

西脇病院

地域に信頼される良質な医療を提供します

(☎22・0111) <http://nshp.jp/>



健康バンザイ

114 西脇病院の医師が健康や病気に関するさまざまな情報を提供します。

網膜剥離

眼科部長 板谷 浩志

網膜剥離と言え、まずボクシングなどによる外傷性のものを思い浮かべると思いますが。網膜剥離には、薬物治療が主体になる漿液性、糖尿病などから進行する牽引性、そして緊急手術の対象となる裂孔原性の3つの病態があります。本稿では裂孔原性についてお話しします。

前々回(飛蚊症の回)に述べましたが、加齢とともに硝子体が液化してしぼんできます。硝子体はもともと眼内いっぱい詰まっている時には網膜と接着しています。しぼんでいく際に、接着部位がはがれていきます。その時に網膜が強く引っ張られて破けてしまうことがあります。これが網膜裂孔です。この裂孔から網膜剥離がはじまります。これらの変化は、打撲などの強い衝撃がなくても通常の生活程度の行動でも進行します。しかし、自然に網膜が破れ、網膜剥離にまで進行するのは、年間1万人に1人くらいです。そこから過剰に心配する必要はありません。しかし、強度近視やアトピー性皮膚炎にも合併して発生しやすくなりますので、それらの病状がある人の場合は、特に飛蚊症などの変化があれば早めの眼底検査をおすすめします。

網膜剥離の初期の自覚症状は、飛蚊症、光視症(視界の端に光が走る)、そして進行すると視野の異常や視力低下を生じます。放置すると失明に至ります。治療は緊急手術となることが多いですが、病態によっては手術まで比較的猶予期間があることもあります。

②次にゆっくり息を吐きながら肛門を引き締める。引き締めた状態で5秒間保持し、ゆっくりと息を吸いながら力を抜く。回数・10回。

①と同じスタートポジションになり、床からお尻を上げる。この時、内ももに力を入れ、肩・背中・膝が一直線になるようにお尻を上げる。その状態を3秒間保持し、ゆっくりと息を吸いながらお尻を下ろす。回数・10回。

◆リハビリテーションから

◆ウイメンズ・ヘルスと骨盤底筋群

ウイメンズ・ヘルスとは、女性の産前・産後の身体変化への対処をはじめ、尿失禁、乳がん手術後の浮腫などライフステージに応じた健康および疾病管理のことを指します。中でも骨盤底機能障害は骨盤底筋群の弱化により、尿失禁など生活の質を著しく低下させる疾患です。骨盤底筋群は下腹部の臓器を支える働きを担っています。今回は骨盤底筋群を鍛え、加齢に伴う尿失禁を予防するトレーニングを紹介いたします。

②お尻をあげるトレーニング

①と同じスタートポジションになり、床からお尻を上げる。この時、内ももに力を入れ、肩・背中・膝が一直線になるようにお尻を上げる。その状態を3秒間保持し、ゆっくりと息を吸いながらお尻を下ろす。回数・10回。

◆西脇病院「健康セミナー」

毎月1回、西脇病院医師による「健康セミナー」を開催

◆糖病教室

◆糖病教室
◆糖病教室
◆糖病教室



◆臨時職員募集

西脇病院では、社会福祉士・臨床検査技師・歯科衛生士・メディカル・ケア・サポーター、医師事務作業補助者を募集しています。随時受付をしておりますので、詳しくは病院総務課までお問い合わせください。

- ①社会福祉士
資格 社会福祉士免許をお持ちの方
日額 7,450円
11,250円/経験年数による
勤務時間 午前8時30分～午後5時(休憩45分)
- ②臨床検査技師
資格 臨床検査技師免許をお持ちの方
日額 7,450円
- ③歯科衛生士
資格 歯科衛生士免許をお持ちの方
日額 7,450円
11,250円/経験年数による
勤務時間 午前8時30分～午後5時(休憩45分)
- ④メディカル・ケア・サポーター
資格 資格・経験不問
日額 6,950円
勤務時間 午前8時30分～午後5時、午後1時～午後9時30分(休憩45分)ほか応相談
- ⑤医師事務作業補助者(事務)
資格 資格・経験不問
日額 6,350円
勤務時間 午前8時30分～午後5時15分(休憩60分)

◆紹介状持参のお願い

西脇病院では、地域の診療所(かかりつけ医)との連携を密にするため、病診連携の強化に取り組んでいます。より一層の強化のため、また、診察を短時間で効率よく受けていただくためにも、初診の患者さまは、かかりつけ医からの「紹介状(診療情報提供書)」のご持参をお願いします。

なお、紹介状をお持ちでない方には、主治医からかかりつけ医に紹介状の依頼をさせていただきます。

西脇小児医療を守る会コラム 83

ママにだってできるんだよ!!

つながり

守る会では、会の発足当初から医療者と行政、住民が西脇の地域医療について考える『地域医療検討会』に参加しています。

6年前に西脇病院の小児科の医師が1人になり、入院診療ができなくなったときには、病院全体の医師数も激減し、西脇の地域医療が崩壊寸前でした。

地域医療検討会では、医師会の先生方を中心に市内の各地域で、西脇市の医療崩壊の危機を訴えました。また、年に一度の医療フォーラムも開催し、住民へ広く呼びかけ続けています。

私たちは、住民・行政・病院が『つながり』医療の充実と共に安心して子育てのできる西脇市になればいいと活動を続けています。

【住民・行政・病院】が手と手をつなぎ、1つの大きな実となるようにとの願いを込めて…守る会のキャラクター【どんぐりwish】は誕生しました。

◆問合せ 西脇小児医療を守る会
☎090-8538-1337 石井
<http://www.kodomonomirai.com>
info@kodomonomirai.com

西脇多可休日急患センター

◆ところ 西脇市下戸田652-1
西脇病院救急外来室

◆診察日 日曜日(年末年始を除く)
午前9時～午後5時

◆問合せ ☎23-5380

○病状やけがの様子など電話であらかじめご連絡ください。電話が混みあいつながらない場合は、しばらくしてからおかけ直してください。

○必ず健康保険証を持参ください。

6月の出務予定医師	
6月7日(日)	矢持 健 先生
6月14日(日)	大隅 昭幸 先生
6月21日(日)	上田 正生 先生
6月28日(日)	伊藤 通男 先生

※西脇市多可郡医師会の医師が交代で、入院を必要としない内科系の軽症患者の診察を行います。

◆エンタランスホールギャラリー

垣内千穂さんによる作品展です。

◆とき 6月1日(月)～30日(火)

◆ところ 西脇病院エンタランスホール

◆問合せ 経営管理課
(病院内線363)

◆外来診療担当医師変更のお知らせ

下記診療科の外来診療担当医師が次のとおり変更になっています。診療される際にはご注意ください。

(H27年5月11日現在)

診療科	月	火	水	木	金
外科	山口 俊昌	伊藤 卓資	河合松岡 孝宏樹	担当医	田中 智浩
泌尿器科	杉山 武毅	杉山 武毅	杉山 武毅 (初診患者様のみ)		杉山 武毅

※網かけ部分が変更になっています。