

こころ通信

2022年
1月
Vol.98

新年号



TOPICS

- 新年のご挨拶
- 専門外来紹介～呼吸器内科～
- 専門外来紹介～皮膚科～
- 免疫力アップ！
～抗酸化ビタミンについて～
- 第30回地域医療連携

断らない

救急医療



9月

10月

11月

受入件数

153件

135件

145件



社会医療法人 盛全会

岡山西大寺病院



〒704-8194 岡山市東区金岡東町1丁目1番70号
086-943-2211(代表) 086-943-2212(FAX)
<http://www.saidaiji-hp.or.jp>

謹賀新年

皆様、明けましておめでとうございます。

本年も以下の三つの柱を中心に頑張ってまいります。

●365日リハビリ

⇒4月から整形外科医（宗友先生）が一人増えます。

●透析医療

⇒中野分院での透析を開始しました。

●断らない救急医療

⇒災害にも対応できる病院づくりを目指します。

更なる精進を重ね、医療の質の向上に努める所存です。



社会医療法人盛全会
岡山西大寺病院 理事長

こばやし

小林

なおや

直哉



社会医療法人盛全会
岡山西大寺病院
院長

はなかわ しろう
花川 志郎

新年あけましておめでとうございます。
旧年中は、皆様に大変お世話になり、
ありがとうございました。

コロナ禍での医療は2月で3年目に入ります。Withコロナの状態は今年も続くでしょう。感染症対策に万全を尽くし、地域の皆様に安心を届けてまいります。

『健康老年の延伸』は長寿社会の最大の目標です。

整形外科においても、老人性変形性疾患（腰部脊柱管狭窄症、変形性膝関節症など）の治療をさらに強化し、生活を楽しんでいただけるよう努力します。

岡山西大寺病院は、本年開院50周年を迎えます。地域の中核病院として、皆様の健やかな生活に貢献してまいります。本年も引き続き、よろしく願いいたします。

～専門外来紹介～ 呼吸器内科



担当医師紹介

たばた まさひろ
田端 雅弘先生

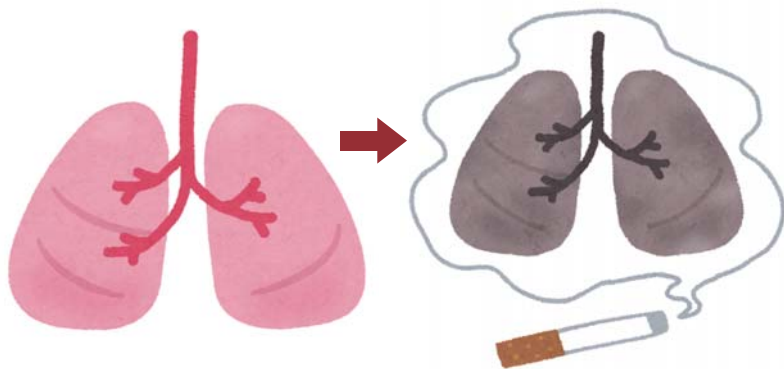
肺について心配事があれば
お気軽にご相談ください。

診療日：毎週火曜日 午前・午後

「たばこ病」

COPD (慢性閉塞性肺疾患) をご存じですか？

● COPDってどんな病気？



COPDは従来、慢性気管支炎や肺気腫と呼ばれてきた病気の総称です。

タバコを主とする有害物質を長期に吸入暴露することにより、肺や気管支に慢性的炎症が生じた病気で、「たばこ病」とも言われます。また、肺癌の合併が多いことでも知られています。

● こんな症状ありませんか？

風邪のあとや
冬季に咳や
痰が続く



以前より
階段や坂道で
息切れがする



**COPDは簡単な検査と問診・身体所見で診断できます。
早期に発見し重症化を防ぐことが大切です。**

担当医師紹介

もりぎね しん
森実 真先生

皮膚や爪のお悩みがあれば
一度ご相談ください。

診療日：毎週水曜日 午前

爪水虫(足爪白癬)に注意!!

