

きたがわ



佐伯ファミリーパーク・りんご園



目 次

部署紹介	2 ページ
歯科通信	3 ページ
薬箱（薬局より）	4 ページ
リハビリ応急処置知識	4 ページ
リハビリテーション室より	5 ページ

ご存知ですか？ 入浴台	5 ページ
健康教室のお知らせ	5 ページ
栄養だより	6 ページ
相談室から	7 ページ
外来診療予定表	8 ページ

医療法人 紀典会 北川病院



部署紹介

産婦人科

初秋の候、東備地区の皆さまにおかれましては益々、ご健勝のこととお慶び申し上げます。さて、私、平成11年1月に北川病院に赴任し、はや8年が経過しようとしています。皆さまにインフォメーションさせていただくのがやや遅きに失した感がありますが、何卒、ご容赦の程、お願いいたします。



産婦人科医長 茂本修一

既にご存じの方も多いかと存じますが、当院では諸般の事情により、平成15年10月より分娩の取り扱いを中止しています。従って診療内容は婦人科領域のことが中心になります。当婦人科のモットーは『患者さまに納得していただける医療』です。そのためには、十分時間をかけて説明することが重要と考えています。ある医学雑誌によりますと、患者さまが初診で医者が言った内容を正確に理解し、覚えている割合は40%位だそうです。患者さまはご自分の病態、治療等について納得できるまで説明を受ける権利があります。わからないこと、納得できないこと等がございましたら、家に持ち帰らないで遠慮なくお尋ねください。

<北川病院産婦人科の診療概要>

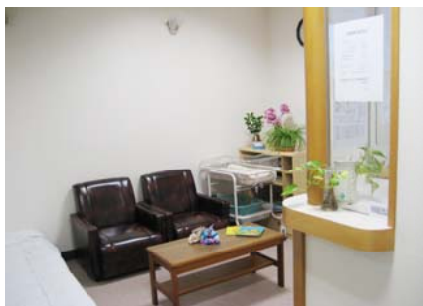
手術について

- i) 子宮筋腫：子宮摘出8例（腹式1例、膣式7例；平成17年1月～平成18年6月）
- ii) 子宮脱：7例（平成17年1月～平成18年6月）
- iii) その他の手術：子宮内容除去等

プライマリーケア（予防医学）について

各種検査：膣分泌物検査、血液検査（性感染症を含む）、画像診断

各種相談：思春期相談（内診は原則行いません、本人不在でも可）、月経調節、
更年期相談、避妊相談（ピル処方、緊急避難ピル、子宮内避妊具装着可）



医療はすでに予防する時代に入っています。病気になる前に手を打つという考え方です。その代表的な疾患のひとつに骨粗鬆症があります。女性は閉経後に骨がもろくなります。骨密度を測定することが予防の第一歩です。その他、子宮癌検診を年一回受診していると癌になる手前でも発見可能です。当方でも、皆さまの“健康に関する生涯設計”のため、少しでもお役に立ちたいと考えています。

文を終えるにあたり、遠方の病院を受診なさることに不便をお感じになっている方、ちょっと、北川病院産婦人科も頭に浮かべていただければ望外の幸せです。東備地区にお住まいの皆さま、どうぞよろしくお願い申し上げます。

歯科通信

～歯が無くなってしまったら～

たとえば1本歯が無くなってしまったら、そこだけポッカリすき間ができてしまいます。ちょっとショックですね。おまけに、噛みにくくなったり、見た目が気になったり、あるいは空気がもれてしゃべりにくくなったりすること考えられます。

通常歯が無くなってしまった場合に行う治療の入れ歯・ブリッジ・インプラントそれぞれの特徴、メリット、デメリットをご紹介します。

入れ歯



〈特徴〉歯がないところの前後の歯に止め金（クラスプ）を利用し、固定する。取り外し式。

〈メリット〉歯はあまり削らなくてすむ。比較的安価。壊れても修理できることが多い。（抜歯してから）治療期間は短め。

〈デメリット〉お口の中での違和感が比較的強い。取り外し式のため入れ歯自体の手入れが必要。噛みごちが悪い。味覚を感じづらくなる。入れ歯をしているという心理的な抵抗感。

