



県立十日町病院便り

2023.8



病院の理念「命の尊厳・信頼と安心の病院」を目指して

- ・患者さんを中心とする医療の展開と、安全管理に努めます
- ・高度医療の充実と、救命救急医療の機能強化に努めます
- ・地域の中核的な病院として、他の医療施設との連携に努めます
- ・優しさと思いやりのある接遇と、医療技術の研鑽に努めます
- ・安らぎと潤いのある、快適な療養環境の提供に努めます
- ・改善に積極的に取り組み、経営の健全化に努めます

まだまだ暑いですが・・・

管理栄養士 横山麻子

秋が近づくと、コンビニの店頭にはチョコレートの新作が並びますね。つい買ってしまいませんか。チョコレートの成分の1つに、カカオポリフェノールがあります。カカオ豆に含まれるポリフェノールが注目されていますが、どんな効果があるのでしょうか。カカオポリフェノールには、血圧低下、動脈硬化予防、美肌効果、脳活性化などが期待できます。



では、どのくらい食べるといいのでしょうか。カカオポリフェノールは1日200mg～500mgの摂取がいいと言われています。最近では、72%や86%などと高カカオポリフェノールのチョコレートを見かけます。表示をみて食べるといいですね。

次に、いつ食べるといいのでしょうか。カカオポリフェノールは水溶性なので、効果は2～3時間しか持たないそうです。一度にたくさん食べないで、少しずつ食べましょう。

ここまで、体にいいような話ばかりでしたが、食べすぎには注意が必要です。肥満に繋がる可能性があります。また、血圧低下の効果も言われていますが、必ずしも全員に効果が得られるとは限りません。基本は「バランスのとれた食事」です。これさえ食べていれば安心という食材はありません。あくまでも補助的に利用し、まだまだ暑い時期を、元気に過ごしましょう。





食物アレルギー



小児科 布施拓也

食物アレルギーとは、何かしらの食べ物を食べた後にアレルギー症状（例、じんましん、皮膚のかゆみ、せき込み等）が出る状態のことを言います。食物アレルギーを持つお子様は近年増加傾向である可能性が指摘されており、食物アレルギー診療の需要が高まっていると感じます。

食物アレルギーにおけるアレルギー症状の程度は、人によって様々です。原因食物をたくさん食べた後に、少しだけ口の周りが赤くなるだけのような比較的軽微な症状の方もいれば、原因食物がごく少量混入した食品を摂取しただけでも、生命にかかわる重篤な反応を起こしてしまう方もいらっしゃいます。

食物アレルギーの診断には、詳細な問診と適切な検査が重要です。問診では、「どんな食べ物を食べて症状が出たのか」「食べた何分後に症状がでたのか」「これまで食べたことのない食品はあったか」「食品を食べた後に運動したりお風呂に入ったりしたか」などの情報を確認させていただきます。問診から食物アレルギーが疑わしい場合には、血液検査で疑わしい食品に反応する抗体があるかどうかを調べます（血中抗原特異的 IgE 抗体検査といいます）。



血液検査結果から食物アレルギーの原因食物と思われる食品が確認できたら、次にどれくらいの量なら安全に食べられるのか、それとも全く食べてはいけないのかを確認する必要があります。比較的アレルギー症状が軽微の方や、食物アレルギー以外の原因が考えられる方には、自宅で少量ずつ食べていただくよう指導をさせていただきます。過去にアレルギー症状が強く出た方や、なんども症状を繰り返している方には、必要に応じて経口食物負荷試験を提案いたします。

経口食物負荷試験は、食物アレルギーのお子さんがどれくらいの量であれば安全に原因食物を摂取できるかを確かめる検査です。当院では、今年度から入院での経口負荷試験を開始しております。検査自体は半日程度で終了いたしますので、日帰りでの検査が可能です。また、魚沼基幹病院小児科と連携して診療を行っておりますので、必要に応じて診療情報提供をさせていただきますことも可能です。

すべての食物アレルギーをもつお子様が、安心して、安全に、毎日の食事を楽しんでいただけるように、当院含め地域全体で小児アレルギー診療に取り組んでまいります。食物アレルギーの診療をご希望の方は当院小児科へご相談ください。



～患者サポートセンター便り～

県立病院間の協力体制を図ります

十日町病院は、これまでも津南病院・松代病院と連携を図りながら入院環境の整備を行ってきました。今回、松代病院が7月より包括ケア病床を開設したことを契機に、近隣の入院を必要とする患者様の療養環境維持に向けて、県立病院間で協力体制の更なる強化を図ります。転院となる際は患者様、ご家族様には説明・同意を得ながら進めていきますのでご協力よろしく申し上げます。

松代病院からのお知らせ

地域包括ケア病床は、厚生労働省が推進する「地域包括ケアシステム」の理念に基づき、急性期医療を経過して病状が安定した患者さん、在宅・施設療養中から緊急入院した患者さんに対し、在宅復帰に必要な支援を中心に行う病床です。主治医をはじめ多職種が連携し、患者さんやご家族の意向を確認しながら、医療に加え、在宅介護や施設入所に向けた支援や、必要な場合にリハビリテーションを集中的に行います。