爪水虫は、白癬菌と呼ばれるカビの仲間が
爪に住み着いて起きる病気です。

●爪水虫の原因は？

足水虫を放置したり、正しく治療しなかったことで、足についている白癬菌が爪にうつることが主な感染原因とされています。足水虫は日本人の10人に1人、さらにその2人に1人が爪水虫に罹っているといわれています。



●どんな症状？

爪が濁って見た目が悪くなるだけでなく、悪化すると爪が皮膚に食い込んだり、ボロボロに崩れることで、歩くのに痛みが伴ったり、転倒しやすくなります。

あなたの爪は大丈夫？

- 爪の一部または全体が、白色、黄色、黒色に濁っている
- 爪が厚くなっている
- 爪が変形している、ぼろぼろと崩れる



水虫を家族に移さないためにも、早期に発見し、
完治させることが重要です。お気軽にご相談ください。



寒い冬こそ免疫力アップ!

～抗酸化ビタミンについて知ろう～



冬は寒さや運動不足などで免疫力が低下しがちです。感染症を予防するためには基本的な感染予防はもちろんのこと、体が持っている免疫力を高めることも大切です。最近よく耳にする『抗酸化』という言葉。何だか体によさそうだけど、一体どんなもの?と思われる方も多いはず。抗酸化ビタミンを含む食品をしっかり食べて寒い冬も健康に過ごしましょう!

抗酸化作用とは

酸化による
細胞の老化を抑制



免疫細胞の老化を抑制し
免疫力を高めてくれる!



抗酸化作用のある栄養素

●ビタミンA

喉や鼻の粘膜の働きを高め、ウイルスの侵入を防ぐ



脂溶性ビタミンなので脂に溶けやすい性質があります。
油で炒めると体内への吸収率UP!

ビタミンAを多く含む食品



●ビタミンC

寒さのストレスから体を守り体内の免疫の働きを高める



水溶性ビタミンで熱にも弱い性質があります。
「茹でる」より「蒸す」ことで水に流れにくくなります。
成分が溶け出さないように大きく切って調理しましょう。

ビタミンCを多く含む食品



●ビタミンE

血液の流れを良くし、冷え性などを防ぐ



脂溶性ビタミンなので脂に溶けやすい性質があります。
ビタミンCと摂ることで抗酸化力をより高めることができます!

ビタミンEを多く含む食品



食事の基本は3食バランスよく食べることです。上記のビタミン以外にも抗酸化効果のある栄養素はたくさんあるので1つの食品に偏ることなく万遍なく食べることを心がけましょう!

医療連携を行なっている医療機関についてご紹介していくコーナー
 今回は**川崎医科大学総合医療センター**をご紹介します。

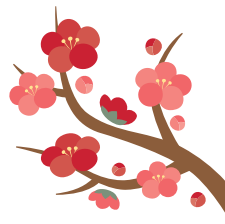


なおもと よしお
 病院長 **猶本 良夫**先生

いい病院が地域にあることで、住民の方たちは安心して暮らすことができます。そういった意味で、西大寺病院様は「地域の宝」だと思っています。私たちも同じように地域に力強く貢献できる病院を目指して日夜精励しています。当院にとりましても、西大寺病院様と密接な連携をとれていることは大きな、大きな意義があります。また、日常医療のみならず救急医療にも積極的に取り組み、災害にも対応できる仕組みを構築されておられることは頼もしい限りです。
 小林理事長はじめ優秀で人格的に優れたスタッフが揃っておりますこと、花川院長の真つすぐで明るいお姿には学ぶことが多いといつも感じております。ご一緒に成長し、さらに地域に貢献できることを祈念しております。

病院理念

- 医療は患者さんのためにある
- すべての患者さんに対する深い人間愛を持つ
- 24時間いつでも診療を行う
- 先進的かつ高度な医療・教育・研究を行う
- 地域の医療福祉の向上と医療人の育成を行う



