 顔色が暗褐色 ▶ 肝機能障害
 顔色がピンク色 ▶ 高血圧、心臓病

耳 聞こえにくく
 耳鳴りがする ▶ 動脈硬化、高血圧

舌 表面が荒れている ▶ 胃腸障害
 片側に曲がる、ろれつが回らない ▶ 脳梗塞
 表面がつるつるして赤い ▶ 肝機能障害

眼 モノが二重に見える ▶ 高血圧、糖尿病
 チカチカしたり
 霞がかかったりする ▶ 糖尿病
 結膜が赤い ▶ 高血圧
 白目が黄色い ▶ 肝機能障害

鼻 鼻血が出やすい ▶ 高血圧、動脈硬化、
 糖尿病
 赤い ▶ 胃腸、肝機能障害

口・歯 口角炎 ▶ 胃腸障害
 口臭 ▶ 胃腸・肝機能障害、糖尿病
 口が渇く ▶ 糖尿病、腎機能障害



頭 朝、頭痛がする ▶ 動脈硬化、高血圧

爪 白っぽい ▶ 肝・腎機能障害
 中央がへこみスプーン状になる
 ▶ 貧血、甲状腺の病気
 太鼓バチのように膨れる ▶ 心臓や肺の病気

腹 食後に痛む ▶ 胃かいよう
 空腹時に痛む ▶ 十二指腸かいよう
 右わき腹の痛み、膨張感 ▶ 脂肪肝、胆石

脚 しびれる ▶ 動脈硬化、糖尿病
 つる ▶ 糖尿病、腎機能障害、動脈硬化
 片足だけ動きにくい ▶ 脳梗塞
 むくむ ▶ 糖尿病、心臓病

肩 左肩が痛む ▶ 心臓病

胸 左胸の痛みが続く ▶ 心臓病

背中 痛む ▶ 心臓病、肺炎、胆のう炎

腰 痛む ▶ 尿管結石、腎盂炎

手 手の平に赤い斑点ができる
 ▶ 肝機能障害
 しびれる ▶ 糖尿病、動脈硬化、
 高血圧、更年期障害

足の親指 激しく痛む ▶ 痛風



*これらはあくまでも症状の一例です。当てはまるものがあっても病気とは限りませんが、気になるようでしたら医師への相談をお勧めします。

日頃の予防について

食生活の改善・運動不足の解消は健康づくりに欠かせない大きな柱です。まず次の点から始めてみましょう。

- 野菜を多く摂り、脂肪・糖分量を多く摂りすぎない。
- 1日3食、規則正しく食べる。
- 夜9時以降の間食、夜食は控える。
- 休日のウォーキングを楽しむ。
- できるだけ階段を利用する。
- 用事は人に頼まず自分で動く。
- 適正な体重を保つ。

続けることは難しいですが、自分に合った方法を見つけ、暮らしのなかで習慣づけることが大切です。



健診センター看護師 中島豊子



部門紹介

薬剤部 薬剤部長 向眞一



医師の処方箋に基づき処方チェックを行い、患者様のお薬を調剤、そのお薬を正しく飲んでいただくための情報提供を行なうことが病院薬剤師の役割です。

現在、私どもの職場では、薬剤師19名、事務員2名、労務員1名が働いており、各職員が本院をご利用になられる患者様に対し、安心、満足、そして安全な医療が提供できるよう、医療チームの一員として日夜努力しています。



図1 科学天秤のモデル

なお薬剤部としては、「全ての患者様の満足につながるためのコミュニケーションを実践する」を指針とし、外来には相談コーナーを設け、入院患者様に対しては薬剤師が病室に赴き、服薬指導を行なっています。薬についていろいろと疑問をお持ちの方は、お気軽にご相談ください。



