

外来診療案内

2017年1月現在

診療科		月	火	水	木	金	土
内科	一診	吉川 雅	上田	上田	上田	吉川 雅	担当医
	二診	塩山	小堤	吉川 雅	堂原	塩山	—
	三診	★久保	小川	中谷	★金子	小堤	—
	四診	中谷	堂原(肝臓外来)	★鴨門(循環器)	—	小川	—
	五診	★岡村(循環器)	—	—	—	—	—
	午後	—	—	小堤(禁煙外来)	—	—	—
外科	一診	山田	—	山田	—	—	★吉川 高
	二診	明石	杉森	辻	明石	杉森	辻
	午後	—	★東条(嚥嚥科)	—	—	—	—
整形外科	一診	黒川	片山	古田	★中村	古田	黒川
	二診	★吉良	★北條	片山	担当医	★池田	—
小児科	一診	阪井	中農	飯田	高川	阪井	担当医
	二診	佐伯	高川	大塚	中農	飯田	担当医
	午後	—	予約外来 (慢性疾患) 予防接種	予約外来 (慢性疾患) 予防接種	予約外来 (慢性疾患)	予約外来 (慢性疾患) 乳児検診	—
※泌尿器科		望月	望月	望月	望月	★森澤	望月
皮膚科		—	★長谷川	—	★西村	—	—
放射線科		—	—	—	—	—	—
※リハビリテーション科		—	—	—	—	—	—
緩和ケア科(ホスピス外来)(完全予約制)		中村	—	—	—	中村	—
緩和ケア外来(完全予約制)		—	杉森	—	—	—	—
心療内科(精神腫瘍科)(完全予約制)		—	—	—	★四宮	—	—

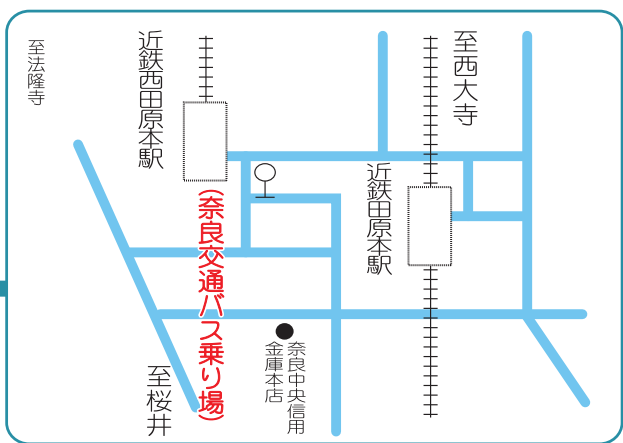
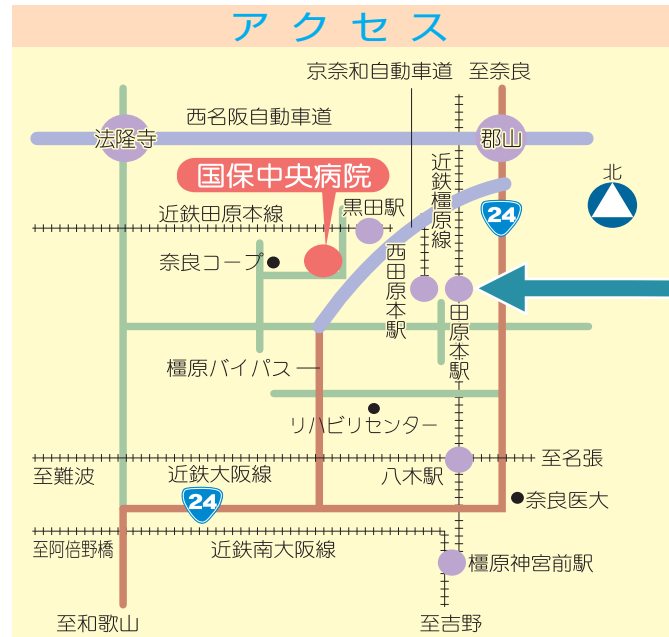
赤字は女性医師、★は非常勤医師となります。

※ リハビリテーション科は当面は院内患者様に限らせて頂きます。

※ 泌尿器科 診察開始時間は9:30からとなります。

診療受付時間 初診は午前8:30から午前11:00まで
再診は午前8:00から午前11:00まで

休診日 第2・4土曜日・日曜日・祝祭日・年末年始
(12月29日～1月3日)



- 近鉄田原本駅・西田原本駅下車、奈良交通バス(西田原本駅西側)利用 約8分
- 近鉄黒田駅下車、徒歩約10分

編集発行：国保中央病院(広報誌編集委員会)
発行部数32,000部

2017年2月号 Vol. 35

国保中央病院 広報誌

Kokuho Central Hospital

さわやか



- ◎新年のご挨拶 1
- ◎がん化学療法看護認定看護師の活動内容 .. 2
- ◎栄養科より～朝ごはんを食べよう～ .. 3
- ◎糖尿病教室のご案内 3
- ◎外来診療案内 4