診療科目

救急科、内科、外科、整形外科、小児科、心療科、耳鼻咽喉・頭頸部外科、眼科、泌尿器科、形成外科、皮膚科、産婦人科、脳神経外科、脳卒中科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔・集中治療科、総合健診センター、中央検査科、病理科、歯科・口腔外科



川崎医科大学 総合医療センター

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●	×
13:30~17:00	●	●	●	●	●	×	×

※各診療科の診療時間はHPIにてご確認ください

- 住所：〒700-8505 岡山市北区中山下二丁目6番1号
- 電話：086-225-2111(代表) ■FAX：086-232-8343(代表)
- HP：<https://g.kawasaki-m.ac.jp/>

第30回 川崎医科大学総合医療センターとの地域医療連携

市内の急性期病院との連携は、患者様に適切な医療を提供する為に必須です。手術適応の患者様や緊急性のある場面では、スムーズな受け入れをして頂き、ありがとうございます。今後も地域住民のために、より良い医療連携が取れるように、顔の見える連携を深めていきたいと思っております。



外来診療表

○受付時間：午前 8:30～11:30 午後 14:30～16:30
 ○診察時間：午前 9:00～12:00 午後 15:00～17:00
 ○お問合せ：086-943-2211(代表)

更新日	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	
2022/1/1												
総合診療科	小林直哉 小橋雄一 大西学	坂本真樹	小橋雄一 大西学	小西洋 大西学	小林直哉 徳増一樹 大西学	小橋雄一 大西学	予約のみ 小林直哉	小林直哉 小橋雄一	大西学	小林直哉		
内科	小林敬子 井久保卯 池田示真子	小林敬子	池田示真子	井久保卯 半井明日香	井久保卯	池田示真子		井久保卯 大西尚子 和田淳 第1/3/4/5 神野文香 第2	井久保卯	池田示真子		
整形外科	花川志郎 綱島敬 町田芙美 河村顕治	町田芙美 大塚亮介 担当医 野田知之 第2/4	花川志郎 綱島敬 町田芙美	原田良昭 綱島敬 藤原智洋	花川志郎 綱島敬 町田芙美 齋藤太一	花川志郎 町田芙美	予約のみ 依光正則 那須義久 三澤治夫 月1	花川志郎 綱島敬 町田芙美 河村顕治	花川志郎 原田良昭	原田良昭 綱島敬 大塚亮介 塩田直史 三澤治夫 高橋雅也 山内太郎 金丸明博	月1 月1 月2 第1 第1	
脳神経外科		菱川朋人 第1/3/5			伊達勲							
外科	坂本真樹		黒田新士						田邊俊介	永井康雄		
循環器内科	中山理絵	中山理絵	村上正明		角南春樹					吉田雅言	第1/3	
皮膚科	太田知子	太田知子			森実真				太田知子			
腎・糖内科			予約のみ 大西康博		予約のみ 大西康博				予約のみ 木野村賢	喜多村真治		
専門外来	泌尿器科 片山 聡	泌尿器科 片山 聡	呼吸器内科 田端雅弘	予約のみ スポーツ整形 根津智史 第1 平中孝明 第2 島村安則 第3 金高圭甫 第4	呼吸器内科 田端雅弘	乳腺科 岩本高行	形成外科 松本洋	形成外科 松本洋 泌尿器科 渡部智文	形成外科 松本洋	眼科 眼科 神経内科 神経内科 リウマチ内科 心臓血管外科	長谷部聡 担当医 中田有美 柚木太淳 若林宏 杭ノ瀬昌彦	
内視鏡	喜多雅英		末廣満彦		半井明日香	瀧上隆夫 第1/3/5 半井明日香 第2/4				半井明日香		

※診療体制は変更する場合がございますので、事前に確認のうえご来院ください。（ただし緊急時を除く）