

診療受付時間 平日 9:00～12:00 / 14:00～17:30(内科 15:00～)

* 受付 17:00まで

土曜日 9:00～12:00 (土曜午後、日曜、祝日休診)

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)	前田(利) 前田(篤)	前田(利) 前田(篤) 池田(午前)	前田(利) 前田(篤)	前田篤宏 九州大学医師 (第2・3週午前)	前田(篤) 九州大学医師 (第1・2・4週午前)
血液内科	松崎	松崎 二本柳(午前)	松崎		松崎 久保田	松崎
アレルギー科	小山	小山	加藤 (9:00～15:00)	小山	小山	坂本(篤) (月2回)
漢方内科			栗山 (15:00～)	栗山 (午前)		
一般内科	前田(拓)	前田(拓)	前田(拓)	前田(拓)		
糖尿病内科				坂本(絵) (隔週 午前)		※前田(麻) (隔週 午前)
摂食・嚥下 リハビリ						本多 (隔週 午前)
消化器内科	菊地	菊地	菊地	太田	菊地	菊地
内視鏡	菊地	菊地 吉澤(午前)	別府 菊地	菊池(陽) (第3週)	菊地	菊地
皮膚科		井上(15:00～)				
整形外科	副島整形外科より(午前・交代制)					
	※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 頂るか、受付までお問い合わせください。					

*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。

医療安全管理室よりお願い！

患者さんの取り扱い事故防止の対策として、患者確認の強化をしています。特に外来では予診、検査時に患者さんにも名乗っていただいています。同姓同名の方がいらっしゃる場合には、生年月日での確認もさせていただきます。

患者さん、ご家族の皆様も医療安全のパートナーとして、医療安全活動の取り組みに参加いただけるようにお願いします。

編集後記



地球の温暖化のせいだと思いますが、夏の気温は確実に上昇傾向にありますよね。

数十年前は夏の温度は30℃くらいで高い方だったと思うのですが…、今は40℃の最高気温もあって、だんだんそれが当たり前ようになっていくのかなと不安になります。

節電もしなくてはならないし…と無理をして、熱中症にならないように気をつけて下さいね。

クールビジネスも盛んのですから、何でも利用して暑い夏を元気に乗り越えましょう。

それから、ロンドンオリンピックも開催中で応援もしなくてはいいませんが、寝不足は体調を崩すきっかけになりますから、気をつけましょう。 だけど、カンパレ！ニッポン！



前田病院だより

Maeda Hospital News



平成24年 8月発行

No.29

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》

睡眠時無呼吸症候群(SAS)ではありませんか？

睡眠時無呼吸有症の症状

睡眠中の呼吸の停止 ・大きないびき
頻回の中途覚醒 ・日中の強い眠気
認知能低下 ・抑うつ
集中力の低下 ・インポテンツ

自覚症状

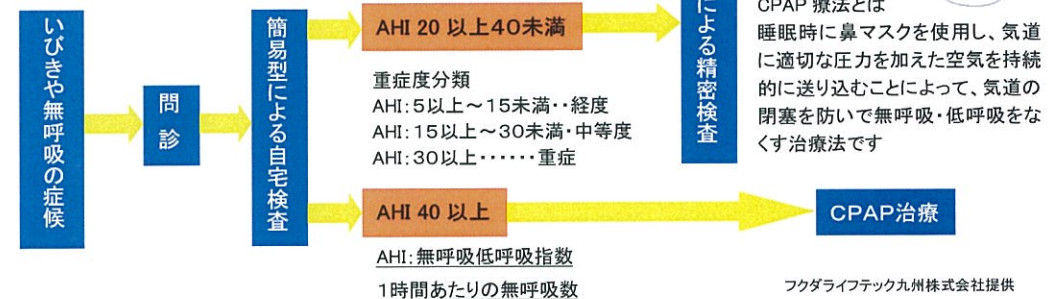
習慣性のいびき
日中過眠
夜間頻尿
起床時の頭痛
熟睡感がない

発症するおもな原因

太っていてあごや首に脂肪がついてる
アデノイド(咽頭扁桃)の肥大
アレルギーなどで鼻が詰まりやすい
アゴが小さい
アルコール摂取



検査の流れ



フクダライフテック九州株式会社提供

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>



睡眠時無呼吸症候群とは、睡眠中に10秒以上の呼吸が停止、つまり無呼吸が5回以上繰り返される病気です。症状としては、いびきや昼間の眠気、熟睡感がない、起床時の頭痛などがあります。

