

リフレッシュ!!

インフォメーション'14

県北医療センター
高萩協同病院広報紙

発行所 県北医療センター 高萩協同病院
〒318-0004
高萩市大字上手綱字上ヶ穂町1006-9
0293-23-1122
発行人 高橋 良延 編集 広報委員会



健康診断を受けましょう

病院長 高橋 良延

あけましておめでとうございます。皆様におかれましてはすこやかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

皆様の健康生活上に努めることは当院の基本方針の一つです。健康診断（健診）はスクリーニングの検査です。検査結果が少しでも病気の可能性がある場合に異常所見となり、二次検診をお勧めします。二次検診は治療や定期的な経過観察が必要かどうかなどを確認する目的の診察です。健診で「要精密検査」と判断されても詳しく検査してみると、現時点では治療や生活習慣の見直しなどは必要ないと診断されることもしばしばあります。現在は特に問題なくとも年月を経るうちに病気の方向へ進行することがありますから、一年に一度は身体の状態を確認しておくために健診を受けることが大切です。

当院は昨年4500人の健診を実施しました。人間ドック、生活習慣病予防健診、特定健診、会社などの定期健診、乳癌・子宮癌検診などです。当院の要精密検査となった方の二次検診の受診率は約30%と憂慮すべき低い受診率でした。70才以上の人の半数に癌があるのではないかと云われております。健診の結果が届いても、今はなんの症状もないし、仕事が忙しいなどの理由で必要な検査を受けずに放置してしまい、進行した症状になってから初めて病院を受診する人も多くおられます。健診で早期に疾患が見つかり治療を受けて、健康生活を続けておられることは喜ばしいことなのです。胃癌や大腸癌でも早い時期に診断された場合には治療の仕方がさまざまあり、患者さんの身体の負担の少ない治療法を選択することができます。早期の胃癌・大腸癌の場合、ほとんどは大きくお腹を切開する開腹術は必要ありません。内視鏡による切除術はお腹をあける必要はなく、胃や大腸の内側から内視鏡下に病変部位を切除できます。腹腔鏡を使用して手術することもできます。腹腔鏡の場合、お腹に小さな穴と小さく切開するだけで、開腹して手術した場合と同等の治療を受けることができます。早期に病気を発見し元気に社会復帰が可能です。今年も健診を受け、万が一「要精密検査」の連絡が届きましたらすぐに二次検診を受けましょう。

今年も健康でご多幸の年になりますようお祈り申し上げます。

新任医師紹介



消化器外科科長

たかみ かずひろ
高見 一弘

疾患においても根治性と安全性を考慮した外科治療を行っていきたいと思っております。開業医の先生方におきましては、症例があれば迷うことなくご紹介ください。

一方、当院では、消化器内科の仕事もこなしております。上部消化管内視鏡も含め、下部消化管内視鏡なども多くこなしていき消化器全体を盛り上げていきたいと思っております。

プライベートですが趣味は音楽（ギターやドラム、ベースなど）やサッカー、ゴルフです。音楽に関しては機会があればバンドなど結成したいと思っております。またサッカーに関しては当院でフットサルチームを作るのが目標です。現在はひたちなかまで通っているので自前のチームを作りたいと思っております。経験や年齢、体力は問いませので、院内でサッカー好きの方募集しています。

今後、高萩協同病院を盛り上げていきたいと思えます。どうぞよろしく願っています。

専門は消化器外科一般でありませんが、これまで多くの大腸癌や胃癌の腹腔鏡手術、難易度の高い肝胆膵疾患の外科治療に携わって参りました。当院は外科スタッフ数に比し比較的多くの手術があり、今後は消化管においては侵襲が低く根治性を追求した腹腔鏡手術を導入し、また難易度の高い肝胆膵

高萩協同病院に 駅伝部!?

第62回高萩駅伝奮闘記

こんにちは、整形外科の熊谷です。

今回は新たに当病院に創部された駅伝部の紹介をしたいと思っております。

選手兼監督に当科医長の船山（元陸上部、短距離専門）を据え、整形外科都丸、手術室看護師鈴木（敦）、伊藤、そして自分という30代チームを編成し高萩駅伝に臨むべく練習を始めました。

高萩駅伝は今年で62回目を迎える由緒正しき駅伝大会で、近隣に住まわれている皆様ならご存知かもしれません。地元の中高生も部活単位で参加する市をあげての大イベントです。今年には実に100チーム以上の参加がありました。病院の看板を背負うわけですから無様な走り姿は見せる事ができません。時にはチームで、時には個人で夜間練習を続けました。

当日はやや風が強いものの快晴。会場には、はぎまるもかけつけてくれました。

1 走都丸、2 走伊藤、3 走船山、4 走鈴木、5 走熊谷でたすきをつなぎ、無事31チーム中26位でゴール！練習期間も含め大きな怪我なく大会を終えることができました。

