

外来診療予定表 (7月)

★: 女性の医師 赤字: 変更となった診療

診療科	月	火	水	木	金	土	
総合診療部 (外科・内科)	午前	★塩田美桜(外科) 第1.4 塩田総院長(外科) 第2	大野	大野	鈴木副院長(外科)	鈴木副院長 (炎症性腸疾患専門外来)	守(禁煙外来) ※午後休診※
	午後	小坂 (下肢静脈瘤専門外来) 第2.4	—	守(外科)	—	—	—
	午前	武田(内科)	—	★渡部(内科) 受付15:30まで	鶴岡(内科)	★大友(内科) 第1.2.3	木下 第1 金谷 第3 ※午後休診※
	午後		★渡部(内科) 受付15:30まで	—	—	—	—
	午前	大木(内科)	千葉大(内科)	—	—	—	大木(内科) 第2.4 ※午後休診※
午後	由井(糖尿病外来) 初診受付16:00まで			—	大木(内科) 第1.3.4		
内視鏡 (胃・大腸)	午前	★塩田美桜(胃) 第1.4 塩田総院長(胃) 第2	—	鈴木副院長(胃)	大野(胃)	大木(胃) 第1.3.4	—
	午後	★塩田美桜(大腸) 第1.4 塩田総院長(大腸) 第2	千葉大(大腸)	鈴木副院長(大腸)	大野(大腸)	—	—
◎内視鏡検査は事前に診察が必要となります。検査の予約のみをお取りすることはできませんので、予めご了承ください。							
脳神経外科	午前	西澤	—	★金岡	★金岡 第1.3.5 青柳 第2.4	青柳	團
整形外科	午前	塩田院長	八木(脊椎・脊髄専門外来)	塩田院長	塩田院長	—	塩田院長 第2.4 ※午後休診※
	午後	—	八木(脊椎・脊髄専門外来) 第1.2.3.5	—	—	—	—
	午前	—	石井(予約制)	—	—	伊藤	石井(予約制) 第1.3 ※午後休診※
	午後	—	石井(予約制)	石井(予約制)	石井(予約制)	—	—
午前	—	加藤 第1.2.3.4	—	—	金城	山田 第3 肩外来 第4 ※午後休診※	
午後	—	—	—	—	金城 第4	—	
肝臓内科	午前	大木	—	椎名(予約制)	—	—	大木 第2.4 ※午後休診※
午後	—		—	—	大木 第1.3.4	—	
循環器内科	午前	亀田総合病院 (交代制)	—	中津 第1.3.4.5	亀田総合病院 (交代制)	大橋 第1.2.4	—
午後	—		—	—	—	—	
婦人科	午前	—	遠藤名誉院長	—	—	★山中	遠藤名誉院長
午後	—	—	—	—	—	—	—
リハビリ 外来	午前	大木	—	—	宇野 第1.2.3.4	—	大木 第2.4
	午後		—	—	—	大木 第1.3.4	—
脳神経内科	午前	—	片多(予約制)	平田	—	—	—
耳鼻咽喉科	午前	小谷 初診受付16:00まで	—	—	★スミス 第1.3.5 初診受付11:00まで	—	—
	午後		鈴木	—	★スミス 第3.5	—	—
泌尿器科	午前	—	—	—	—	—	★井上 第2 勝 第3
午後	—	—	—	★谷内	—	—	—

◎診療予定は変更となる場合があります。院内『お知らせコーナー』や『ホームページ』または、電話にてご確認ください。
 ◎当日のご予約はお取りすることができません。必ず前日までにお取りください。◎当日、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。
 ◎保険証は毎月確認させていただきましてお持ちください。また、お薬手帳もございましたら必ずお持ちください。
 ◎外来受診に関する詳しい案内は『ホームページ』よりご確認ください。

受付時間:(月~金)8:30~11:30/13:30~16:30 (土)8:30~11:30
 予約専用ダイヤル:0475-35-0002 (月~金)8:30~17:00
 ※お電話をおかけの際、診察券をお持ちの方はお手元にご用意ください。 ※当日予約なしで受診希望の際はお電話にてご確認ください。

