

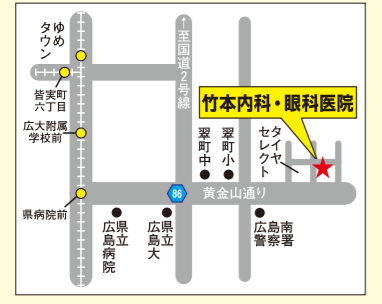
連携医院のご紹介

今回は、「丹那町の地域医療の要」を自負していらっしゃる竹本内科・眼科医院 竹本先生です。



竹本内科・眼科医院

〒734-0034
広島県広島市南区丹那町6-15
電話/082-251-1518
院長/竹本 剛
診療科/内科、消化器科
呼吸器科、眼科



○いつ開業されましたか。

父が昭和39年に開業しました。平成12年に私が父から引き継ぎ、11年になります。県病院には昭和62年より4年間病理医として在籍しておりました。

○竹本先生が診療において大切にされていることは何ですか。

患者さんの立場に立って親身に接すること、患者さんの様々なサインを見逃さず早期に病気を発見することを心がけております。

○内科と眼科を診てもらえるところって、珍しいですね。

丹那町、隣の楠那町には、医療機関が当院一つしかありません。近くに住む方々も高齢化しており、当院が「地域医療の要」を果たしていかないといけないと思っております。また、妻が眼科医院を開業しておりますが、内科の患者さんの希望により、週1回木曜日に当院で診察を行っております。高齢者の方は目の病気を抱えていることも多いので、大変喜ばれてお

ります。今後も続けていきたいと思っております。

○竹本先生にとって県病院はどんな存在ですか。

県病院は地域の基幹病院で「地域医療の最後の砦」だと思っております。今後も県病院がしっかり役割を果たしていかないと当院、地域医療共に後退していくと思っております。だから県病院には末永く頑張ってもらいたいです。

【取材後記】

豪快な風貌に笑顔が印象的な竹本先生。これからは県病院と共に「地域医療の要」として住民の健康を守ってくれる頼もしい存在に見えました。



もみじ



県立広島病院 〒734-8530 広島市南区宇品神田1丁目5番54号

※県立広島病院の様々な情報をホームページへ掲載しています。
県立広島病院 で 検索 (URL: <http://www.hph.pref.hiroshima.jp/>)

理念：県民の皆様に愛され信頼される病院をめざします



今年の年末も、寒さとともに近づいてきました。振り返ってみると、日本中が3月の東日本大震災への対応に始まりました。復興の道筋はまだまだですが、年末を彩る平和大通りのライトアップが広島でも始まり、被災された方々に暖かみのある明るい話題を提供できればと願っているところです。

事務局長 三宅 静香

ご案内

12月のがんサロン

- と き/12月20日(火)
14:00~15:30まで
- ところ/新東棟2階 総合研修室
- 内容/クリスマス会
- 対象/当院に悪性腫瘍(がん)で通院または入院治療中の患者様及びご家族
- 問い合わせ先/地域連携科
TEL: 082-256-3562(直通)

クリスマスコンサート

- と き/12月21日(水)
14:30~15:30(予定)
- ところ/中央棟1階 中央玄関ホール
- 内容/県立広島病院クリスマスコンサート
- 対象/どなたでも御覧になれます。
- 問い合わせ先/総務課庶務係
TEL: 082-254-1818
(内線: 4228)

※詳しくは県立広島病院ホームページへ。 [県立広島病院](http://www.hph.pref.hiroshima.jp/) で 検索 (URL: <http://www.hph.pref.hiroshima.jp/>)

外来診療のご案内

- 診療受付時間
午前8時30分~午前11時00分
※午後の診察は科によって異なります。
- 休診日
土曜日・日曜日・祝祭日
年末年始(12月29日~1月3日)
- 紹介状持参のお願い
初診時、他の医療機関からの紹介状をお持ちでない場合、保険診療費のほか2,620円のお支払が必要となります。初診の際には、紹介状をお持ちください。

※当院では、予約診療を優先して診察しています。予約診療以外で受診されると待ち時間が長くなる場合がありますので、ご了承ください。

ワンポイント健康メモ — 年末の飲み過ぎ対策 —

いよいよ忘年会や新年会と飲み会シーズンの到来です。食べ過ぎ・飲み過ぎで肝臓と胃は大忙し。翌朝、二日酔いで「しまった。」とならないように年末の飲み過ぎ対策についてお知らせします。

①飲み会の日の朝・昼食はしっかり食べましょう。

食事を抜くと1日のエネルギー代謝が下がり、飲み会時の栄養を体ため込んでしまいやすくなり、太りやすくなります。何より空腹で飲酒すると酔いが早くまわりますので、飲み会の1~2時間前に軽く食べておくことをお勧めします。

