

和歌山県立医科大学附属病院紀北分院外来診療医担当表

	月		火		水		木		金	
	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
総合診療	内科予約2診	[内科] (循環器) 有田 幹雄		[内科] (循環器) 有田 幹雄		[内科] (神経) 中西 一郎	[内科] (肝臓) 佐藤 博明	[内科] (糖尿) 栗栖 清悟	[内科] (神経) 中西 一郎	
	内科予約3診	[内科] (糖尿) 佐々木 秀行		[内科] (糖尿) 小河 健一		[内科] (肝臓) 田中 寛人		[内科] (糖尿) 佐々木 秀行	[内科] (糖尿) 小河 健一	
	内科予約4診	[内科] (神経) 山根木 美香		[内科] (呼吸器) 上谷 光作				[脳疾患・救急] 加藤 正哉 【第1週】		
	内科新患5診	[内科] 田中 寛人		[内科] 栗栖 清悟		[内科] 小河 健一	[内科] 山根木 美香		[内科] 上谷 光作	
	外科診	[外科] 櫻井 照久		[外科] 櫻井 照久		[外科] 鈴間 孝臣 【第2週】 [外科] 佐々木 恵里 【不定期】	[外科] 櫻井 照久	[外科] 櫻井 照久		
脊椎ケアセンター	第6診察室	[脳神経外科] 大岩 美嗣				[脳神経外科] 大岩 美嗣	[脳神経外科] 大岩 美嗣	応援医師	[脳神経外科] 上野 雅巳	[脳神経外科] 大岩 美嗣
	第7診察室	[センター長] 川上 守		[センター長] 川上 守					[センター長] 川上 守	
	第8診察室	[整形外科] 石元 優々		[整形外科] 長田 圭司		[整形外科] 長田 圭司	[整形外科] 石元 優々		[整形外科] 石元 優々	
	リハビリテーション科	隅谷 政		隅谷 政		隅谷 政		隅谷 政	隅谷 政	
眼科	泉谷 愛	こども外来	黄斑外来	手術	泉谷 愛	術前外来	井上 晃宏	手術	井上 晃宏	
小児科	戸川 寛子	予防接種	樋口 隆造		戸川 寛子		樋口 隆造		戸川 寛子	
麻酔科	道幸 由香里						道幸 由香里		道幸 由香里	

※当院は原則すべての診療科で予約制となりますので、来院前に予約センターへ電話での予約をお願いします。2014年12月10日現在
 ※担当医が変更になることがありますので、事前にお問い合わせください。
 ※外科：佐々木医師の診察は不定期となるため、事前にお問い合わせください。
 ※眼科：コンタクトレンズ外来は第2・4月曜日の午前10時00分～10時30分

紀北分院 予約センター TEL：0736-22-4600 (受付時間 月～金曜日 8時45分～15時)

紀北分院の看護職員採用試験を実施します

受付期間：平成27年1月13日(火)まで
 試験日等：平成27年1月24日(土)紀北分院内にて
 採用人数：7名程度

応募方法等は紀北分院ホームページをご覧くださいか、事務局総務課【073-447-2300(内線5718)】までお問い合わせください。



お知らせ

- 平成26年11月に眼科 田中才一講師が本院へ異動し、12月より井上晃宏助教が着任しました。
- 次回の紀北分院通信「あじさい」春号は4月です。

当院では、禁煙外来を実施しています。ぜひご来院ください!!



和歌山県立医科大学附属病院紀北分院 分院長 有田 幹雄
 〒649-7113 和歌山県伊都郡かつらぎ町妙寺219 TEL 0736-22-0066 FAX 0736-22-2579
 ホームページアドレス <http://www.wakayama-med.ac.jp/med/bun-in/index.html>
 2015年1月発行

