

# 外来診療担当表

※保険証は毎月必ず総合受付へご提示ください。



平成29年8月1日現在

## 午前の診察

担当科	月	火	水	木	金
内科	1診	高屋 縄田	高屋 永井	縄田	
	2診	永井 早川	早川 小野木	小野木	
	3診	山内 堀部	足立 岩間	大野	
	4診	鶴見 齋藤		大野 後藤	
	5診	田中 高屋	湊口 縄田	永井	
	6診	足立 後藤	山内 齋藤	齋藤	
乳腺センター	石原 石原	山本 石原	高橋		
外科	1診	高橋 田中	石原 高橋	石原	
	2診		岩田 棚橋	田中	
整形外科	1診	益田(初診担当)	当番	益田 益田	横田
	2診	高見	高見(骨粗鬆症)	横田(初診担当)	高見
	3診	佐藤	横田	佐藤	佐藤(初診担当)
脳神経外科	山内		中山		
皮膚科	伊藤				松山
泌尿器科	小林	小林	小林	小林	小林
婦人科	田上	森		田上	
眼科	真鍋	白木			望月
耳鼻咽喉科					小川
総合内科			丹菊		
放射線治療				松尾	
緩和ケア科	西村		西村		西村
小児科	坂井	坂井	坂井	坂井	坂井

## 午後の診察

担当科	月	火	水	木	金	診療時間	
内科	循環器	小野木					13:30~15:00
	神経	竹腰				山田	13:30~16:30(予約制)
	血液		後藤			北川	13:30~15:00(予約制)
糖尿病		岩間		岩間			(予約制)
	乳腺センター				当番医		14:00~15:00(完全予約制)
緩和ケア科	西村		西村		西村		14:00~17:00(完全予約制)
形成外科		大島					13:00~15:00(完全予約制)
耳鼻咽喉科	寺澤						14:30~16:30
皮膚科(褥瘡外来)			野田				15:00~16:30(予約制)
小児科	坂井	坂井	坂井	坂井	坂井		15:00~16:30

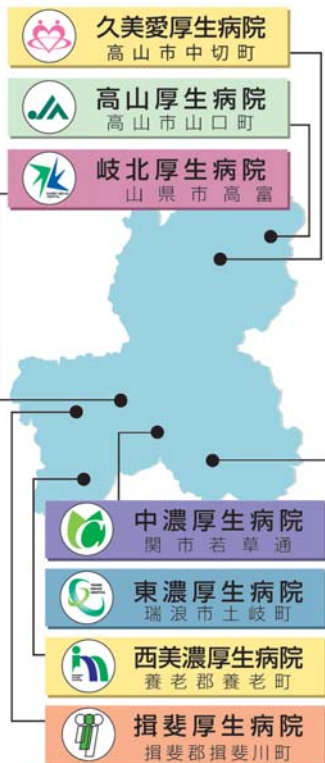
担当医の出張などにより休診、代診となる場合があります。又診療曜日は毎月変更となりますので事前にご確認ください。

**休診日**  
土・日・祝祭日・年末年始

婦人科… 9:00~11:30(月・火・木曜日のみ)  
 脳神経外科… 9:00~11:30(月・水曜日のみ)  
 眼科… 8:30~11:30(月・火曜日のみ)  
 9:00~11:30(第1、3、5 金曜日のみ)  
 緩和ケア科… 11:00~12:00(月・水・金曜日のみ)