②飲み会開始時、まずは枝豆や豆腐などの肝臓の働きを助ける“良質タンパク質”を中心に食べます。

そして、食物繊維豊富な“野菜類”をしっかりと食べ、ある程度の満腹感を得てから飲む

ことで、糖や脂肪分、アルコールの吸収が緩やかになり、かつ飲み過ぎないようになります。談笑し、楽しく飲むのが基本です。

③なによりアルコールの量をほどほどに。

適量はビールで500ml、日本酒なら1~2合、発泡性ワインなどはアルコール度数が高く、ぐいぐい飲むと悪酔いの元です。アルコール度数の薄いカクテルなどから飲み始め、ソフトドリンクをはさんで飲むのがおすすめです。『ウサギとカメ』の話で例えると、同じ量のアルコールを摂取する場合、カメのようにゆっくりゆっくり飲酒して、飲み会終了(ゴール)をむかえることが何よりも飲み過ぎない道です。場の雰囲気盛り上げようとしての一気飲みは御法度です。飲酒運転も絶対にはいけません。

④そして、飲み会の翌日はしっかりと水分と休肝日をとるようにしましょう。



総合診療科 部長 岡本 健志

外科医の独り言

— 幸せは長生きの秘訣? —

今年の3月ある医学雑誌に米国の教授がこんな論文を出していました。幸福を感じながら生活している人はより健康で長寿であると。自分は幸せだと思っている人は、不幸せと思っている人に比べて寿命が7年半から10年長いそうです。じゃあ幸せでなくても無理やり幸せだと思っておけば良いんだ、なんてすぐあまのじゃくになってしまう筆者ですが、悲観的にならず「前向きな姿勢」が良いそうです。ホンマかいな?それだけで長生きできるのかな?

実はこの論文は、今まで発表された人と動物の精神生活と健康や寿命に関する160以上の研究論文を解析する、いわゆる“メタアナリシス”という手法で分析した結果を示したもので、統計学的には一番信頼性の高い解析方法なのです。したがってそこから導かれた結論も信頼性が高いということになります。

解析した160以上の論文の一つには、5000人以上の大学生を40年以上に渡って調査して得られたデータから、学生時代に悲観的な考えや感情にとらわれていた人が短命な傾向があることを示す研究があります。しかし、ひとそれぞれ育った環境や食生活も異なり、その環境、食生活が寿命を決めるといっても過言ではない生活習慣病や癌の発生に大きな影響を

与えていることを考えると、幸せと感じるだけで長生きできるなんて到底受け入れられる論理ではありません。

ところがヨーロッパの修道女を対象とした研究論文も解析対象になっていて、これが事実とすると幸福感もありかな、と思えます。その論文は、180人のカトリック修道女が20代から晩年に至るまでを書き綴った自伝を分析し、20代を否定的な人生にとらえていた修道女の平均寿命が86.6歳だったのに対して、積極的な人生にとらえていた修道女の平均寿命はなんと93.5歳だったことを明らかにしています。しかし逆に驚くべきことは、人生を否定的に考えていても87歳まで生きたということ。やっぱり酒、たばこを飲まず質素な食事、規則正しい生活が一番なんだ。



ちょっと待てよ?20代で幸せ?前向き?今から幸せと思っても前向きになっても遅いのかなあ?と考えつつ今夜も流川にいそいそと出かけていく自分は長生きできそうにありません。

消化器・乳腺・移植外科
板本敏行 (いたもと としゆき)

救急医療もがんばってます!

当院では、救命救急センターを中心に体制を整え、救急医療に取り組んでいます。

今年度の当院の救急車対応件数は、前年比(4~10月までの累計)で7%アップしており、救急患者を、できる限り受け入れられるように努力しています。また、昨年度からは、トリアージナースを配置し、救急患者の受け入れをより円滑に行えるよう取り組んでいます。

開業医の先生から「トリアージナースが設定されてから、受入がスムーズになった。」との声をお聞きすることもあり、少しずつですが、当院の救急医療の取り組みの効果が現れています。

今後も、地域の救急医療に一層貢献できるよう、がんばります!



新任医師紹介 よろしくお願ひします



県立広島病院 小児外科 副部長 ^{かめい なおみ} 亀井 尚美

趣味：ランニング
モットー：なるべく楽しく診察をする。

小さな赤ちゃんから小児期に治療をした大人まで、成育医療センターの一員として新たな気持ちで頑張ります。



県立広島病院 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 医員 ^{たかはら だいすけ} 高原 大輔

趣味：野球、サッカー
モットー：できる限り患者さんの希望に沿った医療を提供する。

耳鼻科全般を診察しています。皆様のお役に立てるように頑張ります。



県立広島病院 麻酔科 副部長 ^{にいばた ともこ} 新畑 知子

趣味：旅行など
モットー：日々を楽しく過ごす。

主に手術室での麻酔管理を行なっています。皆様が安全に手術を終えられるように努めます。

看護部だより 幅広い年齢層の方に、スムーズに診察を受けていただけるように援助させていただきます。 整形外科外来

整形外科外来は、肩関節・膝・腫瘍・脊髄・股関節、その他外傷等、それぞれの専門の医師による診察を行っており、看護師は6名で診察の介助を行っています。

幅広い年齢層の、骨・関節・腱・筋肉の異常による痛みをお持ちであったり、運動機能に障害があり、日常生活に支障をきたしている患者さまに、スムーズに診察を受けていただけるように援助させていただいています。

また、手術を受けられる患者さまに対して、術前検査・入院のご案内を行い、入院病棟と連携をとって、少しでも安心して手術を受けていただけるように努めています。