和歌山県立医科大学附属病院紀北分院通信



あじさい



高野山 伽藍境内



2015 紀の国 わかやま国体
 第70回国民体育大会
 躍動と歓喜、そして絆

許可番号 紀の国わかやま国体・大会許可 26第5-64号

理念

私たちは地域に密着した医療が実践できる質の高い医療人を育成し、安全で心安いいただける医療を提供して、地域の保健医療の発展に貢献します。

基本方針

- 1 患者さんに信頼され、安全で心のこもった医療を行います。
- 2 豊かな人間性と専門的な知識と技術を備えた医療人を育成します。
- 3 地域に密着し、地域のニーズに応える医療機関を目指します。
- 4 近代的で最新の知識・技術を活用した医療を行い、地域の中核的医療機関としての使命を果たします。
- 5 地域の保健・医療・介護・福祉施設や行政と連携し、地域の人々の健康作りに貢献します。

患者さんの権利

- 当院では、受診される皆様は、以下の権利を有することを確認し、尊重します。
- 1 個人として、尊重され、平等に良質な医療を受ける権利があります。
 - 2 診療に関して、十分な説明と情報を受ける権利があります。
 - 3 十分な情報を得た上で、自己の意志に基づいて医療を受け、あるいは拒否する権利があります。
 - 4 他の医療者の意見(セカンドオピニオン)を求める権利があります。
 - 5 個人情報やプライバシーを守られる権利があります。

掲載内容

- ・新年のご挨拶
- ・実はこわい低温やけど
- ・心大血管リハビリテーションについて
- ・季節の紀北分院レシビ
- ・外来診療医担当表
- ・看護師募集案内について



新年のご挨拶

和歌山県立医科大学附属病院紀北分院長 ありた みきお 有田 幹雄



ありた みきお
分院長 有田 幹雄

外来診察日 月曜日・火曜日
専門分野
循環器・スポーツ医学

新年あけましておめでとうございます。紀北分院は昭和30年に和歌山県立医科大学附属病院の分院として発足し、創立60周年を迎えました。この間いろいろな変遷をたどって参りましたので、そのあり方を振り返り将来へ飛躍していきたいと考えています。平成22年には新病院も開設され、地域に密着した医療を提供する病院として歩み始めました。分院発展のためにお世話になりました多くの諸先輩方や関係者の皆様方に深く感謝申し上げます。

本学の使命は、人材育成と真理の探究を通じてより高度で成熟した社会と文化の形成に貢献することにあります。紀北分院は地域に根ざし、地域住民の方々から真に信頼される医療を提供したいと考えております。地域の信頼を得るために、まずは「断らない医療」をすることが重要です。365日、24時間、急患を断らずに診療を行うことであると考え、内科・外科に一人ずつ当直医を配置しております。

大学には、県民の命と健康を守るための総合診療医や保健師・看護師の育成を行っていくことが求められています。疾病のみを診るのではなく、全人的に「人」を診ることのできる有意な人材が集まり、お互いに刺激しあい、切磋琢磨して成長することを望んでいます。

実はこわい低温やけど



外科 助教
さくらい てるひさ
櫻井 照久

寒さの厳しい季節がやってきました。この時期に注意しなければならないことに低温やけどがあります。低温やけどは、それほど高くない温度の熱に、皮膚が長時間接触していることで生じます。主な原因としては電気カーペット、電気こたつ、電気毛布、ストーブ、湯たんぽ、電気あんか、温風ヒーター、携帯用カイロなどがあります。時には携帯電話やパソコンでも低温やけどを引き起こすことがあります。暖房器具を使いながら知らないうちに寝てしまい、長時間、体の同じ場所を温めてしまった結果、低温やけどになってしまう場合が多いようです。44℃で約6時間、50℃で約3分以上の熱源との接触で低温やけどするとされています。

低温やけどは、皮膚が赤くなる、皮膚の奥の方がぴりぴりする痛み、あとから徐々に痛みがでてくるといった症状で、普通のやけどと違い、症状がすぐにでないのが特徴です。また、赤みや水ぶくれだけに見えても、深部にまで熱損傷が及んでいることが多く、重症化していることも少なくありません。低温やけどを防ぐには、携帯用カイロは肌に直接貼らない、就寝時に湯たんぽや電気毛布、電気あんかは使用しないことが大切です。電気毛布などを使用する場合は、就寝前に寝具を暖め寝るときに切る、湯たんぽなどを使用する場合は、タオルなど厚手の布にくるんで使うようにしましょう。また、暖房器具の温度は低めに設定する、電気コタツや電気カーペットの上で寝ない、などを心掛けるようにして下さい。

