

赤字は変更箇所です

外来担当医表

平成30年1月1日現在

			月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	一般	木村 予約制 中川 大前	木村 予約制 高柳	萩原 樋口	木村 予約制 柳澤 米山	山田 鈴木浩	柳澤 米山 (第1週) 萩原 塩澤 (第2週) 中川 鈴木浩 (第3週) 萩原 米山 (第4週) 柳澤 中川 山田 (第5週)
		専門		【肘・肩】小林 (11:00迄) 【肩】 山本 (11:00迄)				
整形外科	午前	一般	恩田 山田 清水 (第1・3・5週)	柳澤 中川 常 (第1・3・4・5週)	高柳 鈴木浩	萩原 大前	恩田 米山 岡田 (第2週)	中川 鈴木浩 石綿 (第1週) 高柳 大前 山口 (第2週) 柳澤 山田 大前 (第3週) 山田 高柳 (第4週) 米山 高柳 (第5週)
		専門	【股関節】 予約制 佐藤	【脊椎】 筑田 (第2週) 【足】 長谷川	【股関節】 予約制 佐藤			
	午後	一般	常 (第1・3・5週) 鈴木啓 (第1・3・5週) 山田 (第2・4週)	高柳	中川	萩原 (第1・3・5週) 柳澤 (第2・4週)	鈴木浩 岡田 (第2週)	
		専門	【股関節】 予約制 佐藤	【ESWT】 予約制 柳澤 (第1・3・5週) 萩原 (第2・4週)	【脊椎】 予約制 恩田		【脊椎】 予約制 恩田	
泌尿器科	午前	一般	真下 富田	斎藤	岡村 曲	真下 岡村	岡村	真下 富田 (10:00～)
	午後	一般	岡村	休診	真下	富田	富田	
		専門	【化学療法】 予約制 真下					
内科	午前	一般	谷田部 林 後藤	生方 林 出浦	生方 出浦 相澤	谷田部 相澤 小川	谷田部 生方 出浦	林 相澤 坂入 (第1・3・5週) 富澤 (第2・4週)
		専門		【循環器】 依田				【循環器】 星崎
	午後	一般	【循環器】 予約制 中島	【循環器】 依田				
外科	午前	一般	遠藤 福島	渡辺	萩原	遠藤	萩原 堤	胃カメウのみ
		専門					【血管外科】 予約制 小櫃 (10:00～)	
麻酔科	午前	一般	岩田	伊藤	河野	人見	交替制	
皮膚科	午後	一般			太田 (第1・3・5週)			

※ 予約制 とある医師の診察は予約制のため、受診される方は事前にご予約ください。
※ 整形外科の午後外来は完全予約制で初診患者さんは午前のみの診察です。
※ 生越医師の診察はしばらくの間休診となりますが、別の医師が代診しますのでご相談ください。
※ 金曜日の麻酔科は伊藤→人見→岩田の順の交替制にて診察します。

受付時間	午前	全診療科 8:30～12:00 (※初診は11:30まで)	午後	泌尿器科 14:00～16:00 (※火曜日は休診) 整形外科 15:00～17:00 (※完全予約制)

医療法人社団 善衆会
善衆会病院

〒379-2115 群馬県前橋市筑井町54番地1
TEL 027-261-5410(代表) FAX 027-261-5450
TEL 027-261-4890(予約専用)
<http://www.zenshukai.com>



善衆会病院広報誌「きずな」

絆

広報誌名「絆」の由来

当院と地域住民の方、
当院と近隣医療機関との橋渡しに
なるようにとこの名前がつけました。

Vol. 69
2018.1.10



木村病院長より新年のご挨拶

肺炎予防のためにできること～基礎知識と肺炎球菌ワクチン～

お知らせ

第28回 日本臨床スポーツ医学会学術集会に当院 木村病院長と
スタッフが参加しました

PHOTO

2018年の干支は戌

皆さんにとって、ワン🐾 ダフルな
一年になりますように。



謹賀新年

新年あけましておめでとうございます。今年も穏やかな新しい年を迎えられたと思います。

今年は戌年です。犬というと、何か身近でハッピーな干支に感じられます。酉年の平成29年は、皆様にとって充実した日々だったでしょうか。平穩の1年であった方もいれば、辛いことの連続であった方もいらっしゃると思いますが、世界的に見ても激動の年でありました。良い意味の激動であれば良いのですが、平和を脅かすような不安な流れはあってはならないと感じています。

