

# キシトク

無料配布

発行

医療法人徳洲会 岸和田徳洲会病院 情報誌

## Vol.8

2024年5月

毎月1日発行

キシトク病院祭

5月19日(日)

## HAPPY BIRTHDAY

岸和田徳洲会病院



### もくじだよ♪

- ・院長からのメッセージ・(1p)
- ・がんは怖くないわよ!?(2p)
- ・みんなで Rehappy・・・(3p)
- ・お薬を飲むタイミング・・・(4p)
- ・離島通信・・・・・・・・(4p)
- ・キシトク病院祭・・・・(5~6p)
- ・まちがいさがし・・・・(裏表紙)

体調を崩さないように  
気をつけてね♪

岸和田徳洲会病院の理念

「生命を安心して預けられる病院」

「健康と生活を守る病院」

## 院長からのメッセージ

5月がやってまいりました。  
春がやってきたと思っていたらあっという間に初夏の陽気になっております。今年の夏もまた暑いんでしょうね。  
皆様くれぐれも脱水には気を付けましょう。  
特に高齢の方に多いのですが、トイレに行くのが億劫だからできるだけ水分を取らないようにしているというお話を外来でも伺います。熱中症の危険も上がりますし、腎臓にも悪いです。  
腎臓というのは一度悪化してしまうと現代の医療では根本的な治療はできません。近年はいわゆる腎臓病による腎機能障害よりも、高血圧や糖尿病などによる腎機能障害が多く、透析の原因もこちらが多くなっています。塩分過多に気を付けて、水分をきちんと摂取して、腎臓をいたわっておくことが結果的に元気で自由な人生につながります。腎臓が悪くなると、厳しい食事制限が必要になって、大変ですよ。くれぐれも気を付けてください。  
そして、体の変調に気が付いたら早めに受診してくださいね。

医療法人 徳洲会  
岸和田徳洲会病院  
病院長 畔柳 智司  
くろやなぎ



### Instagram

岸和田徳洲会病院のオフィシャルです。  
キシトクの日常業務や院外活動など動画を投稿しています。  
日々、フォロワーの皆さんに、観て楽しいインスタを展開中です。



### YouTube

岸和田徳洲会病院のオフィシャル YouTubeチャンネルです。  
医療講演やリハビリ体操など、色々な動画を配信予定です。  
チャンネル登録お願いします。  
しま～す。



### ホームページ

岸和田徳洲会病院の公式ホームページになります。各診療科の情報や、外来予定表や休診情報などを載せております。  
もっと見やすく分かりやすいホームページになるように、リニューアル中です。

ホームページにて、「キシトク曳行」のバックナンバーの閲覧が可能です。

## 手術治療のデメリット

④ 痛みや恐怖がある

③ 正常な皮膚や筋肉を切る。また体の一部を失う



ほかにも  
・内視鏡手術  
・鏡視下手術  
・ロボット支援手術もいって  
たね。

## 手術治療のメリット

① 完全に  
取り除くことが  
出来れば  
完治するよ。  
② 患部を見ながら  
治療できる  
がん細胞や  
組織を採取して  
手術中に確認  
することも  
できるわ。



ナルホーロ

前回は、手術治療のお話をしました。

監修 泌尿器科  
副院長 西畑 雅也

「がん」は怖くないわよ!?  
放射線治療をくわしく



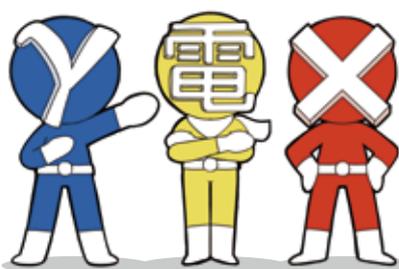
## バッシューッ



活発に活動して盛んに分裂や増殖する、がん細胞のDNAを傷害し、死滅させるよ。

やっつぽろー

③



今回は、放射線治療についてくわしく、お話するね。

がんの放射線治療には  
X線、電子線、ガンマ線などの放射線を用いた治療法があるの。



最近では放射線のつづ、粒子線(陽子や重粒子)を使用した粒子線治療も実用化され、X線による放射線治療より、がん病巣にピンポイントで狙い撃ちできるわ。

④

しかし、粒子線を発生させる装置には大きな装置が必要であり、治療できる施設が少ない...

