

今号の厳選写真



花言葉は「憧れ」

 理念

病める人の立場に立った、患者さん中心の医療を提供します
地域の期待に応えられるより良い保健、医療、介護及び福祉サービスの提供に努めます

 方針

1. 医療の質の向上により疾病の早期発見と治療に努めます
2. 個人の権利を尊重し、患者さんに優しい医療・介護の提供に努めます
3. 医療に関する安全管理を徹底し、さらなる向上に努めます
4. 保健・医療・介護・福祉サービスの連携強化に努めます
5. 地域の信頼に応える医療・介護を目指し、地域社会への貢献に努めます
6. 豊かな人間性と技能を備えた人材を育成し、健全な病院経営に努めます



村上記念病院

MURAKAMI MEMORIAL HOSPITAL

院内感染症対策のためのお知らせ

令和6年5月1日(水)より

※面会制限の緩和について

◆入院支援に関しては以下をお守りください

-----病棟への面会について-----

【面会時間】 15:00 ~ 17:30

時間制限なし、1日2名までです(交代不可)

各病棟で面会名簿の記帳をお願いします。17:30までの退棟にご協力ください。

下記に該当する方は面会をご遠慮ください。

- ・37.5度以上の発熱がある方
- ・風邪のような症状(だるさ、咳、のどの痛み)がある方
- ・マスクをされていない方(病院からマスクは提供できません)
- ・小学生以下のお子様

※入・退院時や手術などの患者様への付添いは1日2名までとします

-----洗濯物等の荷物の受渡しについて-----

面会時間内に各自病室へお持ちください。

※面会なく総合受付での洗濯物の受渡しを希望される方は、事前連絡の上15:00以降にお越しください。

-----入院請求書の受け渡しについて-----

退院時請求書は当日に病棟でお渡しします。定期請求書はお知らせを翌月12日以降に病室へ配布しています。確認後、会計窓口でお支払いをお願いします。

また、請求書に関して電話連絡や郵送等ご希望がありましたら会計窓口までお申し出ください。

上記を以て制限を緩和いたしますが、今後も感染状況により面会制限を設ける場合があります。

引き続きご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和 6 年 5 月 1 日 村上記念病院 院長 村上 匡人

足病変を学ぼう！ 第2回



爪を学ぼう！

●爪白癬(つめはくせん)



・爪白癬は白癬菌という真菌(カビの一種)が爪に寄生して生じます。

・真菌は、成長速度は早くないので急に症状が悪くなることはありません。

・高齢者や糖尿病患者、ステロイド(副腎皮質ホルモン)などの免疫抑制剤を服用している人に起こりやすいです。

<治療> ぬり薬や飲み薬

・爪の色が緑っぽかったり、黒っぽかったりするのは、白癬菌以外の細菌感染が原因の場合もあります。



爪の厚さが正常でも、このように濁っているのは 典型的な爪白癬！



厚くなりもろくなっています。



●巻き爪・陥入爪(まきづめ・かんにゆうそう)

<巻き爪>



・巻き爪も陥入爪も、爪の変形で起こります。



マカロニ爪の例



※ マカロニ爪などと呼ばれています。

<陥入爪>



- ・爪が皮膚に食い込んで、赤く腫れて炎症を起こしたものの。
- ・爪の切り残しが食い込んで起こることもあります。

◎巻きでは赤く腫れたりしません。

◎写真の様になっている場合は病院へ。



前縁型陥入爪(ぜんえんがたかんにゆうそう)



- ・深爪(爪を短く切りすぎる)で生じます。



爪の先端と趾の先端を同じくらいの長さに切るのが理想！

●肥厚爪(ひこうそう)



- ・分厚くなった爪をまとめて「肥厚爪」といいます。
- ・肥厚した爪すべてが爪白癬ではありません。

●二枚爪(にまいづめ)



- ・二枚爪は、爪の先端部分や表面の層がはがれて爪がいくつかの層になるため生じます。



●爪甲剥離(そうこうはくり)

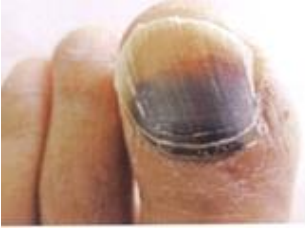


- ・爪が浮いている状態です。
- ・原因・・・爪白癬、爪の伸ばしすぎ、自分での足のお手入れ、抗がん剤で生じるものなど色々です。



爪の先が靴下に引っかかり、出血することがあるので気をつけましょう！

●爪下血種(そうかけっしゅ)



- ・足をぶつけるなどして爪の下に生じた内出血のこと。
- ・ひごとに色が薄くなり、爪が伸びると同時に移動していきます。

爪が伸びていると起こりやすいので、
気をつけましょう！

●メラノーマ(悪性黒色腫)(あくせいこくしょくしゅ)