せっかく創部された駅伝部、ぜひ来年も活動したいと思えます。

運動不足解消のため、健脚を披露したい、たすきをつなぎたい、動機はなんでも、一緒に走りましょう。院内職員の皆様、入部お待ちしております。

また、沿道で応援してください。皆様、サポートメンバーとして選手を支えてくれた皆様、この場を借りて御礼を申し上げます。ありがとうございます。





キャンドルに

込めた祈り

看護副部長 中野はる代

讃美歌と柔らかな灯りの列が織りなす、厳かな世界に包まれ、今年もキャンドルサービスが行われました。各階の入院患者様の元へ、讃美歌を歌いながらクリスマスカードを手渡しました。患者様のところに直接訪問させていたため、暖かい蝋燭の光は昨年度からLEDに変更され、安全なものになりました。カードは北西看護専門学校の学生と当院の職員が、一枚一枚心を込めて手作りしたもので、「二日も早く良くなってお家に帰れますように。」「早く元気になってください。お祈りしています。」「などのメッセージが書かれています。入院患者様やご家

族には、キャンドルサービスが引き立つように、病室の灯りを落としてのご協力をいただき、ありがとうございました。また、学生や新人職員にも初めての経験でしたので、たいへん良い思い出になったと思います。また、病院付属の託児所には、日中にサンタやトナカイの格好をした職員が子供たちにプレゼントを渡しました。いきなりのサンタの登場に固まる子供たち。でもプレゼントをもらうとみんな笑顔があふれました。このような患者様と一緒に職員も楽しめる企画を今後も行っていきます。



乾燥肌の予防と治療法



皮膚科 にとうべ ひろあき
二藤部 弘暁

気温が低く、空気が乾燥している冬を迎え、乾燥肌の患者さんが増えてきました。

症状は、手が荒れる、体やすねがかさかさしてかゆいなど様々です。

乾燥肌の原因は

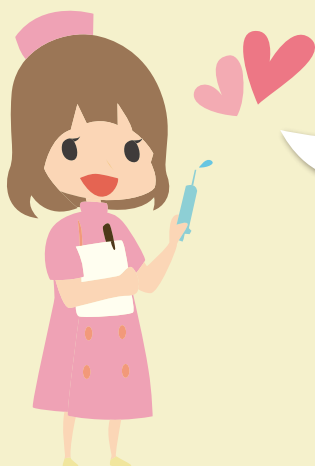


- ①環境因子（気温が低い、空気が乾燥している）
- ②体質（元々乾燥肌、アトピー性皮膚炎がある）
- ③間違ったスキンケア（お風呂でナイロンタオルでゴシゴシ洗って皮脂をとりすぎる）
- ④仕事や生活習慣（水仕事が多い、洗剤の使用、手洗いが多い）
- ⑤加齢（年齢が高くなるほど皮膚の水分量が減り、乾燥しやすくなる）

などがあげられます。

予防としては

- ①加湿器の使用、外に出るときは直接風が当たらないように手袋などをする
- ②お風呂上りすぐに保湿剤を塗る（皮膚科で処方します）
- ③敏感肌用のボディソープを泡立てて、自分の手で優しく洗うこと
- ④手にやさしい洗剤の使用、食器などは食洗機の使用や、まとめ洗いにして、なるべく手を回復させる時間を作る。
- ⑤年齢に対しては対策がありませんので、①～④を心掛けて、皮膚を乾燥させないようにしましょう。