今後も地域の皆さまが、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、より一層努力してまいります。



新しくなったりハビリ室です。作業療法士、理学療法士計3名で対応しています。



松代病院患者サポートセンターメンバー
ハート♥ある支援を心がけています！

地域の先生方、福祉・介護の皆様におかれましては、日頃より当院との医療連携、地域連携にご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。患者サポートセンターに名称変更して3年目となりました。これからも地域の医療機関・福祉関係の皆様と顔の見える関係づくりを進め、地域の中核病院として連携を深めてまいりたいと思いますので、よろしくお願いいたします。



新メンバー紹介

センター医師：蛭谷征弘（1月より）
センター師長：高橋八恵子（4月より）
よろしくお願いいたします！



患者サポートセンター
【お問い合わせ先】
☎:025-757-5566(代表)

このポーズは 十日町の「十」を表しています。🍵



外来診療科一覽表



2023年8月1日現在

外来医師予定表

2023年 8月

科別	担当別	月	火	水	木	金	
内科	新患/予約外	B18	堀 好寿	齋藤 悠	廣田菜穂子	黒川 允	本間裕二郎
	新患/予約外	B19		蛭谷征弘	蛭谷征弘	川田 亮	堀 好寿
		B11	黒川 允	黒川 允	黒川 允	齋藤 悠	齋藤 悠
		B12	廣田菜穂子	本間裕二郎	堀 好寿	蛭谷征弘	呼吸器内科/臨時医師 (塚田)
		B14		腎臓内科 (完全予約制)	大関明樹	第2・4消化器内科 (須田・完全予約制)	第4 心臓血管外科 (小熊・完全予約制)
		B15	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)	大学医師 (菅蒲川)	呼吸器内科 (高田/長谷川) (隔週・完全予約制)	内分泌代謝 (川田 亮) (完全予約制)
		B16	角道祐一		角道祐一	角道祐一	第1・2・3・4 循環器内科 (完全予約制)
	内視鏡	午前		大学医師	大学医師	外科	大学医師
	午後		大学医師		外科	大学医師	
外科		A03	清崎浩一	清崎浩一	林 哲二	笠原峻也	林 哲二
		A02					
整形外科 (予約制) 電話予約 下記参照	新患	E41	今井 真	倉石達也	木南佳也	倉石達也	竹内 峻
		E42	竹内 峻	大学医師(村山) (新藤)	倉石達也	大学医師(高木) (新藤)	木南佳也
		E43	第1 魚沼基幹病院医師 (花房)	木南 佳也	今井 真	竹内 峻	今井 真
			倉石達也			第1・3年後 大学医師(今井教)	
産婦人科	婦人科	C24	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人	小菅直人
	産科	C22		風間芳樹	大学医師	魚沼基幹病院医師	
小児科		D38	金山哲也	布施拓也	金山哲也	長岡中央総合病院(高野)	第1・3・5 布施 第2・4 金山
脳外科		C29	臨時医師 (河野)	臨時医師 (河野)		魚沼基幹病院医師	大学医師
泌尿器科 (予約制)		D33	大学医師		大学医師		大学医師
耳鼻咽喉科		D31	魚沼基幹病院医師	大学医師	魚沼基幹病院医師		大学医師
脳神経内科		C28		大学医師	臨時医師 (山崎)		大学医師
眼科		D37			第2・4 臨時医師(予約優先)		魚沼基幹病院医師 (完全予約制)
リハビリテーション科		5階 51			臨時医師 (大西・小南)		
歯科口腔外科 (予約制)			岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一	岡本祐一
<p>【 受付時間 】 午前8時30分～午前11時(但し下記を除く)</p> <p>整形外科 予約制 (電話受付 平日午前9時～午後4時30分)</p> <p>外科 午前8時30分～午前10時</p> <p>小児科 午前8時30分～午前10時30分</p> <p>脳外科 午前8時30分～午前10時30分(月曜日のみ午前8時30分～午前11時)</p> <p>眼科 午前8時30分～午前10時30分(第2・4水曜日)</p> <p>リハビリテーション科 予約制 電話受付 平日午前8時30分～午後3時</p> <p>歯科口腔外科 午前8時30分～午前12時/午後1時30分～午後4時「大学医師不定期診療」</p> <p>【 特殊外来・予約制 】</p> <p>内科 ベースメーカーチェック(第1・2金曜日)※変更する場合あり 午前9時～完全予約制</p> <p>禁煙外来(毎週火曜日)..... 予約の電話受付 平日午後2時～3時(休止中)</p> <p>糖尿病教室(毎月第2木曜日)..... 午後2時～</p> <p>がん看護相談外来(第2火曜日・第4金曜日)..... 午前9時30分～午後12時30分各1時間2枠</p> <p>小児科 小児慢性疾患(毎日)..... 午後2時00分</p> <p>乳児健診(毎週木曜日)..... 午後1時30分</p> <p>1ヶ月健診(毎週火曜日)..... 午後1時30分</p> <p>予防注射(毎週水曜日)..... 午後2時00分</p> <p>産科 助産外来(毎週木・金曜日)..... 午後1時～4時</p> <p>1ヶ月健診(毎週火曜日)..... 午後2時</p> <p>フォローアップ外来(毎週水曜日)..... 午後1時～4時</p> <p>母乳相談室(要相談)</p> <p>パパママ教室(第2・4金曜日)..... 午後1時30分～4時(休止中)</p> <p>皮膚科 予約制(第2・4火曜日)..... 午後2時～</p>							