

外来診療担当医一覧表

受付時間 8:30~11:00

救急の場合は24時間いつでも受付しております ☎(0577)32-1115

平成25年4月1日現在

		月	火	水	木	金
内科	診察室32	田近 徹 (循)	横山有見子 (循)	田近 徹 (循)	小椋 康弘 (循)	横山有見子 (循)
	診察室34		河田 好弘 (呼)	横山 敏之 (呼)	横山 敏之 (呼)	河田 好弘 (呼)
	診察室42	横畑 幸司 (消)	杉山 和久 (消)	杉山 和久 (消)	横畑 幸司 (消)	
	診察室43	長瀬 裕平 (消)	長瀬 裕平 (消)	加藤幸一郎 (消)	長瀬 裕平 (消)	加藤幸一郎 (消)
	診察室44	野村 由佳 (呼)	丹羽 慶樹 (消)	野村 由佳 (呼)		丹羽 慶樹 (消)
	診察室45	神戸 栄喜 (一般)	山田 勝己 (腎)		神戸 栄喜 (一般)	山田 勝己 (腎)
		(循)…循環器内科 (呼)…呼吸器内科 (消)…消化器内科 (一般)…一般内科 (腎)…腎臓内科				
予約制	神経内科(診察室47)	山田新一 (13:00~)	山田新一 (~11:00)	陸 雄一 (13:00~)	陸 雄一 (~11:00)	—
	内分泌内科(診察室33)	—	—	(第4 恒川 卓)	(第2 池庭 誠)	—
	HOT外来 (在宅酸素療法)	第1・第3火曜日 13:30~15:00				
	禁煙外来	火曜日 14:00~15:30				
心療内科	2階 診察室1	安藤 寿博 15:00~17:00	安藤 寿博	安藤 寿博	安藤 寿博	安藤 寿博 15:00~17:00
小児科	診察室14	名田 匡利	名田 匡利	名田 匡利	名田 匡利	名田 匡利
	午後診	予約診 14:00~	予約診14:00~ 予防接種 15:00~16:00	予約診14:00~ 予防接種 15:00~16:00	—	予約診14:00~ 予防接種 15:00~16:00
外科	診察室51	森岡 淳	松葉 秀基	堀 明洋	森岡 淳	堀 明洋
	診察室52	諸藤 教彰	—	村木 愛	松村 卓樹	河合 清貴
	血管外科(診察室53)	—	藤田 広峰	—	—	藤田 広峰
	予約制 乳腺外来(診察室52)	金曜日 13:30~15:00				
形成外科(診察室51)	鳥居 修平 <原則、月1回金曜日 13:30~15:00 ※診察日の確認が必要です>					
整形外科	診察室71(再診)	田口 勝啓	上田 秀樹	五藤 弘	田口 勝啓	五藤 弘
	診察室72(初診/予約診)	五藤 弘	田口 勝啓	上田 秀樹	上田 秀樹	田口 勝啓
脳神経外科	診察室62	山本 昌幸	山本 昌幸	国本 圭市	山本 昌幸	国本 圭市
皮膚科	診察室64	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里	荒木 麻里
	午後診	15:30~16:30 学童対象	—	—	15:30~16:30 学童対象	—
泌尿器科	診察室82	山本 貴大	山本 貴大	横山 豊明	山本 貴大	山本 貴大
産婦人科	診察室77	代務医師 10:30~14:30	—	—	—	—
眼科	診察室21	小林 謙信	小林 謙信	小林 謙信	小林 謙信	小林 謙信
	診察室23	豊島 馨	豊島 馨	豊島 馨	豊島 馨	豊島 馨
耳鼻咽喉科	診察室26	—	—	—	代務医師	—

月に一度、正面受付に保険証のご提示をお願いします。

編集後記

雪も解け、いよいよ春がやってきました。
これからの季節、暖かくなり、いろいろな花が咲きほこります。
花と言えば桜。4月はお花見シーズンです。
暴飲・暴食に注意して春を楽しみましょう。

(久美愛厚生病院 広報委員)

病院からのお知らせは、ホームページ <http://dome.ruru.ne.jp/kumiai/> でもご覧頂けます。

あなたの健康生活をやさしく応援する情報紙

お元気ですか

第 85 号
2013.4 発行
JA岐阜厚生連
久美愛厚生病院

- はじめまして“りんしょうしん りし臨床心理士”です!
- 花粉症とアレルギーと薬
- 気になるタバコの話…
- 「楽ラク介護」体験のご案内
- 病院からのお知らせ



春の高山祭

はじめまして “臨床心理士”です!



