



し はつどう
医療法人 積発堂 富永草野病院

広報誌

げんき



げんき君

GENKI

理念

技術に心を通わせて、地域に「元気」を吹き込みます。

基本方針

- 急性期医療に積極的に関与しつつ、介護・予防を含む広い視野に立って地域に貢献する。
- 奉仕の心で、患者さんが元気になるお手伝いをし、私たちスタッフも元気をもらう。
- 情報は慎重に状況を検討して開示し、徹底確実に管理する。
- 安心安全な医療を目指し、高度かつ心の通った技術を提供できるように、自己研修と人材育成に努める。
- 医療人である前に社会人として、常にチームワークを心がける。



診療放射線技師のお仕事あれこれ!

画像情報科 科長 須田 教生

ウィキペディアによると診療放射線技師とは、「病院・診療所などの医療機関において放射線を用いた検査・治療を業務とする、国家資格を有する医療職である。コ・メディカル的一种。」と書かれています。そこで今回は当院での日頃行っている仕事内容について少しお話しします。

私たちは医師の指示により、骨折や石灰化等を診断するための一般撮影(X線による骨、胸部、関節等の撮影)いわゆるレントゲン撮影を行っていますが、その中に病室でのポータブル撮影や手術室での手術中撮影が含まれています。また骨粗しょう症診断のための骨密度検査、造影剤を使用した脊髄、関節の透視検査、X線を利用したコンピュータ断層撮影法で身体の内側(断面)を画像化し、病巣を描出するCT検査、X線の代わりに強力な磁場と電波を利用して体内の状態を撮像し、椎間板ヘルニアやじん帯断裂の診断に役立つMRI検査を行っています。検査によっては医師の補助を行い、時々画像診断のお手伝いもしています。また他の医療機関では放射性同位元素を使用した核医学検査、ガン治療等に用いる放射線治療を行っているところもありますが、これらも医師と一緒に診療放射線技師が業務を行っています。

ところで当科はX線による装置のみですが、医療では主にX線、γ線を使っています。そして私たちにとってもう1つ大事な役目があります。それは放射線検査による被ばく量を適切にし、それによって人体がどれだけ影響を受けたかを評価(単位としてSv(シーベルト)があります)・管理することです。管理の中には、私たちが仕事上で受ける被ばく量もこれに含まれています。よく患者さんから「この検査は大丈夫なの?」、「体に影響ないの?」と聞かれることがありますが、被ばく量に関しても私たちが誠意をもって相談にのっていきたいと思います。

私の腰(横向き)

レントゲン

MRI



Topics

【新任医師のご紹介】

4月1日より形成外科の池山有子先生が着任されます。

そのことに伴いまして形成外科診察が拡充します。(詳細は別紙「ご案内」をご覧ください)



カロリーを気にする方も安心! おすすめメニュー



recipe



生姜の風味がきいて、臭みも気になりません。

234Kcal 塩分1.6g

ぶりの煮付け

材料(4人分)

ぶり70g	4切れ	だし汁	400cc程度
長ねぎ	100g	さとう	大さじ1と2/3
里芋	160g	醤油	大さじ3
生姜(薄切)	1かけ	酒	小さじ1

〈作り方〉

- 鍋に生姜、だし汁、調味料をすべて入れ、火にかける。
- 沸騰したら1にぶりを入れ煮る。
- 鍋に乱切りにした里芋を入れ、2の煮汁を注いで煮る。同様に筒切りにした長ねぎも煮る。



・ぶりは熱湯にサツとくぐらすと、魚の臭みが取れます。
・里芋は下ゆですると味がしみやすくなります。

recipe



このままでも、ご飯にのせても美味しい!