## 看護師・看護補助員募集中



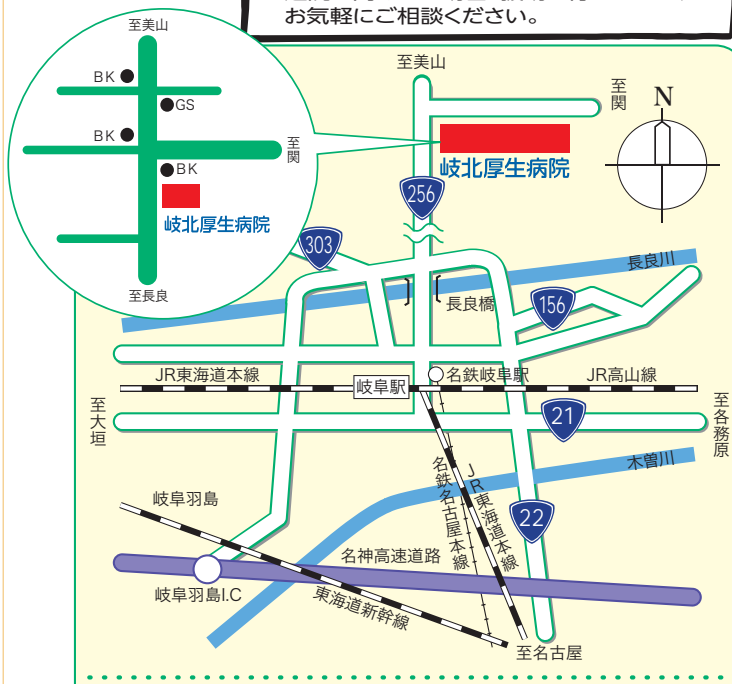
## 岐阜県厚生連病院所在地

ボランティアの方を募集します。

…詳しくは医療福祉相談室まで…

## 医療福祉相談室

在宅や病院での療養上の相談、退院に向けての助言、援助を行っています。お気軽にご相談ください。



## 交通機関のご案内

岐阜バス(岐北厚生病院前下車)  
 岐北線(森屋・JR岐阜駅経由) …… 山県高校行・谷合行・塩後行  
 岐阜板取線(JR岐阜駅経由) …… 洞戸栗原車庫行  
 岐阜高富線(西鏡島・JR岐阜駅経由) …… 山県市役所行・高富行  
 岐阜女子大線・高美線(西鏡島・JR岐阜駅経由) …… 岐阜女子大行・中濃庁舎行

# 青空

## 病院の理念

1. 医療活動を通じ、健やかなまちづくりに貢献
2. 地域連携の積極推進により、利用者にとって最良の医療を実践
3. つねに病院運営の刷新を図り、「愛され、信頼される病院」を実現

岐北厚生病院 広報誌 2017.8.1発行

2017 夏号 Vol.73

- あなたは西洋医学派? それとも東洋医学派? 私はどっちも派です!
- 臨床心理士とは?
- お酒と栄養
- 球技大会
- 外来診療担当表
- その他

73号目次



小児科部長  
坂井 敦子

あなたは西洋医学派?  
それとも東洋医学派?  
私はどっちも派です!

4月から当院小児科に赴任いたしました。どうぞよろしくお願いいたします。

皆さんの多くは西洋医学派でしょうか。西洋医学では検査に異常がなければ適当な薬がない、あるいは対症療法になってしまうことがあります。数年前から西洋医学だけでは日常診療に限界を感じ、東洋医学にも興味を持つようになり、小児科専門医以外に奮起して5年前に漢方専門医も取得しました。

漢方薬はすぐには効かないと思われているかもしれませんが、思ったより即効性があり、短期処方の場合もあります。処方例の一部をご紹介します。たとえばウイルス性胃腸炎に五苓散などを処方することがあります。また、小児のインフルエンザではタミフルの処方がしばらく年齢層や副作用が心配で抗ウイルス剤を希望されない場合に麻黄湯などを処方することもあります。また、幼児、学童で下痢、嘔吐など他の症状がないのに、おなかが痛くなる子どもがいます。西洋薬では処方に困ることがありますが、そのような時に小建中湯などを処方することもあります。

子どもに漢方薬は苦くて飲めないとはじめから拒絶反応を示される親御さんがいますが、その子どもに合っていればたいてい服薬できます。長期処方例ではおいしいおいしいと服薬を催促する子どももいるくらいです。

漢方では、たとえば、便秘でも患者さんによって処方する漢方薬が変わります(同病異治)。ですから、舌診、脈診、腹診など東洋医学的なものも含めた問診、診察が大切です。また、たとえば、冷え症に対して漢方薬を処方し、花粉症、じんま疹などのアレルギー症状も改善するなど、他の症状にも効果がでることがあります(異病同治)。日常診療に西洋薬だけでなく、漢方薬も取り入れるようになり、治療の選択肢が広がりました。個々の患者さんに合った漢方薬を処方できた時の喜びはとても大きいです。皆さんが少しでも漢方にも興味を持っていただけると幸いです。



臨床心理士  
齋藤 洋樹

## 臨床心理士とは？

臨床心理士は、臨床心理学にもとづく知識や技術を用いて、人間の“こころ”の問題にアプローチする“心の専門家”です。臨床心理士のほかにも、カウンセラー、心理療法家などと呼ばれたりもします。