ほんとだ  
ピンポイント  
であたってる  
凄〜い。

## 放射線治療のメリット

体に傷がつかないため痛みがなく体の負担がすくないので、通院でも治療ができるのよ。

## 放射線治療のデメリット

照射した部位に副作用が起こることがあるよ。がんの種類によっては効かない放射線の照射できる量に限界があるの。

アメリカ、イギリス、ドイツなどの先進国では60〜70%の人は放射線治療していますが、日本では30%程度です。

人体に影響がでないように放射線の量が決められていますので決して怖い治療ではないのよ。

⑥

なるほど。

⑤

次回 薬物治療をくわしく

ナルホーロ

ナルホーロ

# みんなのリハッピー

# Rehappy

えんげ

## 嚥下ってなんだろう？

ものを食べることは①口に入れる ②噛む ③飲み込むという一連の動作によって行われます。特に飲み込む動作のことを「嚥下（えんげ）」といい、この嚥下機能が低下すると食べ物が誤って気道に入りやすくなり、窒息や誤嚥性肺炎を引き起こす危険性が高くなります。

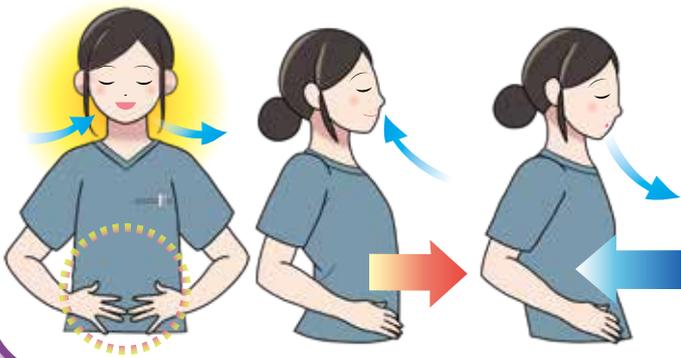
そこで今回は簡単に予防できる体操をご紹介します。食事前などに実践してみてください。

## えんげ

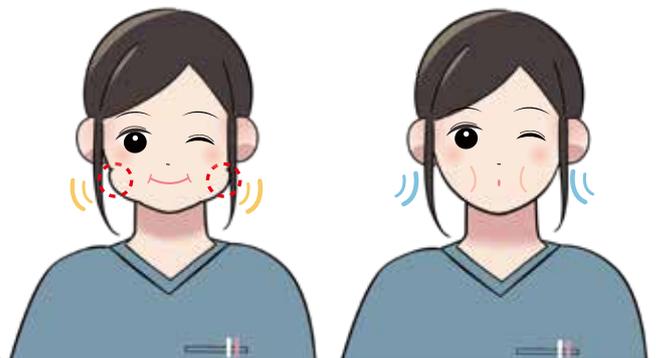
# 一緒にしよう！ 嚥下体操

嚥下って飲み込む動作のこと！

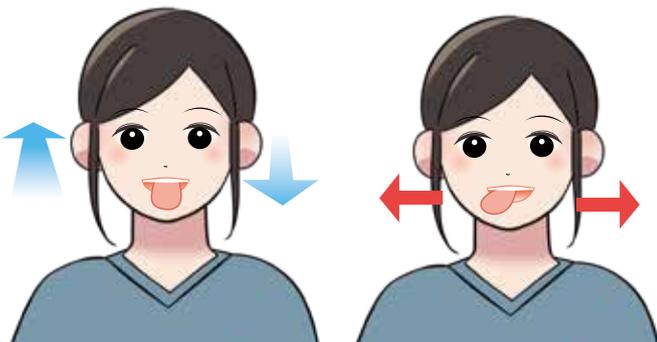
1 口から息をゆっくり吐き、鼻から吸い込み深呼吸。このときおなかに手を当てて腹式呼吸を意識。



2 頬を膨らませたり、ひっこめたりしましょう。これを2から3回繰り返し。



3 大きく口を開いて、舌を出したり、ひっこめたり左右へ。これも各2から3回ずつ行いましょう。



4 「パパパ、ラララ、カカカ」または「パラカ」とゆっくり発声。このとき初めはゆっくりと5～6回繰り返し、次に早く5～6回繰り返し。

パパパ、ラララ、カカカ

最後に深呼吸しておしまいです。





# お薬を飲むタイミング 食前



～食直前と食前は違う?～

今回は前回からの続きで『食前』について説明します。



『食直前』は食事の5～10分前  
(実際はお箸を持つ直前と覚えて下さい)でした。

『食前』は食事の30分前位が目安となります。

例えば  
胃腸の運動を改善するお薬や、吐き気止め  
などは『食前』で処方されるケースがあります。

これは、飲んだお薬の効果がでてくるまで  
一般的に30分くらいかかるためです。

お薬を飲んで、  
効果が出始める頃に食事を開始する  
タイミングとなるように考えられています。

一方、胃の中に食物が無い(胃の中が空の状態)で  
飲むことが望ましいお薬も『食前』で処方されます。

お腹がすいたな



このようなお薬は特に飲み忘れに注意して下さい。  
なぜそのお薬が『食前』となっているかを知っておくことが大切です。



## 離島通信

(((岸和田徳洲会病院 発信!!!)))