45Kcal 塩分1.1g

カリフラワーの中華風あんかけ

材料(4人分)

カリフラワー	240g	カニ水煮	40g
水	200cc	ホタテ貝フレーク	40g
中華だし	小さじ1	片栗粉	大さじ1
醤油	大さじ1	かいわれ大根	20g

〈作り方〉

- カリフラワーを小房に分け、ゆでる。
- 水と調味料、カニ水煮、ホタテ貝フレークを汁ごと入れ火にかける。沸いたら水溶き片栗粉でとろみをつけ、最後に半分に切ったかいわれを入れあんを作る。
- 1と2を合わせる。



メディカルフィットネス富永草野11周年記念、健康増進セミナー「運動で認知症を予防する」が開催されました。認知症は突然やってくるわけではなく20年前から脳に変化が起きている。だから早期予防が大切!! それには仲間とコミュニケーションをとりながら楽しく継続できる運動がオススメ。

そしてただウォーキングをするだけでなく少し複雑な運動「デュアルタスク運動」が効果大だそうです。

当施設では「認知症予防体操」を定期開催しております。お試しコース(5,000円)でもご利用頂けます。

生活習慣改善コース 【運動不足解消コース】

冬に運動不足になった体を動かしてみませんか?

お好きな曜日、お好きな時間で週2回ご利用できるお勧めコースです。
スタジオレッスン、有酸素運動、筋力強化運動、全てご利用頂けます。

17,000円(税抜)



※お申込み、お問い合わせはクリニック2Fメディカルフィットネスへ。TEL 0256-32-0716

目からウロコ

Vol.7 転倒による骨折



春めいてきて、良い季節になりました。冬場に比べ外へ出る機会が増える方も多いのではないのでしょうか。雪もなくなり、足もとへの注意力がつつい弱まる時期です。そこで今回は、転倒による骨折で受傷頻度の高い骨折を紹介します。

最も多いのは背骨の骨折

最も頻度が高い骨折は、脊椎椎体骨折です。転倒時に尻もちをつくと、背骨の一部が骨折してしまいます。また、既往に骨粗鬆症があると、軽い尻もちでも受傷してしまい、生涯で脊椎椎体骨折を起こす確率は37%といわれています。症状は、体を動かすことが困難になるような腰痛が主であり、特に寝返り・起き上がり時に痛みが強いことが多いようです。痛みにより日常生活動作が困難となるため、入院を要する事が多いです。治療は、骨折部を安定させるようにハードコルセットを着用する装具療法を行い、ベッド上で安静にします。個人差はありますが約3週間で痛みは落ち着いてきます。



増加し続けている大腿骨頸部骨折

次に頻度が高い骨折は、大腿骨頸部骨折です。大腿骨頸部骨折は、滑って横から転んだ際に、大腿骨の付け根を地面に直接ぶつけて骨折してしまいます。脊椎椎体骨折の次に受傷する頻度が高く、生涯で大腿骨頸部骨折を起こす確率は20%といわれています。症状は、痛みによる立ち上がり困難、歩行困難で、多くは手術を受けます。手術は、骨折部にピンを入れるものや、人工の骨頭に入れ替える手術があり、入院期間は約1～2ヶ月ほど要します。



そのほかに、肩や手首の骨折にも注意です

その他に、上腕骨頸部骨折(肩の骨折)や、橈骨遠位端骨折(手首の骨折)が転倒により生じることがあります。

後期高齢者は、転倒時に手での防御ができず、大腿骨や肩関節を直接強打し、大腿骨頸部骨折や上腕骨頸部骨折を受傷することが多いといわれています。一方前期高齢者では転倒時、反射的に手をついてしまうため、橈骨遠位端骨折が多いといわれています。

入場無料

富永草野病院 ロビーコンサート
Lobby Concert

- ♪ 4月18日(土) きよ里さん PM3:30 ~ PM4:30
- ♪ 5月23日(土) JCバンド PM3:00 ~ PM4:00
- ♪ 6月 リバーサイドジャズバンド
- ♪ 7月 木田英会
- ♪ 8月 クールナイツ&K+ナウパカフラ
- ♪ 9月 なでしこコーラス
- ♪ 10月 万葉の会
- ♪ 11月 永桶康子さん
- ♪ 12月 君カルテット&星とよこ