ブリッジ

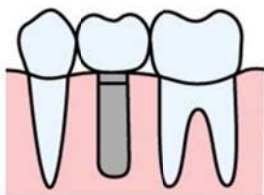


〈特徴〉前後の歯を削って、橋渡しするような形でセメント固定する。

〈メリット〉固定するので異物感は少なめ。比較的安価（保険適用の場合）。止め金がないので入れ歯より見た目がよい。支える歯の治療が必要でない場合、治療期間は短め。

〈デメリット〉前後の歯が健康な歯であっても削る必要がある。歯がない部分にかかる力を負担するため、ブリッジを支える歯の疲労が大きい。抜けたところには根の部分がないため歯ぐきとの間に隙間がある。最低でも前後に1本ずつは歯がないとできない。

インプラント



〈特徴〉チタン製の人工歯根を植え込み、骨と結合するのを待った後、人工歯根の上部に歯を作っていく。

〈メリット〉自分の歯に近い噛み心地が得られる。前後の歯を削らなくてよい。前後の歯に負担をかけない。取り外しの必要がない。見た目がよい。→つまり、入れ歯やブリッジのデメリットを解消する方法であるといえます。

〈デメリット〉外科的処置が必要である。（おおむね、親知らずの抜歯と同程度の外科処置）保険がきかないため、治療費用が高い。（1本あたり約30万円くらい）骨と結合する期間が必要なため、治療期間が約3～6ヶ月間と長くなる。全身疾患等の状態により治療が行えない場合がある。

1日1回？

薬箱



奥方のお知り合いから電話。

「薬を今まで1日3回飲んでいたのに、ちょっと症状が悪くなったと言われ、今度は1日1回になった。間違っただけじゃろ〜か？」

薬を長期間飲むことが多いのが慢性の病気の患者さま。高血圧症の薬やコレステロールを低下させる薬は2、3日ならいざ知らず、長いあいだ忘れずに飲み続けるのは至難のワザ。「3回が無理なら、1回ではどうだ！」とばかりに、最近では、1日1回だけ飲めばすむ薬が多くなっています。ところが、薬というのは何となく、1日3回飲むものだと思っていて、「本当に1回だけでいいのですか」と、電話の主と同様少し不安そうに思われる方も。

さてこの方、胃がシクシク痛むのを我慢して、以前医院さんでもらっていた薬と市販の薬で何とか症状を抑えていたらしいのですが、「どうも王監督と同じ症状みたいだから」と診察を受けると、軽い胃潰瘍だったとか。包丁で少し切った指先にお酢がかかると「うっ」と言うぐらいしみます。胃潰瘍は、このようなことが胃の中で起こっているのです。あれた胃（つまり切れた指先）に胃酸（お酢）がついて、シクシクするわけです。

処方されていたお薬は胃潰瘍を治すプロトンポンプ阻害薬（PPI）。

1日1回飲むことで胃酸を分泌させるプロトンポンプと言うものに蓋をしてしまう薬です。そうすることで胃酸の分泌を少なくし、早くあれた胃を修復させます。

「1日1回だから、朝でも夜でも良いので（勿論お昼でも）忘れにくい時に服用してね。」と電話で返事。

食べ物がおいしくなる季節。元気な胃を早く取り戻しましょう。

ワン・ポイント応急処置知識 ～ハチ刺され～

この時期よくあるのが虫さされ・・・



中でも「ハチ」。ハチの中でも、巨大な巣を作るスズメバチは強烈な毒を持ち、毎年、刺されてショック死したというニュースをよく聞きます。その他のハチや毒蛾、毛虫なども体質によっては、刺されてひどいことになるケースも少なくありません。

そこで ワン・ポイント応急処置知識！

この虫たちはたいてい毒針や毒毛を人体に残していきます。まず、これらを毛抜きなどで処置し、水でよく洗い流します。ついで、抗ヒスタミン軟膏か副腎皮質ホルモン軟膏を塗ります。かゆみ、痛みを抑えるため、しっかり冷やすと効果的です。

尚、以前にハチに刺されショック症状があった方、腫れがひどい、気分が悪いなどの症状がある方は早めに医療機関へ受診をお勧めします。

☆☆ リハビリテーション室からのお知らせ ☆☆

4月の診療報酬改訂で、リハビリ実施日数に制限が設けられたことは前回の「きたがわ」でお知らせいたしました。これにより、4月以前にケガや病気をされた患者さまに関しましては、「骨折や変形性関節症などの運動器疾患の方は8月28日」、「脳卒中や脳障害などの脳血管疾患の方は9月27日」で、それぞれ病院でのリハビリが終了となってしまいました。これらの改正は外来患者さまだけでなく、入院患者さまにおいても同様です。

今後につきましては、介護保険での通所リハビリテーションの利用や、訪問リハビリなどの方法がありますが、どのようなサービスが適しているかは患者さま一人一人の身体状況や生活によって異なります。

