

診療科名	受付時間		月	火	水	木	金
内科	8:15~11:15	新患	河野(肝臓)	有田(腎臓)	長畑(消化器)	永尾(糖尿病)	山本(DM再来)
			内田(腎臓)	亀田(消化器)		末兼(消化器)	岡田(消化器)
			近藤(糖尿病)		國近(呼吸器)		民本(膠原病)(完全予約制)
		再来	國近	國近	國近	國近	
			名西	近藤	河野	有田	長畑
			永尾	永尾	清水(甲状腺)	近藤	永尾
循環器内科	8:15~11:00	新患	道重	沢	新患のみ(院外紹介のみ) 第1・3・5 沢 第2・4 道重	道重	沢
		再来	沢	道重		沢	道重
小児科	8:15~11:30	新患/再来	西郷	門屋	門屋	門屋	門屋
			三宅	西郷	三宅	西郷	寺地
			大淵	寺地	大淵	寺地	大淵
外科	月・水・金 8:15~11:00	新患	亀岡(外科一般、 肝・胆・肺)	森松(第1・3・5) 宮崎(第2・4)(外科一般)	山中(外科一般、 食道・腹腔鏡)	佐々木(外科一般、 肺・血管)	横畑(乳腺、 外科一般)
	火・木 8:15~11:30	再来	森松	横畑	横畑	林	森松
			山中	佐々木	宮崎	山中	佐々木
	☆ストーム外来：第2・4火曜日 午後(完全予約制)			☆NST外来：第1・3木曜日 午後(完全予約制)			
乳腺外科	火 8:15~11:30 水金 8:15~11:00	新患		横畑(院外紹介のみ)	横畑(院外紹介のみ)		横畑
整形外科	8:15~11:00	新患/再来	城戸(秀)(膝関節 人工関節)	加茂(リウマチ)	城戸(秀)(人工関節)	城戸(聡)(足の外科 関節外科)	城戸(秀)(膝関節 人工関節)
			加茂	清水	加茂	筒井	城戸(聡)
			筒井		城戸(聡)		清水
☆骨粗鬆症専門外来：月曜日 午後(完全予約制)							
脳神経外科	月・火・木 8:15~11:30 金 8:15~11:00	新患/再来	濱田	濱田	手術のため 休診	濱田	濱田
		手術日(金)は 休診となる事 があります	瀧川	瀧川		瀧川	瀧川
皮膚科	8:15~10:30 紹介状をお持ちでない新患は 火・木曜のみ、再来は完全予約制	新患	高旗	結城	高旗	結城	高旗
		再来	高旗	高旗	高旗	高旗	高旗
泌尿器科	8:15~11:00	新患	中村	須賀(院外紹介)	中村	塚本	平田
		再来	須賀	塚本	須賀	中村	塚本
☆CAPD外来：毎月第1金曜日 ☆ESWL：毎週火・木曜日 午後～							
産婦人科	月・水・金 8:15~11:30	新患	小松	月原	金森/中曾	西村	申神
	火・木 8:15~11:00	再来	金森/中曾	西村	月原	申神	小松/(金森)
		妊婦健診	申神	中曾	小松	月原	西村
眼科	紹介状をお持ちでない新患 月 8:15~9:30 金 8:15~10:00	新患	徳田	山内	山内		波多野
	再診/紹介状をお持ちの新患 8:15~10:30	再来(予約制)	山内/徳田	山内	山内	山内	山内/波多野
耳鼻咽喉科	8:15~10:30	新患/再来	内	橋本	橋本	橋本	橋本
			久我	内	久我	内	内
				久我	久我	久我	
緩和ケア科	8:15~11:30	新患/再来 新患は完全予約制(院外)	当番	上田	当番	高	竹内
神経内科	8:15~11:30	新患/再来 (完全予約制)	大堀	大堀	大堀(再診のみ)	大堀	大堀(再診のみ)
			志田	細山	細山	永田	細山
歯科 口腔外科	8:15~11:00	新患/再来	上村	上村	上村	上村	上村
			近藤	近藤	近藤	近藤	近藤
			眞野	眞野	眞野	眞野	眞野
セカンドオペ ニオン外来	完全予約制 予約先 083-923-0390		各科の専門医が、ご相談をお受けいたします。 受診日時については、患者さんの希望日時と調整の上決定いたします。				

