

病院広報誌

絆

きずな



特集「人に聞きづらいおしっこの話」

- ・訪問看護を行っています～小樽市立医療センター精神科
- ・New Doctor
- ・食べ物で寒さ予防
- ・病院 information [新市立病院 / 防災訓練参加 / 市民講座開催]

【表紙の写真 医療センター“9月祭”の様子】

第8号

外来診察受付時間

※休診、代診、時間変更となる場合もありますので、詳細はホームページかお電話にてお問い合わせください。

市立小樽病院		小樽市若松1丁目2番1号 TEL 0134(25)1211					専門外来・受付時間など
診療科	時間	月	火	水	木	金	
内科(再来のみ)	午前 8:00～11:30		再来のみ	再来のみ	糖 血 呼 内	リ	(水) 糖 糖尿病 (木) 血 血液 呼 呼吸器 (金) 内 内分泌・糖尿病 ※(第2,4金) リ リウマチ・こう原病 (木) 神 神経内科 (金) 禁 禁煙
	午後 1:00～3:00		再来のみ	再来のみ	神	禁	
消化器内科	午前 8:00～11:30	●	肝	●	●	●	(火) 肝 肝臓
	午後 1:00～3:00		●				※専門外来の初診は事前に内科外来にお問い合わせください。
外科	午前 8:00～11:30	●	●	●	●	●	(月～金) 乳 乳腺外来・乳がん検診受付は 午前8:00～11:00 午後1:00～2:30
	午後 1:00～3:00	●	●	●	ス	●	(木) ス ストーマ外来(予約)
整形外科	午前 8:00～11:00	再来 予約のみ	●	●	再来 予約のみ	再来 予約のみ	
	午後 1:00～3:00		●	●	健 予	※神	(火) 心 心臓・川崎病・慢性疾患(予約) (木) 健 乳児健診(予約)、4カ月健診児 BCG 接種(予約) 予 予防接種(予約) ※(3,9月の第1金) 神 神経外来(予約)
小児科	午前 8:00～11:30	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	心	●	健 予	※神	
婦人科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
眼科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
耳鼻咽喉科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
皮膚科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
泌尿器科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
麻酔科	午前 8:00～11:00	ペ		緩	ペ		(月),(木) ペ ペインクリニック (水) 緩 緩和ケア
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
放射線科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
形成外科	午前 8:00～11:00	●	●	●	●	●	
	午後 1:00～3:00	●	●	●	●	●	
脳神経外科	午前 (予約制)		●				※内科外来にて電話での予約となります。(予約時間午後2:00～5:00)
	午後 (予約制)		●				

小樽市立脳・循環器・こころの医療センター		小樽市長橋3丁目11番1号 TEL 0134(33)4151					専門外来・受付時間など
診療科	時間	月	火	水	木	金	
循環器内科	午前 8:40～11:00	●	●	●	●	●	午前の再来受付は8:40～11:30
	午後 12:30～3:00		●				
心臓血管外科	午前 8:40～11:00	●		●	予約のみ	●	午前の再来受付は8:40～11:30
	午後 1:30～3:00			下		●	(水) 下 下肢静脈瘤
脳神経外科	午前 8:40～11:00	●	●	●	●	脊	午前の再来受付は8:40～11:30
	午後 1:30～3:00	●	●	●	●	●	(金) 脊 脊髄
精神科	午前 8:40～11:00	●	●	●	●	●	午前の再来受付は8:40～11:30
	午後 1:00～2:00		※	※		再来 予約のみ	※午後の再来は予約のみ、(金)の午後は新患受付していません。
放射線科	午前 9:30～2:00		予約のみ				
	午後 9:30～2:00		予約のみ				