さて、当院が新病院に移転して1年と8ヵ月経過しました。新病院になりますと新棟効果で患者数は増えるのが一般的と言われています。一方で、その効果は続いても1年余りとも言われています。当院では2年弱を経過していますが、今もなお、多くの患者様が診療に訪れてくださっております。これも新棟効果以外にも、昨年のスローガン“感謝”のもと、職員が感謝の気持ちで患者様に対し診療と対応ができた結果ではないかと思ひます。今後も変わらず職員一同、患者様の立場で診療と対応を努めてまいります。

今年のスローガンは『変革』です。一つのテーマにとらわれることなく、組織変革、自己変革に関わってほしいと思ひます。そして、これからも職員全員が一丸となってさらに精進してまいります。

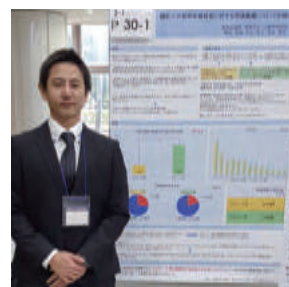
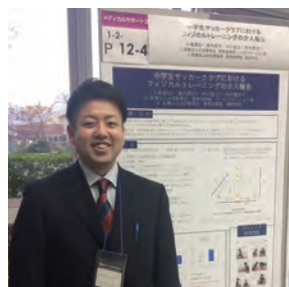
今年一年、よろしくお願い致します。

善衆会病院
理事長・病院長 木村 雅史

お知らせ

第28回 日本臨床スポーツ医学会学術集会に当院 木村病院長とスタッフが参加しました

平成29年11月18日～19日、国際オリンピック記念青少年総合センターにて「第28回 日本臨床スポーツ医学会学術集会」が開催されました。木村病院長は一般演題の「前十字靱帯」の座長を務められ、当院の看護師と理学療法士、合わせて4名はそれぞれ演題発表をしました。演題内容は当院の強みである前十字靱帯再建術に関することやメディカルサポートのため帯同しているサッカークラブチームに関すること等を発表しました。参加したスタッフは「これからも積極的に研究発表していきたいです」と述べました。



肺炎予防のためにできること ～基礎知識と肺炎球菌ワクチン～

肺炎は高齢者の死亡原因の1位の病気です。症状は風邪と似ていますが命に関わります。そんな危険な病気から自分を守るために、肺炎の基礎知識と肺炎を予防するための肺炎球菌ワクチンの話を中心に内科医が解説します。



内科
相澤 智弘 医師

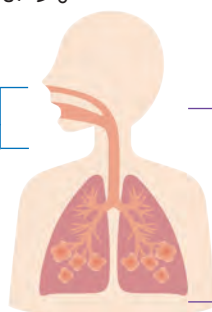
Q まず、肺炎とはどのような病気ですか？
風邪とどのように違うのか教えてください。

A 風邪は上気道によるウイルス感染症のことです。上気道とは口から喉ぼとけのあたりです。症状はくしゃみや鼻水が強く、高熱が続くことはまれです。ウイルスは1ミリの1万分の1くらいの大きさで、生物に寄生しないと増えることができません。よって抗生物質は効きません。風邪自体は安静にしていれば基本的に治る病気です。

