

医療法人 曙会
あけぼの会だより
News from Akebonokai

Vol. **23**
2024年1月



新春を迎えて

理事長 山本 好信

新年、明けましておめでとうございます。令和6年、輝かしい新年を迎えお慶び申し上げます。

一昨年2月に始まった「ロシア・ウクライナ紛争に加え、昨年10月より以前から、中東紛争の火種」とされてきた「イスラエル・パレスチナ闘争（ユダヤ人アラブ人闘争）」が活発となり、痛ましい悲惨なニュースが毎日のように報道されています。世界のエネルギー供給・食糧危機問題の解決には、まだまだ時間がかかりそうです。

さて、昨年5月より「コロナ感染」は一般感染症とされましたが、「コロナ後遺症」や「インフルエンザ対応」などに追われ、益々感染症予防対策が重要となっています。外来入院患者さんの減少は予想されていましたが、さらに「地域医療構想」に沿った医療体制を構築しなければなりません。

令和5年、和歌山県の人口は90万人以下、和歌山市は35万人以下となり、少子高齢化がより顕著になっている現状下で、医療介護施設での入院・入所者の減少が予想されます。これからさらに選んでいただく病院・選んでいただく施設を目指して、地域の皆さんにアピールする努力が必要です。また、外来入院患者さんに「受診してよかった！入院・入所して安心！」と書いていただく毎日の積み重ねが大切ではないでしょうか。

昨年12月に病棟スタッフの皆さんに「救急体制トレーニング講習会」を受けていただきましたが、「病院はいかに救急体制が充実しているか・救急患者を多く受け入れられているか！！」により、その病院の医療活動が問われ、医療の保険点数にも影響を受けることになっていきます。救急受診や入院中に急変した患者さんへの素早い対応が必要とされ、そのための研修がより重要でです。

また、今年度は医療・介護保険の同時改正となっていますが、厳しい状況となりそうです。国は「労働者の待遇アップ」を叫んでいますが、果たしてどのような結果となるのでしょうか。

いずれにしても私達医療・介護人は、目の前の病んでいる方々を少しでも快適な状態に戻っていただく努力が求められています。

どうか本年も体調に気を付けて、毎日の業務に取り組んでいただくことを願っています。

～リンパ浮腫でお悩みの方へ～

■ リンパ浮腫とは

リンパ管やリンパ節の発育不全、二次性の圧迫・狭窄・閉塞などにより、リンパの流れが滞ることで生じる「おくみ」のことであり、原因が明らかでない原発性リンパ浮腫とがん治療後などの続発性リンパ浮腫に分類されます。がん治療後による続発性リンパ浮腫は、全リンパ浮腫の8割以上を占めており、乳がん、子宮がんが最も多く、患者の9割以上が女性です。

また、男性も前立腺がんによる治療を機に発症することがあります。適切な治療がされずに放置されると徐々に進行することが多く、浮腫の悪化により重さやだるさを感じるようになり、仕事や家事など日常生活に支障をきたすようになります。



■ リンパ浮腫の合併症



おもな合併症として、蜂窩織炎(皮膚などの傷から細菌が侵入し、皮膚とその下にある脂肪組織などに炎症を引き起こす病気)、リンパ小疱(リンパ液を含む水疱)、リンパ漏(リンパ管が傷つくことで中を流れるリンパ液が体外に漏れ出す病気)、皮膚の乾燥・硬化・象皮症(皮膚が象のように硬くなる症状)などがあります。

リンパ浮腫の治療について

リンパ浮腫の治療の基本は複合的治療であり、日常生活指導、スキンケア、用手的リンパドレナージ、圧迫療法、圧迫状態での運動療法の5つで構成されます。なかでも、「圧迫療法」は患肢を圧迫する治療法で、リンパ浮腫治療の中で最も効果があります。弾性ストッキングやスリーブ、弾性包帯などを使用し、素材や圧迫圧は患肢の状態に合ったものを選択します。