小樽市病院局ホームページ

<http://www.city.otaru.lg.jp/med/>

携帯サイト用



両市立病院の最新情報、ニュース、職員募集情報、新市立病院のお知らせ、看護学院情報などを掲載しています。

小樽市病院局 検索

発行) 小樽市病院局 編集) 広報誌・HP 部会

【事務局】経営管理部管理課 TEL 0134(25)1211 内線 304

人に聞きづらい

おしっこ の悩み

おしっこの悩みは人に聞きづらいものです。

そこで今回は、よく聞かれる「おしっこ」の悩みについて特集してみましたので、参考にしてください。

尿のトラブルは、精神的負担がかかり、長く続くと抑うつ症状も出るなど、生活の質を低下させます。気になることがある方は、ひとりで悩まず、泌尿器科を受診してみてください。



おしっこが近い

おしっこが近い場合は単純なぼうこう炎によることも多く、尿検査ですぐに結果がわかります。検査で陽性の場合、抗生物質で治療します。

尿がきれいなのに、近い場合は、残尿が多いための場合（**前立腺肥大症**や**神経因性ぼうこう**）と、現在、テレビでもおなじみの言葉となった尿意切迫感を伴った**過活動ぼうこう**の場合、そしてもうひとつ聞きなれない病気かも知れませんが、**間質性ぼうこう炎**という病気の場合もあります。この場合はぼうこうが広がりづらいために近いだけでなく、痛みを感じたり、色々な症状として表れることも少なくありません。残尿が多い場合は尿が出にくいときと同様の治療が必要です。**過活動ぼうこう**では水分やカフェインの摂りすぎを避けることや早目の排尿やトイレの場所の確認をしておくなどの生活指導、軽度のぼうこう訓練、そして頻尿治療薬による治療にて改善が見込まれます。**間質性ぼうこう炎**が疑われる場合は診断と治療をかねて、ぼうこう水圧拡張術が行われます。これらの原因のいずれかを判断するためには泌尿器科にて検査を受けることをお勧めいたします。



Dr. N.Yamashita

市立小樽病院 泌尿器科

医師 **信野 祐一郎**
しの ゆういちろう
山下 登
やました のぼる
高橋 一成
たかはし かずなり

おしっこが漏れる

間に合わなくて漏れてしまう場合は、**過活動ぼうこう**によるものが多く頻尿治療薬にて治療します。一方、女性の咳やくしゃみによる失禁の場合は、出産や高齢化、肥満などにより、骨盤の底を支えている筋肉が弱くなっていることが原因の場合が多く、これを鍛えるための骨盤底筋体操を行うように推奨します。重度の場合には手術治療が行われます。

プチ健診

市立小樽病院 検査科で行っている、お手軽に受けられる健診です。保険証・予約不要で、待ち時間もほぼありません。詳細は市立小樽病院ホームページなどでご覧ください。



Dr. Y.Shinno

おしっこが出にくい

男性では**前立腺肥大症**によるものが多く、以前は手術による治療が主体でしたが、最近では手術ほどの効果ではないものの、内服薬を続けて症状の緩和がはかれることが多くなっておりま。女性では、ぼうこうの神経の異常(**神経因性ぼうこう**)によるものが多く、同様に内服薬による治療が行われます。重症例ではカテーテル(くだ)の助けが必要となることもあります。

男性の前立腺の病気のもう一つに**前立腺がん**があります。早期には無症状のことが多く、PSAという血液検査がその診断に有用です。市立小樽病院では**プチ健診**でも測定することができます。

おしっこに血が混じる

単純な**ぼうこう炎**でも血尿は起こります。この場合は尿が近かったり、痛みがあったり、排尿しても残っている感じがあるなどの症状がみられることが多いです。一方、症状のない血尿は**ぼうこうがん**などのことも多く、要注意です。早めに泌尿器科での検査をお勧めします。

泌尿器科では、その他腎臓に関する病気や、女性骨盤臓器脱、尿路結石、精巣・陰のうの疾患なども対象となります。心配なことがある方はご相談ください。



Dr. K.Takahashi

市立小樽病院 泌尿器科	
外来診療日	月曜日～金曜日 午前
受付時間	午前8:00～11:00
担当医	月 信野、山下
	火 信野、高橋
	水 山下、高橋
	木 信野、山下
	金 信野、高橋
問い合わせ先	泌尿器科外来 0134(25)1211