心療内科 臨床心理士
小笠原亜子

こんにちは。臨床心理士の小笠原 亜子と申します。

久美愛厚生病院では平成24年から少しずつお仕事をさせていただいているのですが、この春から常勤として働かせていただくことになりました。

ところで、みなさんは“臨床心理士”という言葉を知っていますか？複雑化する社会の中では、昨今、心の課題を抱えることが多くなってきています。この心の課題に対し臨床心理学を基に援助する専門家は、現在の日本では心理カウンセラーや心理相談員など様々な名称で呼ばれています。臨床心理士はこのうち、(財)日本臨床心理士認定協会の認定を受けている心理専門職です。我々臨床心理士は、その技術と質の向上、研鑽のためにも一定の研修が条件となり、5年ごとに資格を更新する義務が課せられています。全国で約25000人の臨床心理士が存在しており、その多くがあらゆる場面で日々心の課題に向き合い支援を行っています。例えば、病院や保健所、児童相談所、スクールカウンセラーや企業内の健康管理室などです。非常に多様な場で心理専門職と出会うことができますが、実は国家資格としては認められていません。現在、国家資格化に向けてあらゆる討議が行われている最中で、誰もが安心して心理専門職を活用できるよう資格の制度化が急務となっています。

さて、臨床心理士の専門技術についてもう少し具体的にご紹介したいと思います。大きく以下の4つ分類されます。

① 心理アセスメント

問題の状況や課題などを明らかにすることです。
お話を聴かせていただいたり、心理検査などを用いることで行われ、これによって自己理解や支援に役立てられます。

② 心理面接

心理カウンセリング・心理療法といわれるものです。
相談に来られる方々の課題に応じてさまざまな臨床心理学的方法(カウンセリング、遊戯療法、認知行動療法など)を用い、心理的な問題の克服や困難の軽減に向けて支援します。

③ 臨床心理的地域援助

悩みの解決のために、個人だけでなく、その人を困む環境への働きかけ、情報整理や関係調整を行ったり、他の専門機関と連携することもあります。

④ 研究活動

臨床心理学の知見を確実なものにし、研究活動を行っています。

上記のうち、久美愛厚生病院で中心となるのは①と②になるかと思います。主に心療内科へご相談にいらした患者様のお話をまずおうかがいし、どういったことで悩み、苦しみ、困っておられるかなどを整理し医師に伝えます。その後医師が診察を行い、それらの軽減や緩和、解決のために必要と思われる支援を、医師の指示のもと行っていきます。その他、緩和ケアセンターなどでもお話をうかがいます。心理的な辛さは、話をするだけで軽減することもあります。相談には勇気が必要かもしれませんが、一人で抱え込まず、これを機会に臨床心理士をご活用ください。



花粉症と アレルギーと 薬



薬剤師 今井 杏

「花粉症」は、植物の花粉が原因となってくしゃみ、鼻みず、鼻づまりなどの症状が出る、アレルギー性鼻炎のひとつです。人によっては、目の症状や喉の症状、全身倦怠感など、さまざまな症状がみられることもあります。近年、花粉症の患者様の増加が著しく、厚生労働省による全国調査では、国民の約20%が花粉症であると報告されています。

現在のところ、花粉症を完全に治す薬はありませんが、症状を軽くするために、症状の種類や重さによって飲み薬や点鼻薬が使われます。基本となるのは「抗ヒスタミン薬」の飲み薬で、くしゃみ、鼻みず、鼻づまりなどを軽くする効果があります。くしゃみや鼻みずの症状が強い場合は鼻噴霧用ステロイド薬を、鼻づまりの症状が強い場合は抗ロイコトリエン薬の飲み薬などを組み合わせた治療が行われます。指示通りにきちんと飲み続けることが大切なので、花粉の飛ぶ量が少なく、症状が軽い日なども自己判断で飲むのをやめないようにしましょう。

花粉症や皮膚のかゆみなどのアレルギーの治療に使われる薬のひとつに、「抗ヒスタミン薬」があります。抗ヒスタミン薬は、体内でアレルギー症状を引き起こす、「ヒスタミン」という物質のはたらきを抑え、症状を軽くする薬です。ヒスタミンは、鼻や皮膚ではアレルギーを引き起こす物質としてはたりますが、脳内では主に以下に示す重要な働きをします。



