

- 手術・学会等により診療医・診療日が変更になることがあります。
- 泌尿器科は午後から手術となりますので、診療をお断りすることがあります。あらかじめお問い合わせください。
- 泌尿器科の新患の診察は午前 11 時までの受付になります。
- 都合により外来当番医が変更になる場合があります。

R4.9.1~	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM
整形外科	中村 土肥	中村	中村	中村	中村	中村 土肥	中村	中村	中村 土肥	中村	担当医についてはお問い合わせください
泌尿器科	松原	—	酒本	—	酒本	—	松原	—	高橋	—	高橋
内科	牧野	黒田 秋山	井上 安藤	黒田	黒田 安藤	牧野 井上	牧野 黒田	堀内	秋山 井上	黒田	黒田 井上
血液内科	安藤	—	安藤	—	安藤	—	安藤	—	—	—	—
外科	立麻	立麻	立麻	平林	平林	平林	立麻	平林	平林	立麻	平林
皮膚科	日隈	—	—	田村 <span style="border: 1px solid red; padding: 2px;">~14:30</span>	日隈	—	日隈	田村	—	—	—
形成外科	—	—	—	—	—	形成外科外来	—	—	—	—	—
リハビリテーション科	院長・土肥・黒田 9:00~終了まで 13:00~終了まで										午前のみ

# かわらばん

2022.9

Vol.71

医療法人恵愛会 中村病院 広報誌

## 病院理念

恵愛・信頼・貢献

## 基本方針

- ・周辺の医療機関などと連携し、地域に貢献し、信頼される中核病院として活動します。
- ・皆様の権利を尊重し、安心かつ思いやりのある良質な医療を提供します。
- ・皆様のプライバシーを守ること最大限努力し、その上で診療に関わる情報開示、インフォームドコンセントの実施等を行います。
- ・医療安全を重視し、危機管理について迅速で徹底した対策を実行します。
- ・職員が皆様に誠意をもって接することのできる職場づくりに努めます。

## 目次

- ・新任医師紹介
- ・高気圧酸素治療 装置紹介
- ・9月1日は『防災の日』です
- ・健康寿命を延ばそう！  
～今日からできる運動の紹介～



## 栄養科より



今回は10月から11月にかけて旬を迎える『柿』についてお話しします...

昔から「柿が赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるように柿は栄養価の高い果物です。含まれる栄養素には、ビタミンC、β-カロテン、カリウム、食物繊維があります。ビタミンCは抗酸化作用や鉄の吸収を助ける働きがあります。β-カロテンは皮膚や粘膜の健康を維持、カリウムは体に必要なミネラルの一種でナトリウムを体の外に出しやすくする作用等があります。

また柿に含まれる食物繊維の多くは不溶性食物繊維で、水分を吸収して便の量を増やし便秘対策に効果的です。

1日(中サイズ約170g:1個)を目安に、旬の時期に味わって食べてみてはいかがでしょうか...

参考資料: 柿の栄養: 農林水産省 HP、大塚製薬栄養素カレッジ、e-ヘルスネット(厚生労働省)



### 患者様の権利

- 権利擁護とプライバシーの保護を受ける権利
- 良質な医療を平等に受ける権利
- 知る権利
- 自己決定権

### 患者様の責務

- 自分の健康に関する情報を正確に伝える責務
- 十分に理解できるまで質問する責務
- 他の患者様の治療や医療スタッフの業務に支障をきたさないようにする責務
- 受けた医療に対し対価を速やかに支払う責務



医療法人恵愛会 中村病院

〒874-0937 大分県別府市秋葉町8番24号

TEL 0977-23-3121(代表) FAX 0977-26-4083

URL <https://www.nakamura-med.or.jp>

恵愛会中村病院

検索

▼『かわらばん』へのご意見・ご感想はこちらまで

E-mail: [webmaster@nakamura-med.or.jp](mailto:webmaster@nakamura-med.or.jp)

### 診療科

整形外科・泌尿器科・外科・内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科  
血液内科・肛門外科・消化器外科・皮膚科・形成外科・リハビリテーション科

### 病床数

153床(一般病床87床 地域包括ケア病床25床 療養病床41床)

### 指定

救急・労災・更生医療

### 医療設備

レントゲン室・CTスキャナー室・高気圧酸素治療室  
MRI室・体外衝撃波結石破碎装置・人工透析センター  
内視鏡センター・ハーバード浴室・温泉浴室

### 受付時間

8:00~11:30 13:00~17:00

土曜日 8:00~11:30

### 診療時間

9:00~12:30 13:30~17:30

土曜日 9:00~12:30

●日曜祝日を除く。  
ただし救急の場合は随時受け付けます。

## 新任医師紹介

高橋 剛 先生



### 所属学会等

日本泌尿器科学会 専門医 日本泌尿器科学会  
西日本泌尿器科学会 日本透析医学会  
日本泌尿器科内視鏡・ロボティクス学会

### 患者様へのメッセージ

大分大学医学部附属病院の腎泌尿器外科に所属しており、これまでは大分市内を中心に勤務していました。別府市は、前回勤務していた新別府病院を経て2年目になります。丁寧な説明・優しい対応を心がけています。宜しくお願いします。

