

ご自由に
お持ち帰り
ください

No. 169

ライフ

地域医療支援病院/日本医療機能評価機構認定病院

社会福祉法人 恩賜財団 済生会支部



山口県済生会山口総合病院

発行：地域連携委員会 広報チーム

発行責任者：院長 城 甲 啓 治

〒753-8517 山口市緑町2-11 TEL:083-901-6111(代表)

2022年10月号

11月11日(金)は、当院創立記念日のため休診と致します

柑橘類と薬の飲み合わせ

薬剤部 薬剤師 いし ぐろ ま ゆ
石黒 万 結



グレープフルーツなどの柑橘類と飲み合わせの悪いお薬があることをご存知でしょうか？

Q どうして飲み合わせが悪いの？

グレープフルーツなどの柑橘類やその皮に含まれるフラノクマリン類という物質は一部の医薬品の効果を高め、副作用が強くなってしまふことがあります。

その作用は3～4日間続くこともあるため、時間をずらしても影響が出る恐れがあります。

飲み合わせの悪い薬を服用している間は該当する果物やジュースなどの加工品の飲食は避けましょう。

※当院からの薬に該当薬があれば薬の説明書に「グレープフルーツジュースにより…」と記載がありますのでご確認ください。

Q どんな柑橘類で影響が出るの？



薬の服用中に
食べてはいけないもの



グレープフルーツ、夏みかん、
はっさく、きんかん、だいたい、
ばんぺいゆ、ざぼん、ぶんたん、
きぬかわ、サワーオレンジ、
スウィーティー



薬の服用中でも
食べて良いもの



温州みかん、レモン、
ゆず、かぼす、ぽんかん、
すだち、日向夏、いよかん
でこぼん、ネーブルオレンジ

※マーマレードや皮ごと食べる砂糖漬けは食べないでください

※ここに載っていない柑橘類は安全のため食べないでください

※当院の食事では、問題がないことが確認されたものだけを提供しています

理 念： 私たちは地域社会に信頼され、質の高い医療を提供します。

基本 方針

- 一、急性期病院として地域医療機関との連携を積極的に推進します。
- 一、良質の医療サービスを提供します。
- 一、目標達成のため自己研鑽につとめます。

患者さんの 権利

1. 平等で適切な医療を受けること
2. 尊厳が守られること
3. 医療に関する説明や情報の提供を受けること
4. プライバシーが守られること
5. 自らの意思で医療を選択すること
6. 他の医療機関の医師の意見(セカンドオピニオン)を求めること

医療費に関する
ご相談をお受けしています

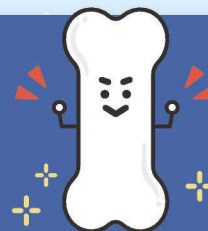
▶ 当院では、社会福祉法にもとづき、生計困難者に対して、無料または低額の費用で適切な医療を受けていただけるよう支援を行っています。

▶ 相談
窓口

医療社会事業室
TEL 083-901-6268(直通)

骨粗鬆症と運動

リハビリテーション部 理学療法士 田鍋恵子



■ 骨粗鬆症とは？

骨粗鬆症は「骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気」です。
丈夫な骨をつくるために必要なことの1つに「運動」があります。

■ 運動をするとなぜ骨が強くなるの？

運動をすると全身の血液の流れが良くなります。そこで骨をつくる細胞の働きが活発になり、骨がでやすくなります。

また、骨に体重がかかると、その刺激が骨に伝わり骨が強くなるといわれています。

さらに、骨は筋肉と繋がっています。運動することで筋肉を動かし骨に刺激を伝え強度を増す効果が期待できます。

■ どんな運動がいいの？

<ウォーキング>

運動量：汗ばむ程度

時 間：1回の歩行時間は30分以内

(1日10分でもいいので、まずはウォーキングを続け、
徐々にその距離や歩く速さを増やしていくことが大切です)

