



さっちゃん通信 2018年3月1日号 Vol.153

病院ホームページ <http://www.hagicvhp.jp/>

← レントゲンフィルム搬送係のロボット「さっちゃん」。現在、充電期間中！！

花粉の季節到来！ ～ 対策はお早めに ～

全国的に見ても今年の冬は寒かったですね。ようやく日が長くなり、春を感じるようになってきました。日中の気温も上がり、これから外出の機会も増えてくるのではないのでしょうか。しかし花粉症をお持ちの方は、この時期に嫌な思いをされる事が多くなるのではないのでしょうか。また、花粉症に苦しむ方が年々増えているとも言われています。私も鼻炎があるので、鼻水が止まらない苦しさはよく解かります。

そこで今回は花粉症の対策についてお伝えしたいと思います。まず予防の基本としては外出を控える事が挙げられます。ただ、すべての外出を控えることは難しいので、外出の際にはマスクの着用をされることをお勧めします。花粉はウイルスに比べて大きい為、マスクの着用は効果的です。ただ目の粘膜にもアレルギー症状が出ますので出来ればメガネ等ゴーグルの着用も効果的です。また帰宅時には衣類に付い

た花粉をできるだけ落としましょう。なるべく室内に持ち込まないことも必要です。衣服はツルツルした素材のほうが花粉を落とし易いので、花粉症がひどい方は試してみてください。次に洗顔やうがいなど行い、顔や手に付いた花粉を洗い流す習慣も必要です。目を洗うことも効果があります。本来なら涙が自浄作用で洗い流してくれるのですが、気になる方は市販の人工涙液等の使用もお勧めします。これらの予防対策はご自分でも出来ると思います。なるべく身体に付着した花粉を除去する事が大事です。

また最近では乳酸菌やアロマテラピー等が効果的だと謳っている広告もありますが、やはり薬に比べると効果は低く、中には症状の改善には至らない事もあります。症状が強ければきちんと医師へ相談する事が必要かと思えます。病院で処方される薬は市販の薬とは違い効果の強いものも使われていますので一度医療機関でご自分の悩みを話してみてください。

東病棟看護師 明賀 哲雄



萩市民病院と萩・福祉複合施設かがやきで構成される「萩・健康維新の里」は、市民の誰もがその人らしく、健康に暮らしていけるよう生活を支援するところです。

「萩・健康維新の里」理念

- 変化する社会情勢に進取の気性をもって取り組み、新しい健康の在り方を提案します。
- 現状に妥協せず、創意工夫を惜みず、暖かく思いやりのあるサービスを実践します。
- 自らの役割を明確にし、地域と連携して、保健・医療・福祉を統合したサービスを目指します。

萩市民病院の目標

- ◇ 私たちは、絶えず自分を磨き、質の高い医療を提供します。
- ◇ 私たちは、提供するサービスを説明した上で、あなたとともに医療を実践します。
- ◇ 私たちは、自分に課せられた仕事を全うし、病院事業を維持・発展させます。

救急患者のヘリ搬送について

2月21日(水)、自衛隊ヘリで見島地域の救急患者を搬送した場合の事後検証会議が開催されました。この会議には、当院医師、見島診療所医師、萩市消防本部や保健福祉部の関係職員が出席し、当該事例について搬送前の状況、手続き、搬送中の状況やその後の状況等について検証しました。

皆さんご存知のように、現在、一刻を争うような救急患者はドクターヘリによる搬送が一般的となっており、平成29年1月～12月までの1年間では萩管内で61件の出動がありました。ドクターヘリの導入により、救急患者の救命率が向上するとともに、後遺症等の軽減に繋がっています。

しかし、ドクターヘリは昼間の有視界飛行であるため、日没までしか運行できず、荒天時の運行も限界があります。

ドクターヘリが飛べない夜間や荒天時に見島地域で救急患者が発生した場合に、自衛隊ヘリでの搬送になります。これは国と県が協定を結び、災害派遣というかたちで行われています。

ヘリは福岡県の芦屋基地を飛び立ち、まず萩市にある本土側のヘリポートに到着して当院の医師が搭乗し見島に向かいます。見島で患者を乗せて再び本土側のヘリポートに着陸し、そこから救急車等で受け入れ医療機関に搬送されます。当院の医師が搭乗するのは、医師の搭乗がヘリ派遣の条件であるとともに、見島地域の診療所医師が不在にならないようにするためです。

荒天時には、自衛隊の隊員の皆さんはもとより、当院医師も生命の危険にさらされながらの搬送となりますが、患者さんの生命を守ることを願って搭乗されています。

事務部長 阿武 利明



ドクターヘリとは?