一方、肺炎は下気道による細菌感染症です。下気道とは喉ぼとけから肺までです。咳や痰が酷く、息苦しくなり、高熱が続くことが多いです。肺炎は抗生物質を使用しないと治すのは大変です。風邪と肺炎を見分けるのは難しいこともあるので、風邪と思っただけでなかなかよくならないときは医療機関を受診すると良いでしょう。

【かぜ】
上気道による
ウイルス感染

・強くくしゃみや
鼻水、高熱は稀
・抗生物質は無効



【肺炎】
下気道による
細菌感染症

・酷い咳や痰、高熱
・抗生物質の使用が
必要

Q 特に高齢者が肺炎にかかりやすいのはなぜですか？

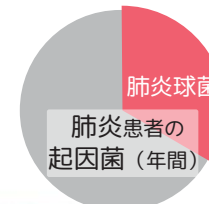
A 一番は誤嚥です。飲み込むときに誤って気管支に雑菌が入ってしまうことが強く関係しています。年をとってくると食べ物を飲み込む能力が衰えてきます。65歳未満と比較して65歳から75歳以上は5倍、75歳以上は10倍、肺炎になりやすいと言われています。



Q 肺炎にならないための予防法を教えてください。

A まず肺炎にならないためには、飲み込む能力を衰えさせないようにする努力が必要です。「私はむせていない」と思っている方は多いと思います。しかし実は不顕性誤嚥とって多くの方がむせることを自覚していません。65歳以上になったら誤嚥とは無関係ではないという認識でいましょう。食事の際にむせが明らかになるようだと、トレーニングで嚥下能力を回復させるのはかなり大変です。

医療としてできる予防策は肺炎球菌ワクチンの摂取です。誤嚥性肺炎の起因菌は“肺炎球菌”が一番多く、全体の3分の1を占めます。他にも肺炎になる菌は



たくさんあるので「肺炎にならないワクチン」ではありませんがとても重要です。また、インフルエンザにかかると気管支の粘膜が痛んで肺炎球菌感染症にかかりやすくなります。さらにインフルエンザが流行る時期だけみると、起因菌の半分は肺炎球菌です。なのでインフルエンザワクチンの接種もとても重要です。インフルエンザは毎年流行する型が変化するので毎年接種することをお勧めします。※起因菌…感染症を引き起こすもととなる細菌。



Q 肺炎球菌ワクチンとは、どんなワクチンですか？

A 現在、肺炎球菌ワクチンは2種類あります。23価肺炎球菌ワクチンと13価肺炎球菌ワクチンです。平成26年10月から国の政策により65歳以上に対して肺炎球菌ワクチンが定期接種となりました。23価、13価というのは肺炎球菌の感染を防ぐ菌種の数です。それだけ聞くと「後者は要らないのではないか」と思われるかもしれませんが、それぞれ特徴があります。

23価肺炎球菌ワクチン

- ・効果を持続させるには5年ごとに打つ必要あり
- ・国からの費用助成は1回のみ（2,000円程度、地域により異なる）
- ・2回目以降は自費（8,000円程度、病院により異なる）

13価肺炎球菌ワクチン

- ・10,000円程度/回（病院により異なる）
- ・効果期間の点で改良され、1回打つと一生効果あり

ちなみに、悪さをする肺炎球菌の型は限られており、データ上ではどちらのワクチンも効果は同等とされています。だったら「1回で済む方がいい」という人は13価肺炎球菌ワクチンがお勧めですし、「効果が短くても国が定期接種を勧めているし、守備範囲も広い方がいい」と思う方は23価肺炎球菌ワクチンがお勧めでしょう。

Q 嚥下能力を維持するための予防法も教えてください。

A ここでは一部だけ、嚥下体操をご紹介します。食事の前におこなうのがお勧めです。

1 深呼吸 ※これを5～6回繰り返す

お腹を膨らませながら鼻から息を吸い、お腹をへこませながら口から息をゆっくりと吐く息を吐くときは口をすぼめること



2 舌の体操 (舌の力の向上)

舌を前に出し、左右に動かしたりぐるっと回したりする