脳内でのヒスタミンの主なはたらき

- 日中眠くならないようにする
- 学習能力や記憶力を高める
- 活動量を増やす



抗ヒスタミン薬を飲んで日中眠くなったり、知らず知らずのうちに集中力・判断力・作業能率の低下が起こるのは、薬が脳に移行してしまい、脳内でのヒスタミンのはたらきをブロックしてしまっているからです。日常生活に必要な集中力・判断力・作業能率の低下は自覚しやすい「眠気」とは違い、本人が気づかないうちに生じることがあるため、生活全般のさまざまな場面で影響が与える可能性があります。これを防ぐためには、花粉症や皮膚のかゆみなどの症状を抑えて、脳に移行しにくい抗ヒスタミン薬が望まれます。このような抗ヒスタミン薬もあり、病院で処方してもらうことができます。まずは医師、薬剤師に相談してみましょう。

気になる タバコの話...



地域保健課 保健師
鎌倉 真理子

COPD (慢性閉塞性肺疾患) について

「COPD」という言葉を聞いた事はありますか??

別名「タバコ病」と言われる病気です。最近では、患者数・死亡者数も増加してきており、メディアなどでも取り上げられるようになってきています。喫煙との因果関係が強く、発症される患者様の9割が喫煙者であると言われています。

COPD (慢性閉塞性肺疾患) とは

- 空気の通り道である「気管支」や、気管支の先にある酸素を取り込むための「肺胞」に、炎症を生じる病気です。
- 肺への空気の出入りが悪くなり、呼吸困難を引き起こします。
- 病態がゆっくりと進行し、改善することがありません。
- 「咳」「痰」「息切れ」といった、日常的にありふれた症状がみられます。
- 重症化すると、日常生活に支障が出るくらいの息苦しさが出ます。
- 自分自身で呼吸をすることが困難になると、酸素ボンベを持ち歩きながら生活することも必要になるかもしれません。
- 治療の第一歩として「禁煙」することが大切になってきます。



COPDチェックをしましょう!

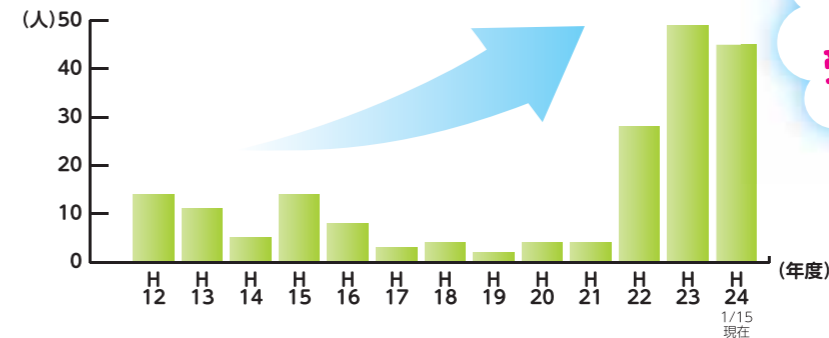
- ①あなたは40歳以上ですか? (はい ・ いいえ)
- ②あなたは、現在タバコを吸っていますか?
あるいは以前吸っていましたか? (はい ・ いいえ)
- ③あなたは同年代の人に比べて息切れしやすいですか? (はい ・ いいえ)
- ④あなたは1日も何度も咳をしますか? (はい ・ いいえ)
- ⑤あなたは1日に何度も痰が出ますか? (はい ・ いいえ)

これを機会に
ぜひ禁煙チャレンジを
してみませんか???

以上の質問で3つ以上「はい」と答えた人は、
できるだけ早く内科(呼吸器)に受診しましょう!!!

久美愛厚生病院 禁煙外来について

当院の禁煙外来受診者数



最近ではCMなどの
メディアでも
多く取り上げられ、
受診者が増加
しています!



ちなみに、当院の
禁煙外来の
成功率は
約70%です!

対象 禁煙に対して強い意志がある方

内容 ● 毎週火曜日 午後2時～3時30分(要予約)
● 受診回数 5回(初回・2・4・8・12週間後)

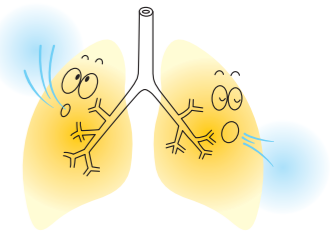
- 呼吸器医師による診察
- 保健師による指導やアドバイス
- 呼気一酸化炭素濃度の測定
- 肺年齢の測定(別途料金)
- 禁煙補助薬(チャンピックスもしくはニコチンパッチ)の処方
- 受診終了後も6・9・12ヵ月後に電話によるフォロー実施