基本理念

医療の質を高めることにより、地域住民の皆さまの健康保持と増進に寄与し、住民の皆さまに信頼され、愛される心温かな病院を目指します。

新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。磯城郡川西町、三宅町、田原本町、そして広陵町の皆様方にはよいお正月を迎えられたことと存じます。

この国保中央病院広報誌「さわやか」は5年前より、当院の設立主体であります4町の住民の皆様が国保中央病院をより知っていただき利用していただくために、病院の現況やお知らせ、健康を保っていただくための情報などを掲載してお届けさせていただいております。

当院は、平成5年に開院以来、主に急性期疾患に対応する病院として機能してまいりました。しかし、団塊の世代が後期高齢者となる2025年以降の超高齢化社会に向けて急性期だけでなく、回復期、慢性期の患者様にも対応する機能が求められています。そこで平成26年8月から6階に地域包括ケア病棟50床を設置いたしました。この病棟は急性期疾患や外傷の治療を経過し、もう少し療養が必要な患者様や骨折などの術後で継続したリハビリが必要な患者様に少し長期にわたってその病棟に入院・療養していただくための病棟です。したがって主に内科、整形外科の患者様が入院されており、在宅や介護施設への復帰に向けて療養やリハビリをしていただいております。在宅復帰に向けては入院早期から医師、看護師、理学療法士、医療ソーシャルワーカーなどがチームを組んで支援を行います。

また、当院は、政府や県が推し進めている地域包括ケアシステム構築の中で、医療、介護がこの地域で完結できますように、地域の開業医の先生や介護施設、訪問看護ステーション、ケアマネさんなどと当院の地域支援センターと連携を密にし、患者様がスムーズに入院や退院ができますように努力し、医療と介護の連携に努めてまいります。緊急の入院が必要な在宅患者様に関しては、地域の在宅患者様を診ておられる開業医の先生と連携し、登録して頂いた在宅の患者様にはいつで



院長
阪井 利幸

も入院対応できるような体制をとり在宅後方支援も行っています。

一般の急性期医療に関しては内科も外科も消化器病疾患を専門としており、内科、外科の垣根を取り払いお互いに協力して診療にあたります消化器病センターを設置しております。そして昼間はもちろんのこと、診療所からの夜間の診療要請に対応するために平日夜間には医師の待機態勢を組んでおります。現在、地域の医療機関から、胃や腸などの消化器、肝臓、脾臓の疾患が数多く紹介されています。また、中南部地区の重症腹症ネットワークにも参加しており、担当日には、専門としている吐血、下血などの腹部の救急疾患にも積極的に対応しています。

小児科につきましては、少子高齢化が叫ばれていますが、小児の外来患者数や救急患者数は決して減っておりません。特に小児の救急に関しては、県下でも受入れ救急患者数、入院患者数では群を抜いており、充実していると自負しております。また、夜間も地域の診療所からの紹介を受け入れる体制をとっています。

平成17年に病院北側に建てられた奈良県初の緩和ケア病棟は、10年が過ぎ毎年約200人の患者様が奈良県全域から紹介され入院しています。院内で各職種がチームを組み、終末期のがん患者様に十分な時間をとってケアをしています。

また、地域に密着した公立病院として、今年も住民参加の公開講座、出前講座、健康フェスティバルなどの企画も行っており、参りますのでご参加のほどよろしくお願いいたします。

当院も開院後20数年が経ち、ハード面でさまざまな補修、改修を計画しております。今年は特に皆様からのご要望の多かった外来のトイレを改修いたします。また病棟の個室の改装や7階の食堂の見直し、1階の売店の拡充も計画しています。

当院は地域に根ざした皆様方の公立病院です。今後も住民の方々に信頼され、愛される病院を目指して、職員一同ますますの努力をしていく所存ですので、一層のご支援をお願いいたします。

平成29年1月

国保中央病院は 川西町 三宅町 田原本町 広陵町 の4町によって設立された自治体病院です。



がん化学療法看護認定看護師の活動内容

平成28年がん化学療法看護認定看護師の資格を取得した樟真実です。

がん化学療法看護認定看護師とは

認定看護師とは、日本看護協会が行う認定審査に合格した看護師です。その役割は、特定の分野において、水準の高い看護の実践、看護職への指導、また看護職の相談に応じることです。認定看護師は、現在21種類の分野がありますが、がん化学療法看護認定看護師は、がん化学療法の安全で適切な投与管理、副作用症状の緩和及びセルフケア支援が主な仕事です。

なぜ私がこの認定看護師になろうと思ったか

私の母が8年前に大腸がんと診断をされて術後補助療法で抗がん剤治療を受けた時に、以前に比べて抗がん剤治療が変わり、副作用が軽くなったことを実感しました。高齢のため本人も家族も心配しましたが、食べにくい時はあったものの、吐いたりすることなく6か月の治療を無事終わることができました。