当院では月・火曜日の乳腺外科外来においてリンパ浮腫外来を実施しており、治療が必要となれば、医師の指示のもとで治療を行っています。

リンパ浮腫セラピスト(Dr.Vodder式MLD/CDT認定セラピスト)の資格を持つ乳腺外科の西口春香医師、看護師1名、作業療法士1名が在籍しています。リンパ浮腫でお困りの方は、気軽にスタッフにご相談ください。

感染症による急性炎症(蜂窩織炎など)や心性浮腫(心不全)、下肢の急性静脈疾患(深部静脈血栓症など)、閉塞性動脈硬化症などがある場合は、圧迫療法の禁忌となります。また、これらの疾患以外にも関連するような疾患がある場合には、医師に相談しましょう。

当院には「弾性ストッキング・圧迫療法コンダクター」の

資格を持った看護師がおります



「弾性ストッキング・圧迫療法コンダクター」とは？

静脈瘤・リンパ浮腫・静脈血栓・リンパ浮腫・足のむくみの治療に幅広く使用されている、弾性ストッキング・弾性包帯についての専門知識を持ち提供させていただくお仕事です。

コンダクターの役割としては、弾性ストッキングの種類やサイズ、着用指導、着用後の不満や問題点などの相談等を引き受けております。

ストッキング着用によって、十分な効果を得られるためには、正しい使用方法・圧迫圧・タイプ・サイズの適切な選択が重要となります。

コンダクターは主に血管外科診療についており医師の指示の下、1人ひとりの患者様に応じた、品物を提供させていただいております。

上記症状で気になる方がいらっしゃいましたら、ご遠慮なくお声がけしてください。

<血管外科診療日>

担当医師 遠藤仁

	月	火	水	木	金	土
午前			○	○	○	
午後	○		手術日	○		



ストッキングの一例です

食べ物でお腹の調子を整えよう!

便秘と食物繊維の関係

便秘にお困りの方もたくさんいらっしゃると思います。
便秘の種類によっては、食物繊維の摂取量が少なく便が硬くなっていることがあります。
軽度の便秘の方は、まず今よりも食物繊維の摂取量を増やしてみると便秘が解消することがあります。

(食物繊維の種類)

★水溶性食物繊維

高い保水性や粘着力で便を柔らかくし、排便をスムーズにします。
大腸内でビフィズス菌などの善玉菌や腸内細菌を増やして腸内環境を整えてくれる働きをします。
不規則な生活や精神的ストレスが原因で起こる、けいれん性便秘を防いでくれます。

★不溶性食物繊維

ザラザラとした糸状の形をしており、胃や腸で水分を吸収すると便の量が増すことで腸を刺激し、便通を促します。有害物質を体外に排出し、大腸がんの予防効果があります。
運動不足の人や腹筋が弱い人が起きやすい弛緩性便秘の解消に役立ちます。

お腹にいいのはわかったけど、摂りすぎもよくないのよね?