●各診察日担当医師につきましては、手術・学会等により代診・休診とさせていただきます場合がありますのでご了承ください。

総合病院山口赤十字病院
TEL 083-923-0111



病院キャラクター
やまクロです

山赤かわら版

yamaseki 特集



整形外科
城戸 聡

しょう 骨粗鬆症 専門外来のご案内

ロップや米国などでは減少に転じている大腿骨近位部骨折の発生頻度は日本では依然として増加傾向にあります。骨量は20～30歳代でピークとなり、女性では40歳代で閉経後から急激に低下していくことが特徴です(図1)。女性、加齢、45歳までの早期閉経、今まで骨折をしたことがある、両親・兄弟が大腿骨近位部骨折を経験されている、現在の喫煙、過度のアルコール摂取、ステロイド薬を服用していた、糖尿病、慢性腎不全、関節リウマチなどは骨粗鬆症・骨折のリスク因子(図2)になります。骨粗鬆症およびその予備群を早期に発見し、その進行や骨折を予防するために、この度骨粗鬆症専門外来を開設することになりました。詳細は整形外科外来にお問い合わせください。問診、骨密度測定を行い、異常があればX線検査や血液検査などの精査を行い予防・治療を行っていきます。骨粗鬆症の予防・治療には、食事、運動、薬物治療の三位一体の治療が重要です。60歳以上の女性、70歳以上の男性、またそれ以下の年齢でもリスク因子のある方で閉経後の女性の方は是非検査をお勧めします。骨粗鬆症を予防して健康寿命を延ばしましょう。

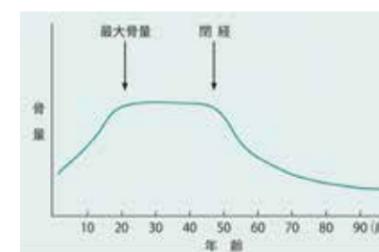


図1.骨量の経年的変化

- ・低骨密度
- ・高齢
- ・既存骨折
- ・喫煙
- ・過剰の飲酒
- ・ステロイド薬使用
- ・大腿骨近位部骨折の家族歴
- ・糖尿病
- ・慢性腎不全
- ・関節リウマチ

図2.主な骨粗鬆症による骨折の危険因子

健康意識の高まりや栄養状態の改善、日々進歩する医療技術などにより、2016年の日本人の平均寿命は女性87.14歳、男性80.98歳でいずれも過去最高を更新しています。もはや平均寿命が長いことが当たり前になりつつあり、最近では「健康寿命」という言葉に注目が集まっています。「健康寿命」とは健康上の問題がなく、介護を必要としないで自立した生活ができる生存期間のことです。日本では2007年に高齢化率(65歳以上人口の割合)が21%を超え、世界に先駆けて超高齢社会を迎え、2014年には25.9%でおおよそ4人に1人が高齢者となり、今後2025年には30.3%となると試算されています。その中で「健康寿命」を長く保つことに注目が集まっています。「健康寿命」を短縮させる、すなわち介護を要して自立した生活が困難となる大きな要因の1つとして、骨粗鬆症による骨折があります。

骨粗鬆症は骨折の最大リスクで、骨強度が低下し、転倒などの軽微な外傷により骨が折れる脆弱性骨折が増加します。主な骨折部位は椎体(背骨)、大腿骨近位部(ふとももの付け根)、橈骨遠位端(手首)、上腕骨近位部(肩)、下腿骨、肋骨などです。なかでも大腿骨近位部の骨折は運動機能の著しい低下をもたらします。骨折は単に移動能力や生活機能を低下させるだけでなく、その後の運動機能の低下を通じて死亡率を上昇させるため、原因となる骨粗鬆症の予防・治療は重要です。

骨粗鬆症の有病率は日本で約1,300万人と推定されていますが、実際に治療を受けている方はその数%とされています。それもあって、ヨー

骨粗鬆症専門外来：月曜日 14時から16時 完全予約制
詳細は整形外科外来までお問い合わせ下さい。

〈理念〉

わたしたちは、地域の皆様に、あたたかな信頼のおける医療を提供します。

〈基本方針〉

1. 赤十字の心をもって、良質で温もりのある医療を提供します。
2. 医療にかかわるあらゆる安全管理に、最大の努力をします。
3. 災害時には、地域の皆様の医療救護活動に努めます。
4. 一人ひとりが生き生きと、働きがいのある病院を目指します。



