

新年のご挨拶

広報 第四十八号

# さくら前線

新年のご挨拶

院長 中澤 和門

皆様、あけましておめでとうございます。

新しい年を迎え、ご家族とともに笑顔で談笑している姿が目に見え、嬉しく思います。

昨年は色々な出来事がありました。

まず 2 月にはこれまで経験したことのない大雪に見舞われ、職員皆で協力しながら雪かきを行い、駐車場を整備したことや、4 月には消費税が 8 % になり、家計に大きな負担が投げかけられると同時に医療報酬の改正があり、病院にとっても厳しい負担を強いられた年でもありました。

今年の抱負といたしましては皆様のご健康を維持できるように診療に配慮していくことはもちろん、救急にも積極的に貢献できるように外科医師との緊密な連携や、スタッフの教育にも一層力を入れていく所存でございます。

皆様にご安心していただける病院にしたい。ためにもご意見・ご要望等ございましたら遠慮なく仰ってください。改善に努めます。

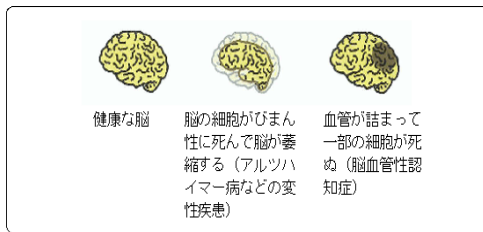
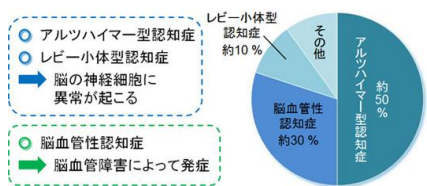
結びに、本年が皆さまにとって健やかで実り多い年となりますよう心よりご祈念申し上げます。年頭のあいさついたします。

### 【高齢者が気になる病気!?】 第3回

今回は認知症の種類について説明します。

認知症の種類は 2 つに大きく分けることができます。もつとも多いのは、脳の神経細胞がゆっくりと死んでいく「変性疾患」と呼ばれる病気です。アルツハイマー病、前頭・側頭型認知症、レビー小体病などがこの「変性疾患」にあたります。

続いて多いのが、脳梗塞、脳出血、脳動脈硬化などのために、神経の細胞に栄養や酸素が行き渡らなくなり、その結果その部分の神経細胞が死んだり、神経のネットワークが壊れてしまう脳血管性認知症です。脳血管性認知症は、障害された場所によって、ある能力は低下しているが別の能力は比較的大丈夫という様に、まだら状に低下し、記憶障害がひどくても人格や判断力は保たれていることが多いのが特徴です。



今回は、認知症の主な症状について説明します。

### 健康と身体

「ヒートショックにご注意を」

「ヒートショック」とは、温度の急激な変化で血圧が上下に大きく変動することが主な原因となる健康被害のことです。しばしば失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞を起こすことがあります。トイレや入浴時に発生しやすく急激な血圧低下により失神し、入浴中に溺れて死亡するケースもあります。

某研究所調査によると、2011 年には約一万七千人の人々がヒートショックに関連した入浴中急死をしたとみられ、その数は交通事故による死亡者数(4611人)を大きく上回ります。特に外気温が低くなる12月から1月にかけて、入浴中に心肺機能停止となる人が、もつとも少ない8月のおよそ11倍に急増するといわれています。

ヒートショックは体全体が露出する入浴時に多く発生します。住宅内で暖房をしていない脱衣室や浴室では、室温が10度以下になることが珍しくありません。寒い脱衣室で衣服を脱ぐと、急激に体表面全体の温度が10度程度下がります。すると寒冷刺激によって血圧が急激に上昇します。この血圧の急上昇が、心筋梗塞、脳卒中を起こす原因とされています。さらに、一度急上昇した血圧は、浴槽の暖かい湯に浸かることによる血管の拡張で、反対に急激に低下します。この急激な血圧低下が失神を起こす原因となります。ヒートショックの危険性が高い人としては、高齢者や、高血圧、糖尿病、脂質異常症をもっている人を挙げていますので、十分ご注意くださいとともに脱衣所や浴室、トイレの暖房もこまめに行いましょう。



