

4月より内科医師が1名増えました！



新たに内科医師が1名増え、外来は午後の診療も行います。受付時間も15時30分までとなりました。

詳しくは下記の「外来診療のご案内」をご覧ください

田中修二内科部長ご紹介

はじめまして、今年の4月から赴任しました。簡単な自己紹介をいたします。出身は神奈川県横浜市で、金沢大学で学びました。平成元年卒なので医師としては26年目です。平成5年に新潟に家族共々移住してきました。これまでの専門は一般・消化器外科で手術を中心に患者さんを治療してきました。直近の勤務地は魚沼で六日町病院に4年、小出病院に11年間勤務しました。医師が不足した高齢者比率の高い魚沼地域で15年間も従事したので地域医療のやりがいや問題点はある程度理解しているつもりです。50歳を超え、そろそろ老眼も出てきているのでメスは置いて地域医療のため今度は内科的な診療に従事したいと思い妙高に転勤しました。研修医に戻った気持ちで勉強しなければならない分野もありますが、妙高山を眺めながら急いだり慌てることのないよう着実に歩みたいと思います。

趣味：登山(冬山も含め一年中登っています)、釣り

資格：日本外科学会認定医・専門医、日本消化器外科学会専門医、

消化器癌治療外科認定医、乳癌マンモグラフィ読影認定医

内科治療のみならず、外傷など外科的初療、応急処置も行い妙高地域の医療に貢献したいと思いますので、よろしくお願いいたします。

外来診療のご案内

9月より眼科は
毎週火曜日となります

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	受付時間	診療時間	適用
内科	1診 午前 岸本 午後 岸本	午前 田中	午前 佐藤 午後 佐藤	午前 櫻井 午後 田中	午前 佐藤 午後 岸本	8:30~ 15:30	9:00~12:00	主に予約診療 担当
	2診 午前 櫻井	午前 櫻井 午後 櫻井	午前 田中	午前 岸本	午前 岸本		13:30~ 17:00	新患・予約・ 健診担当
	3診		岸本			8:30~ 14:00	10:30~11:30 13:30~14:30	主に予約診療 担当
神経内科		中央病院 田部				8:30~ 14:00	13:30~ 14:30	
小児科	中央病院 須田	中央病院 丸山	中央病院 医師	中央病院 医師	中央病院 医師	8:30~ 11:30	9:00-12:00 (13:30-15:00)	午後受診希望の場 合は事前にご連絡く ださい
整形外科	中央病院 大池/鈴木		東條	中央病院 大塚	中央病院 祖父江	8:30~ 11:30	10:00~ 12:00	水曜のみ 9:00~
眼科			中央病院 五十嵐			8:30~ 14:30	14:00~ 15:00	
泌尿器科			中央病院 医師			8:30~ 14:30	14:00~ 15:00	担当医 片桐 水澤 水野 土野 野々村
耳鼻咽喉科		中央病院 医師				8:30~ 14:30	14:00~ 15:00	担当医
皮膚科		9月より 石田			8月末まで 石田	8:30~ 11:00	9:00~ 11:00	~8月金曜 9月~火曜

妙高病院便り vol.15



発行日：平成26年 8月26日

発行元：新潟県立妙高病院

住所：妙高市大字田口147-1

TEL：0255-86-2003

熱中症を防ぎましょう！

熱中症予防 5つのポイント



1 高齢者は上手にエアコンを

高齢者や持病のある方は、暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。節電中でも上手にエアコンを使っていきましょう。周りの方も、高齢者のいる部屋の温度に気を付けてください。

2 暑くなる日は要注意

熱中症は、暑い環境に長時間さらされることにより発症します。

特に、梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。

また、夏の猛暑日も注意が必要です。湿度が高いと体からの汗の蒸発が妨げられ、体温が上昇しやすくなってしまいます。猛暑の時は、エアコンの効いた室内など、早めに涼しいところに避難しましょう。