塩田記念病院だより

Vol.144 2025年7月号

病気の豆知識 ~膝の痛みの原因と治療~

中高年で膝が痛くなる原因としては、膝関節の軟骨の変性や、すり減りによって骨同士がぶつかり合うことで起こる変形性膝関節症の痛み、もしくは関節リウマチのような炎症性疾患による痛みが圧倒的に多いといえます。膝関節の軟骨の変性や、すり減りの原因で多いのは、過体重です。いわゆる肥満によって膝に負担がかかり続けることで軟骨が摩耗していきます。さらに、小さな外傷を繰り返すことでも軟骨の変性が進むといわれています。日本人の多くは、O脚により膝関節の内側だけに体重がかかりやすいという特徴があり、特に女性に多いといわれています。そこに肥満による負荷、加齢や小さな外傷(ケガ)による軟骨の変性などが加わると、さらにO脚が進行し、変形性膝関節症の発症につながっていくという傾向がみられます。



O脚により膝関節の内側が傷んでいるレントゲン

若い人が膝の痛みを訴える原因で多いのは外傷によるものです。例えば、ケガによる靭帯の損傷を治療せずに放置してしまったとか、あるいは損傷した靭帯を手術で再建したものの、アライメント(各関節や骨の並び)が崩れたまま時間が経ってしまったために、膝に痛みが出る場合があります。若い人の場合の治療は、内視鏡を使って靭帯の再建や半月板の縫合などを行い、できる限り組織を残す方向で治療を行います。痛みを我慢せず、早めの受診を心がけましょう。

整形外科 医師 金城 永俊
 【診療日 毎週金曜日(第2.3午後は手術日)】

INFORMATION

お知らせ

■非常勤医師着任のお知らせ

7月より新たに非常勤医師が着任いたします。
 外来診療日については裏の診療予定表をご確認ください。

整形外科(脊椎・脊髄専門外来) 八木 満(やぎ みつる)医師 国際医療福祉大学 整形外科学教授

肝臓内科 椎名 秀一朗(しいな しゅういちろう)医師 前・順天堂大学 大学院教授

ご予約希望の際は、診察券をお手元にご用意の上、下記へお電話ください。

予約専用ダイヤル:0475-35-0002
 受付時間:月~金(祝日除く) 8:30~17:00

※内科(糖尿病外来) 由井医師は8月末をもって退職となります。



TOPIC ~骨粗しょう症と骨塩定量検査について~

当院では5月上旬にGE社製の新しい骨塩定量装置に入れ替わりましたので、改めて骨粗しょう症と骨塩定量検査についてご紹介させていただきます。

・骨粗しょう症とは？

骨粗しょう症は、骨がもろくなり骨折の危険性が高くなる病気です。

特に背骨の骨折(腰椎圧迫骨折)や足の付け根の骨折(大腿骨頸部骨折)の可能性が高く、それにより痛みが持続したり、歩けなくなり寝たきりになる可能性があります。

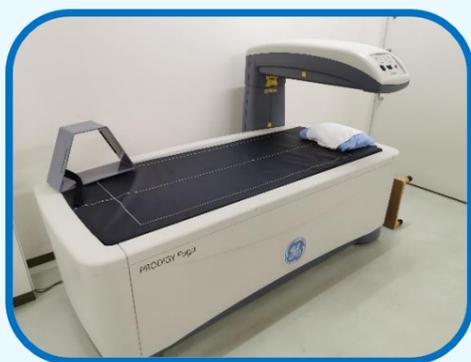
骨粗しょう症患者は全国で約1,280万人(女性980万人、男性300万人)いると推定されています。

・骨粗しょう症の原因は？

骨はずっと同じ状態ではなく、新陳代謝を行っています。新陳代謝には、かなりの部分で女性ホルモンが関係しています。女性の場合、閉経を迎え更年期に差し掛かると骨の量が減ってきます。他の要因として、日光浴不足・運動不足・栄養不足などでも減ってきます。また、骨の量が一番多いと言われている15~30歳代に、食事が十分でなかったりすると元々の骨の量が少なくなり、少し骨の量が減っただけで骨粗鬆症になりやすくなります。特に更年期を迎えた女性の方に多い病気です。