治療に関して

市販の治療薬にも良いものもありますが、**一部には症状を悪化させるものもあります。**

皮膚科を受診して頂ければ、症状に応じて保湿剤などの外用薬で対処いたしますので、お気軽に受診、相談頂ければと思います。



診療のご案内

県北医療センター 高萩協同病院

診療科番号		月	火	水	木	金	土		
⑪	内科	午前	長久保	長久保	交代制	大和田	長久保	交代制	
			瀬田	大根田	大和田	長久保	瀬田	循環器内科	
		午後	—	瀬田	—	—	循環器内科(筑波大) 予約制	大根田(第1週)	
			—	—	—	—	腎臓内科 樋渡(筑波大)	—	
※腎臓内科 新患受付時間は、10:30で終了となります。 ※糖尿病教室は毎週火曜日の13:30～ ※ペースメーカー外来は月1回程度で行なっております(火曜日午後・予約制) ※土曜日の大根田の診察は第1週のみとなります ※神経内科 毎週金曜日 午後予約制 午後1時30分から									
⑩	小児科	午前	一般外来 伊藤	一般外来 伊藤	一般外来 伊藤	一般外来 非常勤(筑波大)	一般外来 伊藤	—	
		午後	一般外来 伊藤	予防接種 予約制	一般外来 非常勤(筑波大)	一般外来 非常勤(筑波大)	※乳児健診 予約制	—	
【一般外来】受付時間 (午前)7:00～11:30 9:00～診療開始 / (午後)13:00から16:00 13:30分～診療開始 【乳児健診】受付時間 3ヶ月から4ヶ月 12:30～12:45(毎週金曜日) / 5ヶ月～11ヶ月 13:30～14:00(毎週金曜日) ※乳児健診は予約制になります。木曜日の8:30～12:00の間に予約の電話をお願い致します(木曜が休診の場合は水曜にお願いします) 【予防接種】受付時間 13:00～13:30(月曜日の午前中に予約の電話をお願い致します) 【外来診療人数制限】 伊藤先生の診察のみ40人で終了します。 午前 月・火・水・金曜日は40人で終了します。 午後 月曜日は40人で終了します。 患者さん方にはご迷惑をお掛けすることになりますが、宜しくご理解の程お願い申し上げます。									
⑭	外科	午前	高見	渡辺	高見	渡辺	高橋	中山	
⑭	脳神経外科	午前	—	金子	—	金子	鶴田(筑波大)	—	
		午後	—	金子(予約制)	—	金子(予約制)	—	—	
【午後受付時間】 [予約制]13:00～15:00(火曜日・木曜日)									
⑬	整形外科	午前	1診	船山(脊椎)	熊谷	船山	船山(脊椎)	中山(第1・3・5週) 塚西(第2・4週)	交代制(第3安部)
			2診	都丸	都丸	和田	熊谷	都丸	交代制
脊椎外来は月1回程度で行なっております(予約制)									
⑬	泌尿器科	午前	—	—	—	—	—	—	
泌尿器科は当分の間休診となります。									
⑫	眼科	午前	—	山本	—	—	—	—	
		午後	—	山本	—	—	—	—	
【午後受付時間】 13:30～16:00 14:00～診療開始 1月の診療日は、7日、14日、21日、28日となります。									
⑫	皮膚科	午前	二藤部	二藤部	二藤部	二藤部	倉持	二藤部	
		午後	—	二藤部	二藤部	倉持(第2・4週) 予約制	倉持	—	
【午後受付時間】 13:00～16:00 13:30～診療開始(火曜日・水曜日・金曜日) 【午後受付時間】 14:00～16:00 (第2・4木曜日 予約制) *ピアス希望の方は、倉持先生の外来を受診してください。									
⑮	産婦人科	午前	産婦人科	横田	横田	渡邊(之)	渡邊(之)	渡邊(之)	交代制
			井上	渡邊(之)	井上	井上	小池	交代制	
		午後	産婦人科	横田	小池(15:00～)	—	渡邊(之)	—	—
			井上	横田(15:00～)	—	井上	—	—	
受付時間(午前)7:00～11:30 / (午後)13:00～15:00 14:00～診療開始 土曜日は7:00～10:00 火曜日の産褥外来は午前中 産婦人科15:00～ 【新生児一ヶ月健診】[予約制] (第2・4火曜日と毎週金曜日) ※毎火曜日の小池医師の診察は手術等により診察できない事もあります。									
⑩	耳鼻咽喉科	午前	中森(筑波大)	—	—	西村(筑波大)	—	非常勤(第1・3・5週)(筑波大)	
		午後	中森(筑波大)	—	—	西村(筑波大)	—	—	
【午後受付時間】 13:30～15:30									
⑯	歯科・口腔外科	午前	1診	野地	野地	野地	荒砥	野地	野地
			2診	—	—	木原	※野地(第2・4週)	木原	—
		午後	1診	野地	野地	野地	荒砥	野地	—
			2診	—	—	木原	※野地(第2・4週)	木原	—
午前 [予約制] *H25年4月第2週より、毎週水曜日・金曜日に木原先生の外来を開始します。(4月10日～) [予約制]第1・3・5週の木曜日は野地は休診となります 午後 [予約制] 受付時間 (午後)13:30～16:00 14:00～診療開始 [予約制]第1・3・5週の木曜日は野地は休診となります(水曜日の午後手術休診の場合がございます)									

【受付時間】 午前7時から11時30分まで(土曜日は11時まで)
 ※但し、一部の科において受付終了時間が異なる場合がありますので備考欄を参照して下さい。
 ※また一部の外来については、午後も診療を行っております。
 ※救急の際は24時間診療体制になっております。
 【診療日】 月曜日から(第1・3・5)土曜日
 【休診日】 日曜日/祝祭日/(第2・4)土曜日/年末年始(12月29日から1月3日)