お知らせ

・『クリスマス会』開催する・・・

12月20日14時より、入院患者様のためのクリスマス会を行いました。

具体的な催しとしては、吾妻高校マンドリン部による演奏、カラオケなどで、とても楽しい時間を過ごすことができました。



・イルミネーション点灯しました・・・  
正面玄関前の駐車場をぜひご覧ください。

診療予定日のお知らせ(平成27年以降)

佐久間 医師

1月6日(火)・15日(木)

20日(火)・22日(木)

佐久間まり子 医師

1月19日(月)・2月9日(月)

3月9日(月)

池田 医師

1月16日(金)・17日(土)

2月27日(金)・28日(土)

3月27日(金)・28日(土)

栄養課だより

「唐揚げと竜田揚げ」

管理栄養士 斉藤恵子

唐揚げは日本独特の料理で、定番料理として君臨しています。今でこそ、鶏肉は安価な肉ですが、戦前においては、1羽あたりから取れる食肉部位が少ないため、高級品だったといわれています。

戦後、食糧難に備えるため、養鶏場を多く作るという国の政策のもとに、米軍からブロイラー(食肉用鶏)が持ち込まれ、日本の鶏肉料理が発展し、唐揚げが生まれました。唐揚げが食卓に登場したのは、ここ3〜40年だそうです。

特に養鶏場が多かった大分県中津市は唐揚げの聖地として、認識されています。

唐揚げと竜田揚げ・同じ揚げ物ですが、その違いは何でしょうか？

唐揚げとは、素揚げや、食材に小麦粉や片栗粉をまぶして揚げる料理であり、食材は鶏に限らず、魚や野菜など、揚げもの全般を指します。

竜田揚げの竜田は、奈良県の北西を流れる紅葉の名所である竜田川を指し、醤油による肉の赤色と、衣の白色の混ざった様子を竜田川の白波に浮かぶ紅葉を思い浮かべることから由来とされています。また、味付けは醤油、みりん、片栗粉をしようするのが竜田揚げの特徴であり、片栗粉をまぶすことにより、カリカリした食感が楽しめます。



診療案内(1月)

診療科		月	火	水	木	金	土
内科 循環器科	午前	中澤※1	佐久間 ※4 (中澤)	中澤	佐久間 ※5 (中澤)	中澤 池田※6	中澤 池田※6
	午後		休診				
外科 胃腸科 (整形・リハビリ科)	午前	熊倉 (群大) ※3	山中 (群大) ※3	休診	小野里 (群大) ※3	笹口	(群大) ※7
	午後		休診				
心療内科	午後	休診※2	休診	休診	休診	休診	休診

外来受付時間：午前 8時45分 から 12時00分まで / 午後13時00分 から 17時00分まで

休診日：土曜日午後、および日曜・祝祭日(当番医は救急対応)

- ※1 第3月曜は佐久間まり子Drの診療(午前)となります。
- ※2 第3月曜日午後の診療になります
- ※3 毎週月火木曜 13時~14時は回診のため、午後の外科外来の診療開始は14時以降となります。
- ※4 第1・3火曜日は佐久間 Dr の診療(午前)となります(第2・4火曜日は訪問診療のため外科代診)。
- ※5 第3・4木曜日は佐久間 Dr の診療(午前)となります。
- ※6 第3金曜・第3土曜日の診療となります。
- ※7 第2・4・5土曜日の診療となります。
- ◆ かかりつけ患者様の急病時はいつでも対応します。
- ◆ 外科休診日でも軽度のケガ等はお相談ください。
- ◆ 1月休日当番医(外科)は11日・25日となります。

発行：吾妻さくら病院 広報委員会

吾妻郡中之条町伊勢町 782-1  
TEL: 0279-75-3011  
FAX: 0279-75-3299  
URL: <http://www.a-sakurahosp.com>

- ※ 佐久間 Dr の内科診療日(午前)は 6日・15日・20日・22日 となります。
- ※ 心療内科の診療は 19日(月) 午後 となります。
- ※ 池田 Dr の内科診療は 16日(金)・17日(土) となります。
- ※ 第3月曜日(19日)の内科は佐久間まり子先生の診療(午前)となります。
- ※ 土曜(午前)の外科診療日は 10日・24日・31日 となります。