

第98号 2011.5.27
高知県立幡多けんみん病院発行
〒788-0785
宿毛市山奈町芳奈3番地1
TEL (0880)66-2222(代)
http://www.pref.kochi.lg.jp/hata

病院ニュース

News Letter

がんのセカンドオピニオン
外来のご案内

がんのセカンドオピニオンとは、幡多けんみん病院以外の医療機関で現在診療を受けられているがん患者さんを対象に、当院の専門医が診断内容や治療法等に関して参考となる情報や意見など助言を行うことを目的とする外来です。

完全予約制のため、事前にお申し込みが必要となります。料金や申込方法などの詳細については、当院ホームページにも掲載しています。

問合せ先…幡多けんみん病院
(医療相談室) TEL 0880-

6612222 (代表)

FAX 0880-6612805

第2回幡多ふれあい医療
公開講座について

平成23年4月より、幡多地域の住民を対象とした医療公開講座を定期的開催することとな

りました。参加費は無料です。で、皆様ふるってご参加ください。

日時…平成23年6月19日(日)
13時開場、13時半より開始

場所…四万十市立中央公民館
大ホール

内容…「高血圧症について」
循環器科医長 斧田 尚樹

「糖尿病、高脂血症について」
内科部長 岡村 浩司

問合せ先…幡多けんみん病院
(経営企画課) TEL 0880-

6612222 (代表)

院外処方せん
発行について

当院では、平成23年5月9日から原則としてすべての外来患者様を対象に院外処方せんを発行することになりました。

院外処方せんを受け取られた患者様は普段利用されている「かかり

つけ薬局」あるいは病院の近隣の調剤薬局でお薬をもらうこととなります。

病院機能の充実のため、ご理解のうえ、ご協力をお願いいたします。



a profession
「専門職」

「a profession」は院内で働くスタッフを取り上げ、その人の担当業務や仕事に対する思いを紹介しています。

今回は、4月から当院に新しく来られた3名の先生方を紹介します。

【質問事項】

Q1 趣味・特技を教えてください。

Q2 現在の職業を選択した理由を教えてください。

Q3 業務を通じて、今まで最も心に残っている出来事があれば教えてください。

Q4 あなたの好きな言葉、人生において指標としている言葉を教えてください。

Q5 今後の抱負な広報誌の読者へのメッセージをぜひ！

医局 整形外科

佐竹 哲典 先生



A1 クラシックギター

A2 地域医療への興味

A3 東日本大震災の状況

A5 頑張っていけますのでよろしくお願いします。

医局 皮膚科

矢田部 愛 先生



A1 弓道（最近始めました）

A2 人と人の健康に関わる仕事
がしたかったから。

A3 同じことを二度言われな
ようにする。

A4 明けない夜はない

A5 もう一度この病院で働きた
いと思っていたらやっと叶いま
した。皮膚科が常勤になって、
良かったと言われるように頑張
ります。

医局 産婦人科

橋元 絃子 先生



A1 旅行・アロマ

A2 発展途上国の医療状況を知
たのがきっかけです。

A3 妊娠20週台前半から長期入
院していた切迫早産の患者さん。
結局34週を過ぎて分娩になり、
スタッフ側は十分頑張ったところ
れたという思いでしたが、患者
さんにとっては、早産は早産で、
不安でいっぱいだったようです。
患者さんの立場で考える大切さ
を学んだ出来事でした。

A4 笑顔がいちばん

A5 幡多の周産期医療に貢献で
きるように頑張ります。

やさしい食生活

栄養科

『はははのはなし』

おいしい食事を楽しむために、
健康な歯はかせません。

生活習慣病でもある「虫歯」
の予防に食後の歯磨きが大切な
ことは常識ですが、食事の食べ
方や食品の選び方も大切です。

食事時間を決めて食べること
は虫歯の予防にもなります。口
の中は普段pH7.0（中性に近い弱
酸性です。ところが食べ物を口
にしたとたん、口の中は酸性に
傾き始めます。pH値が4.5以下
になると歯のミネラル成分が
溶け出します。

しかし、唾液
が口の中を中性
に戻す働きがあ
り、歯の溶けた
部分が修復されます（再石灰化）。
唾液には食べかすを洗い流す働
きもあります。



つまり、少量でも頻回にだら
だらと甘いものなどを食べてい
ると、修復の時間がとれません。



食べるタイミングが虫歯をつくりまします。

よく噛んで食べることも大切です。よく噛んで食べると唾液の分泌量が増えます。

間食は食事の一部でもあり、楽しみでもあります。そのため、甘いお菓子より栄養があつて虫歯になりにくいものを選びたいものです。

虫歯になりやすい食品として、砂糖を多く含み、食べる時間が長い食品が挙げられます。例えば、キャラメル・ガム・飴・グミ・ソフトキャンディーなどです。また、歯にくっついて残りやすいチョコレート、あん団子、ケーキ類、クッキー、コーンスナック、菓子パン、ウエハースも砂糖を多く含んでいます。