日本医療評価機構
機能評価認定病院



1 山口県では毎日約150人分の輸血用血液が必要です

山口県赤十字血液センター 総務課 主任 田中千尋

ラジオやテレビ、献血バスの会場などで、毎日のように「献血にご協力ください」と耳にされることでしょうか。それだけ日々輸血用血液が必要とされており、多くの患者さまの命が救われています。

輸血を受ける人の約85%が50歳以上で、多くの方ががんなどの病気の治療のために、定期的に輸血をされています。全国的にも高齢化が進む山口県では、400mL全血献血に換算すると、毎日、約150人分の血液製剤が医療機関に供給されています。

また、血液は生きた細胞の集まりです。最も有効期限の短い血小板製剤は、採血後4日間しか保存ができません。更に、医療技術の進歩が目覚ましい現代においても、血液を人工的に造ることはできません。

当センターでは、いつでも輸血を必要とされる患者さまに血液をお届けできるように、日々献血推進・血液確保に努め、24時間体制で供給しています。

皆様も、まずはご自身が健康にお過ごしいただき、定期的な献血へのご協力をよろしくお願いいたします。



【献血運搬車に血液製剤を積み込む職員】
医療機関からの血液製剤の依頼を受けて、365日24時間、患者さまのもとにお届けしています。

☆献血に関するお問い合わせ等は、山口県赤十字血液センター（フリーダイヤル：0120-456122）までお気軽にご連絡ください。

2 周術期口腔機能管理における歯科衛生士の役割

歯科衛生士 金子富士恵

当院では、がんなどの疾患で全身麻酔下での手術や化学療法、放射線療法を受けられる患者さまに対して感染予防やより良い治療継続のための全身管理の一環として近隣の歯科医療機関の先生方のご協力のもと、病診連携における周術期口腔機能管理を実施しております。

近年の医学の進歩は、著しいものがあります。しかしながら、手術や化学療法、放射線療法に伴う合併症や副作用の発症を克服するまでには至っておりません。がん治療中の患者さまにとって口から食事がとれるかどうかは切実な問題です。美味しく口から食事をとることができるということは、体力だけでなく気力も高め、困難な治療も乗り越えることができる大きな力となります。そこで、私たち歯科衛生士に求められるものは、がん治療中の栄養やがん治療によって起こる有害事象を口腔ケアにてマネージメントしていくことが重要な鍵となります。患者さまが抱える多くの問題を解決するためには、専門性を持った多職種連携のチーム医療の中で歯科衛生士は、口腔の専門家としての役割を果たしていかなければなりません。

山赤かわら版では、毎回、当院が日頃大変お世話になっている開業医の先生方に登場していただきます

多くの病気を抱える高齢の患者さんや、病状の変化の際には山口赤十字病院にも急なお願いをすることも多く、いつも大変恐縮しています。

voice 58 かかりつけ医の声

中央クリニック内科放射線科
尼崎 辰彦 院長



当院は昭和31年に父が現在地（山口朝日放送前）に開院し、私の代となった平成5年に今の建物に改築しました。開業前には血液疾患、ガン、感染症などを専門にしていたのですが、今は生活習慣病を中心に幅広く内科領域の診療しており、中でも糖尿病の治療に興味を持っています。なお、副院長は腹部画像診断が専門で、腹部・甲状腺・頸動脈などのエコー検査を行っています。

趣味らしい趣味はありませんが、休みの日には風景や花などの写真を撮っています。また、テレビで映画や野球を見るのが好きで、ソフトバンクホークスのファンです。



知得 Column 知って得するコラム

自身の骨密度、ご存知ですか？

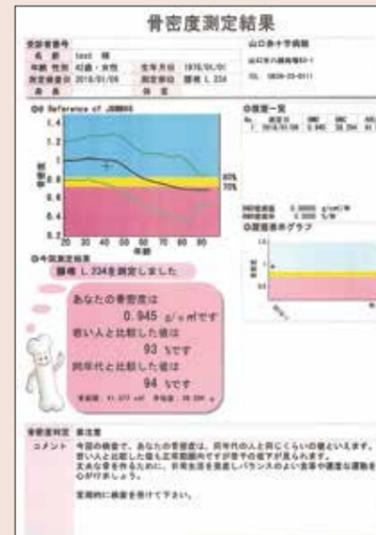
診療放射線技師 安光 由希

骨塩定量検査とは、骨の密度を測定する検査です。

当院ではDXA法を用いて検査を行っています。DXA法は少量のX線を当て、骨の撮影をして解析するので骨塩定量検査の中でも精度が高いものです。腰椎や大腿骨を主に測定します。検査にかかる時間は10分程度で、検査台で横になっておこないます。検査結果は、右図のようなシートに年齢別で平均との比較が数値で表示され、記録として残ります。