水溶性食物繊維

食後血糖値の急上昇の抑制
血中コレステロールの上昇抑制



不溶性食物繊維

腸の動きを活発にし、便通促進



水溶性食物繊維を多く摂りすぎるとおなかがゆるくなり、下痢や軟便になることもあります。

不溶性食物繊維も過剰に摂取するとお腹が張り、便秘を悪化させる原因につながります。

便秘に良いからと言ってたくさん摂りすぎないことも大切です。

食物繊維だけでなく水分をしっかり摂り、運動をすることが便秘解消につながります。

外来診療担当医師案内 令和6年1月現在

区分	月	火	水	木	金	土	
内科	午前一診(9:00~)	※西口 毅	※山本 秀之	※武内真知子	※太田 明廣	※濱西 徹	太田/医大 (第2・4) (第1・3・5)
	午前二診(9:00~)	※遠藤 仁	※井畑 淳子	※小川 洋司	※川口 素世	※院 長	
	夜間診察(17:00~)	太田 明廣	山本 直之	濱西 徹	西口 毅	遠藤 仁	
糖尿病専門外来	午前診察(9:00~)		※井畑 淳子	※濱西 徹		※濱西 徹	
血管外科	午前診察(10:00~)			遠藤 仁	遠藤 仁	遠藤 仁	
	午後診察(13:00~)	遠藤 仁		手術日	遠藤 仁		
外科	午前診察(9:00~)	★山本 直之					
整形外科	午前診察(9:00~)	山本 剛史	下藺 英史	山本 剛史	※医 大	山本 剛史	山本/西 (第1・3・5)(第2・4)
	夜間診察(17:00~)		山本 剛史				
泌尿器科	午前診察(9:00~)		吉田 利彦	吉田 利彦	吉田 利彦	吉田 利彦	
眼科	午前診察(9:00~)	二出川 裕香	二出川 裕香	二出川 裕香	住岡 孝吉	二出川 裕香	雑賀 司珠也 田中 才一
	午後診察(14:00~)		■住岡 孝吉 ■岩西 宏樹		手術日	安田 ^{注①} /高田 ^{注①} (第1・3) (第2・4・5) 二出川 裕香 ^{注②}	
乳腺外科	午前診察(9:30~)	※西口 春香	※西口 春香				
	午後診察(13:30~)		※尾浦 正二				
皮膚科	午前診察(9:00~) (受付は11:00まで)	※辻岡 馨 (受付 11:30まで)			神人 正寿		医 大 (第2・第4)
血液内科	午前診察(9:00~)					※医 大	
脳神経内科	午前診察(9:00~)		※医 大				
	午後診察(13:00~)					※医 大	
検 査	胃(内視鏡)	○	○	○	○	○	
	大腸(内視鏡)		○		○		
	腹部エコー	○	○	○	○	○	
	心エコー	○	○		○		

眼科火曜日 午後診察は黄斑外来。「■」印の診察は第1・2・4・5住岡医師、第3は岩西医師。
 「注①」印は黄斑外来。「注②」印はコンタクトレンズ外来、第3のみ義眼外来。「※」印は基本的に予約制のため、予約優先となります。
 「★」印の診察時間は上記のようになっておりますが随時診療可能ですのでお気軽にご相談ください。
 皮膚科 ※の辻岡馨医師は5月1日からの診療にないます。

小児科診療受付時間 担当医師/吉益 哲【日本小児科学会専門医】 

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~11:30	○	○	○	○	○	○
15:00~16:00・予防接種(要予約)	○	○	△	○	○	△
16:30~18:30	○	○	△	○	○	△

医療法人 曙会 和歌浦中央病院

〒641-0054 和歌山市塩屋6丁目2-70 TEL.073-444-1600

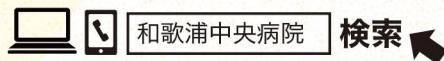
メールアドレス jimukyoku@wachuohp.or.jp ホームページ

医療法人 曙会 施設一覧

医療法人 曙会 和歌浦中央病院



〒641-0054
和歌山市塩屋6丁目2番70号
Tel:073-444-1600
Fax:073-441-3101
Mail:jimukyoku@wachuohp.or.jp



和歌山バスで

JR和歌山駅発

- 医大病院行き(雄松町三丁目経由)乗車
→和歌浦中央病院前下車：徒歩1分

南海和歌山市駅発

- 医大病院行き または 和歌浦口行き
(ブラクリ丁・屋形町/本町二丁目・JR 和歌山駅経由)乗車
→和歌浦中央病院前下車：徒歩1分
- 海南駅前行き または マリーナシティ・海南駅前行き(城北橋経由)乗車
→津屋下車：徒歩10分