←ご存知ですか？

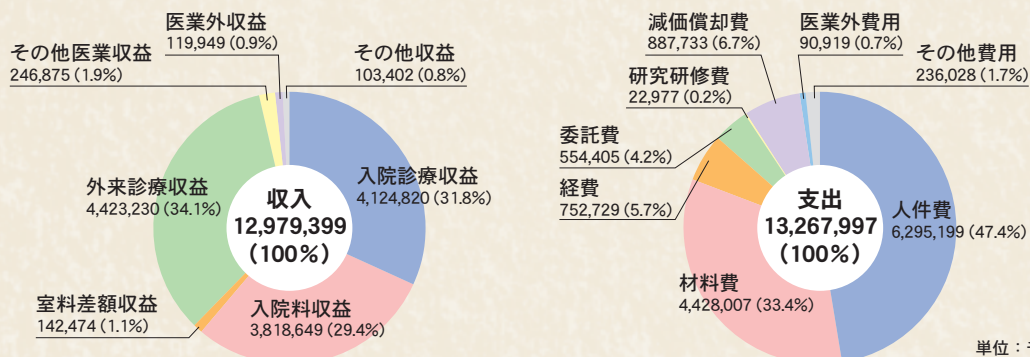
行事予定

- 5月 1(木) 日本赤十字社創立記念日(休診)
- 5月12(月) 13(火) 第3回赤十字月間・看護週間記念行事 9:00～本館1階ホール他
- 5月15(木) 16(金) 17(土) 18(日) 家庭看護法介助員養成講習 9:00～16:30栄養管理棟3階講堂
- 5月31(土) 市民公開講座「骨と関節の慢性疾患」～骨粗鬆症と関節リウマチの診断と治療～
14:00～栄養管理棟3階講堂
- 6月14(土) 28(土) 家庭看護法短期講習 9:00～12:00栄養管理棟3階講堂

トピックス

平成15年度予算概要

平成15年度においては、16年3月の新本館開院にともなう所要経費の対応、回復期リハビリテーション病棟の設置や、病院・病診連携をさらに推進。医療制度改革に適切に対応した健全な経営体制を目指す事業を策定し、これに基づく利益の確保、費用の削減、施設の近代化、IT化の推進等に重点をおいて予算を編成しました。



福井赤十字病院医師外来診療割当表

部分は、午後
平成15年4月9日～(順不同)