骨密度については、当院では予約なしで検査可能です（税込み3,880円）。お試しになりたい方は、健診センター窓口でご相談ください。

※X線を使用するため妊娠の可能性のある方は検査出来ません。また一週間以内にX線造影剤を使用した検査をされた場合、造影剤が体内に残っている可能性があり正確な数値が出ないため検査が出来ませんのでご注意ください。



骨密度測定結果例

yamaseki 146 旬の食材を使って ヘルシーメニュー



ほうれん草とハムの キッシュトースト

栄養課 管理栄養士 有村美枝

ヘルシーで、どこにでもある食材で気軽にできる、キッシュトーストを紹介いたします。

キッシュといえば、バターを練りこんだパイ生地を器にして、具材と卵や生クリームを入れてオーブンで焼く工程がありますが、食パンをパイ生地の代わりに使えば簡単に上に脂肪分を減らすことができます。また、具沢山で食べ応えがあり、野菜も摂れる朝食にピッタリのメニューです。中に入れる具はブロッコリー、アスパラガス、トマト、ウインナー、シーチキンなど、季節や好みに応じていろいろアレンジしてみてください。

1人分	エネルギー	: 433kcal	炭水化物	: 44.9g
	たんぱく質	: 23.5g	食塩相当量	: 2.5g
	脂質	: 17.5g		

【材料】(1人分)

- 食パン4枚切り 90g
- ほうれん草 50g
- ハム 20g
- バター 2g
- ブラックペッパー 少々
- とけるチーズ 1枚 20g

- *卵液*
- 卵 50g
 - 牛乳 大さじ1杯 15g
 - 塩 一つまみ

【作り方】

- 食パンの耳から1cm内側を包丁で浅く切り込みを入れ（下まで突き抜けないように）、中をスプーンの背で押しつぶす。
- ほうれん草は茹でて水気を絞り、ざく切りにする。ハムは1cm角に切る。
- フライパンにバターを中火で熱し、ほうれん草とハムを炒め、ブラックペッパーをふる。
- ボウルに卵を割り入れ、牛乳と塩を加えよく混ぜ合わせる。
- ①のパンのくぼみに④の卵液を注ぎ入れ、その上に炒めたほうれん草とハムをのせ、最後にとけるチーズをのせる。
- オーブントースターの天板にアルミホイルを敷いて、⑤のパンをのせ、最初はパンが焦げないようにアルミホイルをかぶせオーブントースターで約10分焼く。
- 卵に火が通ったらアルミホイルを外して2～3分焼いて、表面に美しい焼き色がついたら出来上がり。（焼く時間は、焼き色を見ながら微調整をして下さい。）

＜患者さんにお伝えすること＞

- 医療は、あなたと医療提供者との信頼関係をもとに協力してつくりあげていくものであり、あなたに主体的に参加していただくことが重要です。このような考えにもとづき、山口赤十字病院は、患者さんの権利と義務について次のとおり表明します。
- あなたは、医療提供者との相互の協力関係のもと、良質な医療を公平に受ける権利があります。医療提供者に対し、あなたの健康に関する情報をできるだけ正確に提供してください。
 - あなたは、診療に関して十分な説明と情報の提供を受ける権利があります。医療提供者の説明において理解できないことがあればお尋ねください。
 - あなたは、担当医師が提供する検査や治療法に対して自らの意志で同意することも断ることもできる権利があります。納得、合意した検査や治療には意欲を持って取り組んでください。
 - あなたは、当院における診療に関する全てのプライバシーが保護されます。院内での医療実習や症例研究において個人の診療情報を利用していただくことがあります。取り扱いには細心の注意を払いますのでご協力をお願いします。
 - あなたは、ご自身が受けている医療について他の医師の意見を聞く権利があります。
 - あなたは、院内のすべての患者さんが快適な環境で医療を受けられるよう院内の取り決めや職員の指示を守る義務があります。大声や暴力行為、不当な要求などにより他の患者さんの診療に支障が生じた場合は、診療をお断りしたり、警察に通報させていただくこともあります。