頻 度：週2～5回



**** ふらつく場合には台などに手を添えて運動をしましょう**

<開眼片脚立ち>

時 間：左右1分間ずつ3セット

頻 度：1日 2～3回



<踵上げ>

回 数：20回

頻 度：1日 2～3セット



**** 腰や膝など疼痛がある場合は無理をせず、運動の程度を小さくしたり回数を減らすなど調整するか、運動を中止し、かかりつけ医にご相談ください**

インフルエンザの予防接種について

〔成人〕

対 象	16歳以上
接種期間	令和4年10月1日～令和5年2月28日
受付日時	月～金 8:30～11:00（予約なし）
料 金	・65歳未満 4,950円(税込)
	・65歳以上又は60歳以上65歳未満の身体障害者手帳1級の方 山口市 1回目 1,490円(税込) 2回目(任意接種) 4,950円(税込)

〔小児〕

対 象	15歳以下
接種期間	令和4年10月1日～令和5年2月28日
受付日時	月 10:00～11:00（完全予約制） ・小児科外来にてご予約を受付いたしますので、お問い合わせください。 TEL 083-901-6106（直通）※ 月曜日の午前中のみ
料 金	1回目 4,950円(税込) 2回目 3,790円(税込)



- *生活保護を受けている方は負担金免除となります。
- *60歳以上65歳未満の公費助成対象者の場合は、身体障害者手帳(1級)の写しが必要となります。
- *2回目の接種は、任意接種になりますので公費負担の対象になりません。

インフルエンザ予防接種に関する注意 ー麻醉科よりー

医療機関の先生方へ

全身麻酔や腰椎麻酔下でおこなう手術予定の患者さんにインフルエンザの予防接種をすると、**接種後2週間は手術ができなくなります**。また、生ワクチンを接種した場合については、4週間は手術が延期になりますのでご注意ください。
なお、緊急手術の場合はこの限りではありません。ご不明な点がございましたら、当院麻醉科 柴崎までご連絡ください。

地域の皆さまへ

手術を受けられるご予約の方は、インフルエンザの予防接種をすると、**接種後2週間は手術ができなくなります**のでご注意ください。
ご不明な点がございましたら、かかりつけ医にご相談ください。

詳しくは、総合受付にてお問い合わせください。083-901-6111(代表)

済生会山口総合病院 外来医師担当表

2022年10月1日現在

《受付時間…午前8時30分～11時》※予約の場合を除く

- 診療開始時間は午前9時から(曜日等により異なる場合があります)。ただし急患の場合はこの限りではありません。
- 都合により代診・休診とさせていただく場合がありますのでご了承ください。

