下呂市立金山病院広報誌

金山病院だより

2019 September NO.83

発行：下呂市立金山病院　〒509-1693　岐阜県下呂市金山町金山973番地6
TEL　0576-32-2121　FAX　0576-34-0006　http://www2.city.gero.lg.jp/HP/kanayamahospital/

【金山地域ケア会議　残薬ゼロプロジェクト】
残薬ゼロを目指しましょう

★金山地域ケア会議とは…　金山地域の『医療・介護・福祉・地域』関係者が集まり、連携強化、スキルアップ、地域の 高齢者等の抱える地域課題を明らかにして、取り組む等しています。

薬は決められた量を正しい方法で飲むことによって、期待される治療効果が得られますが、本来なら飲むべきものにもかかわらず、何らかの理由で手元に余ってしまった薬を「残薬」と呼びます。

薬を飲まなかったために症状が改善されないと、医師がさらに多くの薬を処方して、またその薬が手元に余ってしまうという残薬増加の悪循環に陥るケースも多くみられるようです。

一人ひとりの残薬をゼロにすることは、治療を確実に行え、さらに自分や国の医療費を減らしていくことにもつながっていきます。ぜひご自分のこと、ご家族のことについて残薬がないか見直してみてください。

金山地域ケア会議の「残薬ゼロプロジェクト」では、薬での治療を確実に行いながら生活を改善していくことが、生活習慣病などの悪化を予防し、介護を必要としない生活を送れて、地域のみなさんが活躍していく“元気な下呂市”を目指し啓発活動を行っています。

このような場合、かかりつけ医や薬剤師に相談しましょう

- 処方された薬が残ってしまった。
- 残った薬をどう扱ったらいいかわからない。
- 飲み忘れた時の対処法がわからない。
- 「症状が良くなった」「副作用の心配」などがあり、途中で服用をやめたい。など

乳がんのお話　　外科　天岡 望
第３回　「乳がんの症状と自己検診のすすめ」

乳がんの症状としては、乳房に触れるしこりの他、乳頭からの異常分泌、乳房の皮膚のへこみ（えくぼ）、乳房の皮膚のただれや発赤、乳頭の変化などがあります。これらの症状は、自分で絶えず気にしていることで、その症状（異常）に気付くことができます。

月経の周期によって、乳房が張ったり、ゴツゴツしたりという時期もあり、自分で触っても、しこりなのかどうかが分かりにくいこともあります。「自己検診とかしても、しこりなのかどうかどうせ分からないし。」と思うかもしれません。しかし、普段の自分の乳房の状態が分かっていないと、異常が起こった時にもなかなか気づくことができません。そこで、月経が終わった後から1週間ぐらいの間の、乳房が張っていない時に、毎回、自己検診をすることをお勧めします。閉経後の方は、毎月、日にちを決めて、自己検診をしてください。「これ、しこりなのかな？」とか、「今までと違う。」と感じた時には、早くの病院受診をお勧めします。ほとんどの場合、「乳がんでなくて良かった。私の乳房はこの状態が普通なんだ。」と安心できます。

乳房のしこり　乳房のしこりは、乳がんの自己発見動機としては、もっとも多いものです。できはじめの乳がんは、しこりとして触れることはありませんが、乳がん細胞が増殖を繰り返し、1cmぐらいの大きさになると、乳房のしこりとして触れるようになります。しかし、乳房のしこりがすべて乳がんがというと、そうではなく、8割以上は良性のしこりであるといわれています。乳がんのしこりには、石のように硬いという特徴がありますが、一般の方には、なかなか良悪性の区別は分からないと思います。しこりを感じた場合には、念のため、病院での診察、検査を受けるようにしてください。

乳頭からの異常分泌　乳房にしこりがないのに、乳頭からの異常分泌だけで乳がんが発見されることもあります。この場合、比較的早期の状態で、乳がんが発見されることが多いです。乳がんを疑う異常分泌としては、①血性分泌（赤色や茶色、黒色の分泌液）、②片方の乳頭だけからの分泌、などがあります。乳頭からの分泌液があり、下着が汚れてしまう方は注意してください。

乳房の皮膚のへこみ　乳房の大きな方は、なかなかしこりに気付きにくいと思いますが、前かがみになってみたり、乳房を持ち上げたりすることで、乳がんに特徴的な、皮膚のへこみ（えくぼ）に気付くことがあります。

