



四季の彩 (秋)



県立十日町病院便り



病院の理念「命の尊厳・信頼と安心の病院」を目指して

- ・患者さんを中心とする医療の展開と、安全管理に努めます
- ・高度医療の充実と、救命救急医療の機能強化に努めます
- ・地域の中核的な病院として、他の医療施設との連携に努めます
- ・優しさと思いやりのある接遇と、医療技術の研鑽に努めます
- ・安らぎと潤いのある、快適な療養環境の提供に努めます
- ・改善に積極的に取り組み、経営の健全化に努めます

インフルエンザを予防しよう！

突然ですが、皆さんはインフルエンザの予防接種は受けられましたでしょうか？
今回は、インフルエンザとその予防法について紹介しようと思います！

インフルエンザとは

インフルエンザは「インフルエンザウイルス」に感染して起きます。
38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の方や種々の慢性疾患を持つ方は肺炎を伴うなど重症化することがあります。



予防する有効な方法

① 流行前の「ワクチン接種」

高齢者において、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3から1/2減少することが期待されています。

② 手洗いやアルコール製剤による「手指衛生」

③ 感染を広げないための「咳エチケット」

1. 他の人に向けて咳やくしゃみをしない。
2. 咳やくしゃみが出る時はマスクをする。
3. 手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗う。



インフルエンザワクチンの接種はいつ頃受けるのがよいですか？

インフルエンザは例年12月～3月頃に流行し、例年1月～2月にピークを迎えます。
ワクチン接種による効果が出現するまでに2週間程度を要することから、
毎年12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

十日町病院でインフルエンザワクチンの予防接種は受けられますか？

当院では小児科で定期受診中の方のみ受け付けいたします。詳しくは「インフルエンザ予防接種のご案内」をご覧ください。

http://www.tokamachi-hosp-niigata.jp/img/files/top/r5_infuru.pdf

薬剤師 山澤 一輝



薬剤部一同

患者サポートセンター便り



津南・十日町地域の医療をいつも支えてくださっている近隣医療機関に訪問させて頂いています。

先生方、スタッフの方々にお会いし、情報提供や退院後のフォローの依頼を積極的に行ない、顔の見える関係とお互いの強みを生かした連携をより一層深めていきたいと考えております。

※一緒に撮らせていただいた写真の一部です



津南・十日町地域の中核病院として機能し、急性期を担って行くことが、当院の役目と考えております。

日頃の体調管理はかかりつけ医で。急な検査や治療が必要なときは十日町病院をご利用いただき、回復したらいつもの自分を知っているかかりつけ医へ。

安定した患者様には、上記を伝えながらご自宅近くのクリニック等をご紹介させていただきます。

情報共有の機能として、「うおぬま・米ねっと」が役立ってます！！

「うおぬま・米ねっと」って？

魚沼医療圏域(十日町市・南魚沼市・魚沼市・湯沢町・津南町)内の病院、診療所、薬局などがIT技術を活用し、患者さんの診療情報を共有することで、地域全体の医療機関が一つの病院のように連携して医療を提供する仕組みです。この仕組みを利用することにより、効率的で安全・安心な医療を提供することをめざしています。

お持ちでない方は是非ご加入を！



夏号で掲載した医師名：「蛭谷正弘」が間違っていました。
正しくは蛭谷征弘です。訂正し、お詫び申し上げます。

患者サポートセンター
☎：025-757-5566(代表)

四季の彩 (秋)

医療トピックス

県立十日町病院広報誌

スポーツの秋

【五十肩と思い様子を見ていたが痛みが良くなるらない?】



整形外科医長 竹内 峻

凄まじい夏の暑さも過ぎ去り、肌寒くなってきました。

夏の運動不足を解消するかのように運動を始める人も多いかもしれません。

(小生は9月、10月に妻有、南魚沼で行われた自転車大会に参加いたしました。)

普段我々整形外科医が外来診療をするにあたり、患者様が多く困っておられる1つは肩痛です。50歳を超えて肩が痛くなると皆さんがまず思い浮かべるのは先にも挙げたように五十肩かと思えます。しかし五十肩とは様々な原因により肩が炎症を起こして肩の動きが悪くなった状態のことをいいます。(五十肩の別名を肩関節周囲炎と言います。) リハビリをしたり、痛み止めを飲んだりしても原因の治療をしなければ良くなることもあります。

その1つの原因に腱板断裂と呼ばれるものがあります。

肩には4つの肩板(インナーマッスル)が存在し、1つでも損傷すると肩の求心位(定位置)が保てず、ある動きをすると肩の痛みが出たり夜痛みで目覚めたりします。50歳を超えると4人に1人はこの肩板が傷んでいると言われております。

