

珠洲市総合病院

TEL (0768) 82-1181

FAX (0768) 82-1191

E-Mail: byouin@city.suzu.lg.jp

ホームページアドレス:

<https://www.city.suzu.lg.jp/suzuhp/>

はあとのおと

“心を綴ったノート”

“心が奏でる音”

2021(5)

第61号



病院理念

“市民の心の支えとなる、地域の中核病院に”

1. 疾病の予防から在宅医療までの一環した体制の確立を目指します。
1. 安心と信頼の地域医療を目指します。
1. いたわりの心で皆様の健康と命を守ります。

目次

- ・ 退任医師ご挨拶 . . . 2
- ・ 人工関節置換術について . . . 2
- ・ 総合病院におけるコロナ対策について . . . 3
- ・ 減塩のコツについて . . . 3

退任医師ご挨拶

内科医長 佐々木 誠

内科・佐々木誠医長は、令和2年12月31日をもって当院を退任されました。平成20年度まで金沢赤十字病院にて院長等を歴任され、平成21年度に当院へ着任されてからは珠洲市の地域医療の発展にご尽力されました。



● 佐々木医長からのメッセージ

12年間、珠洲市総合病院でお世話になりました。美しい自然、豊かな食材、人情厚い土地柄に囲まれて快適に過ごさせていただきました。ありがとうございました。

人工関節置換術について

整形外科医長 長谷川 和宏



整形外科医長の長谷川和宏です。今回は私の専門としている人工関節置換術（人工膝関節、人工股関節）について書かせていただきます。

「人工関節手術」は日本全国で年間、人工股関節置換術は約5万件・人工膝関節置換術は約8万件が施行されております。多くのデータの蓄積から、人工関節や手術内容も改良され、より安全で満足度の高い手術になるように日々工夫がなされている手術です。

●人工関節置換術の適応疾患で最も多いのは変形性関節症です。変形性関節症は加齢に伴い、軟骨がすり減り、骨と骨がぶつかることで痛みが起きます。階段の昇り降り、椅子から立ち上がる際などの動き始めに関節が痛むのが典型的な症状です。



●人工関節置換術は、この傷んだ関節を金属で再建することにより痛みを緩和させる手術です。当院では術前に3Dテンプレートソフトウェアを使用し、患者さんに適した人工関節のサイズや設置する角度などを詳細に計画し、手術を行っています（図1, 2）。

また、人工関節をより正確に設置するために術中は簡易ナビゲーションシステムやレントゲン装置を用いて正確な人工関節置換術を行っています。さらに術中・術後は投薬による疼痛管理を行い、患者さんの負担が少ない手術を心がけております。

●初期の変形性関節症は薬などの保存療法から開始となるため、股関節や膝関節に痛みがある方は、まずは気軽に外来を受診していただき、相談してください。

図1 人工股関節置換術

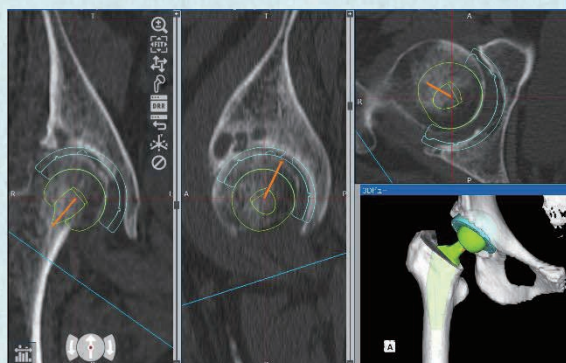


図2 人工膝関節置換術



総合病院におけるコロナ対策について

看護科

当院は新型コロナウイルスに対し、様々な対策・取組みを行い、予防に努めてまいります。



- 院内へのウイルス持ち込み防止対策。
 - ・ 来院者へのマスク着用依頼（乳児を除く）
 - ・ 正面玄関での検温の実施（AI 体温検知カメラの設置）
 - ・ 手指アルコール消毒剤の設置
 - ・ 待合室の雑誌を廃止
 - ・ 入院患者への面会全面禁止（リモート面会の実施）
 - ・ 1 階以外の場所の一般の方の立ち入り禁止
 - ・ 一般向けへの各種院内教室の休止
 - ・ 入院患者への荷物受渡し時間の設定（平日・土日祝日共に 14時～17時までの間）



- 発熱者外来の設置。
 - ・ 専用発熱者外来において、コロナ抗原検査及びインフルエンザ抗原検査を実施。（自家用車で来院の方はドライブスルー方式、それ以外の方は発熱者外来内で検査を実施）



減塩のコツについて

栄養科 新谷 梓紗管理栄養士

食塩の過剰摂取は生活習慣病の原因となります。生活習慣病を「予防・改善」するためには普段から「減塩」することが重要です。今回は「おいしく減塩する」ためのコツを紹介いたします♪



