



東濃厚生病院

Hospital public relations magazine

VOL.112

発行者 / JA岐阜厚生連 東濃厚生病院
所在地 / 〒509-6101 岐阜県瑞浪市土岐町76番地 1
TEL / 0572-68-4111
FAX / 0572-68-8934
URL / http://www.tohno.gfkosei.or.jp

すこやか

Content

● 医療を伝える

完全排便をめざして
消化器内科部長 兼 検査科部長
／長屋 寿彦

● 知って得する

・サージカルマスクの正しい着用方法

● ニュース&トピックス

・東濃厚生病院の行事食について
・部署紹介／訪問看護ステーション あゆみ

すこやか 外来診療担当表

2020年7月1日現在

診療科目	月	火	水	木	金	
初診	第1・3・5週	猪飼佳弘 (循環器)	加藤宏雄 (循環器)	伊藤和則 (腎臓)	宮本陽一 (消化器)	内田元太 (消化器)
	第2・4週	中島国也 (呼吸器)	吉田正樹 (消化器)	長屋寿彦(2)(消) 柴田尚宏(4)(呼)	藤井麻耶 (腎臓)	朱宮孝紀 (循環器)
	3診	野坂博行 (呼吸器)	代務医	安藤 操 (内分泌)	野坂博行 (呼吸器)	代務医
	4診	藤井麻耶 (腎臓)	伊藤和則 (腎臓)	澤崎貴子 (腎臓)	澤崎貴子 (腎臓)	伊藤和則(1・3・5) 藤井麻耶(2・4)
	5診	代務医		代務医 8:30~11:30	代務医	代務医
	6診	朱宮孝紀 (循環器)	猪飼佳弘 (循環器)	塚本英人 (循環器)		加藤宏雄 (循環器)
	7診					
	8診		代務医	中島国也 (呼吸器)	柴田尚宏 (呼吸器)	代務医
	9診	吉田正樹 (消化器)	長屋寿彦 (消化器)	吉田正樹 (消化器)	長屋寿彦(1・3・5) 宮本陽一(2・4)	宮本陽一 (消化器)
	10診	長屋寿彦 (消化器)	内田元太 (1・3・5)	内田元太 (消化器)		
神経内科		代務医 9:30~16:00	加藤秀司	加藤秀司	加藤秀司	加藤秀司
		代務医	代務医	代務医	高田勲矢	佐々木明
小児科	1診	田中健太	代務医	大谷 聡	代務医	代務医
	2診	代務医 (1・3・5)	安藤修久	山本希誉仁 (血管外科)	山村和生	大谷 聡
	乳腺	山村 和生 (2・4)				代務医 13:30~15:30
整形外科	1診	(手の外科) 代務医 9:30~11:30	佐藤 央	佐藤 央	大間知孝顕	杉浦洋貴
	2診	清水光樹	大間知孝顕	大間知孝顕	佐藤 央	平石 孝
	3診	平石 孝	杉浦洋貴	清水光樹	杉浦洋貴	清水光樹
脳神経外科			代務医			
皮膚科	1診	稲垣克彦	稲垣克彦	稲垣克彦	代務医	代務医
	2診				稲垣克彦	
泌尿器科		代務医		代務医		
産婦人科		石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝	石渡寿勝
眼科	1診	代務医 9:00~16:00	代務医 9:00~13:00		金田正博 9:00~16:00	代務医 9:00~16:00
	2診				代務医 9:00~16:00	
耳鼻咽喉科	1診	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎	水谷俊太郎
	2診	代務医		代務医 (第4週)	代務医	
放射線科		可児裕介	可児裕介	可児裕介	可児裕介	可児裕介
人間ドック 診察	第1・3・5		野坂博行		安藤 操	柴田尚宏
	第2・4	山瀬裕彦	柴田尚宏 澤崎貴子	山瀬裕彦	吉田正樹	安藤修久

専門・特殊外来

内科

血液内科外来
第2週木曜日／午後
CAPD外来
毎週月曜日／午後
フットケア外来
第3週・第4週木曜日／
9:00~16:00(予約制)
睡眠時無呼吸外来
毎週木曜日／
13:00~15:00(予約制)

