

広島通信病院だより

No.139 2021.1

2021年（令和3年） 充実した年でありますように

広島通信病院 院長 杉山 悟

みなさま、明けましておめでとうございます。

昨年の年頭のあいさつでは、オリンピックの年で幸せですと書きましたが、その後思いもよらずやっかいなウイルスに悩まされました。年間を通じて新型コロナウイルスが語られないニュース番組はなく、コロナの文字が載らない新聞はなかったと言っても過言ではありません。地球上で最も小さい生物が世を翻弄するという中で、人類は英知を結集してこの戦いに勝たなければなりません。

そして、感染するという直接の被害以外に、困った周辺状況が2つあります。一つはいわゆる**ロコモティブシンドローム**と呼ばれるもので、もう一つは**うつ傾向**です。

いわゆるロコモティブシンドロームは、運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態で、とくに自粛生活で外出機会の減った高齢者に著明です。自宅や自宅近辺でもできる運動はたくさんありますので、どうかできるだけ筋肉を落とさないように心がけてください。

同じく外出自粛で発散の機会を失うことによる精神的なダメージはどの世代でも起こり得るものです。そのために、一人で悩み、行き詰ってしまう場面を生じ、うつ傾向になられる方がいるようです。みんなで顔を合わせてワイワイ言い合ったり、イベントに参加したりすることは、精神的に本当に重要なことでした。まだまだ会食は避けるように言われていますが、自宅での楽しみを見つけ、手洗いなど基本的な防護策をしっかり守りつつ、精神的にふさぎこむことなく、みんなで乗り越えたいものです。

本年、広島通信病院は**新しいCTを導入**しますので、より詳細な画像診断ができるようになります。広島通信病院が、2021年、みなさまの健康と豊かな生活のために役立つように、スタッフ一同取り組んでまいります。



お酒と(肝臓以外の)病気の話

内科主任医長 白 神 邦 浩

新年明けましておめでとうございます。

今年のお正月は新型コロナのために外出の機会も減り、気がついたらお家でお酒をたくさん飲み過ぎていたという方もおられるのではないのでしょうか？

長年にわたる過剰飲酒が肝臓を悪くするという事は多くの方がご存知だと思いますが、実は肝臓以外にも今からお話するような様々な病気に影響しています。

- ①慢性膵炎：上腹部痛や背部痛を自覚したり、消化不良により下痢が続き、栄養失調になってやせていったりします。
- ②がん：食道がんや頭頸部がん（咽頭がん等）、大腸がん、乳がんなどが起こりやすくなります。少量の飲酒で顔がすぐに真っ赤になる人（フラッシャーと言います）に飲酒・喫煙も重なると相乗的に食道がんの危険が増すことが知られています。
- ③生活習慣病：糖尿病や脂質異常症、高血圧などの生活習慣病を起こしやすくなります。尿酸値が上がって痛風の原因ともなります。
そのため脳卒中（特に脳出血）や虚血性心疾患などを生じやすくなります。
- ④認知症やうつ病：多量の飲酒は脳の老化を早めると言われています。
- ⑤アルコール依存による社会生活上の問題（生活の荒廃や暴言・暴力など）も生じてきます。
- ⑥妊娠とアルコール：妊娠中の飲酒により 胎児の小頭症や顔面奇形の発生リスクが増すほか、生後小児期の急性骨髄性白血病の危険が増すとも言われています。

お酒は何より料理を美味しくしますし、楽しい気分になりストレスの解消にも役立ちます。“適量”を保ち、うまくつきあえば決して悪いことばかりではありません。（かくいう私自身も嫌いな方ではありません。）“適量”とは1日当たり純エタノール量で20gまでが目安です（ビール500ml、日本酒1合、ワイン200ml、ウイスキー原酒60ml程度）。

長年にわたりお酒を楽しめるように、節度を保った飲酒を心がけましょう。



新しい骨密度測定装置が導入されました!

骨粗しょう症は骨の量が減って、骨折しやすくなる病気です。この病気は痛みなどの自覚症状が無く、骨折してから病気が分かるということも少なくありません。

その骨粗しょう症を診断する方法が骨密度検査です。今回当院に導入されたDEXA法の骨密度測定装置は2種類の異なるX線を使用することで最も精度の高い検査を行うことが出来ます。検査自体は検査用のベッドに寝ていただくだけで腰椎や股関節の撮影を行うことが可能で、撮影時間も短く負担の少ない検査となっています。

