

黒木病院だより

しろやま

S H I R O Y A M A

VOL.27

contents



- | | | | |
|---------------|---|-------------------|---|
| ■ 表紙 | ① | ■ 栄養科トピックス | ④ |
| ■ 禁煙外来からのお知らせ | ② | ■ 診療予約制による受付方法の変更 | ⑤ |
| ■ 外来化学療法室のご案内 | ③ | ■ 地域連携室の役割 | ⑥ |



黒木病院の理念

質の高い医療と専門的な知識にもとづいて地域の皆さまの健康づくりに努め優しさや温かみのある病院をめざし地域社会へ貢献します。

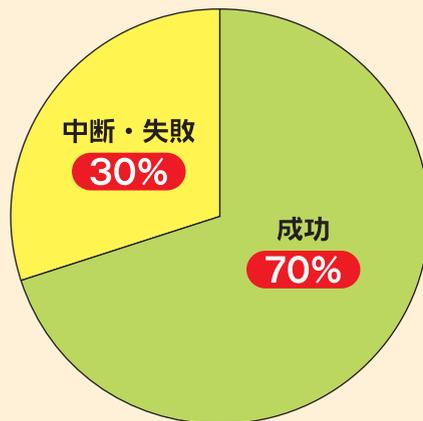
禁煙外来からのお知らせ

当院では、2008年7月より喫煙を今すぐに止めたい、止めたいけど止められない方等に対して禁煙のお手伝い出来る様に、禁煙外来を設けています。

今回は、開始から2年間でどの位の成功率を上げているか、お知らせします。

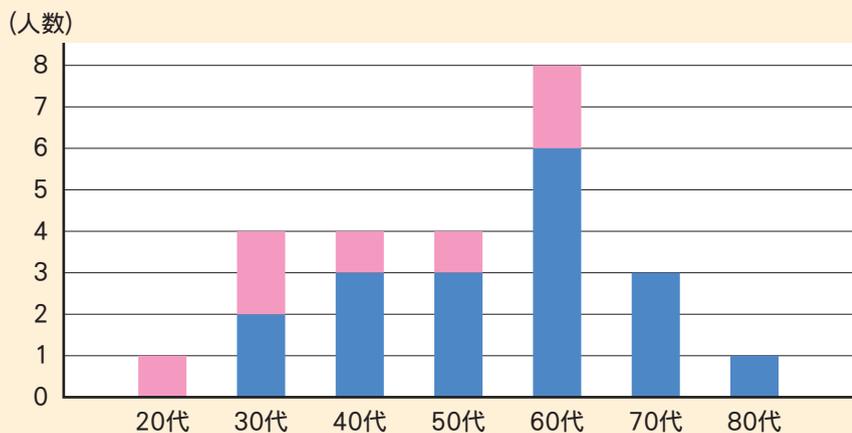
2008年7月から2010年7月までの受診者25名

当院での禁煙外来成功率



成功者：18名
中断者：6名
失敗者：1名

禁煙外来受診者（年代別成績）



年齢別では、60歳代が多く、加齢と共に成功率が高くなっています。

■ 中断・失敗
■ 成功

禁煙外来受診ご希望の方へ

スクリーニングテストをご希望の方は、受付にて準備をしております。
気軽に声をお掛け下さい。

予約方法

スクリーニングテストを実施し、対象の有無を確認後窓口にてご予約をお願い致します。

受付時間

毎週火曜日 11:00～(予約制) 担当医師：力武 幹司

詳しい内容は、禁煙外来のご案内パンフレットを受付窓口にて用意しておりますので、ご参考下さい。

外来化学療法室のご案内

平成21年11月1日より開設

外来化学療法室とは？

がんの3大治療は手術、放射線治療、そして抗がん剤を用いる化学療法です。最近の医学の進歩により、副作用の少ない抗がん剤が数多く開発され、外来で化学療法が安全に行われるようになりました。当院でも消化器系のがん疾患の方を対象に化学療法を行っております。

〈診療日時〉 月～金曜日の9時～17時

〈場所〉 正面玄関入り口から直進した突き当たりにあります。



〈設備〉 ベッド4台とリクライニングチェア1台（液晶テレビ付き）



〈主な対象疾患〉 胃がん、大腸がん、胆・膵がん、乳がん

〈治療の流れ〉

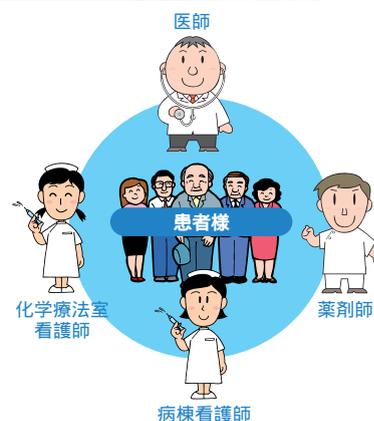
医師の診察後、初回は薬による体調の変化を診る為入院。
→特に副作用などの問題がなければ退院。
→状態を見て2回目以降は外来治療か入院治療に分かれます。治療が継続的に行えるように患者様を中心に他職種で連携体制をとっています。