訪問看護 を行っています



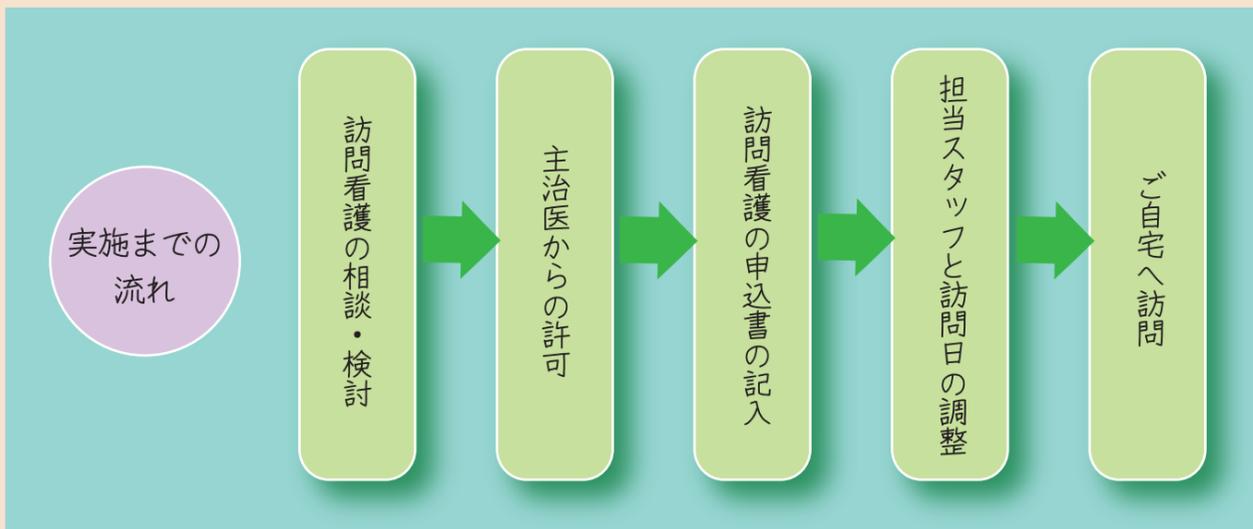
小樽市立脳・循環器・こころの医療センター 精神科

小樽市立脳・循環器・こころの医療センターの精神科では、外来通院中の患者さんに対し、訪問看護を実施しています。

日常生活で起こる様々な不安や問題を、ご自宅に病院スタッフが伺い、ご本人、ご家族と共に考え、安定した生活を送れるよう、お手伝いすることを目的としています。

ご自宅へは看護師・精神保健福祉士・作業療法士の資格を有するスタッフが伺います。日常生活、病気、制度やサービスの利用についてなど、困っていること、悩んでいることがありましたらご相談ください。

また、ご本人だけでなくご家族からのご相談にも対応しております。



ご自宅に訪問することは、業務の一環として行っておりますので、訪問時にお茶やお菓子などのお心遣いはなさらないようお願いいたします。

申し込み方法

訪問看護をご検討の方は、外来受診時に主治医にご相談ください。

実施日

実施日：月曜日～金曜日
(祝祭日、年末年始を除く)
所要時間：おおむね 30分～1時間

問い合わせ

精神科外来・精神科デイケア・
精神科医療相談室
TEL 0134(33)4151

平成 25 年 11 月に着任しました

New Doctor

小樽市立脳・循環器・こころの医療センター

初めまして。脳卒中のほか、日本脊髄外科学会認定医の資格を活かし、手足の痛み、しびれに関する診療も行います。“くび・こし”の問題でお悩みの方は外来でご相談ください。