・骨塩定量検査とは？

検査は5分程度で、寝ているだけで痛みもありません。また骨折を起こしやすい腰や足の付け根の骨に、少ないX線を利用し簡単に検査が出来ます。当院では骨の強さ(密度)を測るのにDEXA(デキサ)法を用いています。現在、様々な骨密度を測定する方法がありますが、DEXA法は最も信頼の高い測定方法であり、骨粗しょう症診断基準でもDEXA法を用いて計算することが推奨されています。また、わかりやすいレポートを患者さんにお渡しします。



骨の強さが気になる方は整形外科や婦人科等を受診していただき、骨塩定量測定検査を受けてみることをお勧めいたします。

放射線科 診療放射線技師 須藤 智

婦人科診療日変更お知らせ

7月から婦人科の診療日が下記の通り変更になります。何卒ご理解の程よろしく申し上げます。

	月	火	水	木	金	土
午前	—	遠藤	—	—	山中	遠藤
午後	—	遠藤	—	—	—	—



栄養士の独り言 「消化器疾患の 食事療法について」

きらきらと眩しい日差しで夏を感じる日々ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。病院食をテーマにお話している独り言ですが、今回は消化器疾患のお食事療法についてお話しします。

消化器疾患と言っても、食道・胃・腸の疾患、肝疾患、胆石や胆のう、膵臓疾患と多くあります。それぞれについて簡単にご説明します。

まずは食道・胃・腸の疾患について。共通するのは軟らかくて消化するために胃や腸の刺激が少ないお食事です。繊維質の多いものや硬いもの、例えば胃酸など消化液の分泌を促してしまうようなものは控えるようにします。辛いものなど刺激のあるものも避けたいお食事です。脂質の多い食事でも胃内滞留時間が長くなり胃酸の分泌が増加、さらに逆流も引き起こします。医師や管理栄養士の指示のもとで食事制限をしますが、疾患に関わらず普段から刺激の強いお食事は消化器に負担をかけてしまうので注意が必要です。

次に肝疾患ですが、こちらは糖尿病や脂肪肝などとの関連も考慮します。脂肪肝ですとアルコール摂取を控えたり、脂質の多い食事を控えたりすることが重要です。通常的生活習慣病予防のためのお食事療法に脂質やエネルギー摂取、お食事を摂る時間や量などをより厳密に管理する必要があります。

胆のうや胆石に関しては症状が発症した急性期は状態により脂質制限を行います。普段は不規則な食生活や主食と副食、間食などのバランスが悪い食生活などに注意することが大切です。膵臓についても脂質制限が主な食事療法となります。

今回のご説明の様に消化器疾患は消化管に刺激を与えないもの、脂質を制限するという食事療法が多くの場合取られる食事療法です。

実際には医師は管理栄養士の指導のもとでその疾患や疾患の状態に合わせた制限をしていきます。当院ではそれぞれの疾患について治療食を設定しています。肝臓病食、脂質制限食、低残渣食などが該当します。

梅雨が明ければよいよ夏本番です。こまめな水分補給でお元気にお過ごしください。次回もお楽しみに。

参考:日本栄養士会HP 日本人の食事摂取基準2020 日本病態栄養学会編 病態栄養専門師のための病態栄養ガイドブック臨床栄養認定管理栄養士のためのガイドブック 栄養科 管理栄養士 戸矢 静華



編集後記

秋元牧場に行ってきました



第3回長柄町観光名所として私が訪れたのは、「秋元牧場」です。秋元牧場は、広大な土地の中で4頭の馬がのんびりと暮らしている牧場です。4頭の馬は、とてもおとなしく、間近で触れ合うことが出来ます。間近で見る馬は迫力があり、見ていて飽きることはありませんでした。日によっては乗馬することも出来ます。駐車場の横には食堂があり、ジンギスカンが有名です。日曜日のみ営業しているので、ジンギスカンを食べに行くときは注意が必要です。

秋元牧場は山の上にあるのでとても空気が澄んでいて歩いているだけで、とても穏やかな気分になります。桜やアジサイなどが植えられているので四季折々の様々な風景を見ることが出来るのも魅力の1つです。皆さんも「秋元牧場」に行った際はジンギスカンで舌鼓を打ち、馬との触れ合いや、風景を楽しんでみてはいかがでしょうか。