リハビリ日数制限に関する疑問や、訪問リハビリについてのご質問などありましたら、リハビリ室までお気軽にお越し下さい。

ご存じですか？ 入浴台

前回の「浴槽手すり」に続き、今回は「入浴台」をご紹介します。これは洗い場から浴槽への出入りを手助けする台です。立ったままでは不安定な浴槽への出入りも、この台に一度腰掛け、それから足を上げればより楽になります。



取り付け工事也不要で、使わない時は折りたんで片付けられます。この「入浴台」に興味のある方は、リハビリテーション室までご連絡ください。

健康教室のお知らせ

10月11日（水）午後1時から、当院2階会議室で健康教室を行います。

『骨粗鬆症』をテーマに、病気についての基礎知識・予防法・日常生活で気をつけたいことなどについて、北川院長・看護師・管理栄養士がお話する予定です。

皆さまのご参加をお待ちしています。

北川病院の理念

患者さまを「尊重」「安心」「信頼」「満足」できる医療を提供します。

- ・ 患者さまの権利を尊重し、患者さまの立場に立った医療の提供をします
- ・ 明るく対話をし、思いやりのある医療の提供をします
- ・ 技術の研鑽に努め、先進的で最良の信頼できる医療の提供をします
- ・ 地域医療に貢献するため、地域の医療機関との連携、充実した救急医療の提供をします

そして、職員にとって「あたたかく、生きがいのある職場作り」を推し進めます

栄養だより

毎日心がけたい“がん予防のための食生活”



私たちの生活環境の中では、様々なものががんの危険因子とみなされています。中でも食生活のあり方は、がんと大きな関わりがあることが研究の結果明らかにされています。正しい食生活を心がけることにより、がんを予防しましょう。

1) 塩辛い食品はたくさん食べないように心がけましょう。

胃がんのもっとも重要な要因はピロリ菌の感染ですが、高い濃度の食塩を含む食品は胃粘膜バリアを破壊して発ガン物質の吸収を高めます。料理の味付けは薄味に心がけ、塩分を多く含む加工品やインスタント食品は控えましょう。

2) 脂肪・エネルギーを摂り過ぎないように注意しましょう。

エネルギーの摂り過ぎや動物性脂肪の多量摂取は、大腸がん・乳がんなどの危険因子である可能性が高いと報告されています。

3) 野菜や果物を毎日欠かさず摂るようにしましょう。

野菜や果物の中の微量栄養素(特にビタミン・ポリフェノール・フラボノイドなど)の抗酸化作用と、食物繊維の生理作用が多くのがんを抑制すると言われています。野菜は1日に350gを目標に食べましょう。

4) 精製しない穀類・豆類・きのこ類・海草など食物繊維を含む食品を多く摂りましょう。

食物繊維は発ガン物質を吸着したり、体外への排出を促す作用や腸内菌叢を改善させる作用があります。

5) アルコール飲料は飲みすぎないようにしましょう。

アルコール飲料の摂りすぎはがんの発生を促進すると考えられています。

6) 熱すぎる食べ物は摂らないようにしましょう。

疫学的見地から熱い食べ物・飲み物は胃がんや食道がんの危険因子に挙げられています。

7) 6つの基礎食品を組み合わせるバランスの良い食事を摂りましょう。

偏食をせず色々な食品を組み合わせる食べ物ががん予防のために必要となります。

8) 魚や肉のひどく焦げたものはできるだけさけましょう。

実験により肉や魚の焼け焦げの中に発ガン物質があることが証明されています。

9) 食品の保存や選び方にも注意しましょう。

食品は冷蔵庫や冷凍庫で適切に保存し、カビが生えないように注意しましょう。食品添加物や残留農薬にも注意しましょう。

10) タバコは吸わないようにしましょう。

がんの部位別にみた食生活との関係

	増加因子	減少因子
胃がん	高塩食品 塩干魚類 米飯多食 熱い飲み物・食べ物	牛乳 野菜 果物 ビタミンC
大腸がん	不規則な食事 高脂肪食 低繊維食 アルコール	高繊維食
前立腺がん	高脂肪食 肉の多食 塩辛い食物 アルコール	野菜 果物 大豆製品
食道がん	熱い飲み物・食べ物 栄養価の低い食生活 喫煙 アルコール	良質たんぱく質・ビタミン・ミネラルに富む食生活 野菜 果物
乳がん	高脂肪食 高エネルギー食 アルコール	野菜 果物 食物繊維 大豆製品
肺がん	喫煙 アルコール 動物性脂肪	野菜 果物 大豆製品 ビタミンC