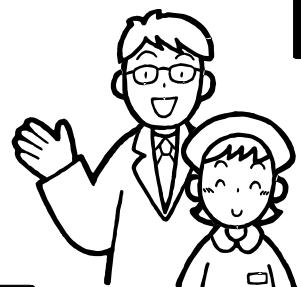
救急医療用の医療機器等を装備したヘリコプターであって、救急医療の専門医及び看護師が同乗し救急現場に向かい、現場等から医療機関に搬送するまでの間、患者に救命医療を行うことのできる救急医療専用のヘリコプターのことです。山口県では、平成23年1月21日から運航を開始しています。

常勤医師交代のお知らせ

3月31日付けで、小児科 真方 浩行 医師、有吉 平 医師が退職となります。

4月1日からは、小児科に橘高 節明(きったか せつあき)医師が山口大学附属病院から、小林 光(こばやし ひかる)医師が徳山中央病院からそれぞれ着任し、診療を行います。

患者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、引き続きよろしく願いいたします。



栄養科の 地産地消

山口生まれの緑野菜 ～はなっこりー～

山口生まれのはなっこりー

「はなっこりーを食べちゃろう～♪」この可愛らしい歌を聞かれたことのある方も多いのではないのでしょうか。はなっこりーは中国野菜のサイシンと、ブロッコリーをかけ合わせ、品種改良されてできた山口県のオリジナル野菜です。名前の由来は、サイシンのような花と茎を食べる野菜のことをいう「はなな」と「ブロッコリー」の一部をとって付けられました。「身近でおいしい野菜として親しんでいただけること」、「お年寄りや女性でも比較的栽培が容易であること」を目標として育成された山口県のオリジナル野菜です。



ジャンルを問わない万能野菜

夏の間に種を蒔き、秋から翌年の初夏にかけて収穫できます。花も茎も葉も食べられ、柔らかく甘味があり、歯切れがよい野菜で、サラダを始め和風、洋風、中華などジャンルを問わず幅広くいろいろな料理に利用できます。長期の保存にはあまり適しませんが、冷蔵保存で一週間程度は保存することができます。ただし冷蔵庫に入れるときは、なるべく立てて保存するようにしましょう。どうしても長期間保存したい場合は、ゆでて水気をよく切り、小分けして冷凍庫に保存しましょう。

ビタミンCと食物繊維が豊富に含まれるという特徴があります。ビタミンCが流失しないよう、茹で時間は短めにすると効果的です。

和のおもてなし 秋のあれこれ

これから春に向けて、各地で桜の花が咲き始めます。市内のあちらこちらに桜の名所はありますが、まず挙げられるのは指月公園ではないでしょうか。萩城跡の指月公園内には約500本の桜があり、また志都岐神社の前には全国でも非常に珍しいミドリヨシノの木があります。天気の良い日には多くの花見客で賑わいます。また、河添から川島にかけての川沿いや、松陰神社から東光寺に向かう遊歩道には桜並木が登場します。満開の時には桜色のトンネルとなり、散り始めた頃には花吹雪が舞う道になり、歩かれる方はもちろん、ランニングなどのコースにされている方もついつい立ち止まって見てしまうのではないのでしょうか。最後に挙げるのは、南明寺のイトザクラです。南明寺は椿にある古刹で、創建は平安時代まで遡ります。そのイトザクラは樹齢が300年を超えと言われ、毎年鮮やかに花を咲かせます。ただこのイトザクラ、他の桜と比べて咲くのがかなり早く、行った頃には既に散っていたということも多く、なかなか見ることができません。皆さんはこの春、どこの桜を見に行きますか。