外科

ストーマ外来
第1木・第3金・第4水／
9:00~12:00(予約制)
ヘルニア外来
月曜日~金曜日／
8:30~11:30
肛門外来
毎週火曜日
8:30~11:30
乳腺外来
第2・第4月曜日
8:30~10:00
毎週金曜日
13:30~15:30
(完全予約制)
※乳腺外来は、完全予約
制となっておりますので、
外科外来までお問い合わせ
ください。

整形外科

スポーツ外来
毎週木曜日／16:00~

脳神経外科

特殊外来
第4木曜日／
13:00~16:00(予約制・
梶田医師)

皮膚科

午後診察
毎週火曜日・木曜日／
14:30~16:30

耳鼻咽喉科

補聴器外来
毎週月・火曜日、
第1・3水曜日／
15:00~(予約制)

JA岐阜厚生連
東濃中部医療センター
東濃厚生病院
〒509-6101 瑞浪市土岐町76-1
TEL 0572-68-4111
FAX 0572-68-8934

受付時間 8:30~11:30
休 診 土曜・日曜・祝日
面会時間 13:00~20:00

■健康管理センター(人間ドック)
TEL:0572-68-4426 FAX:0572-68-9458
■訪問看護ステーション あゆみ
TEL:0572-68-8625 FAX:0572-68-8635

看護職員募集

当院では、看護職員を募集しています。現場から長期に離れた方でも大歓迎です。ご自身の能力を患者さんのために役立ててみませんか?お待ちしております。

資格 看護師・看護補助員
連絡先 企画総務課および看護部長室
TEL 0572-68-4111

患者…最近、便秘で困っています。
 医師…お通じは何日おきに出ていますか？
 患者…いえ、便は毎日出ています。
 医師…それなら便秘ではないので心配いりませんよ。

日本で便秘を訴える人は、男性2・6%、女性4・9%と女性に多くみられます。しかし、患者さんが「便秘」という言葉で意味する内容は様々で、排便習慣には個人差があります。近年、「慢性便秘症診療ガイドライン2017」が発刊され、便秘とは「本来体外に排出すべき糞便を十分量かつ快適に排出できない状態」と定義されました。排便回数だけでなく、腹痛、腹部膨満感、排便困難、過度の怒責、残便感などの症状があれば便秘症と診断します。

までも「屯用」で使用することをお勧めします。

近年、新しい緩下剤が数多く発売されました。上皮機能変容薬アミティーザ、リンゼス、胆汁酸トランスポーター阻害薬グーフイス(当院採用未)などがあり、数ある緩下剤を上手に使って「適度な軟らかさ、大きさ」を目指しましょう。

その他、排便習慣、腹部マッサージ、適度な運動、食生活など、自分で取り組めることもあります。普段の生活において、毎日同じ時間にトイレに行く習慣をつけ、排便姿勢を前方35度の前傾姿勢にすることは重要とされています。(図1参照)排便の姿勢は肘が腿に付くのが理想とされ、付かない方は足おきを使うことをお勧めします。腹部マッサージ(図2参照)は「の字マッサージ」がよく知られていますが、便が硬くなる下行結腸以降を揺らす方法もあります。起床時や就寝前にそれぞれ1分ずつ指が軽く腹壁に沈むくらいの力で、腸を揺らすイメージで行ってみてください。食事は規則的な食事摂取、水分や食物繊維の十分な摂取、腸内細