- ① 「うまみ」を上手に利用
昆布・かつお節・キノコ類・乳製品など「うまみ」を多く含んだ食品から溶け出した「だし」を上手に利用しましょう。
- ② 香辛料や香味野菜を使用する
わさび・からし・カレー粉・ショウガ・ニンニク・シソ・ミョウガ等香りの良い素材を使うと、香味により薄味が気にならなくなります。
- ③ 酸味を利用する
柑橘類やトマト、酢などの酸味を加えると、酸っぱさがアクセントになります。
- ④ 調味のタイミング
和え物など時間が経つと水分が出て味が薄くなります。食べる直前に調味料を加える事で少量でもしっかり味を感じられます。
- ⑤ 普通の味と薄味を組み合わせる
しっかり味のついた1品と極薄味の2品の方が献立にメリハリが出て満腹感もあり塩分量も抑えられます。
- ⑥ 料理は適温で
熱い料理は熱いうち、冷たい料理は冷たいうちに食べることで塩分量が少なくても美味しく頂けます。
- ⑦ 食物繊維を摂る
全粒粉類・野菜・芋類・コンニャク・キノコ類・海藻類・果物などに含まれる食物繊維は、腸内で塩分（ナトリウム）を吸着し、便と一緒に排出させる働きがあり、結果、塩分の体内への吸収量が減少します。



外来診療日程表

午前		受付時間 8:00~11:30 診療時 9:00~12:30					午後		受付時間 12:00~16:00 診療時間 14:00~17:00				
診療科		月	火	水	木	金	診療科		月	火	水	木	金
内科	1診	波佐谷	山本	波佐谷	米田	波佐谷	内科	1診	田邊	石崎	藤永	小泉 (糖尿病)	小泉 (糖尿病)★
	2診	米田	田邊	米田	藤永	田邊		2診			循環器★		
	3診	リウマチ/膠原病 (第2・4)★	出島	小泉★	田邊	藤永		3診	藤永	小泉	山本 (腎不全)★		米田
	5診			山本 (膠原病)★				小児科	予防接種	慢性疾患	健診		予防接種
外科		坂本 竹中	丸銭	坂本	竹中	丸銭 呼吸器	耳鼻咽喉科			榑田			
小児科		中川			和田	中川	眼科				馬渡	馬渡	
耳鼻咽喉科		榑田	金大医師	榑田			産婦人科	青山	助産師外来妊婦健診 産後2週間健診 母乳外来	産後1カ月健診 産後2週間健診		助産師外来妊婦健診 産後2週間健診 母乳外来	
整形外科		長谷川・今					禁煙外来(耳鼻咽喉科)				榑田★		
産婦人科	青山	助産師外来 妊婦健診				助産師外来 妊婦健診	小児科(以下は要予約) (月) 予防接種 14:30~ (火) 慢性疾患 14:00~ (水) 健康診断 13:30~ (金) 予防接種 14:30~ 産婦人科(以下は要予約) (火)(金) 助産師外来妊婦健診 (火)(金) 母乳外来 (火)(水)(金) 産後2週間健診 (水) 産後1ヶ月健診						
脳神経外科	浜田	金大医師		浜田			午後初診の方は、できるだけ15:00までに受付をお済ませください。 泌尿器科・眼科の診療日程は、下記カレンダーをご覧ください。						
泌尿器科	交替で診察 (毎週)	※月曜日が休日の場合は、 次回来院日に変更。				交替で診察 (隔週)							
皮膚科	武原		永岡			谷内							
精神科		西村			姥浦	西村							
健診科		★											

★は予約のみ 緊急患者は、表示時間に関係なく診療いたします。

院内助産・助産師外来に関するお問い合わせ・産前産後の困りごとなどのご相談 助産師外来 助産師まで
 受付時間 月~金 9:00~17:00 TEL 0768-82-1181(代表) / 左記以外の時間帯 TEL 090-8268-1160

珠洲市総合病院 泌尿器科・眼科診療日程 2021年2月~4月

泌尿器科

毎週月曜日(月曜が祝日の場合は火曜日)、隔週金曜日
 受付 8:00~11:30
 診療時間 9:00~12:30

眼科

毎週金曜日、隔週木曜日
 受付 12:00~16:00
 診療時間 14:30~17:00

2月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	泌尿器科			眼科	眼科	
7	8	9	10	11	12	13
	泌尿器科				泌尿器科	
14	15	16	17	18	19	20
	泌尿器科			眼科	眼科	
21	22	23	24	25	26	27
	泌尿器科				泌尿器科	
28						

3月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	泌尿器科			眼科	眼科	
7	8	9	10	11	12	13
	泌尿器科				泌尿器科	
14	15	16	17	18	19	20
	泌尿器科			眼科	眼科	
21	22	23	24	25	26	27
	泌尿器科				泌尿器科	
28	29	30	31			
	泌尿器科					

4月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				眼科	眼科	
4	5	6	7	8	9	10
					眼科	
11	12	13	14	15	16	17
				眼科	眼科	
18	19	20	21	22	23	24
		眼科			眼科	
25	26	27	28	29	30	
					眼科	

(泌尿器科 日程変更予定)

診療日程は、都合により変更することがあります。詳しくは、院内掲示やホームページでご確認ください。

編集後記

新型コロナウイルス感染症が依然として猛威を振るっておりますが、その対策の成果の一環でしょうか、今年度はインフルエンザの流行が押さえられた状態です。コロナの影で話題に多くはのぼりませんが、まだまだインフルエンザの流行期間中でもあります。これからも気を抜かず、頑張っって予防に努めましょう!

広報委員会