外来診療担当表

富永草野病院

2015. 4月から
(3月までは前号と変更なし)

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~11:30)	整形外科	仲村 一郎 <small>(脊椎脊髄)</small>	鈴木 禎宏 <small>(膝・スポーツ医学)</small>	中曽根 豊 <small>(下肢)</small>	草野 望 <small>(手の外科)</small>	鈴木 禎宏 <small>(膝・スポーツ医学)</small>	
				仲村 一郎 <small>(脊椎脊髄)</small>		矢澤 隆 <small>(脊椎脊髄)</small>	
						牧 裕 <small>(2・4週/手の外科)</small>	
	リウマチ科		遠山知香子				
	形成外科				池山 有子		池山 有子
内科	青木あづさ			青木あづさ			
午後 (14:30~16:30)	整形外科	中曽根 豊 <small>(下肢)</small>	鈴木 禎宏 <small>(膝・スポーツ医学)</small>	中曽根 豊 <small>(下肢)</small>	草野 望 <small>(手の外科)</small>	草野 望 <small>(手の外科)</small>	
		仲村 一郎 <small>(脊椎脊髄)</small>		矢澤 隆 <small>(脊椎脊髄)</small>		矢澤 隆 <small>(脊椎脊髄)</small>	
	形成外科				藤田 祐子		

※外来は完全予約制です。(他院からの初診のご紹介患者様を除く)
※詳しくは電話にて、ご相談、ご予約願います。予約専用電話番号(0256)35-6211

富永草野クリニック

		月	火	水	木	金	土
午前 (9:00~12:00) <small>※土曜日は 整形外科・内科 11:00受付終了</small>	整形外科	草野 恒輔 <small>(11:00受付終了)</small>	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 恒輔	草野 望
		渡辺 秀雄	滝澤 隆史		滝澤 隆史	渡辺 秀雄	柳 京三
		中禮 康雄 <small>(11:00受付終了)</small>	中禮 康雄 <small>(11:00診察開始)</small>			中禮 康雄 <small>(11:00受付終了)</small>	仲村 一郎 <small>(1・3・4・5週)</small>
	形成外科			池山 有子			
	内科 <small>(循環器内科)</small>	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一	広川 陽一 <small>(4週)</small>
耳鼻咽喉科				岩崎恵美子 <small>(9:30診察開始)</small>			
午後 (15:00~17:30)	整形外科	矢澤 隆	草野 望	滝澤 隆史 <small>(17:00受付終了)</small>		滝澤 隆史	
		渡辺 秀雄 <small>(17:00受付終了)</small>	遠山知香子 <small>(16:30受付終了)</small>			渡辺 秀雄	
		仲村 一郎 <small>(病院終了後)</small>				遠山知香子 <small>(16:30受付終了)</small>	
	形成外科			池山 有子	池山 有子		

※上記、外来診療担当表(病院・クリニックとも)は救急対応等により変更する場合がございますのでお問合せください。
※富永草野クリニック お問い合わせ電話番号(0256)32-0669

編集後記

本誌でも毎号ロビーコンサートのお知らせを掲載しておりますが、先日、130回目のコンサートが無事開催されました。このコンサートが始まってからもう10年以上が経ちますが、まったく人気は衰えず、院内外から、たくさんの方が足を運んでくださいます。私も毎回スタッフとして参加させていただいておりますが、皆さんの楽しそうなキラキラして表情を見ると、「音楽の力」を感じます。
本誌「げんき」も長く継続し、皆さんに喜んでいただけたらと思います。



医療法人 積発堂 富永草野病院 「げんき」編集部

〒955-0046 新潟県三条市興野2丁目2番25号 TEL.0256-36-8777 FAX.0256-35-6212

<http://www.shihatsudo.or.jp>