医療を伝える THE TOPIC WHICH IS AN NUMBER NOW

今回のテーマ 「完全排便」を目指して

便秘で困っていませんか？

消化器内科部長兼検査科部長 長屋 寿彦

て治療の対象となります。

慢性便秘症は、腸管の形態的变化を伴う器質性と伴わない機能的に大別されます。器質性のもものでは、大腸癌、炎症性腸疾患などの狭窄を来たす疾患があります。

①発熱・体重減少
 ②排便習慣の急激な変化
 ③新鮮血便
 ④50歳以上
 ⑤大腸癌の家族歴

慢性便秘症は、腸管の形態的变化を伴う器質性と伴わない機能的に大別されます。器質性のもものでは、大腸癌、炎症性腸疾患などの狭窄を来たす疾患があります。

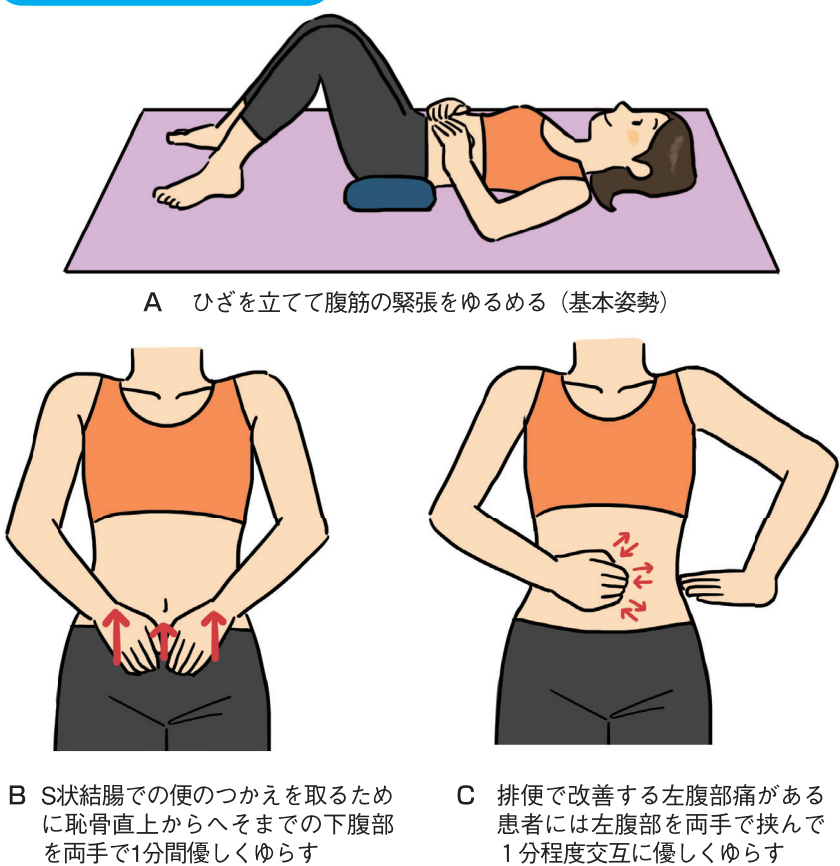
くあります。その他、骨盤底協調運動障害、直腸の感覚低下や収縮力低下などの排便に関する身体的異常、硬便による排出困難および残便感の訴えがあるものなど様々です。

便秘症の治療薬は最近までセンシッド、センナなどの刺激性下剤と酸化マグネシウムしかありませんでした。刺激性下剤は毎日服用すればやがて効かなくなり、更に服用し続けると習慣性が強く出てきます。慢性便秘症の治療目標は、「快適に完全排便すること」であり、そのためには「適度な軟らかさ、大きさ」を目指すことが大切です。便秘の治療は便形状を緩下剤でコントロールし、刺激性下剤はあく

菌の改善などが有効で、1日3食、うち1食は主食・主菜・副菜・果物・乳類を揃えることを目指しましょう。

便秘で悩んでいる方いませんか？主治医の先生に一度相談してみてください。

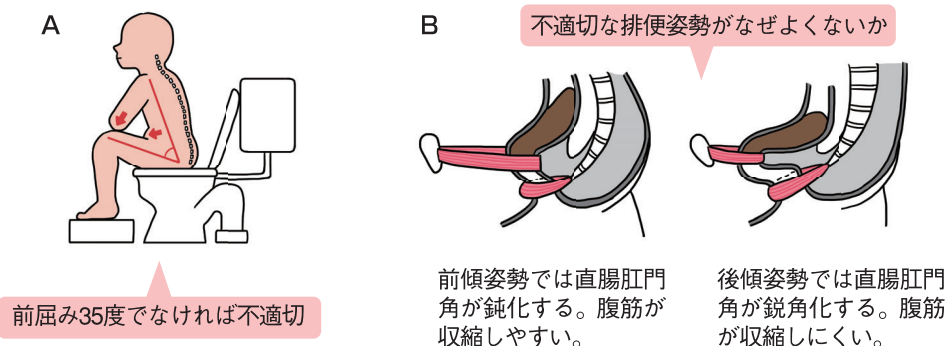
図2 腹部マッサージ手順



参考文献：
 日本消化器病学会関連研究会 慢性便秘の診断治療研究会 編 慢性便秘症診療ガイドライン2017 南江堂
 中島 淳 編 なぜ？どうする？がわかる！便秘症の診かたと治しかた 南江堂
 中島 淳、前田 耕太郎 編著 かかりつけ医のための便秘・便失禁診療 Q&A 日本医事新報社