反対に砂糖を含まず自然の糖分で、食べかすも残りにくい食品は虫歯になりにくい傾向があります。りんごやバナナ・チー

ズ・プレーンヨーグルト・せんべい・芋類・おにぎり・煮干しなど。飲み物もジュースやスポーツドリンクよりお茶類がすすめられます。

健康な歯は、よい生活習慣によつてつくられます。丈夫な歯はからだ全体の健康を支えてくれます。

ひじきと干しエビのせんべい

「しっかりかむ」力をつけてカルシウムたっぷりのおやつです。

★材料

- 乾燥ひじき・・・2g
- 干しエビ・・・4g
- 小麦粉・・・20g
- 卵・・・10g
- 水、油・・・適宜

★作り方

① ひじきは水で戻して細かく刻む。干しエビも細かく切る。

② ボウルに小麦粉、溶き卵、①を入れてかき混ぜ、水少々を加えてまとめやすくこねる。

③ 小さな薄い円形にとと

のえ、中温に熱して揚げ油でからりと揚げて、油をきる。



かかりつけ薬局を持つ かかりつけ薬局ってなあに？

薬剤科

皆様はお薬をどこでもらっていますか？病院の近くの薬局でしょうか？それとも病院からの帰り道にある薬局でしょうか？それとも、病院で薬を受け取っているでしょうか？

複数の薬局で薬をもらった経験はありませんか？

今回は『かかりつけ薬局』についてご紹介します。

○かかりつけ薬局とは？

患者様は、どの医療機関で院外処方せんをもらった場合でも薬

を受け取る薬局は自由に選べます。薬を受け取る薬局を1箇所決めておけば、患者様の今までの服薬歴や体質、アレルギーなどの情報を管理してもらえます。また、服用している薬の重複や併用してはいけない薬の発見が容易となり、患者様の健康を守ることもできます。

こうしたいきつけの薬局が『かかりつけ薬局』です。

○かかりつけ薬局はどうやって選ぶの？

薬局の選択は自由です。処方箋の受付をしている薬局ならどこでもかまいません。自宅やよく利用する駅の近くなど、行きやすい場所にある調剤薬局を選んでおけばお薬をもらいやすいかもしれません。

○かかりつけ薬局を持つとどんないいことがあるの？

患者様ごとに『薬歴』（薬の服用記録）を作ってくれるので、複数の医療機関から処方箋をもらったとき、薬の飲み

合わせや重複による副作用や相互作用の確認ができます。

市販の風邪薬や健康食品と薬の飲み合わせのチェックができます。

一包化や大きな錠剤をつぶしてもらうなど薬の服用に関する相談をすることができます。

病院からFAXで処方箋の内容を送っておけば、待ち時間も短くてすみます。など、様々なメリットがあります。

かかりつけ薬局を持つことで、より安全で快適な治療を受けることができます。ご自分または家族の健康を守るためにもかかりつけ薬局を持つことをおすすめします。



病院の理念

1. 幡多けんみん病院は幡多地域における医療の中核となる病院として、地域の他の医療機関や保健・福祉・介護施設などとの連携のもとに、地域で完結できる、良質な医療の提供を目指します。
2. 地方公営企業として、地域医療をとおして地域の福祉の増進を目指しながら、企業としての経済性を発揮する運営

医療機関を受診される際は、**お薬の内容が分かるもの(薬剤情報提供書・お薬手帳など)**を持って行くようにしましょう！

私たちの目指す医療（基本方針）

1. 正確で間違いのない医療
2. 十分に説明をする医療
3. 透明性を大切にする医療
4. 患者さんの希望を大切にする医療

平成23年4月からの皮膚科診療体制

	月	火	水	木	金
午前	○	○	×	○	予約のみ
午後	×	手術	予約のみ	×	手術

*外来（新患）の受付時間は11:00までです。

*水曜日の午後は予約患者さんと紹介状持参の患者さんのみの診察、金曜日は予約患者さんのみの診察となります。

皮膚科外来のお知らせ

4月の統計

外来患者数	11,388人
新外来患者数	1,811人
紹介患者数	407人
新入院患者数	475人
退院患者数	496人
平均在院日数	13.7日
救急車・時間外患者数	1,490人
手術件数	180件

幡多けんみん病院における患者さんの権利

1. 患者さんは、良質な医療を平等に受ける権利をもっている。
2. 患者さんは、医療を受けるにあたり、十分な説明を受ける権利をもっている。
3. 患者さんは、プライバシーが守られることを期待する権利をもっている。
4. 患者さんは、自分の希望を伝え、医療に参加する権利をもっている。
5. 患者さんは、人間としての尊厳が守られることを期待する権利をもっている。