

前田病院だより

Maeda Hospital News

平成25年 5月発行

No. 32

前田病院広報



病院理念

心・信・真

《安心と信頼の医療を真心こめて》

「糖尿病市民公開講座」

2月23日（土）伊万里看護学校にて、伊万里有田地区医師会主催の糖尿病市民公開講座が開催され、当院副院長の前田篤宏先生と糖尿病専門医の前田麻木先生が講演されました。

2011年透析を受けている患者さんは30万人、その内55%（17万人）が糖尿病と高血圧の患者さんです。糖尿病や高血圧の管理が悪いと、砂糖やゴミが血管の壁にこびりつき血液が通る場所が狭くなり、血液の流れが悪くなります。特に細い血管はすぐに流れなくなり、その結果、視力低下、腎不全、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、足壊疽を引き起こします。定期健診などの結果、高血圧や糖尿病の可能性を指摘された場合には、できるだけ早めに医師に相談することが大切です。

また、血圧は病院で測った時に正常だからと安心してしていると、起床時には高血圧ということもよくあることで、血圧測定は体と心が安静な起床時に1回だけ測ることが大切とのことです。もしかしたら早朝高血圧かもしれません。さらに検尿異常や血中クレアチニンが1.2以上あれば、一度腎臓内科に相談してください。

腎臓病や糖尿病、高血圧と診断されたら栄養指導を受けることも大切です。カロリーや糖分、塩分をコントロールして自分で結果を知り、良くなるまで何度も栄養指導を受けてください。自分の目で結果を知り“やる気スイッチ”を入れ、継続することで透析をせずにすむと思います。

先生の講義から少し要約してみました。また機会があれば詳しく先生に記載して頂く予定です。なお糖尿病については「麻木ちゃん先生の糖尿病講義」と題して、この紙面でシリーズ化して掲載しておりますので、そちらもぜひ参考にしてください。

医療法人 幸善会
前田病院

〒848-0027

佐賀県伊万里市立花町2742番地1

TEL 0955(23)5101 FAX 0955(23)3315

TEL 0955(23)8835（腎センター直通）

URL <http://www.maeda-imari.or.jp>



皆さんこんにちは！

年末・年始に血糖コントロールが悪化した方は今のコントロールはどうなっていますか？

3月、4月の歓送迎会や花見、入学などのお祝いでまたズルズルと悪くなっていませんか？

実は3月から6月にかけても血糖コントロールが悪化しやすい時期です。花見や歓送迎会の後にやってくるゴールデンウィークでは旅行される予定の方も多いでしょうし、またご家族が集まっての外食の機会が増える方もいるでしょう。その後の6月からは梅雨になりウォーキングに行けなくなる日が増える結果血糖値が上がっていきます。この時期の上手な乗り越え方としては、① 予定がわかっている外食では前後2日ずつで食事量を調整する。② ウォーキング以外の運動も取り入れる(特に室内運動)この2つです。

① の食事量の調整で大事なのは**極端に食事を減らさないこと**。これがドカ食いのもとになるので間食をこの期間はしないようにするとか、油ものを控える程度のやり方が大切です。また**予定外で食べ過ぎた時は、その後3日ほどかけて食事量を調整**すると良いと思います。② の運動ではウォーキングは始めやすく取り組みやすい運動ですが、気候に左右されやすいのが難点です。**家の中で運動できるものをいくつか取り入れておく**と梅雨の運動不足解消になります。いずれにしても旅行などで食べ過ぎても気にせず食べっぱなし、雨などでウォーキングしなくなり始めたらそのまま家で、ごろごろしっぱなしという事にならないようにしましょう。食事量の調整や室内運動のやり方などに興味のある方は糖尿病教室に是非参加されてください。

糖尿病教室の案内は現在受付にあります。4月から開始しており、いくつかの講義は終了していますが

年内は秋頃に再度行う予定です。教室以外でも疑問があれば外来の際にお尋ねください。

前田病院 出前講座



当院では、地域の皆さんの健康増進や医療・介護に関する理解を深める機会として出前講座を実施しています。本年度の講座のテーマと内容です。

実施月	テーマ	内容	所要時間	担当
5月	楽しく転倒予防	足を中心に楽しくエクササイズ。	60分	リハビリ
6月	効果的なウォーキング	正しい歩き方で筋力UP&脂肪撃退！	60分	リハビリ
7月	食中毒の話 熱中症の話	まだまだ食中毒には注意が必要！！ そして、暑さに負けない熱中症対策。	50分	看護部
9月	簡単おやつ作り	栄養バランスを考えた、楽しく安全な食生活を続けましょう。	60分	栄養課
10月	エコ棒で体操	新聞紙が大変身！手作りで楽しくエクササイズ。	60分	リハビリ
11月	インフルエンザの話	日常生活の中でできる予防法やワクチンによる予防法など。	50分	看護部
2月	簡単・姿勢改善	これであなたも姿勢美人！姿勢改善大作戦。	60分	リハビリ
3月	みんなでイキイキ体操	みんなで楽しくエクササイズ。	60分	リハビリ