専門分野 泌尿器科

出身大学 大分大学医学部

## 高気圧酸素治療 装置紹介

当院では高気圧酸素治療を行っています。さまざまな急性期医療・難治性疾患の分野で活用される「高気圧酸素治療」。大気圧より高い気圧環境の中に患者さまを収容し、高濃度の酸素を吸入させることによって、病態の改善を図る治療を高気圧酸素治療といいます。当院は、米国セクリスト社製の高気圧酸素治療装置(HBO) Model 2800Jを採用しています。ASME規格(米国機械学会/有人圧力容器の規格)に準拠しており、耐衝撃性と耐候性に富むアクリル樹脂製耐圧容器を採用し、安全性の高いガス圧制御システム、相互同時通話システム、インターロック機構などを備えています。酸素加圧、空気加圧どちらにも対応可能です。

### ◎高気圧酸素治療の主な効果

- ・体内酸素量の増加により、生体内の循環障害・低酸素状態の改善効果
- ・酸素の抗菌作用を利用し、細菌の発育を阻害する抗菌効果
- ・生体内にできた気体を圧縮・再溶解することによる末梢循環の改善効果
- ・組織の腫れを軽減させる効果

### ◎高気圧酸素治療の主な適応疾患

- ・急性一酸化炭素中毒
- ・ガス壊疽、壊死性筋膜炎または壊疽性筋膜炎
- ・空気塞栓または減圧症
- ・急性末梢血管障害
- ・腸閉塞(イレウス)
- ・突発性難聴
- ・難治性潰瘍を伴う末梢循環障害
- ・骨髄炎または放射線壊死

治療回数は、適応疾患や患者様の症状によって担当医が判断します。

治療のご相談等は当院に相談下さい。



(エア・ウォーターエーエーより引用)  
(HBO) Model 2800J  
米国セクリスト社製の高気圧酸素治療装置

## 9月1日は『防災の日』です

災害についての認識を深め、対処する心構えを日常から準備しておきましょう。誰にでもできる災害対策をご紹介させていただきますので、ぜひ今日から始めてみましょう。

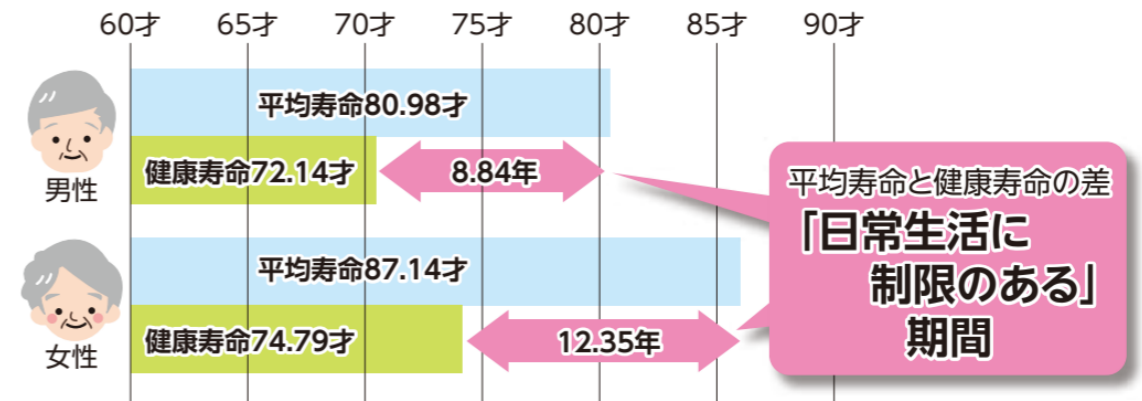
- 1週間分の食料や水の備蓄
- 持ち出しバッグの準備
- 避難場所の把握
- 家具などの転倒防止対策
- 家族同士の連絡手段の確認



災害時に自宅から離れる際は電気のブレーカーを落とすことや、ガスの元栓を閉めることなどを紙に書き、目立つように玄関などに貼るなどするのも良いでしょう。

## 健康寿命を延ばそう! ~今日からできる運動の紹介~

・健康寿命ってなに? **健康で日常生活を支障なく送ることができる期間のこと**



健康な毎日を過ごすためには、平均寿命ではなく健康寿命を延ばすことが重要! その健康寿命を延ばすためには**運動が効果的**です!

「今日からできる運動の紹介」

・1セット**10回**を目安に**2~3セット**実施しましょう

<b>ひざの押しさげ運動</b> 太ももに力を入れて、ひざ下のまくらを押しつぶします。 	<b>スクワット運動</b> 肩幅に足を開いて立った姿勢から、お尻をおろしていきます。 	<b>ひざのばし運動</b> ひざをまっすぐにするまで伸ばします。 	<b>ふとももあげ運動</b> ひざを胸に近づけるように持ちあげます。 
<b>ブリッジ運動</b> ひざを立てた姿勢からお尻を持ちあげます。 	<b>かかとあげ運動</b> 壁につかまりながらかかとをあげてつま先で立ちます。 	<b>足の横あげ運動</b> 横向きに寝た姿勢で足を真上に持ちあげます。 	<b>腹筋運動</b> ひざを立てた姿勢から両手でひざを触る。(おへそをのぞき込むように体を起こします)。 

・それぞれの運動に関してもっと詳しく知りたい方は当院のリハビリテーションスタッフにお気軽にご相談ください。  
・これらの運動で痛みがひどくなった場合は一旦運動を中止し、整形外科の医師に相談しましょう。