こんにちは。日毎に過ごしやすくなり、秋めいてきました。

さて、平成18年10月に医療制度の改訂があり、診療報酬・医療費が変わります。同じ内容の医療・サービスを受けているにもかかわらず、請求書の額が今までと比べ、随分違ってくるのではないかと思います。

今回は、この医療制度の改訂の中でも、療養型（医療保険型）の食事代・居住費についてと、心身障害者医療給付制度（身体障害者手帳1級または2級、市町村によっては3級の方・療育手帳A、市町村によってはBの方等）について少しお話をさせていただきます。

①療養病床に入院の場合の食事代・居住費について

10月から、介護療養型医療施設（医療保険）の入院患者さまは、食事代・居住費が保険対象から外され、自己負担となります。患者さまによっては、月々2万円以上の負担増もあるようです。ただし、70歳以上の方、65歳以上で老人医療対象者の方が対象です。64歳未満の方は対象外です。

	食事代（一食）	居住費
一般・現役並みの所得者	4 6 0 円	3 2 0 円
低所得者Ⅱ	2 1 0 円	3 2 0 円
低所得者Ⅰ	1 3 0 円	3 2 0 円
老人福祉年金受給者	1 0 0 円	0 円

食事代・居住費に関して、ご自身がどの段階にあたるかは、市役所・役場で手続きをしないと分かりません。手続き方法について不明な場合は、相談室までおたずね下さい。

②重度心身障害者医療給付制度→心身障害者医療費給付制度

今までは、身体障害者手帳1級または2級、もしくは、療育手帳を持っている方は（所得制限あり）、医療費について公費負担を受けることができましたので、自己負担が無かったのですが、今後は原則として一割負担です。ただし、所得に応じて限度額が設けられています。また、10月以降、65歳以上の方が新規に重度障害になった場合、この制度の対象とはなりません。

一ヶ月の一部負担限度額

	外 来	外来と入院
現役並みの所得	44,400円	80,100円＋1％ ※
一般	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ	2,000円	12,000円
低所得者Ⅰ	1,000円	6,000円

※医療費総額が801,000円を超えた時 80,100円＋（医療費総額－801,000円）×1％

手続き等について不明な場合は、相談室までお声を掛けていただけたらと思います。

外来診療予定表

平成18年10月現在

		内科①	内科②	外科	産婦人科	肛門科	麻酔科	歯科	泌尿器科
月	午前	円光	吉田 DM	北川 堯	茂本	北川 堯	北川 堯	友成	
	午後	鎌田		北川 堯	茂本			友成	
火	午前	赤松	鎌田	北川 堯	茂本	北川 堯	落合	友成	
	午後	宮武		川嶋	茂本	北川 堯	落合	友成	
水	午前	吉田		長尾	茂本			友成	
	午後	赤松		長尾	茂本			友成	
木	午前	鎌田		北川 堯	茂本	北川 堯	北川 堯		万波
	午後	岩崎	吉田 DM	長尾		北川 堯	北川 堯		
金	午前	赤松	吉田	北川 堯	茂本	北川 堯	北川 堯	友成	
	午後	間阪		成島	茂本			友成	
土	午前	北川 紀		北川 堯	茂本	北川 堯	北川 堯	友成	
	午後	交代制		北川 堯	茂本			友成	

午後の診察は手術等のため変更することがあります

★土曜日内科(午後):

第1・3・5週 鎌田医師
第2週 赤松医師
第4週 吉田医師

吉田医師が担当する内科②は予約制です

月曜日午前・木曜日午後は糖尿病外来(DM)です
金曜日午前は一般外来です
ご希望の方は当院受付までお越し下さい

内科・外科・産婦人科 (月～土)

【受付時間】 7:00～12:00 13:00～17:00
【診療時間】 9:00～ 14:00～

ただし、産婦人科は第2・4木曜日、第1・3木曜日午後は休診

泌尿器科 (木)

【受付時間】 7:00～12:00 【診療時間】 9:30～

歯科 (月～土)

【受付時間】 8:30～12:00 13:30～18:00
【診療時間】 9:00～12:30 14:00～18:30

ただし、歯科は木曜日休診。土曜日は診療時間17:00まで

当院ホームページのURL:
<http://www.kitagawa-hp.jp>

E-mailアドレス:
lab@kitagawa-hp.jp

発行所 医療法人 紀典会 北川病院
広報委員会
岡山県和気郡和気町和気277
電話 0869-93-1141
Fax 0869-93-1200