3 水分をこまめに補給

のどが渇く前に水分を補給しましょう。

汗には塩分が含まれています。大量の汗をかいたら、水分とともに塩分も取りましょう。ビールなどアルコールを含む飲料は、かえて体内の水分を出してしまうため水分の補給にはならず、逆に危険です。また、高齢者は暑さやのどの渇きを感じにくい傾向がありますので、こまめに水分を補給しましょう。寝る前も忘れずに！

4 「おかしい！？」と思ったら病院へ

熱中症は、めまい、頭痛、吐き気、倦怠感などの症状から、ひどいときには意識を失い、命が危険になることもあります。

「おかしい」とと思ったら、涼しいところに避難し、医療機関に相談しましょう。

5 周りの人にも気配りを

自分のことだけでなく、ご近所で声を掛け合うなど、周りの人の体調にも気を配りましょう。

スポーツ等行事を実施する時は気温や参加者の体調を考慮して熱中症を防ぎましょう。



秋の「糖尿病教室」を開催します ～一気に集中コースに参加下さい～

お知らせ①



糖尿病の治療も年々変化しています。
新しい情報を手に入れて、糖尿病と上手に付き合っていきませんか？
まだ大丈夫と思っているあなた！糖尿病のご家族をお持ちのあなた！どうぞご参加ください。

糖尿病教室の開催予定



一気に1日集中コース

9月4日(木) 13時30分～15時30分

11月7日(金) 10時～12時

※1日集中コースにご参加頂いた方は、受講後「受付会計」で料金をお支払いください

- | | |
|----------|-----------------|
| 1) 医師 | 糖尿病ってどんな病気 |
| 2) 薬剤師 | 薬の知識を持ちましょう |
| 3) 理学療法士 | 自分にあった運動を知りましょう |
| 4) 検査技師 | 糖尿病の検査と数値の読み方 |
| 5) 看護師 | 日常生活の注意事項 |
| 6) 管理栄養士 | 目で見える食事療法 |



忙しいあなただからこそ
知って欲しい情報が満
載です

お知らせ②

妙高病院講演会を実施します ～糖尿病は身近な病気～

毎年恒例の妙高病院講演会を開催します。

今年のテーマは「糖尿病」です。約5人に1人は糖尿病予備軍と言われており、糖尿病はとて身近な病気となっています。糖尿病予防のための生活改善や正しい情報を提供いたしますので皆さん是非おいでください。

と き： 平成26年10月4日(土) 13時30分～16時

と ころ： 妙高高原メッセ

内 容： ○寸劇 妙高病院じよんのび一座

○講演会

○糖尿病クイズ

○相談コーナー

など

参加費は無料です。みなさん是非おいで下さい。



「ながいき教室」を開催します ～お気軽にご参加ください～

お知らせ③

最近息切れがする、肺の病気と言われた、禁煙したい、させたいという方のための教室です。病気について、薬について、呼吸器体操などいろいろなお話が聞けます。

ご家族の方の参加も大歓迎です。どうぞ皆さんでおいでください。



開催日時・・・平成26年 10月30日(木) 9時30分～11時30分

場 所・・・妙高病院 1階 会議室

参加費は無料です。

「禁煙診療」を行っています

～ニコチン依存症を知っていますか？～



タバコが健康に悪いのは分かっている、家族の健康にも悪い、家族からも禁煙を勧められている、吸える場所も年々減っているのに禁煙出来ない、やめられない喫煙の実態は「ニコチン依存症」であることが分かっています。

「喫煙の習慣」や「ニコチン依存症」について考え、「禁煙」に取り組んでみませんか。

当院内科では、保険適用による「禁煙治療」を行っています。

内科外来にお電話で予約出来ます。直接来院されても受診出来ますが、お待ちいただくこともありますので、予約のお電話をお願いします。

☎ 0255-86-2003



ラベンダースティック作りを 教えていただきました

7月23日(水) じよんのび広場にてボランティアの岡田さんから、ラベンダースティック作りを教えてくださいました。ボランティアの藤田さんからも手伝いいただき、丁寧な指導のもと患者さんも楽しく作り、完成したものを喜んで持ち帰られました。この日のリハビリ室は、夕方になっても、ラベンダーの心地よい香りに包まれていました。