お知らせ

ホームページが全面リニューアルしました！

4月より患者さんやそのご家族、地域の医療関係者の皆様、そして就職や転職をお考えの方に向けて、見やすく使いやすいホームページを目指し、全面リニューアルをおこないました。

新たなものとして、「症状から探す」というページを新設いたしました。

このページは、「どの科に受診していいかわからない。」「このくらいで病院に行ってもいいのかな？」という声にお応えして、症状別に診療科のご案内をしております。

健康について不安のある方、気になる症状がある方はぜひこちらのページをご覧ください。

他にもロビー音楽会のイベント情報や採用情報のページなども充実した内容になってますので、この機会にぜひ当院ホームページをご活用ください！



スタッフ紹介

今年度も新入職員が19名加わりました。ベテランの看護師から、高校を卒業し看護師を目指して働きながら学校に行く人、また薬剤師や検査技師、臨床工学技士など、多彩なスタッフが新たに加わり、業務の充実に貢献してくれると期待しています。



瀬戸口善彦（薬剤師）

今年度より福岡から地元である伊万里に戻ってまいりました。お薬を正しく、安全に使って頂き、皆さんの健康に貢献できるよう頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



副島理加（臨床検査技師）

4月から検査課で働くことになりました。患者さんと接する機会は少ないですが、明るく笑顔で接していきたいです。また、検査データを迅速かつ正確に返せるよう一生懸命頑張ります。



中村美恵子（診療情報管理士）

4月から医事課に勤務しています。患者さんと職員の距離が近く、職員が患者さんの名前を覚えていたり、患者さんの方から職員に話しかけてくれる様子が、とても良いところだと感じています。これからも笑顔を心がけ、信頼される事務職員を目指し頑張りますので、よろしくお願いいたします。

外来診療担当医師

診療科目	月	火	水	木	金	土(午前)
腎臓内科	前田利朗	前田利朗 前田篤宏	前田利朗 前田篤宏 池田裕次(午前)	前田利朗 前田篤宏	前田篤宏 九州大学医師 (第2・3週午前)	前田篤宏 九州大学医師 (第1・2・4週)
血液内科	松崎美和子 北村浩晃 (14:00~)	松崎美和子	松崎美和子		松崎美和子 久保田 寧	松崎美和子
呼吸器内科			小山直己 (隔週16:00~)	前田智美 (15:00~)	前田智美 (15:00~)	坂本篤彦 (月2回)
漢方内科			栗山一道 (15:00~)	栗山一道 (午前)		
一般内科	前田拓郎	前田拓郎	前田拓郎	前田拓郎		
糖尿病内科	前田麻木 松田やよい (午前)	前田麻木		前田麻木	前田麻木	前田麻木
摂食・嚥下 リハビリ						本多知行 (月2回)
消化器内科	菊地宏樹	菊地宏樹	菊地宏樹	太田敦子	菊地宏樹	菊地宏樹
内視鏡	菊地宏樹	菊地宏樹 藤原昌子(午前)	菊地宏樹 松嶋 祐	菊池陽介 (第3週)	菊地宏樹	菊地宏樹
整形外科	副島整形外科より(午前)					副島整形より (隔週) * 予約制
	※副島整形外科医師の予定については、外来ロビーに設置しております「外来診療予定表」をご覧ください。(一部予約制)					

* 上記担当医師につきましては、都合により診療時間等の変更が生じる場合がございます。

* 担当医に関するお問い合わせは、23-5101 までお願いいたします。



ジャガイモの花

ジャガイモの原産は南米アンデス山脈の高地といわれ、16世紀にはスペイン人によりヨーロッパにもたらされ、運搬中の船内で芽が出たものを食べて毒にあたった為「悪魔の植物」と呼ばれたそうです。日本では最初は観賞用として栽培されたそうですが、花の色も白や桃色、紫とあり、よく見るととても可愛い花です。

Photo 中村

編集後記

同僚が突然の事故で入院しました。外は花盛りの行楽の季節で

がベッドから出ることが叶わず、退屈な入院生活です。そこで私は以前描いていた絵手紙を送ろうと思いつき、春の花を描き元気づける言葉を

添えて届け始めました。長い間描いていなかったので本当に拙い絵手紙ですが、それでも大変喜んでもらえ嬉しかったです。私自身もまた描く喜びを復活させることができよかったですと思っています。本当にちょっとした心遣いで人は幸せを感じることができる