科別	区分		月		火		水		木		金	
内 科	1 診	総合					豊岡 重剛 (糖尿病)	豊岡 重剛 (糖尿病)				
	3 診	初診 総合・新患	豊岡 重剛		宇都宮一正 丹尾 多希		林 正則 田口 吉孝		夏井 耕之		田口 吉孝	
	5 診	再診 再来 (予約外・処方・注射)	丹尾 多希 (総合再来) (予約外)		田口 吉孝 (総合再来) (予約外)	丹尾 多希 (総合再来)	斉藤 誠司 (総合再来) (予約外)		比嘉 敏明 (総合再来) (予約外)	豊岡 重剛 (再来)	夏井 耕之 (総合再来) (予約外)	
	6 診	再診 総合・血液 (予約)	神谷 健一 (血液)	神谷 健一 (血液)	神谷 健一 (血液)	神谷 健一 (血液)	神谷 健一 (血液)		神谷 健一 (血液)		比嘉 敏明 (総合再来)	
	7 診	再診 総合・肝臓 腎臓・糖尿病(予約)	宇都宮一正 (腎臓)	宇都宮一正 (総合)	林 正則 (総合)	林 正則 (総合)	稲邑 克久 (肝臓)		林 正則 (総合)	林 正則 (腎臓)	稲邑 克久 (肝臓)	
	8 診	再診 総合・糖尿病 甲状腺・肥満(予約)	夏井 耕之 (甲状腺)	夏井 耕之 (肥満)	豊岡 重剛 (糖尿病)	豊岡 重剛 (糖尿病)	夏井 耕之 (糖尿病)	夏井 耕之 (糖尿病)	田口 吉孝 (糖尿病)	田口 吉孝 (糖尿病)	丹尾 多希 (総合)	
循環器科	初 診		下條 途夫		坪川 明義		下條 途夫		吉田 博之		血澤 克彦/松久 誠治	
	再 診		吉田 博之	吉田博之・血澤克彦/松久誠治	下條 途夫	下條 途夫			坪川 明義	坪川 明義	下條 途夫	下條 途夫
精 神 科	診 療		大森 晶夫(1・3週) 村田 哲人(2・4週)									
消化器科	診 療		西川 邦寿		永井 勝也		西川 邦寿		畑 正典		西川 邦寿	
			畑 正典		宮地 英生		畑 正典(第1.3.5週) 宮地 英生(第2.4週)		宮地 英生		永井 勝也	
中 央 内視鏡室			宮地 英生・永井 勝也 岡島 達也・金井 昌代・稲邑 克久		西川 邦寿・畑 正典 岡島 達也・金井 昌代・稲邑 克久		畑 正典/宮地 英生・永井 勝也 岡島 達也・金井 昌代・青竹 利治		西川 邦寿・永井 勝也 岡島 達也・金井 昌代・丹尾 多希		畑 正典・宮地 英生 岡島 達也・金井 昌代	
中 央 超音波室			左合 直・有園 茂樹 田中 文恵・青竹 利治・川上 義行		坂井 豊彦・有園 茂樹 根来 慶春		有園 茂樹・坂井 豊彦 藤井 秀則・馬場園 豊		左合 直 根来 慶春・稲邑 克久		坂井 豊彦・左合 直 青竹 利治・川上 義行・馬場園 豊	
呼吸器科	1 診		赤井 雅也		藤田 晴之		赤井 雅也(新患)		藤田 晴之(新患)		山口 将史(新患)	
	2 診		長谷 光雄(新患)		中村 保清(新患)		中村 保清		長谷 光雄		赤井 雅也	
	3 診		山口 将史		長谷 光雄		長谷 光雄		山口 将史		中村 保清	
	再 診・午 後				(睡眠時無呼吸外来)							
呼 吸 器 外 科	午 後		(予約再診)		(予約再診)		(予約再診)		(予約再診)		(予約再診)	
小 児 科	1 診		山中 晃・平井 隆(交代制)		山中 晃		山中 晃・平井 隆(交代制)		平井 隆		山中 晃	
	2 診				平井 隆				森川 洋匡			
	3 診		中村 凱次 由井 理洋 西村 光敏		林 修平 西村 光敏		中村 凱次 平城 徹		西村 光敏 由井 理洋 林 修平		林 修平 平城 徹 由井 理洋	
	午 後		(慢性腎) 林 修平		(アレルギー) 中村 凱次		(神経)1・3・5週 中村 凱次 (一ヶ月検診)2・4週 由井 理洋 (予防注射)西村 光敏		(気管支喘息・夜尿症) 中村 凱次		(乳児検診)由井 理洋 (予防注射)西村 光敏 (育児外来)予約制	
外 科	1 診		田中 猛夫		広瀬 由紀		松下 利雄		田中 猛夫		松下 利雄	
	2 診		馬場園 豊		川上 義行		田中 文恵		青竹 利治		藤井 秀則	
	3 診		広瀬 由紀		藤井 秀則		山本 広幸		田中 文恵		山本 広幸	
	午 後						(乳腺外来)				(乳腺外来)	
整形外科	午 後		(ストーマ外来)									