図1 便秘症治療の最後の仕上げは排便姿勢

便秘症でない人は排便姿勢に問題はないが一度便秘になると一気に重症となる。しかし患者も医師も認識していない。排便姿勢の改善のみで快便になる患者もいる。



行動目標

1. 私たちは日々研鑽に励み、患者さんの立場にたった質の高い医療の提供に努めます。
2. 全職員が患者さんの窓口となり、真心と笑顔で患者さんに接します。
3. 患者さんの言葉を最後まで聴き、患者さんが理解できるよう分かりやすい言葉で説明します。

病院の理念

歩みいる者にやすらぎを、
 去り行く人に幸せを

私たちは地域の皆様に愛され、親しまれ、そして信頼される病院を目指します。

2

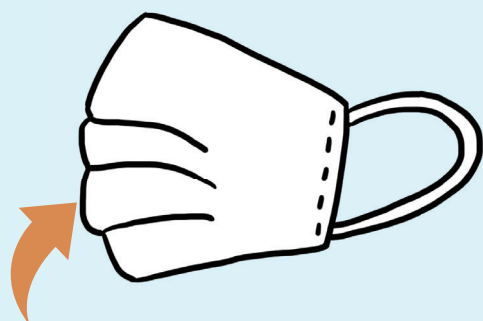
POINT 2

マスクの裏表

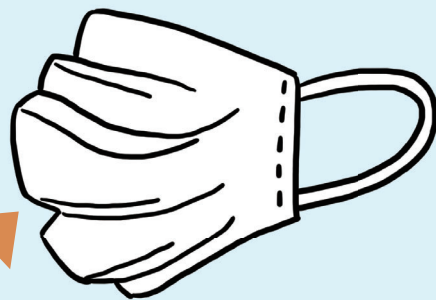
マスクには、裏と表があります。これを間違えると、マスク本来の効果が発揮されなかったり、肌触りが悪くなってしまうため注意しましょう。マスクには、主に下の2つのタイプがあります。

ダンダン
段々折り

オメガ
Ω折り



折目が下を向く面が外側



折目を開いた時に山型になる面が外側

メーカーにより仕様が異なりますので、着用前にパッケージ等で確認しましょう。

3

POINT 3

着用方法

- ①針金が入っている部分を上に、マスクを顔に当てる。
- ②ゴム紐を耳にかける。
- ③折目を上下に引っ張り、鼻と顎を覆う。
- ④針金部分を鼻の形に合わせて折り曲げ、隙間がないよう顔に密着させる。

左のイラストのように、鼻や口が出ているとマスクの効果がありません。しっかりと鼻まで覆いましょう。

但し、暑い季節のマスク着用は熱中症の危険が高まるので注意が必要です。



4

POINT 4

マスクを外す時の
注意事項

マスクの表面には、ウイルスやほこり、花粉などが付着しています。表面に触れないように、ゴム紐の部分を外しゴミ箱に破棄してください。マスクを外した後は、しっかりと手を洗きましょう。