- ・いわゆるほくろの“がん”です。
- ・皮膚がんのなかで最も悪性です。

おかしいと思ったら、すぐに受診しましょう！

●その他:炎症性の病気に伴って爪の変化

- ・半透明な爪、萎縮した爪、表面にへこんだりくぼんだりした点を伴う爪など。
- ・円形脱毛症、扁平苔癬(赤色・紫色の隆起した発疹でかゆみを伴うもの)アトピー性皮膚炎、乾癬(免疫の異常で起こる発疹)などで生じる。
- ・爪白癬と間違えられる。

当院では、爪切りやマッサージなども行っています。
お気軽に、尋ねてくださいね。



フットケア外来スタッフについて

※ 当院でも下記資格保有者がフットケアを行っておりますのでご安心ください。

フットケア外来では2種類あります。

● 糖尿病患者さんを対象にするフットケア

- 資格) ・糖尿病患者さんを療養した経験がある人
・糖尿病合併症予防の研修取得者(看護協会主催)



(糖尿病合併症加算が行える資格のある研修)

メンバー内に必要です。

● リンパマッサージ(自由診療です)

- 資格) ・リンパマッサージの資格のある人



「健康教室再開のお知らせ」

皆様、長らくお待たせいたしました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため一時中止しておりました健康教室を、8月9日より再開する運びとなりました。皆様のご理解とご協力に心より感謝申し上げます。

再開にあたり、以下のような内容で教室を行いますので、ぜひご参加ください。

日付:8月9日(金)

時間: 毎月第2金曜日 11:00 ~ 11:30

場所:6F多目的ホール

プログラム内容⇒下記予定表参照してください



【安全対策】

皆様に安心してご参加いただけるよう、以下の対策を徹底いたします。

- ・手指消毒用アルコールの設置
- ・マスクの着用をお願いしています
- ・十分な換気

今後も皆様の健康をサポートするため、スタッフ一同、全力で取り組んでまいります。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

どうぞよろしくお願い申し上げます。

糖尿病教育委員会

村上記念病院 健康教室 2024年8月～2025年3月		糖尿病教育委員会
日時	テーマ	担当講師
2024/8/9(金)	少しの工夫でエネルギーコントロール	管理栄養士
2024/9/13(金)	糖尿病に運動が良いのはなぜ?	外来看護師
2024/10/11(金)	糖尿病の足病変について	4病棟看護師
2024/11/8(金)	加齢と糖尿病(仮)	5病棟看護師
2024/12/13(金)	薬との正しい付き合い方	薬剤師
2025/1/10(金)	糖尿病と透析の関係(仮)	透析スタッフ
2025/2/14(金)	尿検査でわかること	検査技師
2025/3/14(金)	寝たきりにならないぞ	理学療法士
場所 : 6階多目的ホール		時間 : 午前11:00～11:30

夏の暑さが本格的になるこの季節、皆さまいかがお過ごしでしょうか？気温が高くなると食欲が減退し、体調を崩しやすくなり夏バテに悩まされる方も多いのではないのでしょうか。そんな時こそ「噛む力」を見直してみませんか？

今回のテーマ

「噛む力 ～健康は噛むことから始まる～」

皆さんは、食事の時に「噛むこと」を意識していますか？
ここに「おにぎり」があると思って一口食べてみてください。

- ①口に入ったおにぎりは「噛む」ことで小さくなり
- ②胃で消化され
- ③小腸で吸収され
- ④いらなくなったものは大腸を通過して
- ⑤肛門から便として排泄されます

実は、口から肛門までは1本の長い管で繋がっていて①～⑤の連携プレーによって消化吸収が行われます。そしてそのスタートが「噛む」ことなのです。

「噛む」ってすごいんだっ！

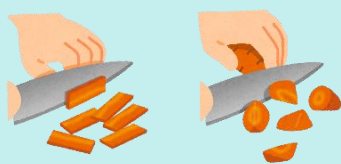
しっかり噛むことで、食べた物が細かくなり、消化がスムーズに進むだけでなく、唾液の分泌が促され、消化酵素が活発に働きます。これにより胃腸への負担が減り、栄養の吸収率が高まるのです。さらに、噛むことは脳への刺激となり、認知機能の維持向上にも寄与します。つまり「よく噛む」ことによって脳が活性化し、胃腸のスイッチが入るのです。そして最後に良いウンチ(便)が健康のお便りとして届くのです。「噛む」ことを意識して健康な身体を手に入れましょう。