〈特性〉

常時看護師が治療室に勤務し、治療経過観察を行い、急変時等の緊急時には素早く対応できるような体制をとっております。

〈スタッフ〉 常勤看護師3名

〈お問い合わせ〉 黒木病院（21-6381）外来化学療法室まで



栄養科トピックス

第21回

～更年期障害～

女性ホルモンが減少する閉経前後の女性には、心や体に不快症状が現れます。

症状 ホルモンの乱れで心身のアンバランス

更年期障害とは、閉経期前後の女性に見られる自律神経症状の一種です。卵巣の機能低下により、ホルモンバランスが乱れるため、顔のほてりやのぼせ、頭痛、肩こり、腰痛、動悸、冷え、発汗などさまざまな不定愁訴が現れます。

イライラや精神的な不安を感じたり、躁うつ状態を繰り返したり、感情の起伏が激しくなると、精神的な症状が見られることもあります。

上記の症状がなくても、骨量が減少する、太りやすくなる、血中の悪玉コレステロールや中性脂肪が増えやすくなることもあります。

要因 卵巣機能の低下によりエストロゲンが減少

更年期障害の原因は女性ホルモンの一種であるエストロゲンの減少です。エストロゲンには骨量を維持したり、血中コレステロール値を下げる働きがあります。骨粗しょう症や生活習慣病のリスクが高まるのはこのためです。

このことに加え、更年期の女性は人生の転換期を迎えています。夫や自身の定年、子供の就職や結婚、親の介護問題といった家庭環境の変化に悩まされる時期でもあります。そのような心的要因も更年期障害に大きく影響しています。

★ 食事対策 ★

適量と栄養のバランスを！ ～ホルモンバランスを調え、生活習慣病を防ぐ食事法が基本です～

神経伝達系・免疫系を強化する

タンパク質や各種ビタミン・ミネラルを充分にとり、神経伝達機能や免疫機能を強化し、症状を和らげましょう。



生活習慣病を予防する

間食は控えて適量で、低塩・低脂肪の食事を心がけ、肥満や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病のリスクを回避しましょう。



エストロゲンの働きを高める

大豆・大豆製品に含まれる大豆イソフラボンはエストロゲンの働きを補ってくれるので、積極的にとりましょう。



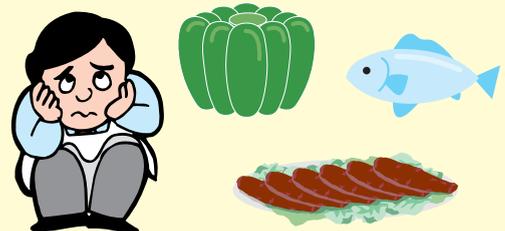
骨量を増やす

骨の材料であるカルシウムをしっかり補給して骨粗しょう症を予防しましょう。ビタミンDはカルシウムの吸収を助けてくれます。



更年期障害は40～50代の男性にも起こる!?

更年期障害は女性に特有の症状と思われがちですが、男性も40～50歳にかけて性ホルモンの分泌が減少します。症状は性欲の減退やうつ状態、不眠など。男性ホルモンの生成に関与するビタミンEやナイアシン、バランスのよい食事で各種栄養素を補給すれば、緩和できます。



栄養の基本がわかる図解事典より

4月から診療予約制が導入されました。 下記の受付方法に変更となっています。

	診察・検査等の予約の方	初診及び予約されていない方
整理券	整理券はお取りいただかなくて結構です。	8時前に来院の方は、整理券をお取り下さい。 なお、他の患者様分まで取る事はご遠慮下さい。 整理券番号と受付番号は異なります。
受付	受付開始後、予約時間帯毎に名前をお呼びして受付を行います。それまで掛けてお待ち下さい。 ※15～20分前になってもお呼び出しがない場合は、お手数ですが窓口までお声かけ下さい。	8時より整理券の番号をお呼びして受付を行います。それまで掛けてお待ち下さい。なお、整理券をお取りになっても番号をお呼びした際に不在であれば遅くなる可能性がありますのでご了承下さい。

※受付番号はお会計の表示番号であり、診察の順番ではありません。

※診察や検査等は、ご予約の方が優先となります。

初診の方（継続する傷病がない場合も含む）の予約はお受けしておりませんので、そのまま受付へお越し下さい。

予約は次回の再診分より承ります。急患・他医からのご紹介の方・緊急性の高い方は、ご予約の方よりも優先となる場合がございますのであらかじめご了承下さい。

外来診療日のお知らせ

診療時間 午前9:00～12:30 (受付11:30迄)