皮膚のただれや発赤　ただれや発赤のような皮膚の変化も、乳がんの症状としてみられることがあります。乳輪の色の変化（左右差）にも注意してください。

乳頭の変化　乳頭の向きの変化や、それまでみられなかった乳頭の陥凹（へこみ）も、乳がんの症状としてみられることがあります。

乳がんは、早い段階で自分で見つけることのできる、数少ないがんの一つです。絶えず自分の乳房に関心を持ち、小さな変化にも早く気付けるようにしましょう。

電子カルテ導入に関する診療等の遅れについて

金山病院は８月１日に電子カルテを導入しました。これに伴い導入から数日間診療等で待ち時間が長くなったときがあり、大変ご迷惑をおかけしました。今後病院運営に電子カルテのメリットを活かしてまいりますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

内科常勤医師減員に関するお願い

内科について常勤医師３人の体制で診療に当たってきましたが８月一杯で常勤医師１名退職するも交代医師が無い状況となり、常勤内科医は２名のみとなります。外来の一部を非常勤医師で対応しておりますが、常勤医減少に伴って対応が困難な業務が出てくると予想されます。また、基本的に内科は午前中が外来受付で午後の外来診療は行っておりません。午前中の外来が終了した後、午後は入院病棟の対応や検査等を行っておりますので、午後に受診された場合対応できる人員に余裕がありません。急病については対応いたしますが、急病以外での受診については午後は避けて極力午前中に受診をお願いいたします。ご迷惑をおかけしますがご理解の程よろしくお願いいたします。

大切なお知らせ

※「もの忘れ相談外来」は終了となりました。
※内科・検査について一部変更となりました。

下呂市立金山病院診療体制表

下記のとおり診療します。第1・3土曜日の午前中は小児科と歯科のみ診療します。（ただし第1・3土曜日が祝日及び年始にあたる場合は診療を行いません。）

令和元年９月１日

区分		月	火	水	木	金	土	備　考
内科系	1診	木村	酒井	木村	木村	木村	―	受付時間 12:00まで 診察時間 8:45～12:00
	2診	本田	本田	本田	廣瀬	本田	―	
循環器専門外来		―	―	―	※１ハートセンター	―	―	第２木曜日（予約制）※１は下記のとおり
もの忘れ相談外来		※８月１日をもちまして終了しました。						
外科系	1診	古田	古田	古田	古田	古田	―	受付時間 12:00まで 診察時間 8:45～12:00
	2診	10時まで杉山 10時から※２	10時まで※３ 10時から杉山	10時まで須原 10時から田中	10時まで杉山 10時から須原	天岡	―	
乳腺外来	1診	古田	古田	古田	古田	古田	―	午後は火・水・木のみ（予約制）
禁煙外来	2診	―	古田	古田	古田	―	―	予約制（午後のみ）
痔核外来	2診	―	―	須原	須原	―	―	受付時間 12:00まで 診察時間 8:45～12:00
小児科	1診	棚橋	棚橋	棚橋 午後休診	棚橋	棚橋	棚橋 （第1・3のみ）	受付 午前 11:00まで 午後 15:00まで 診察 午前 8:45～12:00 午後13:30～15:30 ※水・土 受付 11:00まで 診察 12:00まで
耳鼻咽喉科	1診	宇野女 （午前）	―	―	加藤 （午前）	―	―	受付 11:00まで 診察 9:00～12:00まで
歯科口腔外科		南谷	南谷	南谷	南谷	畠山 南谷	南谷 （第1・3のみ）	■初診 月・水曜日 受付 11:30まで 診察 8:45～12:00 ■再診 予約/月～土曜日 月～金 8:45～17:00 土 8:45～12:00
		（初診）	―	（初診）	―	―	―	
泌尿器科（人工透析）		○	○	○	○	○	○	※1 第2木曜日は、ハートセンターの医師の診察となります。
リハビリテーション科		○	○	○	○	○	―	☆ 外来診察の休診日は、土曜日、日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）となります。ただし、急患の場合にはこの限りではありません。
検査等	腹部エコー	―	木村	―	本田	―	―	
	上部内視鏡	―	木村	―	本田	―	―	☆ 受付時間開始時間について再来機の受付開始は7時50分からになります。診察券のない方・お忘れの方、新患者さんは「①受付」で8時15分から受付します。
	下部内視鏡	○	○	○	○	―	―	

※2 第1,3は須原 第2,4,5は岐大

※3 第1,3は須原 第2,4,5は天岡

職員募集のお知らせ

医師・薬剤師・看護師・看護助手を募集しています。詳細につきましては、金山病院事務課にお問い合わせください。

下呂市立金山病院
〒509-1693 岐阜県下呂市金山町金山973番地6
TEL 0576-32-2121 ／ FAX 0576-34-0006
http://www2.city.gero.lg.jp/HP/kanayamahospital/