

平成27年4月16日現在

- 各科外来の受付時間は 午前8時30分～11時
診療開始時間は 午前9時～(曜日等により異なる場合あり)
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きます場合があります
のでご了承ください。

医療機関の先生方へ * 印は非常勤医師

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 E-mail: renkei@yamaguchi.saiseikai.or.jp 担当 河嶋 裕子	《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。

濟生会山口総合病院
〒753-8517 山口市緑町2-11
TEL 083-901-6111(代表)
FAX 083-921-0714

どうぞ、ご自由にお持ち帰りください。

Life

ライフ

NO. 80

地域医療支援病院
日本医療機能評価機構認定病院



山口県済生会山口総合病院

発行：地域連携委員会 広報于一ム

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)

2015年 5 月号

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

新任醫師紹介



かとう たかよし

加藤 孝佳(循環器内科/副部長)

どんな些細なことでも、ご不安に思われていること、判らないこと、どんなことでも構いませんので、お尋ねください。判断が難しいことや答えのないことも多くありますが、問題を少しでも解決できるように、少しでも皆様のお役に立てるように、日々精進して参ります。



※ 脳神経外科 宮岡医師の外来診療は、
4月16日(木)より行っております。

みやおか りょう

宮岡 亮（脳神経外科/副部長）

脳卒中という病気は、平穏な日々の中で突然起こるため、患者さんとご家族はとても動揺してしまいます。病気に対する事前の心構えは必要ですが、我々も皆様の健康不安を少しでも解消できるような診療を心掛けております。あたまの病気がご心配でしたら、お気軽にご相談ください。



いのうえ たかゆき

井上 貴之(心臓血管・消化器外科)

患者さんにとってより良い医療を、安心して受けていただくことができるようにと心掛けています。
山口の医療に貢献できるように頑張ってます。



かじま みき

梶間 未葵 (臨床研修医)

4月から研修医になり、日々新しい事の連続で、とても充実しています。出身地も大学も山口県で、これからは医師として山口に貢献したいと思っています。笑顔で頑張りますのでよろしくお願い致します。

やまだ のりひろ

山田 典宏 (臨床研修医)

本年度より、山口で研修させていただくことになりました。まだまだ分からないこともたくさんありますが、一生懸命に努力を重ね、山口の医療に少しでも貢献できればと思います。宜しく願い致します。



「変形性膝関節症」という疾患をご存知ですか？

ひざ痛について



整形外科部長 井上 裕文
(専門：脊椎・外傷)

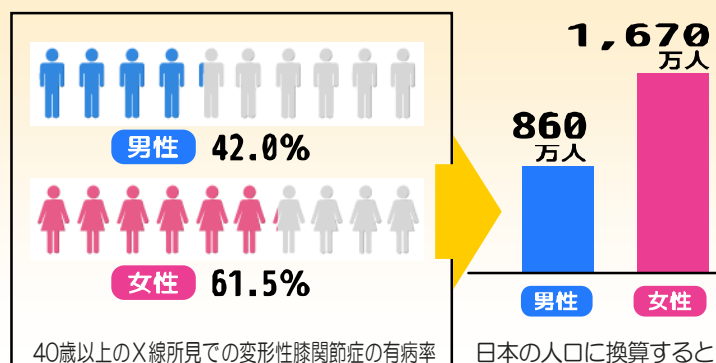
● 膝痛をきたす疾患

図1

- ◆関節由来；
 - ・変形性膝関節症
 - ・外傷（半月板損傷、靱帯損傷等）
 - ・腫瘍 ・膠原病 ・感染
- ◆神経由来；腰椎椎間板ヘルニア
その他
- ◆神経科疾患；うつ病など。