診療科名		月	火	水	木	金
内科 083-901-6102	循環器		小野史朗	金本将司	小野史朗	國近英樹
		山田倫生	國近英樹	担当医	山田倫生	
		金本将司	赤川英三		赤川英三	
	腎臓	安藤亮太郎	今井剛	和泉隆平	今井剛	和泉隆平
	膠原病・リウマチ	久保誠	※完全紹介予約制 久保誠 新患のみ(人数制限あり)	久保誠		久保誠
	糖尿病・血液	藤田直紀	村木和彦		村木和彦	藤田直紀
		末富吏佐 (午後1時～)		末富吏佐 (午前9時～午後0時)	*非常勤医師(血液)	
	消化器	原田稔也 (消化管)	石垣賀子 (胆臓)	花田浩 (肝臓)	輪番制	日高勲 (肝臓)
	呼吸器	※完全紹介予約制 *非常勤医師 (午前9時30分～)	※完全紹介予約制 *非常勤医師 (午後2時～)	※完全紹介予約制 *非常勤医師 (午後2時～)	※完全紹介予約制 *非常勤医師 (午後2時～)	※完全紹介予約制 *非常勤医師 (午後2時～)
	○糖尿病・血液内科 木曜日 村木医師(終日)、非常勤医師(第1・3・5…終日、第2・4…午前8時30分～午前11時) ○消化器内科 木曜日 輪番制(第1 花田医師、第2 原田医師、第3 日高医師、第4 石垣医師、第5 原田医師)					
外科 083-901-6107	1診	小林俊郎 (心臓血管)	高橋剛 (消化器・乳腺)	郷良秀典 (心臓血管・呼吸器)	神保充孝 (呼吸器)	高橋剛 (消化器・乳腺)
	2診	斎藤聰 (血管)	上杉尚正 (再診のみ)	坪根咲里依 (心臓血管)		
	【専門外来】 ○乳腺外来 ※完全予約制 午後0時～午後1時 毎週火曜日 上杉医師の診察となります。 午後2時～午後3時 毎週金曜日 高橋医師の診察となります。 ○下肢静脈瘤外来 午前8時30分～午前11時 毎週水曜日 斎藤医師の診察となります。					
泌尿器科 083-901-6120	1診	城甲啓治	大場一生	榊原亜有美	大場一生	榊原亜有美
耳鼻咽喉科 083-901-6124	1診	竹野研二	*非常勤医師	竹野研二	竹野研二	竹野研二
	○竹野医師 午前9時～ 診療開始 ○火曜日 午前10時～診療開始					
脳神経外科 083-901-6109	1診	小泉博靖	北原哲博	※完全予約制 湧田幸雄	小泉博靖	北原哲博
	○北原医師 【受付時間】午前8時30分～10時 ○2診 第1月曜日のみ 非常勤医師(※完全予約制)					
整形外科 083-901-6108 ※完全紹介制	初診	大の中博司 (脊椎・外傷)	三原修三 (肩関節)	岸本哲朗 (脊椎・人工関節) 大の中博司 (脊椎・外傷)	※完全紹介予約制 岸本哲朗 (脊椎・人工関節)	大野晃靖 (手外科・足関節外科)
	再診	岸本哲朗	大野晃靖	初診・再診 丘雄介 (脊椎・外傷)	大の中博司	三原修三
	○初診 水曜日 第1・3…大中医師、第2・4…岸本医師					
産婦人科 083-901-6122	1診	古谷信三	*非常勤医師	古谷信三	古谷信三	古谷信三
眼科 083-901-6123 ※完全紹介予約制	1診	休診	*非常勤医師	休診	*非常勤医師	休診
皮膚科 083-901-6110 ※完全紹介制	1診	*非常勤医師	休診	*非常勤医師	休診	休診
小児科 083-901-6106	1診	*非常勤医師	休診	休診	休診	休診

*印は非常勤医師

医療機関の先生方へ

放射線科	CT・MR・RIは次の電話番号から直接ご予約が可能です。《放射線科の診療は完全予約制です。》 ●CT・MR予約…083-901-6161 ●RI予約…083-901-6154 予約受付〔月曜日～金曜日 午前8時30分～午後6時〕(※心筋シンチ・冠動脈CTについては内科・循環器科にご紹介ください。)
栄養科	糖尿病・高脂血症・減塩等の栄養指導、個人指導・糖尿病教室はお電話にてご予約をお受けいたします。 予約受付(月曜日～金曜日 午前8時30分～午後6時) TEL 083-901-6177
患者サポートセンター 地域連携室	患者さんのご紹介予約は、FAXにてお受けしております。詳しくは地域連携室へお問い合わせいただくか病院ホームページをご覧ください。 予約受付 月曜日～金曜日 午前8時30分～午後6時 TEL 083-901-6187 FAX 083-928-3357

《用語の解説》

- ☆完全予約制…事前に予約をお取り頂くことが必要な外来
- ☆完全紹介制…医療機関からの紹介(紹介状の持参)が必要な外来
- ☆完全紹介予約制…医療機関から事前に地域連携室へご連絡の上、紹介の予約をお取り頂くことが必要な外来

「Life～ライフ～」・その他病院に関するご意見・ご要望等は、病院内に設置しております「ご意見箱」にご投函いただくか、病院宛にご郵送ください。

Life

No. 169

済生会山口総合病院広報誌 2022年10月10日発行

済生会山口総合病院
〒753-8517 山口市緑町2-11

TEL 083-901-6111(代表)
FAX 083-921-0714