予防の意味も含め、自覚症状のない時期から検査を受けてみてはいかがでしょうか。



広島市骨粗しょう症検診のご案内

新しい骨密度測定装置が導入されたことにより、当院でも広島市の骨粗しょう症検診を受けることができるようになりました。

対象者

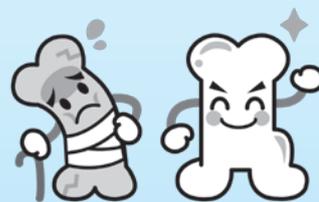
広島市在住

女性 20歳から5歳間隔の方(20歳、25歳、30歳…)

男性 40歳から5歳間隔の方(40歳、45歳、50歳…)

自己負担額

1,200円(70歳以上の方は無料です。)



ご希望の方はご予約が必要となりますので、お電話でお問い合わせください。

お問い合わせ先： **082-224-5379** (人間ドック検診室)

(予約受付時間：平日8:30から16:00まで)

○外来診療日のお知らせ

(黄色が変更部分)

科別	曜日別 診察室	月	火	水	木	金	受付時間		
内科	午前	初診	白 神	保 崎	井 上	松尾(1・3・5) 武川(2・4)	武 川	初 診	再来受付機
		再診	井 上	井 上	保 崎	井 上	保 崎		
		再診	松 尾	正 岡	山 脇	山 脇	白 神		
	午後	初診	武 川	武 川	山 脇	松尾(2・4)	松 尾	午前 8時30分 ～ 11時30分	午前 8時15分 ～ 11時30分
		再診	児 玉	武 川	白 神	八 田	担 当 医		
		再診	山 脇	松 尾	山 脇	山脇(1・3) ボトックス	山 脇		
※内科は一部変更になる場合がございますので、外来窓口でご確認ください。							整形外科のみ	整形外科のみ	
外科	午前	1	脇 山	杉 山	梶原(乳腺外来)	杉 山	脇 山	紹介状 有 11時30分まで 無 10時30分まで	予約 有 11時30分まで 無 11時00分まで
		2	原 野	脇 山		原 野	原 野		
	午後		手 術	予約検査	手 術	予約検査	手 術	診 療 時 間	
産婦人科	午前		新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	新 谷 (初・再診)	午前 9時00分～ 午後 2時00分～	
	午後		新 谷 (予約再診のみ)	新 谷 (予約再診のみ)	新 谷 (予約再診のみ)	新 谷 (予約再診のみ)	新 谷 (予約再診のみ)		
小児科	午前	1	川 野	鎌 田	川 野	鎌 田	川 野	面 会 時 間	
	午後	2	鎌 田	川 野	鎌 田	川 野	鎌 田		
眼科	午前		豊 田	豊 田	豊 田	豊 田	豊 田	午前 10時00分～11時30分 午後 3時00分～8時00分	
	午後		手 術	豊 田	予約検査	予約検査	豊 田		
整形外科	午前	1	進 藤	進 藤	進 藤	松 永	進 藤	・医師名が書いてあるところは診療日です。 土曜日、日曜日、祝祭日は休診です。 ・医師名が書いてあっても、緊急手術等で 変更又は臨時休診となる場合があります。 院内掲示板、電話等でお確かめください。 (TEL.082-224-5355:医事係)	
		2	松 永	井 上	松 永		松 永		
	午後		予 約 診 療 (松永)	手 術	予 約 診 療 (進藤)	手 術	予 約 診 療 手 術		

※人間ドックや受験・就職等の健康診断、がん検診、予防接種も実施しています(要予約)。

病院のご案内



(交通案内)

●市内電車

宇品線、宮島線(①広島港行②宮島行③江波行)
「広島駅」～「八丁堀」下車、白島線に乗り換え
白島線
「八丁堀」～「家庭裁判所前」
電停下車徒歩2分

●JR

山陽本線「新白鳥駅」下車徒歩12分

●バス(広電バス)

牛田～江波線(6号線)
「広島通信病院前」バス停下車徒歩1分
戸坂線(12号線)
「広島通信病院前」バス停下車徒歩2分

●バス(広島バス)

横川駅～広島大学病院(23号線)
「西白鳥」バス停下車徒歩7分

●アストラムライン

「城北駅」で下車徒歩7分

●駐車場あり

広島通信病院の理念

私たちは、地域から親しまれ、信頼される医療サービスを提供します。

基本方針

- 患者さま第一の視点で、満足される医療サービスの提供に努めます。
- 新しい医療技術の修得、充実したチーム医療で信頼される質の高い医療サービスを提供します。
- 地域から頼りにされる病院として、病診連携に努め経営基盤を強化します。
- 社員は患者さまサービス向上に向けて研鑽し、自らの成長と患者さまの満足を共有できる医療環境を創ります。

広島通信病院だより

第139号

発行年月 2021年1月
編集発行者 広島通信病院
〒730-8798 広島市中区東白鳥町19-16
TEL (082) 224-5350