料金 保険適応(3割負担)で内服薬(チャンピックス)使用の場合 **19,050円**

- 注意**
- 受診回数・処方内容等により料金に変更があります。
 - 保険適応には一定の条件があります。
 - 入院中は保険適応での禁煙外来は受けられません。
 - 保険適応外での禁煙外来も実施していますのでご相談ください。

禁煙の効果 ※個人により個人差はあります。

- 1分で → タバコのダメージから回復しようとする機能が働き始めます。
- 3日で → 呼吸が楽になります。
- 1週で → 睡眠のリズムが正常に戻り始めます。
- 2・3週で → 体全体の血流が改善し、歩行が楽になります。
- 4週で → 禁煙による離脱症状が軽くなり、ストレスも減ります。
- 5年で → 肺がん・心臓発作・脳卒中による死亡率が半分に減ります。
- その他 → タバコ代が浮きます。臭いと言われたり、思われなくなります。早産・低体重児出産・乳幼児突然死のリスクが低下します。周りの方に喜ばれます。



お問い合わせ

久美愛厚生病院 健診センター

TEL 0577-32-3378 (平日午後5時まで)

私たちが
応援します!



楽ラク介護

体験のご案内

こんにちは。私たちは久美愛厚生病院看護部の生活支援検討会です。
 平成23年度から年2回、これまで計4回の楽ラク介護体験を行ってきました。
 「介護される人・介護する人にも負担の少ないからだの動かし方」をテーマに、在宅介護で必要となってくる技術や知識をみなさんに知ってもらい、実際に体験していただいています。例えば…体を横向きにする方法、寝ている体を起こす方法、おむつの交換方法、ベッドから車いすへの移動方法、介護用品「移座えもん」の使用方法などです。その他希望に応じて個別指導も行っています。



みんなはどうやって介護しているのかなあ？

悩んでいるのは私だけ？
もっと楽な介護方法が知りたい！



…など、介護に不安や悩みを抱えている方や、介護に興味があるという方、地域のみなさんと一緒に体験し、日頃の悩みや思いをお話しながら楽ラク介護体験に参加してみませんか？

今年度も開催を予定しています。ぜひご参加ください。

日時

第1回 平成25年7月2日(火)
午後1時30分～3時30分

第2回 平成25年9月12日(木)
午後1時30分～3時30分

定員 各教室12名まで

場所 久美愛厚生病院 久美愛ホール



…昨年の様子…



移座えもんを使用

申込方法 お電話、または来院時に申し込んでください。

お電話でのお申し込みの場合 電話 **0577-32-1115**(総務課)
「楽ラク介護」参加希望とお伝えください。

来院時にお申し込みの場合 直接申し込みの場合は、**各外来**で
「楽ラク介護」参加希望とお伝えください。

申し込みの際、①お名前 ②住所
③介護について困っていることや、
楽ラク介護体験でやってほしい内容等をお伝えください。

お待ちしております! 久美愛厚生病院 生活支援検討会



病院からのお知らせ

新しく赴任された医師を紹介します

研修医

4月から初期研修医として働かせていただきます平瀬 翔(ひらせ しょう)です。
 出身は、愛知県知多市です。一生懸命に頑張りますので、2年間よろしくお願いたします。



平瀬 翔

退職者



●緩和ケア
進藤 喜与
(3/31付)



●研修医
北山 真敬
(3/31付)



●研修医
三尾 圭司
(3/31付)

大変お世話になりました

いちまめー 移動健康教室

テーマは

糖尿病

先生のお話と試食会があります!

JAひだと久美愛厚生病院は、地域のみなさまに自分の健康を守り、元気な暮らしをしてほしいと「移動健康教室」を開催しています。

日時 平成25年**4月26日**(金)
11:00～13:00

講師 久美愛厚生病院 消化器内科
長瀬 裕平 医師

場所 久美愛厚生病院 久美愛ホール

内容 11:00～12:00…糖尿病について
12:00～13:00…試食会と
管理栄養士のお話

持ち物 筆記用具・参加料500円
(当日集めさせていただきます。)

定員 20名

参加方法 事前申し込みが必要です。
下記にご連絡下さい。

締め切り
4/19(金)

お問い合わせ・お申込み先…JAひだ本店 社会福祉課 ☎36-3880

糖尿病教室のご案内

午前9時～午後2時半

4月12日(金)・26日(金) 5月10日(金)・24日(金) 6月14日(金)・28日(金)

●予約制です。参加を希望される方は、事前に内科外来、または栄養科へお申し込みください。