事務部 波多野 美穂子

受付時間
午前8:30～11:30／午後13:00～16:30
診療時間
午前8:45～12:00／午後13:30～17:00

外来診療は基本的に「予約制」です。
なお小児科専門外来は、既に診断がついて他院の紹介状をお持ちの方を除いては、まず午前中の一般外来を受診していただき、必要な検査等を行った上で専門外来へ院内紹介をいたします。
いずれの場合も救急・急患はこの限りではありません。

診療科	時間帯	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	
内科	循環器内科 呼吸器内科	午前	米澤 文雄	米澤 文雄	中村 武史	刀禰 尚	米澤 文雄
			中村 武史	刀禰 尚	西村 滋彦	内田 耕資	内田 耕資
			西村 滋彦	内田 耕資		西村 滋彦	中村 武史
		午後					
	神経内科	午前					佐野 泰照(大学)
	消化器内科	午前	松本 賢治	松本 賢治	中村 宗剛	松本 賢治	中村 宗剛
糖尿病外来	午前/午後			幡中 雅行(大学)			
小児科	一般外来	午前	真方 浩行	真方 浩行(隔週)	真方 浩行	真方 浩行	真方 浩行
			有吉 平	有吉 平(隔週)	有吉 平	有吉 平	有吉 平
	※専門外来	午後	腎臓(第3) (白石)	神経(第1・3・4) 午前・午後(伊住)		心臓 (第3・鈴木)	アレルギー (偶数日) (真方)
外科 (午後は手術)	午前初診	中村 丘	坂野 尚	中村 丘	坂野 尚	工藤 淳一	
	午前再診			工藤 淳一	中村 丘	坂野 尚	
整形外科 (午後は手術)	午前	茶川 一樹 (再診)	手術のため休診	茶川 一樹 (再診)	茶川 一樹 (再診)	茶川 一樹 (初診)	
		村上 智俊 (初再診)		村上 智俊 (初再診)	村上 智俊 (再診)		
放射線科検査	終日	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	米城 秀	
麻酔科 (ペインクリニック)	午前		原田 英宜(大学)				
内視鏡検査	午前/午後	中村 宗剛 久永 拓郎(大学)	中村 宗剛	松本 賢治	中村 宗剛	松本 賢治 天野 彰吾(大学)	

※ 午後からの内科外来は、専門外来のみとなっています。初診の方は電話予約のうえ、午前中の内科外来を受診されますようお願いいたします。なお、救急・急患についてはこの限りではありません。

※ 糖尿病外来、麻酔科、及び大学の内科非常勤医師の診察は院内紹介のみです。
初診あるいは他院からの直接の紹介は受けつけておりませんので、予めご了承下さい。

萩市民病院 予約センター 電話(0838)25-1235 ※土・日・祝日を除く月～金 8:30～17:00受付

朝は電話が混み合います。つながりにくい場合は、お手数ですが時間をおいておかけ直し下さい。
また、おかけ間違いのないよう十分にご注意願います。

他の医療機関からの受診の際は、紹介状をお持ちいただきますよう、よろしくお願いいたします。



さっちゃん通信ぼやきコーナー
(編集後記)

2月上旬、二女が孫を連れて里帰り出産のために帰省しました。夫婦二人の生活が、2歳半の孫を中心に一気に賑やかなものとなりました。

予定日は2月23日でしたが、今回は少し早いかもしれないという先生の言葉に、妻は早くから何時でもクリニックに連れて行けるようにと晩酌をノンアルコールにして備えていました。

しかし、中々陣痛はこず、とうとう23日の予定日を向かえました。翌24日の未明、二女がゴソゴソしているのので、「どうしたのか?」と尋ねると「破水した。」との

ことです。タイミングよく前夜から訪れていた主人とともに、直ぐにクリニックに向かい、早朝7時過ぎに「生まれました。」との連絡がありました。

急いでクリニックを訪れると、身長52.5cm、体重が3,712gの大きな女の子で、お腹が空いているのか、小さな指を一生懸命吸っていました。母子共に健康ということで一安心です。

今年は戌年で、私は還暦を迎える年男です。昔から、家族に同じ干支が三人いると縁起が良いといわれますが、私、長女、三男、そして二女の長女と、同じ干支が4人になりました。今年も、家族が健康で健やかに暮らせすように・・・。 【阿武】