そのことがきっかけで抗がん剤の治療に興味を持ち、病院からの要請もあり認定看護師を目指すことになりました。

現在の活動内容

主に本館2階の通院治療センターで抗がん剤治療をされている外来の患者様の看護をしています。当院では、初めて抗がん剤治療を受けるときや抗がん剤の薬が変更になる時は、患者様に入院していただいて治療を行っています。その入院時に、患者様に安心して抗がん剤治療を受けることができるよう薬剤師と一緒に説明を行っています。

その他の業務としては、患者様の不安を和らげたり、疑問に答えたり、副作用の軽減のためどのように対処できるか考えるなどの支援を行っています。

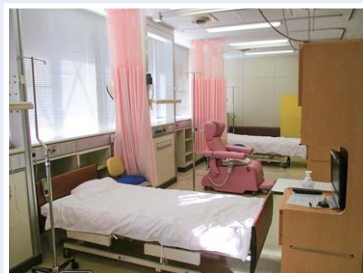
抗がん剤は進歩してきていますが、患者様は今までにはなかった副作用で苦しむことがあります。なるべく苦痛なく今までと同じ生活ができ、その人がその人らしくできるだけ充実した生活ができるように支援していきたいと思い日々活動しています。

新しく始めた活動

昨年の9月から緩和ケア認定看護師と一緒にがん看護外来を月に4回行っています。当院に入院・通院されている患者様や家族の方を対象に、がん全般に関する相談や緩和ケアに関する相談、患者様の病状や告知についての相談を中心に行っています。

予約制で実施しているため、ご希望の際は地域支援センターや各科外来までお問い合わせください。（相談時間は1回につき30分～60分程度です）

まだ、始めたところで不慣れなこともあります。地域で抗がん剤をされている患者様のお役に立ちたいと考えています。これからもよろしくお願いします。



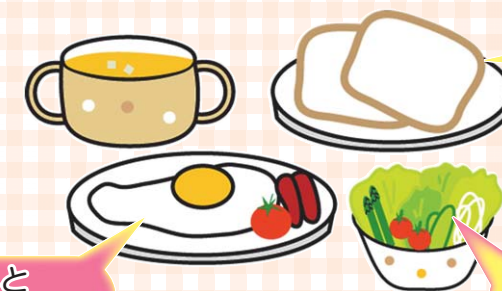
栄 養科より 食事と健康

～朝ごはんを食べよう～

毎日、朝ごはんを食べていますか？

朝ごはんは、1日を元気に始めるための大事なエネルギー源です。寝ている間も脳は働き続けているので、朝起きたとき脳はエネルギー不足の状態です。朝ごはんを食べると**脳が活性化し、身体も活動的**になります。また、**身体リズムが整う、集中力が高まる、便秘を予防する**という効果があります。

◇朝食例◇



目覚めの脳のエネルギー源
炭水化物

脳は炭水化物が分解されてできるブドウ糖を利用します。おもにごはんやパンなどの主食からとります。

体温上昇と
体内時計のリセット役
たんぱく質

体内時計を正しく働かせるために朝食で必ずとりたいもの。おもに肉や魚などの主菜からとります。

栄養素をスムーズに運ぶ
ビタミン&ミネラル

体の調子を整える栄養素です。野菜や果物をしっかりとりましょう。血糖値の急上昇を防ぐため野菜を先に食べましょう。

◇朝食のタイミング◇

朝食でごはんやパンなどを食べると、ごはんやパンに含まれている糖分（でんぷん）が消化吸収され、ブドウ糖となり血糖値が上がります。血液中のブドウ糖がエネルギー源として脳に届きますが、**2～3時間で朝食の糖分は消化吸収され、血糖値が低下**してきます。仮に昼食を12時～13時くらいに食べるとすれば、朝の9時～10時くらいまでに朝食を食べると、効果的なタイミングで脳のエネルギー源を補給できるということになります。ごはんはパンやめんに比べてゆっくり消化吸収され**脳へのエネルギー供給が長時間持続する**のでオススメです。

糖尿病教室のご案内

来年度の糖尿病教室の年間テーマは、以下のとおりです。
事前申込不要・参加無料ですので、お気軽にご参加ください。

平成29年度 糖尿病教室開催予定

	開催日時	テ マ	担 当
第1回	平成29年 6月3日(土)	糖尿病について	内科医師
第2回	平成29年 8月4日(金)	クイズで楽しく学ぼう糖尿病	糖尿病療養指導士 看護師
第3回	平成29年 10月6日(金)	糖尿病のお薬について インスリン注射にさわってみよう! 糖尿病の検査を知ろう	薬剤師 臨床検査技師
第4回	平成29年 12月1日(金)	食習慣と食事のバランスについて考えてみましょう。	管理栄養士
第5回	平成30年 2月2日(金)	糖尿病克服のための運動療法	理学療法士

開催場所 国保中央病院 緩和ケア病棟「ASUKAホール」
時 間 13時30分～15時00分

※第1回は、平成29年6月3日(土)
10時00分～11時30分開催予定です。