タクシーで

JR和歌山駅・南海和歌山市駅から約15分

グループ施設

介護老人保健施設 和歌川苑

Tel 073-446-2400
Fax 073-446-5100
住所 〒641-0055
和歌山市和歌川町5-44



訪問看護ステーション コスモス

Tel 073-448-2125
Fax 073-441-3105
住所 〒641-0054
和歌山市塩屋6-2-70



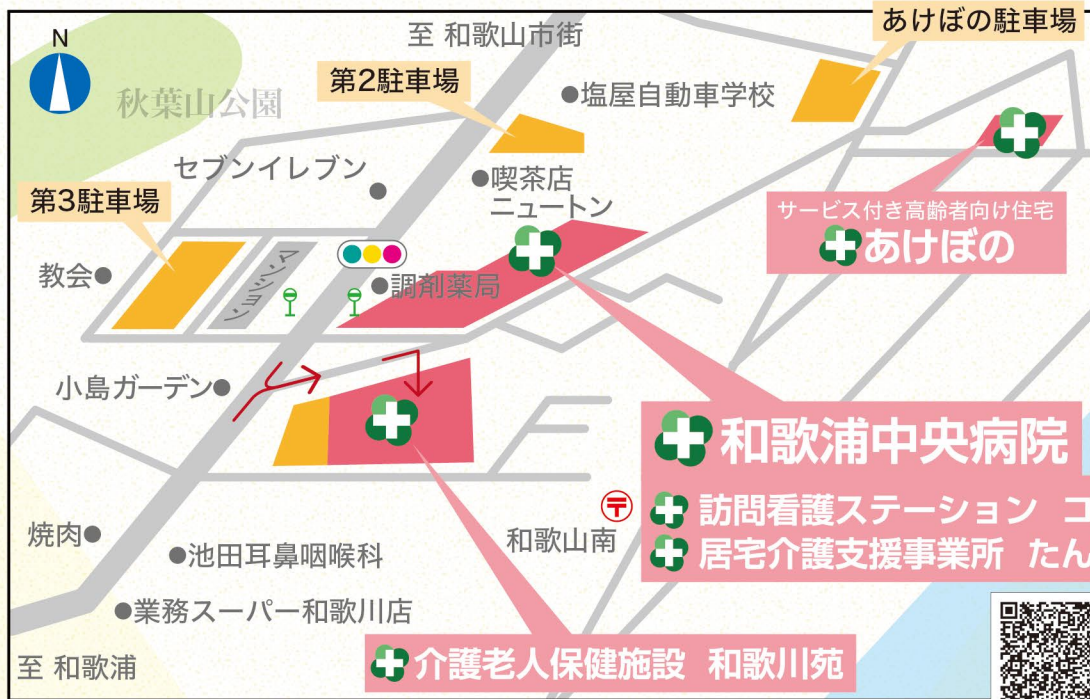
指定居宅介護支援事業所 たんぽぽ

Tel 073-448-6022
Fax 073-448-5258
住所 〒641-0054
和歌山市塩屋6-2-70



サービス付き高齢者向け住宅 あけぼの

Tel 073-444-2800
Fax 073-444-3015
住所 〒641-0055
和歌山市和歌川町3-1



GoogleマップQR▶



理念 基本方針

地域の皆様から「親しまれ、信頼され、選んでいただける法人」を目指します。

- ・私たちは、患者さま利用者さまの立場に立ち、良質で安全な医療・介護・福祉の提供に努めます。
- ・私たちは、患者さま利用者さまの権利を尊重し、満足と納得いただける医療・介護・福祉の向上に貢献します。
- ・私たちは、地域の医療機関・介護福祉施設と連携し、地域住民皆さまの健康・福祉の向上に貢献いたします。
- ・私たちは、医療人・介護人・福祉人としての責任と自覚をもち、常に研鑽に励み、資質の向上に努めます。
- ・私たちは、和の心を大切に、一致協力して、安定した経営基盤を持つ、働きがいと誇りをもてる法人をめざします。

■ 編集発行 曙会広報委員会 お問い合わせ先 073-444-1600