

広報

県立

No.7

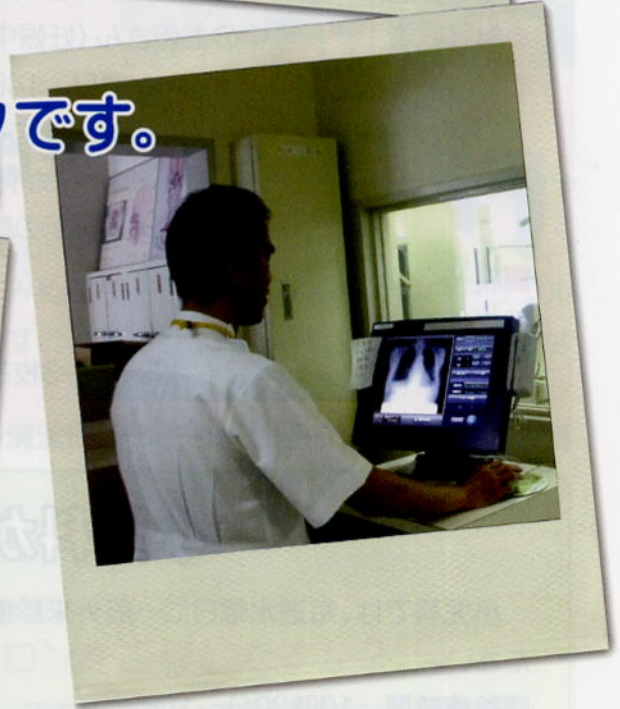
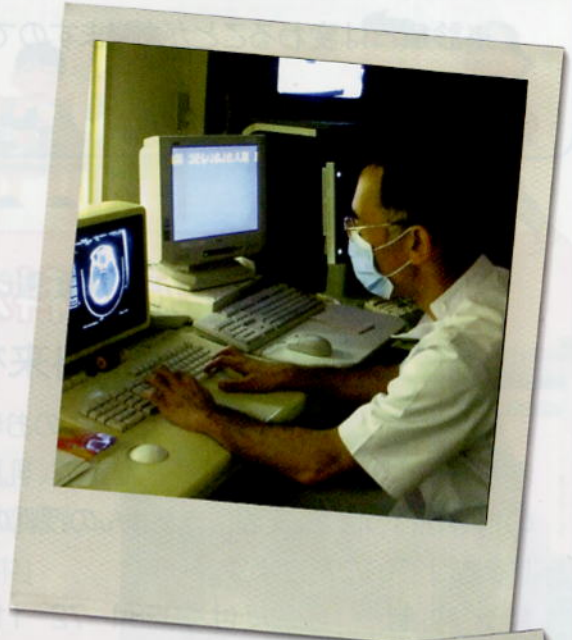
夏号

海部病院

病院機能評価 Ver.5.0 認定病院



放射線技術科のスタッフです。



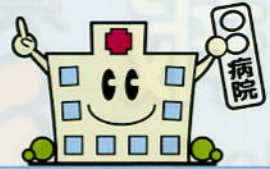
県立病院事業基本理念

県民に支えられた病院として
県民医療最後の砦となる

目次

外来診療案内	1
産婦人科、小児科からのお知らせ ..	1
生活習慣病教室について	2
フットケアについて	2
熱中症について	3

外 来 診 療 案 内



- ★ 漢方外来(第3水曜)、リウマチ外来(第1・第3金曜)が始まりました。
- ★ 脳神経外科が月4回診療(毎水曜(※第5週は休診))になりました。
- ★ 神経内科の診療日が木曜になりました(月2回)。

※診療日は変わることがありますので、問い合わせの上ご来院ください。

問い合わせ先：0884-72-1167

(平成21年7月1日現在)

一産婦人科からのお知らせー 母乳外来をご利用ください

母乳育児の確立を目指して、授乳中のお母さんを対象に、助産師が指導やケアを行っています。赤ちゃんといっしょに来ていただいて、乳房マッサージを行ったり、搾乳の方法などの乳房ケアの指導を行うほか、実際に赤ちゃんの授乳の様子をみてアドバイスをするなど、母乳育児のサポートをさせていただきます。

- 予 約 制 予約受付：0884-72-1167 担当助産師におつなぎします。
- 対 象 者 授乳中のお母さん(妊娠中の方は対象としていません。)
- 実 施 日 毎週月曜日と水曜日 14時～16時
産婦人科外来終了後に行っています。
なお、産婦人科外来が休診のときは休ませていただきます。
※この日以外でも助産師の勤務状況により対応できますので一度ご連絡ください。

- 料 金 1回 2,100円
- 実施時間 30分～1時間
- 持 参 物 フェイスタオルを2～3枚ご持参ください。

一小児科からのお知らせー

小児科では、毎週水曜日に一般外来診療と予防接種・乳児健診を行っています。ぜひご利用ください。

- 診療時間 10時30分～15時
原則として、13時30分からは、予防接種・乳児健診とさせていただきます。受診希望の方は、ご連絡ください。また、予防接種・乳児健診は予約制となっておりますので、事前にご連絡ください。(※乳児健診は1ヶ月・4ヶ月・7ヶ月・12ヶ月児を対象)
- 予約受付 0884-72-1167
- 持 参 物 他院で診察を受けられている方はお薬手帳をご持参ください。

生活習慣病教室 始めました!