いわさき もとゆき
脳神経外科 岩崎 素之

この度、医療センターに赴任となりました柳清と申します。まだまだ若輩ではありますが、これまでの経験を生かし、みなさんの健康のお役に立てるよう頑張ります。



やなせ りょうすけ
心臓血管外科 柳清 洋佑

体を温める食材とは？

寒い季節がやってきました。手や足先が冷たく、眠れないことがありますね。人は血液によって体の隅々にエネルギーを運んでいます。体を温めるにはまず血液の流れをよくしてあげることが大切です。体を温める食べ物としてよく知られているのはネギ、ショウガ、ニラ、唐辛子、ニンニクなどです。これらの食べ物には、新陳代謝を活発にしてくれる、血管を刺激して広げてくれる、血液をサラサラにしてくれるなどの効果が期待できます。ただし、体を温める食品の多くは強い刺激があり、そればかり食べてしまうと逆効果、胃腸を痛めることも・・・。

適度な運動を心がけ、これらの食品を上手に取り入れ寒い季節を乗り切りましょう。

管理栄養士の
ワンポイント
アドバイス

食べ物で 寒さ予防

かぜのひき始めに効果的

みそ汁



ネギ(白い部分)とショウガのみじん切りにみそを合わせ、お湯を注いだものを寝る前に飲んでみましょう。

甘酒



市販の甘酒の素で作った甘酒を温めます。飲む直前にすりおろした生のショウガを入れて飲んでみましょう。

新市立病院の建築工事が進んでいます

2014年12月開院予定



2013年10月28日現在の建築現場の様子です。



ヘリポート

病棟・健診・レストラン	7
病棟	6
病棟	5
病棟	4
病棟	3

透析・リハビリ・精神科デイケア・売店・手術・ICU・講堂 2

外来・放射線・検査・薬局・救急・患者サービスセンター 1

PET検査・核医学検査・放射線治療 BI

免震ピット

●万が一の大地震の際にも揺れを大幅に緩和するとともに地震の直後から医療行為が続けられる免震構造を採用しました。

●すべての利用者に配慮したユニバーサルデザインを取り入れています。

建築概要	地下1階、地上7階
病院概要	388床（一般302床、精神80床、結核4床、感染2床）

今後も病院広報誌「絆」では、新市立病院の診療内容、検査設備などについてお知らせしていく予定です。

年末年始の診療についてのお知らせ

市立小樽病院、小樽市立脳・循環器・こころの医療センターは
12月28日（土）から1月5日（日）まで通常診療は休診とさせていただきます。

※外科救急当番日 市立小樽病院 12月31日（火）、1月3日（金）

病院局 information

総合防災訓練に参加～市立小樽病院DMAT

今年8月に開催された小樽市総合防災訓練に市立小樽病院DMATも参加しました。

DMATとは、災害時に派遣される医療チームのことで、市立小樽病院では医師2名、看護師2名、業務調整員1名で組織し、今年3月に、災害医療に関する専門的な研修を受け、日本DMAT隊員として厚生労働省に登録されています。地震などの大災害が発生した時は、被災地に派遣され、災害医療を行います。

今回は、地震発生による大規模災害を想定した全市的な訓練で、市立小樽病院DMATは、小樽市消防本部と協力して総合救助訓練を担当しました。バスと車両の多重事故により多数の負傷者が出たという想定で、トリアージ、応急救護、緊急搬送などの訓練を行いました。



市民講座「子どもの医療の講演会」を開催しました



11月2日、両市立病院合同の市民講座を開催しました。今回は「子どもの医療の講演会」と題し、市立小樽病院小児科の小田川医師による「子どもと感染症」、小樽市立脳・循環器・こころの医療センター精神科の笹川医師による「発達にかたよりのある子どもについて～医師の立場より」、同タイトルで山崎臨床心理士による、「心理士の立場より」の講演を行いました。会場となった市民センターマリンホールには、小樽市こども発達支援センターの協力により、お子さん連れでも来場しやすいように託児ルームの併設、心理士による相談コーナーも設置しました。

講演後の質疑応答では、多くの質問が寄せられ、時間の許す範囲で講師よりご返答いたしました。