	1 診		玉木 茂行		高塚 和孝		武田 拓之		中山 憲		高木 治樹	
	2 診		中山 憲		高木 治樹		中村伸一郎・北折 俊之(交代制)		玉木 茂行		高塚 和孝	
	3 診		術後外来		中村伸一郎		術後外来		北折 俊之		武田 拓之	
脳 神 経 外 科	午 後				(リウマチ・関節外来) (脊椎外来)				スポーツ・小児整形外科			
	1 診		徳力 康彦		細谷 和生		時女 知生(脳卒中)		徳力 康彦(脳卒中)		細谷 和生(脳卒中)	
	2 診		中村 威彦		中村 威彦		横山 洋平		時女 知生		地藤 純哉	
	午前(初診・予約外)		近藤 誉之(新患・予約外)		近藤 誉之(予約)		北島 和人		近藤 誉之・松本 理器(新患・予約外)		近藤 誉之(予約)	
神経内科	午 前(予約)		筒井 広美		北島 和人(新患・予約外)		濱野 忠則		北島 和人(予約)		筒井 広美(新患・予約外)	
	午 後(予約)		筒井 広美				近藤 誉之		小笠原美華			
	1 診		酒井 利恵		酒井 利恵		鈴木利栄子		酒井 利恵		酒井 利恵	
	2 診		猪口奈緒子		鈴木利栄子		猪口奈緒子		猪口奈緒子		鈴木利栄子	
皮膚科	初 診・処 置		鈴木利栄子		猪口奈緒子		酒井 利恵		鈴木利栄子		猪口奈緒子	
	午 後		酒井 利恵		(形成外科)		猪口奈緒子		鈴木利栄子			
	1 診		三原 信也		塚原 健治		松井 太		三原 信也		塚原 健治	
	2 診		塚原 健治		三原 信也		塚原 健治		松井 太		松井 太	
泌尿器科	3 診		杉本 和弘		松井 太		杉本 和弘		杉本 和弘		杉本 和弘	
	午 後				(神経因性膀胱外来) (カテーテル外来)				(神経因性膀胱外来) (カテーテル外来)			
	1 診(婦人科)		岸 淳二		山田 良(不定期)		横田 浩美		宮崎 好一		岸 淳二	
	2 診(婦人科)		三木 通保		横田 浩美						三木 通保	
産婦人科	3 診(産 科)		横田 浩美		宮崎 好一		岸 淳二		三木 通保		宮崎 好一	
	午 後						(腫瘍外来)予約制					
	(妊婦検診)		三木 通保				横田 浩美				宮崎 好一	
	1 診		鈴木 和代(新患)		小堀 朗		鈴木 和代		小堀 朗		小堀 朗	
眼 科	2 診		田中 朋子		田中 朋子		長谷川知絵(新患)		鈴木 和代		田中 朋子(新患)	
	3 診		長谷川知絵		唐松 純(新患)		谷 周造		谷 周造(新患)		唐松 純	
	4 診		唐松 純		谷 周造				長谷川知絵			
	午 後				(斜視弱視・未熟児外来)		(コンタクトレンズ外来)		(レーザー処置外来)			
耳 鼻 咽 喉 科	1 診		玉木 久信		玉木 久信(予約制)				玉木 久信(予約制)		玉木 久信	
	2 診				岩井 浩治(予約制)		岩井 詔子		岩井 詔子(予約制)		岩井 浩治	
	3 診		窪 誠太		岩井 詔子(予約制)		窪 誠太		窪 誠太(予約制)			
	午 後										(学童外来…予約制)	
放射線科	診 療		野口 正人				根来 慶春				野口 正人	
	透 視		根来 慶春・松下 利雄		有園 茂樹		坂井 豊彦・広瀬 由紀		野口 正人		左合 直・田中 文恵	
歯 科 口 腔 外 科	1 診		山田 和人		山田 和人		山田 和人		山田 和人		山田 和人	
	2 診		水谷 豪		水谷 豪		水谷 豪		水谷 豪		水谷 豪	

編集後記

街には桜の花びらが舞い、季節はすっかり春になりました。新しいスタートを切られた方もたくさんいらっしゃると思います。「ほやほや」広報委員も、気持ちも新たにがんばっていきたいと思います。今回の「ほやほや」の特集は、マスコミなどでよくとりあげられている「生活習慣病」についてです。是非、参考にして下さいね。

広報委員 M.H

「ほやほや」第4号

2003.4発行 広報委員会

福井赤十字病院

〒918-8501 福井市月見2丁目4番1号
TEL.0776-36-3630(代) FAX.0776-36-4133
URL: <http://www.fukui-med.jrc.or.jp/>
E-mail: webmaster@fukui-med.jrc.or.jp