- 心臓病、脳卒中、がん、糖尿病などの生活習慣病は、毎日の食事や生活環境、日常生活の積み重ねで起こり、加齢で進行します。
- 生活習慣病について、一緒に学び知ること、病気の予防や早期発見、重症化を防ぎませんか?住民の皆さんが健康に暮らせるように、海部病院の専門スタッフが応援します。



第1週:病気・日常生活



第2週:薬・検査



第3週:食事



第4週:運動

- 日 時：毎月第1、2、3、4火曜日 14:00～15:00
- 場 所：和(なごみ)サロン(1階薬局前)
- テーマ：7月「生活習慣病」、8月「動脈硬化」、9月「高脂血症」、10月「糖尿病」、11月「心臓病」、12月「脳卒中」、1月「がん」



皆さん自分の足に関心をお持ちですか?



- 普段からご自分の足に興味をもって観察をしていますか。
- 傷があっても放置していたり、踵のカサカサを見てみぬふりをしていませんか。足のトラブルが原因で足を切断したり、重篤な感染症を引き起こすことがあります。特に糖尿病のある方は要注意です!!
- 日頃から、自分の足に関心を持ち、足をチェックし清潔に保つことが、足のトラブルを防ぎ健康な日常生活を送ることに繋がります。
気になることがあれば、医師や看護師など医療スタッフに相談してください。



和(なごみ)サロンをご存じですか?

薬局前の休憩コーナーですが、患者さんや地域の皆さんと医療スタッフとの交流の場になれば良いと思い「なごみサロン」と名づけました。

■6月から患者さんの写真展、7月からは生活習慣病教室を開催しています。

■8月からは、糖尿病療養指導士の資格を持つ看護師がフットケア(足浴、足のチェック、ケア)を行う予定にしています。

ぜひ、お気軽にご参加ください。お待ちしております。

皆さんとの交流の「わ(和、輪)」が広がり、皆さんに愛される海部病院でありたいと願っています。



熱中症に気をつけましょう!!



ここ数年夏になると「熱中症で病院に運ばれた」というニュースをよく聞きます。厚生労働省の報告では熱中症の死者数は平成8年では9件でしたが、平成9年以降は2桁の件数になっています。近年は平均気温が35度を超える日が増えていることも影響していると考えられます。熱中症はほんの少しの注意で予防できますが、逆に少しの不注意で命を危険にさらす事にもなります。予防や対処法を知っておくことが大切です。

熱中症とは?

熱中症とは高温環境下で体温の調整機能が破綻するなどして、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、発症する病気の総称です。軽度ではめまい・失神・筋肉痛・こむら返り・大量の発汗、中等度では頭痛・吐き気・倦怠感など様々な症状が現れます。さらに、重症な場合には、意識障害・けいれん・手足の運動障害などがみられます。

熱中症症状への対応

少しでも「熱中症かな?」と思ったら、風通しの良い日陰や、できればクーラーが効いている室内などに避難しましょう。そして、扇風機やうちわで扇ぐことにより体を冷やし、衣類を緩めて楽にします。意識がはっきりしていれば、スポーツドリンクなどで水分・塩分を補給します。意識が朦朧としている、呼びかけても反応がないなどの意識障害があるときや、自力で水分の摂取ができないときなどは、救急車等で早急に医療機関で診察を受ける必要があります。また、意識障害がなくても頭痛・吐き気・脱力感などがあれば早めに受診したほうが安全です。

熱中症の予防法

- ◆ 炎天下や暑い場所での長時間の作業やスポーツは避ける。
- ◆ 水分をこまめに十分に補給する。汗をかいたときは塩分も補給する。
- ◆ 外出時は帽子をかぶる、日傘をさすなどして、直接日光に当たらないようにする。



暑くて湿度の高い日は、これらのことに十分注意しましょう。高温多湿で風通しが悪い時に起きやすいのはもちろん、気温がそれほど高くない日でも、アスファルトやコンクリートの照り返しで温度が急に高くなる場所では注意が必要です。また、通気性が悪い衣服を着用していたり、急に激しい運動をしたときなど、体温の調整ができずに熱中症を起こすことがあります。このような気象条件に加えて、寝不足や過労など日頃の体調不良も影響します。

熱中症予防のための注意事項を守って、暑い夏を快適に過ごしてくださいね!

■発行日 平成21年7月15日

■発行 徳島県立海部病院広報委員会 〒775-0006 徳島県海部郡牟岐町大字中村字本村75-1
TEL: 0884-72-1166 FAX: 0884-72-3521 HP: <http://www.tph.gr.jp/~kaifu>