	月	火	水	木	金	土
午前	院長	院長	院長	院長	院長	院長
	力武	(力武)	(工藤)	(土持)	力武	土持 (第1、3、4、5)
	細川	土持	土持	工藤	(土持)	工藤 (第2、4のみ)
	門脇	力武(禁煙) (11:00～)	/	/	/	谷口・奥田(肝臓) (第2、4のみ)
午後	休診	休診	休診	休診	谷口(肝臓) (第2のみ)	休診

※第1・5土曜日は力武医師不在

※第2金曜日午後と第2・4土曜日のみ肝臓外来有り（予約制）・・・谷口医師

（ ）内の医師は、健診・検査のため外来診療が出来ない場合有り

地域医療連携室の役割

地域のかかりつけ医を支援する体制を整えることを目的に、「地域医療連携室」を設置いたしました。地域医療連携室では、患者様の便宜を図るためにかかりつけ医の先生方からご紹介していただきました患者様に、診療の予約をさせていただいております。地域医療連携室を通じて当院の診療科で希望される場合は、かかりつけ医の先生方にご相談ください。

地域医療連携室の目的

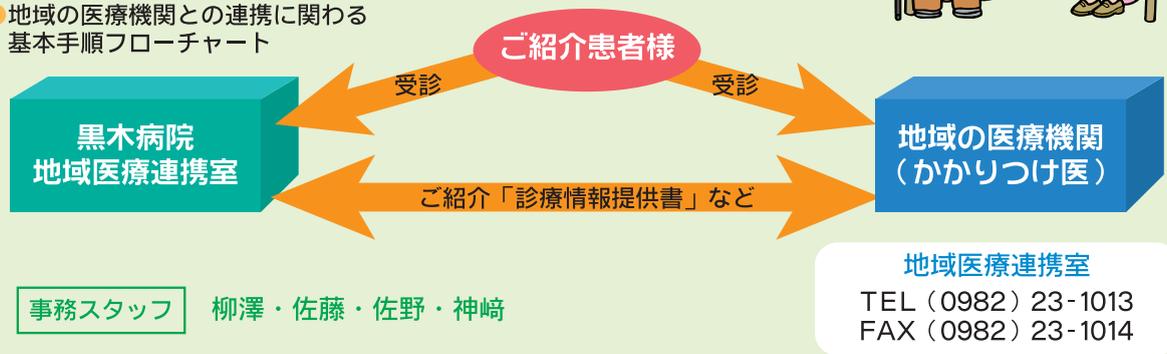
地域の医療機関等と密接な連携を図り、患者様が満足できる適正で質の高い医療を提供し、患者様及びご家族の方に対する医療福祉相談等の医療支援を行うことを目的としています。

地域医療連携室の主な業務

- ◆ 紹介患者様の受付・応対
- ◆ 紹介患者様のCT検査の予約調整
- ◆ 入院の調整
- ◆ 返書・診療情報提供書等の管理、紹介患者様の状況調べ
- ◆ 地域の医療機関との連携を図り患者様の家の近くの医療機関等の情報提供を行います。



- 地域の医療機関との連携に関わる基本手順フローチャート



発行所日
2011年7月吉日
黒木病院 広報委員会

健康診断・人間ドック・生活習慣病予防健診を希望の方

予約制になっております。事前にお電話にてお申し込み下さい。

健診日	月～金曜日(祝日除く)
予約受付時間	平日 8:30～17:00 土曜 8:30～12:00
お問い合わせ申し込み	健診部 TEL 0982-21-6381 FAX 0982-33-8380



財団法人 日本医療機能評価機構 認定病院

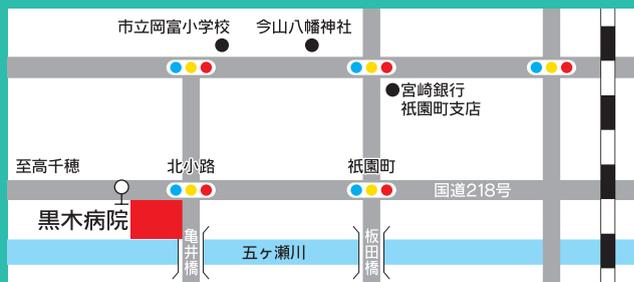
内科・外科・胃腸科・肛門科・放射線科

特定医療法人 健寿会

救急指定

KUROKI 黒木病院

〒882-0041 宮崎県延岡市北小路14番地1
TEL (0982) 21-6381 FAX (0982) 33-8380
ホームページ <http://www.kuroki-h.or.jp>



診療時間/9:00～12:30(受付11:30まで)
但し、第1・3・5金曜日の14:00から17:00までは、診療できる可能性がありますので、お気軽にお問合せ下さい。(※急患の場合は、この限りではありません。)