

町立南幌病院からのお知らせ

平成28年4月からの診療体制の変更について

4月から当院の体制が大きく変わります。江別市立病院総合内科からの派遣医師が1名から2名へ増員となり、総合内科医2名体制で診療を行います。皆さんにより身近な「なんでも相談できるかかりつけ医」を目指します。引き続き、当院をどうぞよろしくお願いいたします。



院長 山内 純

【診療時間・診療表】

受付時間	月	火	水	木	金	土
8時30分～11時30分	山内/田中	山内/田中	田中/濱田	山内/田中	山内/田中	当院医師 札幌出張医師
13時30分～16時30分	田中	山内		田中	当院医師 札幌出張医師	

※2人の医師が並行して外来診療を行っている場合、原則として医師の指定はお受けできません。

※午前・午後とも外来の受付終了時間が15～30分早まっていますのでご注意ください。

※これまで、内科では火・木曜日の午後の外来受付開始時間は15時からでしたが、4月からは月・金曜日と同様13時30分からとなります。

※眼科診療はこれまでと変更なく、毎週火曜日に診療を行います。

【医師体制の変更点】

3月まで：外科医1人、総合内科医1人 → 4月から：**総合内科医2人**

【総合内科医が2名に増えることでこんなことが良くなります】

- 健康診断やインフルエンザ・肺炎球菌ワクチン接種の待ち時間が短くなります。
- 人間ドック・がん検診・胃/大腸カメラを行う日が増えます。
- 老人会などの地域の集まりへの出前講座に、医師がさらに積極的にお伺いできます。
- 訪問診療を拡充します。
- 総合内科医2名で強力なタッグを組み連携することで、より質の高い診療を目指します。



【外科系の診療について】

外科医の退職に伴い、外科系の診療は総合内科医が担当します。当院で対応可能な病気は当院で対応し、専門医療機関（整形外科・皮膚科・耳鼻科など）での対応が必要な病気は適切な病院へご紹介いたします。これまで通り、下記のようなことでお困りのときは当院へまずご相談ください。

- 肩・腰・膝などが痛い
- 手足がしびれる
- 虫に刺された
- 軽いケガをした
- 鼻血が出た
- 皮膚に湿疹が出た

※金曜日午後・土曜日午前の札幌医大からの出張医師診察は内科系疾患のみとなります。ご了承ください。

【これまでと同様、引き続き当院で診療できるもの】

- 内科の病気（糖尿病、高血圧症、脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣病、慢性腎臓病、気管支喘息、肺気腫、心不全、脳梗塞後、胃十二指腸潰瘍、胃炎、など）
- 体や心の問題で困っているがどの科を受診したらいいかわからないとき
- 物忘れ、記憶力の低下（認知症など）
- 尿の出が悪い、尿が漏れる（前立腺肥大、過活動膀胱など）
- 眠れない（不眠症）
- 気持ちが落ち込む（うつ病）
- インフルエンザワクチン・肺炎球菌ワクチンを受けたい
- 健診で精密検査を勧められた
- 禁煙したい（禁煙外来）

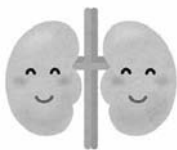
※病状により、適切な専門医療機関へ紹介したり、専門医療機関と連携を取りながら診療いたします。



Health News

「あなたの腎臓は元気に働いていますか？」

腎臓の最大の働きは、血液をろ過し、体に不必要な老廃物や塩分を尿として体の外に排泄することです。その他にも、体液の量や電解質バランスを調整したり血圧の調整をしたりする大事な臓器です。



しかし、近年は塩分やたんぱく質、アルコールの過剰摂取や運動不足、喫煙などの生活習慣から腎臓機能が低下する方が増えてきています。このような腎臓機能低下や腎臓障害のいずれかが、一定以上続く状態を慢性腎臓病（CKD）といい、成人の約8人に1人の割合でいると言われています。

慢性腎臓病の怖いところは、初期にはほとんど自覚症状がなく、腎臓が悪くなった状態を放置しておくと、末期腎不全におちいり、人工透析が必要になってしまうところなのです。

そのためにも、早期に発見し、進行を抑えることが重要となります。特定健診の中に、血液検査（クレアチニン）や尿検査（尿たんぱく）の項目があり、年に1回受診することで早期発見が可能ですので、確認してみましょう。

<基準値>

- クレアチニン 男性1.0mg/dl以下
女性0.7mg/dl以下
- 尿たんぱく (-)(±)
- 糸球体濾過量（GFR）60%以上
※糸球体濾過量は、クレアチニン値があれば計算できるホームページがあります。
(<http://j-ckd.jp/ckd/check.html>)



町では、健診のデータから慢性腎臓病予防や悪化しない生活を提案しています。

南幌町の国民健康保険以外の特定健診のデータでも相談を受けますので、あいくる保健師・栄養士までお気軽に声をかけてください。



ひだまりサロン

4月14日(木)

10時~12時 ミニ脳トレ・カラオケ
13時~15時 健康体操・カラオケ

場 所 あいくる教養娯楽室

問合せ 社会福祉協議会



忘れず接種！高齢者肺炎球菌予防注射

■対象者■

平成29年3月31日現在で、65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳の方

※平成29年4月からは、町からの助成を受けて接種することができなくなりますので、忘れずに接種しましょう。

4月健康カレンダー

項目	日程	場所	備考
離乳食講習会	12日(火)	あいくる	個別通知あり
乳幼児健診 歯科検診・フッ素塗付	26日(火)	あいくる	個別通知あり
各種予防接種	11日(月)※8日(金)までに予約 25日(月)※22日(金)までに予約 【接種時間】13:30~16:30	町立病院	定期予防接種、 おたふく：無料 その他予防接種：有料
エキノコックス健診	月曜日~土曜日の町立病院の診療 時間内で受けられます。	町立病院	料金：1,000円
快足シャキッと倶楽部	5日(火)・8日(金)・15日(金) 19日(火)・22日(金) 10:30~11:30	あいくる	
	7日(木)・14日(木)・21日(木) 10:30~11:30	夕張太ふれあい館	
こころの健康相談	18日(月) 10:00~12:00	あいくる	要予約
	21日(木) 13:00~15:00	岩見沢保健所	要予約(☎0126~20~0122)