● 変形性膝関節症の患者数

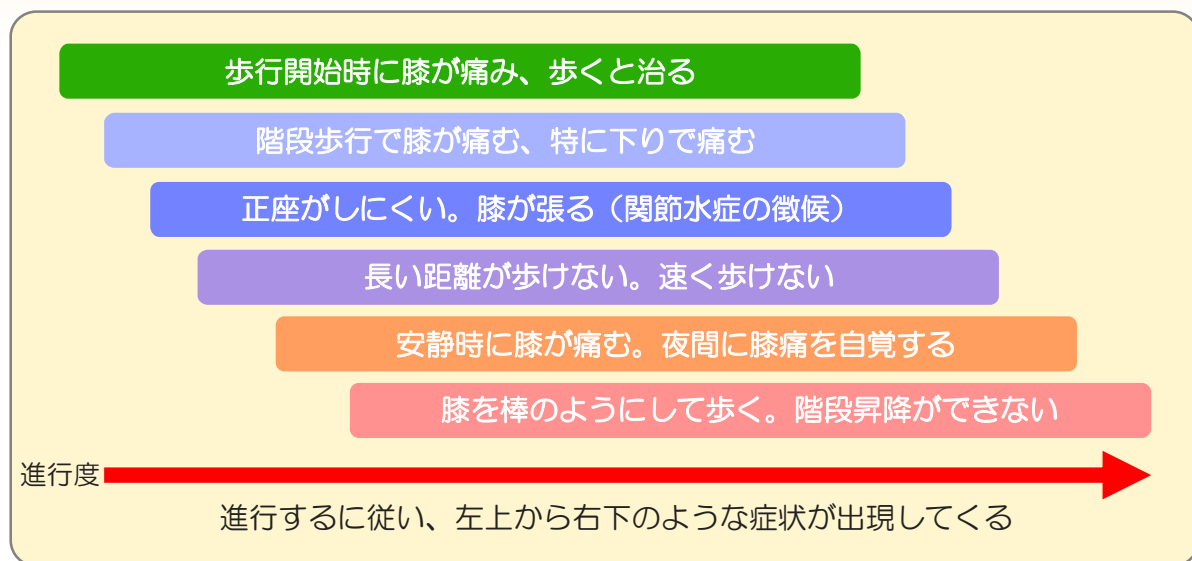
図2



● 変形性膝関節症の症状

図3

進行に応じてみられる症状の推移



膝の痛みは腰痛、肩痛と合わせて整形外科外来受診の3大原因となっています。図1のように色々な原因がありますが、一番多いのは変形性膝関節症です。図2のように症状を出さないものを含めると40歳以上で男性が4割、女性が6割です。症状は図3の様にでてくることが多く、このような症状を自覚した場合には、まずお近くの整形外科医院の受診をおすすめします。

食事の前に

やってみよう!!

えんげたいそう

嚥下体操

栄養サポートチーム (NST) より

摂食・嚥下障害は、一口目に咳きこむことやむせることが多いため、食事の前の嚥下体操が効果的です。

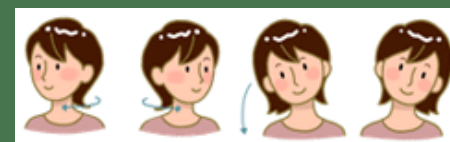
食事を摂ることは、私たちが『元気に生活する』ために必要なことです。しかし、加齢とともに「義歯」や「う歯」のために咀嚼(そしゃく)力の低下、舌の運動機能の低下、嚥下筋の筋力低下などがみられるようになり、水分や食物を 口の中で噛む→舌を使って口の奥に送り込む→飲み込み胃まで運ぶ という嚥下の流れが難しくなります。これを、摂食・嚥下障害といい、食事の「むせ」や「咳こみ」の原因となります。そのため、十分に食べることが出来なくなり、栄養不良や脱水となる可能性があります。また、食物が気道に入り肺炎を引き起こす可能性もあります。そこで今回は、楽しい食生活を続けるための、摂食・嚥下障害予防に効果的な体操をご紹介します。

①深呼吸



鼻から吸って、ゆっくり口から吐く

②首をゆっくり回す



右、左1回ずつ首を回し、前後、左右に1回ずつ首を曲げます

③肩の運動（2～3回）



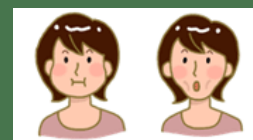
両肩をすぼめるようにしてからすっと力を抜きます。肩を中心に両手をゆっくり回します。

④背筋を伸ばす



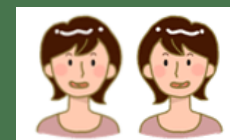
手を上に伸ばしたまま軽く前後左右に体を傾けます。

⑤ほほの運動（2～3回）



口を閉じたまま、ほっぺをふくらませたり、ゆるめたりします。

⑥舌の運動（2～3回）



口を大きく開き舌を出したり引っ込めたりします。舌で左右の口角を触ります。

⑦呼気保持



大きく息を吸って3秒ほど止め、吐き出します。

⑧発音練習



パパパパ、ラララ、カカカカと発音します。

⑨深呼吸



最後にもう一度深呼吸をします。

職場紹介
コーナー

ナースエイド科



ナースエイド科は、30名のスタッフで構成されています。看護師の指示のもとに患者さんの療養環境に関わる看護補助業務を病棟や集中治療部、腎センターで行っています。具体的には、生活環境に関わる業務としてベット周囲の清掃や整理整頓、シーツ交換などがあります。また、日常生活に関わる業務としては、食事の配膳・下膳、入浴の介助や爪切りや髭剃り、患者さんの移送などを行っています。私たちは、患者さんや家族の方が安心して療養生活を送っていただけるように看護師と協働し質の高い看護・医療サービスを提供できるように医療チームの一員として責任を持って日々の業務を行っています。