この肩板断裂は超音波検査、MRIにより診断いたします。

診断が確定すると注射・リハビリによる保存加療、場合によっては手術

(関節鏡と呼ばれる内視鏡を用いた手術や大腿部から筋膜を移植する手術、場合によっては人工関節の手術)が必要になることもあります。

肩をぶつけてから痛みが続く、様子を見ていたがなかなか症状が改善しないなどあればMRI検査をしてみてもいいかがでしょうか。





外来診療科一覽表



2023年 11月

科別	担当別	月	火	水	木	金
内科	新患/予約外 B18	堀 好寿	齋藤 悠	廣田菜穂子	黒川 允	鴨田知明
	新患/予約外 B19		蛸谷征弘	蛸谷征弘	川田 亮	堀 好寿/黒川 允/ 廣田菜穂子(隔週)
	B11		黒川 允	黒川 允	齋藤 悠	齋藤 悠
	B12	廣田菜穂子	堀 好寿	堀 好寿	蛸谷征弘	呼吸器内科/臨時医師 (塚田)
	B14		腎臓内科 (完全予約制)	大関明樹	第2・4消化器内科 (須田・完全予約制)	第4 心臓血管外科 (小藤・完全予約制)
	B15	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)	大学医師 (菅浦川)	呼吸器内科 (高田/長谷川) (編理・完全予約制)	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)
	B16	角道祐一		角道祐一	角道祐一	第1・2・3・4 循環器内科 (完全予約制)
	内視鏡	午前 午後		大学医師 大学医師	大学医師 外科	外科 大学医師
外科	A03	清崎浩一	清崎浩一	林 哲二	笠原峻也	林 哲二
	A02					
整形外科 (予約制) 電話予約 下記参照	新患 E41	五十嵐哲也	倉石達也	木南佳也	倉石達也	竹内 峻
	E42	竹内 峻	大学医師(村山) (新患)	倉石達也	大学医師(染矢) (新患)	木南佳也
	E43	第1 魚沼基幹病院医師 (花岡) 倉石達也	木南 佳也	五十嵐哲也	竹内 峻 第1・3午後 大学医師(今井敦) 第2午後 魚沼基幹病院医師 (井渡)	五十嵐哲也 第4 臨時医師 (中園)
産婦人科	婦人科 C24	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人
	産科 C22		風間芳樹	大学医師	魚沼基幹病院医師	
小児科	D38	金山哲也	布施拓也	金山哲也	長岡中央総合病院(高野)	第1・3・5 布施 第2・4 金山
脳外科	C29	臨時医師 (河野)	臨時医師 (河野)		魚沼基幹病院医師	大学医師
泌尿器科 (予約制) 受付時間内に来院して下さい	D33	大学医師		大学医師		大学医師
耳鼻咽喉科	D31	魚沼基幹病院医師	大学医師	魚沼基幹病院医師		大学医師
脳神経内科	C28		大学医師	臨時医師 (山崎)		大学医師
眼科	D37			第2・4 臨時医師(予約優先)		魚沼基幹病院医師 (完全予約制)
リハビリテーション科 5階 51				臨時医師 (大西・内田)		
歯科口腔外科 (予約制) 原則紹介状をお持ちの方		岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一
<p>【 受付時間 】 午前8時30分～午前11時(但し下記を除く)</p> <p>整形外科 予約制 (電話受付 平日午前9時～午後4時30分)</p> <p>外科 午前8時30分～午前10時</p> <p>小児科 午前8時30分～午前10時30分</p> <p>脳外科 午前8時30分～午前10時30分(月曜日のみ午前8時30分～午前11時)</p> <p>眼科 午前8時30分～午前10時30分(第2・4水曜日)</p> <p>リハビリテーション科 予約制 電話受付 平日午前8時30分～午後3時</p> <p>歯科口腔外科 午前8時30分～午前12時/午後1時30分～午後4時「大学医師不定期診療」</p> <p>【 特殊外来・予約制 】 内科 <u>ペースメーカーチェック(金曜日 不定期) 午前9時～完全予約制</u></p> <p>禁煙外来(毎週火曜日)..... 予約の電話受付 平日午後2時～3時(休止中)</p> <p>糖尿病教室(毎月第2木曜日)..... 午後2時～</p> <p>がん看護相談外来(第2火曜日・第4金曜日)・・ 午前9時30分～午後12時30分各1時間2枠</p> <p>小児科 小児慢性疾患(毎日)..... 午後2時00分</p> <p>乳児健診(毎週木曜日)..... 午後1時30分</p> <p>1ヶ月健診(毎週火曜日)..... 午後1時30分</p> <p>予防注射(毎週水曜日)..... 午後2時00分</p> <p>産科 助産外来(毎週木・金曜日)..... 午後1時～4時</p> <p>1ヶ月健診(毎週火曜日)..... 午後2時</p> <p>フォローアップ外来(毎週水曜日)..... 午後1時～4時</p> <p>母乳相談室(要相談)</p> <p>パパママ教室(第2・4金曜日)..... 午後1時30分～4時(休止中)</p> <p>皮膚科 予約制(第2・第4火曜日)..... 午後2時～</p>						

※ 各科別医師勤務表は変更があった時だけ作成します(変更箇所下線)