大人に比べて皮膚が薄い子どもやお年寄り、動きが制限される病人の方などは、低温やけどをしやすいと考えられ、特に気配りする必要があります。低温やけどを予防することが第一ですが、万が一なってしまったら、早めに治療を受ける必要があります。低温やけどと思われる赤みや水ぶくれを放置せず、必ず病院へ行き診察を受けましょう。



心大血管リハビリテーションについて

リハビリテーション科 准教授 すみ や だし 隅谷 政

私たち心リハチームは、専門職種がチームを組んで心大血管リハビリテーション（通称「心リハ」）を実施しています。

心疾患や大動脈疾患の治療は、まず薬や手術などによる初期治療によって生命を守ることが最優先されますが、全身状態が安定した後は、疾患によって低下した身体の運動機能を回復させて通常の日常生活を送れるようになること、そして、さらには心臓の機能を改善し動脈硬化の進行を防止する目的で生涯にわたる取り組みが求められます。この取り組みのほとんどは、患者さんが自分自身で自分の身体を適正に管理すること、すなわち自己管理なのです。心リハでは、患者さんがしっかり自己管理を行えるようになることを目標にして、多方面から教育指導を行っています。

指導担当	指導内容
理学療法士	運動療法：心臓の機能に応じた安全な範囲での有酸素運動や筋力トレーニングによる身体の運動機能の向上
管理栄養士	栄養指導：主に塩分の適正な摂取量を念頭においた食事の献立（病状によっては糖分や脂肪の摂取量も考慮）
薬剤師	服薬指導：病態に基づいた処方薬の効果、服用方法、起こりうる副作用
看護師	生活指導：血圧・脈拍・体重・尿量などのチェック方法、喫煙や飲酒の節制、季節を通じた体調管理など日々の日常生活の留意点
臨床心理士	心理評価とカウンセリング：病気による様々なストレスや不安に対しての心理評価とカウンセリング

主治医はこうした専門家チームの情報に耳を傾けながら患者さんに適切な処方やアドバイスを行います。

つまり、心リハは心臓や大動脈の疾患に対してのみ行う特別な治療というわけではなく、広い意味でそのような循環器疾患を予防し、健康で快適な生活を末永く送っていくために誰でも取り組んだほうがよい活動であると言えます。当院では、循環器科医師の勤務する毎週月曜日の午後に心リハ専用の時間帯を設けています。安定した状態の慢性心不全、狭心症、末梢動脈疾患、心臓術後などの患者さんにお勧めです。興味を持たれる方は内科またはリハビリテーション科を受診してみてください。

季節の紀北分院レシピ

鮭のチャンチャン焼き



チャンチャン焼きは北海道の郷土料理で、その名の由来は諸説あり、『ちゃっちゃ』と作れるからという説や、鉄板で焼いたときに『チャンチャン』鳴る音からついたという説などがあります。紀北分院ではホイル焼きにして提供していますが、フライパン一つで作ることができる、寒い冬にお手軽な一品です。鮭の身をほぐしながら、野菜と一緒に食べて下さい。

材料（1人分）

紅鮭60g、キャベツ30g、たまねぎ20g、にんじん10g、本しめじ10g、カーネルコーン5g、サラダ油4g、あわせ味噌10g、料理酒1g、上白糖5g、濃口醤油2g、バター5g

作り方

サラダ油をひいたフライパンに鮭を並べ、軽く焼き目をつける。鮭に焼き目がついたら、細切りした野菜を加え、野菜がしんなりするまで炒める。少量の水と、合わせておいた調味料を回しかけ軽く蒸し焼きにする。

栄養量

エネルギー223kcal、たんぱく質15.9g、脂質11.6g、炭水化物13.1g、塩分1.7g



管理栄養士
いしもと ゆき
石本 由希