今回のテーマ



「サージカルマスクの正しい着用方法」



新型コロナウイルス感染症予防のため、使い捨てマスク(以後マスク)を着用する機会が多いと思いますが、みなさんは、正しく着用できていますか？

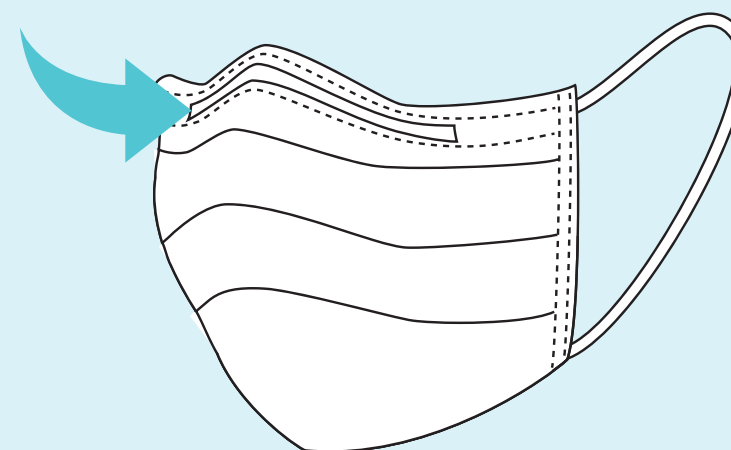
1

POINT 1

マスクの上下

針金が入っている方が上です。鼻の形に合わせて、できるだけ隙間がないように装着しましょう

針金



みなさまに身近な健康にまつわる選りすぐりの情報をお伝えします！

知

つ

て

得

す

る



ぬた和えフルーツ・おやつ



ひな祭り

★ちらし寿司・魚の照り焼き・炊き合わせ

碗蒸し・フルーツ・★福豆



節分

★巻き寿司・鯛の塩焼き・炊き合わせ茶

の煮物・ごま風味和え物・梅・牛乳

黒豆・田作り・祝い蒲鉾

★おせち(夕)・赤飯・えびの煮浸し・若鶏

種巻きのり佃煮・ヨーグルト



おせち七草

おせち(朝)・米飯・★雑煮風・煮和え・千

東濃厚生病院の気になるニュースをお届けします

ニュース&トピックス



東濃厚生病院の行事食について

病院食は患者さん個々に合った栄養量を満たすように毎日提供されています。

そのような中で、当院では年11回行事食を提供させていただいています。行事食は普段の食事とは風変わった献立になっています。入院生活のなかで、お食事をさらに楽しんでいただくために季節を感じる事が出来る料理が中心となっています。今回は行事食について紹介していきたいと思えます。



花見

★春菜おこわ・西京焼き・茶碗蒸し・炊き合わせフルーツ・★花見団子



子どもの日

★いなり寿司・鱈の甘露煮・寄せ物・★木の芽田楽・★かしわもち・フルーツ



七夕

★巻き寿司・★鮎の塩焼き・★冷やし清汁・炊き合わせフルーツ・★七夕デザート



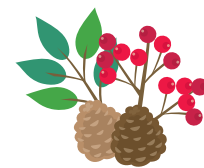
敬老の日

★赤飯・★えびの菜種焼き・茶碗蒸し・炊き合わせフルーツ・★きんとん



秋の行楽弁当

★松茸ごはん・魚の塩焼き・炊き合わせ(花形人参・千草焼き・★柿・★抹茶あずき寒天



クリスマス年越し

★クリスマス・ピースごはん・ローストチキン・イタリアンソテー・フライドポテト・サラダ・ファンシーエッグ・クリスマスデザート・コンスープ
年越し・米飯・鯛の塩焼き・★年越しの煮物・★年越しそば・フルーツ

★行事食特有の料理

以上の献立が令和元年9月〜令和2年7月に提供した行事食です。行事食も普段の食事と同様に、病態に合わせた形で提供しています。

「最後」

ひとりでも多くの方に満足して頂けるような食事を提供できるよう、衛生管理など今後も徹底して行っています。食事についてご要望がございましたらお気軽にお声掛けください。



七夕行事食

東濃厚生病院の 部署紹介

「訪問看護ステーションあゆみ」

訪問看護ステーションあゆみは健康管理センターの2階の講義室の隣にあります。スタッフは看護師5名、理学療法士、作業療法士3名、事務員1名で訪問看護、訪問リハビリテーションを行なっています。居宅事業所も併設されており、ケアマネジャー2名もおります。訪問看護、訪問リハビリは利用者様のご自宅に伺い、看護、リハビリを行なっています。在宅での看護の内容は体の清拭、入浴のお手伝いといった保清、食事、排泄の介助、指導、全身状態のチェックや病状の観察、褥瘡や創傷の処置、薬の相談や指導、在宅での最後を迎える方の支援、指導を行なっています。また、医師や福祉サービスとの連携を行ない、在宅で過ごされる時間を安心して生活ができるようお手伝いしています。

住み慣れたご自宅で過ごすことは利用者様、ご家族にとって何よりのご希望であると思います。私たちは少しでもお力になれるよう、ご自宅へ伺っています。

病院へ通うことが難しくなった、介護や治療で在宅では心配な時は訪問看護を利用していただく事ができます。また、24時間緊急対応を行なっていますので、夜間でも相談の電話をすることが出来ます。超高齢化社会を迎えている今、どこで余生を過ごし、どのような人生の最期を迎えるかを考えていく必要があります。在宅で過ごしたい、過ごしてもらいたいと考えている方は訪問看護ステーションあゆみにご相談ください。