### ひとりひとりに合った支援を

患者さんやご家族を対象として、様々なこころの問題を対象とした支援を目指します。専門知識と技術を身につけた臨床心理士が、病気に伴う生きづらさに寄り添い、患者さん自身のペースに合わせながら、自分らしく生きていく方法を見つけるお手伝いをします。

患者さんの抱えている問題を心理的な視点から見極め、ひとりひとりに合った支援を提供します。岐北厚生病院における臨床心理士は主にがんと診断された方やそのご家族の話を聴かせていただいています。

## がんサロン

日時：毎月第二、四火曜日 15:00～16:00  
場所：1F 健診センターロビー  
対象：がん患者さんとそのご家族など  
内容：フリートーク、情報交換  
予約：不要  
料金：無料



がんサロンは、がんになった不安な気持ちを誰かに聞いてほしい。がんになった家族にどう接していいかわからない。そんなときに活用していただける場所となっています。また、がんに関する書籍や冊子なども置いてあります。自由にお使いください。ぜひ一度いらしてください。



## お酒と栄養

管理栄養士  
門崎 麻紀

暑い夏、おいしく楽しく上手にお酒とお付き合いしてはいかがでしょう？

適度な飲酒は疲労回復やストレス解消につながるなど、望ましい影響を与えてくれますが飲み方によっては健康を害することにつながります。

### お酒と一緒にとるとよい栄養

#### 水分 → 脱水予防

アルコールには利尿作用があります。お酒を飲むとき、飲んだ後にはしっかりと水分をとり脱水を予防することが大切です。水・お茶も良いですが、身体に吸収されやすいスポーツ飲料はお酒を飲んだ後にとることをお勧めします。

#### 野菜サラダなど 生野菜・果物 → ビタミン・ミネラル 補給

アルコールが胃や腸の消化・吸収能力を下げるため栄養素の吸収が阻害されたり、アルコールを分解するために消費、また尿と一緒に排出されるため不足しやすくなります。特にビタミンCは二日酔いのもとであるアセトアルデヒド（アルコール代謝産物）の分解を助けてくれます。ビタミンCが豊富な夏野菜のゴーヤは加熱してもビタミンが壊れにくい特徴があり、豆腐や豚肉と炒めた沖縄料理チャンプルーは夏の味覚、お酒のお供にぴったりです。

#### 主食や芋類などの糖質 → アルコール性 低血糖症の予防

肝臓がアルコールの代謝を優先して行うため、体内でエネルギー（糖質）をつくるのが出来ず低血糖となることがあります。米・麺・パン・芋類などを適量とりましょう。油や調味料をたくさん使用した料理（チャーハン・ラーメン・ピザ・フライドポテト等）は高カロリーで塩分も多いので食べ過ぎには注意が必要です。

#### たんぱく質 → 肝臓の細胞の 再合成を助ける

たんぱく質はアルコールでダメージを受けた肝臓を修復する作用があります。この時期旬を迎える魚介類は鰯・イカ・カジキマグロ・サザエ・あわびなど。良質なたんぱく質を豊富に含んでおり鮮度のよいものを是非お刺身で食べたいものです。岐阜特産の鮎はシーズン後期になると脂がのってさらにおいしくなります。

栄養面も考えながら楽しくお酒と付き合っているとよいのではないのでしょうか？

## 野球 .....

平成29年5月27日美濃市総合運動場にて、平成29年度JA岐阜厚生連親善球技大会が行われました。昨年は今大会で、優勝し、連覇することを目標に、今日まで日々練習に打ち込んできました。1試合目は中濃厚生院との試合でしたが、なかなか点がならず、苦しい試合展開となりましたが、少ないチャンスを生かし、2対0で勝利することができました。2試合目は、久美愛厚生病院、高山厚生病院との合同チームとの試合でした。初回からヒットを量産され、序盤から大量失点となりました。反撃も及ばず、6対11で負けました。決勝トーナメントに進めず、大変悔しい大会となりましたが、来年は再び、優勝旗を持って帰れるよう日々練習に励んでいきたいと思えます。たくさんのご声援をいただき、ありがとうございました。

## 球技大会



## バレーボール .....

今年の球技大会では、バレーボールは残念ながら6位という結果でした。予選で久美愛・高山厚生病院、西美濃厚生院、5、6位決定戦で揖斐厚生病院と戦いました。全敗でしたが、笑顔で和気あいあいと楽しくできて良かったと思えます。病院長をはじめ、たくさんの方々の声援が力になりました。来年は、1勝を目指して練習に励んでいきたいです。応援ありがとうございました。