「噛む」ための工夫

●食材は大きめにカット

●歯ごたえのある食材を選ぶ

●食事を楽しもう



よく噛まない飲み込みにくい大きさに



硬さや弾力のあるもの、食物繊維の多い食材で噛む回数をup



ながら食事をやめ、食べることを意識すれば噛む回数もup



①口

活性化！

消化up

②胃

吸収率up

④大腸

③小腸

⑤肛門

健康のお便り



村上記念病院 外来診療担当医表

令和6年7月1日現在

受付時間： 8：00～17：00（月、水、木、金） 8：00～12：00（火、土）

診療時間：【午前】9：00～【午後】14：00～【※ただし、歯科・小児科は13:30～】（火・土午後休診）

診療科により、診察時間が異なりますので、詳細はホームページ又はお電話でお問い合わせください。

		月	火	水	木	金	土
内科	午前	村上匡人	西野圭一郎	村上重人	村上匡人	西野圭一郎	愛大非常勤医（1,3） 森公介（5） 村上重人（2,4）
		日野恵 【内分泌専門外来】		山内達也	森公介 【※喘息外来（小児は除く）あり】	堀江里佳子 【循環器】	
		越智俊元 【血液】	矢野春海	黒川慶昇 【循環器】	末盛浩一郎 【リウマチ・感染症・血液】	森公介	
	森公介 【※喘息外来（小児は除く）あり】	西野圭一郎		立川理絵（1,3,5） 柏原直樹（2,4） 【腎臓】		愛大非常勤医【呼吸器】	
	越智俊元 【血液】		山内達也		末盛浩一郎 【膠原病・リウマチ・感染症・血液】		愛大非常勤医 【糖尿】（2）
	午後	村上重人	矢野春海	/		立川理絵（1,3,5）	/
日野恵	【腎臓】						
透析	日中	越智満久	越智満久（2,4）	/	越智満久	越智満久	越智満久（1,3,5）
	夜間	越智満久	/	越智満久	/	越智満久	/
外科	午前	上野義智	竹林孝晃	小野敦美	竹林孝晃	小野敦美（1,3,5） 本田和男（2,4）	竹林孝晃
	午後	上野義智	/	竹林孝晃	竹林孝晃	竹林孝晃（1,3,5） 本田和男（2,4）	/
泌尿器科	午前	/	越智満久（1,3,5） 宮内勇貴（2,4）	越智満久	渡辺隆太（1,3,5） 福本哲也（2,4）	丹司望	野田輝乙（1,3,5） 越智満久（2,4）
	午後	/	/	越智満久 （手術日休診）	越智満久 （手術日休診）	越智満久	/
整形外科	午前	伊藤俊雄	/	見崎 浩	伊藤俊雄	伊藤俊雄	非常勤医
	午後	/	/	見崎 浩 （手術日休診）	/	/	/
脳神経外科内科	午前	中居永一（脳神経外科） 10:00-15:00	三浦史郎（脳神経内科） 9:00-12:30	/	藤下幸穂（脳神経内科） 9:00-12:30	川西裕（脳神経外科） 10:00-15:00	愛大非常勤医（脳神経外科） 9:00-12:30
リハビリテーション科	午前午後	徳増善治	徳増善治 （午後休診）	徳増善治	徳増善治	徳増善治	徳増善治 （午後休診）
放射線科	午前午後	村上省吾	村上省吾 （午後休診）	村上省吾	村上省吾	村上省吾 田中宏明	村上省吾 （午後休診）
小児科	午前	寺岡いづみ	寺岡いづみ	寺岡いづみ	寺岡いづみ	寺岡いづみ	愛大非常勤医
	午後	寺岡いづみ 17:00まで	/	愛大非常勤医	愛大非常勤医	寺岡いづみ 17:00まで	/
眼科	午前午後	/	愛大非常勤医 （午後休診）	/	/	愛大非常勤医 16:00まで	/
歯科	午前午後	村上徳夫	村上徳夫 （午後休診）	村上徳夫	村上徳夫	村上徳夫 【1,3午後 病棟口腔科】	村上徳夫 （午後休診）
検査	内視鏡	西野圭一郎 矢野春海	村上匡人（1,3,5）	村上匡人 矢野春海	西野圭一郎 矢野春海	村上匡人	村上匡人
健診センター	午前	森公介	村上重人	森公介	村上重人	村上重人	日野恵（1） 村上重人（3,5） 森公介（2,4）
	午後	日野恵	/	日野恵	/	/	/

発行元：社会医療法人社団更生会 村上記念病院

〒793-0030 愛媛県西条市大町739番地
TEL：(0897) 56-2300 (代)

＜ホームページアドレス＞
<http://www.murakami-kinen.or.jp/>

(2024.7月 発行) (企画広報委員会)