睡眠時無呼吸症候群は、生活習慣病と密接に関係しており、心筋梗塞・脳卒中など脳血管疾患の発症率が、普通の人の約4倍、高血圧の発症率は、普通の人の約2倍、また虚血性心疾患は3倍、糖尿病は1.5倍発症する可能性が高いと報告されています。

最初は自覚症状などがないので気づかないことが多いですが、治療しないと10年、20年かけて徐々に体に負担がかかり、このような合併症を引き起こし生命の危険に及ぶこともあります。また、睡眠時無呼吸症候群に特有の眠気は、交通事故を起こす危険もあり、早期に適切な治療をすることが大切です。

もしかしたらと症状が気になる方は、お気軽にご相談ください。

4月より呼吸器内科の診療を始めました。呼吸器疾患、アレルギー疾患の診療や肺気腫、肺癌の早期発見にも力をいれています。
それから禁煙を試みたい方も、ぜひ受診をお待ちしております。



理学療法士が応援する

転ばないからだづくり



今回は、転ばないからだづくりのための自分でできるストレッチを紹介します。

1. 肩回し

- ①足を肩幅に開き、手を肩の上に置き、わきをしめて自然に立つ。
- ②ひじを内側から外側にゆっくりと大きくまわす。
- ③ひじを外側から内側にゆっくりと大きくまわす。

※肩回しを行うことで、肩の周囲の筋肉をほぐし、前かがみになりがちな姿勢を予防します。

肩まわし



2. ふくらはぎの筋肉のストレッチ

- ①片方の足を後ろに一歩踏み出す。
- ②ひざを伸ばし、かかとを床につける。
- ③下腹を前にゆっくりと突き出し、10秒間保つ。
- ④反対の足も同様に行う。

※ふくらはぎのストレッチを行うことで、歩行能力やバランス能力の低下を予防します。



熱中症に気をつけて

熱中症とは、室温や気温が高い中で作業や運動により、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、「体温上昇」「めまい」「体がだるい」ひどい時には「けいれん」や「意識の異常」などを起こす病気です。

熱中症が起こるのは、野外だけとは限りません！家の中でじっとしていても、室温や湿度が高いと熱中症になる場合があります。我慢は厳禁！しかし、高齢になると温度差を感じにくくなります。上手にエアコンや扇風機を使い室内の温度を調節しましょう。

熱中症予防のポイント

- ◇部屋の温度をこまめにチェック（温度計を置く）
- ◇室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう
- ◇のどが渇いたと感じたら必ず水分補給を（我慢すると脱水症状を引き起こしかねません）
- ◇のどが渇かなくてもこまめに水分補給
- ◇外出の際には、体を締め付けない涼しい服装で、帽子、日傘など、日よけ対策を
- ◇出かける時は、ペットボトルを活用し、1本はお茶を、もう1本は凍らせたお茶か水を持って出よう。
- ◇予防便利グッズの活用を（瞬間冷却の保冷剤や、クールタオルなど）
- ◇無理せず、適度に休憩を（「もう少し」は危険です）
- ◇日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくり



熱中症の応急処置

- ◇涼しい場所に移動し、ベルトやズボン、シャツのボタンを緩め安静に寝かせる
- ◇足を高くして心臓に血液を送りやすくする
- ◇エアコンをつける・扇風機やうちわなどで風をあて体を冷やす
- ◇体温を下げるために、濡れタオルや水をかける
- ◇首やわきの下、股の付け根などの太い血管を氷などで冷やす
- ◇症状が改善しない時や意識がない、けいれんなどの時は、迷わず救急車をよびましょう



「新装の国見台運動公園テニスコートにベンチ 12 脚を寄贈」

昭和53年3月に整備され、老朽化による改修を望まれていました国見台運動公園内のテニスコートが、この度1年の改修工事を経て6月30日にリニューアルオープン。この新装開設にあたり、地域のスポーツ振興と青少年の健全育成に役立てていただこうと、当院のネームが入りましたアルミ製のベンチ（写真）を12脚寄贈させていただきました。

また、オープンセレモニーには、当院の前田篤宏副院長が出席され、伊万里市よりベンチ寄贈に対する感謝状が贈呈されました。