こんにちは!岸和田徳洲会内視鏡チームの露口恵理です。

今月は奄美大島にある瀬戸内(せとうち)徳洲会病院に内視鏡応援で行ってきました!  
奄美大島瀬戸内町は、大島郡に属し、奄美大島の南端部とその沿岸に位置する  
加計呂麻島、請島などの離島からなる、  
人口約8000人の町です。  
町名の由来は大島海峡の別名  
「瀬戸内」に因むそうです。

病院のスタッフさんたちと

胃カメラ、大腸カメラ、透視検査等させていただきました。  
奄美大島はもう夏!お昼も夜も暑くて冷房が必要でした!島の方々にとって少しでも力になれるように、これからも頑張っていきます!



初めての

医療法人 徳洲会 岸和田徳洲会病院

# キミピトク<sup>®</sup>

## 病院祭

2024  
5/19  
10:00  
▶ 15:00  
日

小さいお子様からご年配の方まで沢山の方々に  
病院にふれあい、その魅力を満喫していただく  
イベントをご用意しております。  
どうぞご来場ください。

### 医療講演 同時開催

〈講演者〉

・畔柳 智司 院長

・松元 陽一 副院長

・西畑 雅也 副院長



来場者には、オリジナル  
記念品をプレゼント!!

スタンプラリー開催!!  
プレゼントがあるよ。

ちびっこ集まれ。



## 薬剤師体験!!

ホンモノのお薬の代わりに  
お菓子をつかってお薬  
作り体験ができます。



## 縁日コーナー

- 輪投げ
- 人形すくい
- ヨーヨーすくい
- お菓子つかみ取り



当日は院内販売の金券が必要となります。

## ちびっこ大好き!! スライム 手作り体験

当日は院内販売の金券が必要となります。



## 手術室 見学会

〈人数制限あります〉



## AED 講習会

〈人数制限あります〉

いざ、という時のために!

当院救急スタッフが  
AED講習を  
ご教示します。



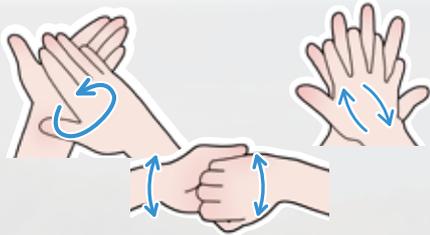
## 無料、健康相談会!!

薬剤師・栄養士などなど専門分野の  
スタッフがよりよい生活習慣や健康  
づくりをお伝えします。

- お薬相談会
- 健康相談
- 栄養相談会
- 緩和ケア

## 手洗い 教室

効果的な手指  
衛生の方法



## 徳洲会グループ施設紹介

• 岸和田徳洲苑 • 東佐野病院 • 貝塚記念病院



## わくわく★ キッチンカー 大集合!!



## 救急車と 一緒に 記念撮影!!

当日は子供用の白衣を  
無料レンタル。  
お気軽にご利用ください。

尚カメラは  
各自で  
ご持参  
ください。



キ シ ト ク は が き

5 9 6 8 5 2 2

お手数です  
が所定の  
切手をお貼  
りください

大阪府岸和田市加守町4丁目27-1  
岸和田徳洲会病院  
キシトク曳行プレゼント係

裏面にプレゼントが  
あります。  
みなさんのご応募  
お待ちしております。



協賛



岸和田観光バス株式会社  
KISHIWADA KANKO BUS CO. LTD. SINCE 1954

大阪府岸和田市磯上町4丁目281番3号 TEL.072-436-2222(代表)

病院の駐車場は患者様優先とさせていただきます。  
当日、お車でお越しの方は、近隣の有料駐車場か  
公共交通でお越しください。また、混雑が予想され  
ますので、お車でご来場の方は、事故等がないよう  
にご注意してください。

# キシ、トクちゃんの まちがいさがし プレゼント!



下記の、左と右のイラストのまちがいを5つ見つけて、下記のハガキに必要事項をご記入いただきました方に、「**軽量折りたたみ傘**」を抽選でプレゼントします。



AからIでお答えください。



## 抽選で3名様にプレゼント

応募期間 2024年5月1日(水)~5月31日(金)

## プレゼント商品紹介!

### 抽選で3名様に 軽量折りたたみ傘プレゼント!



※カラーは4種類ありますが、カラーの指定はできません。

### ▼応募方法

キシトクはがきに、上記のまちがい5つ、ご住所、お名前をご記入頂きご応募ください。また、貴方が今、関心のある病気や治療方法などがあれば教えてください。

※ご記入いただくと、抽選に当りやすいかも。笑

### 抽選にハズしてしまった方へ ダブルチャンス賞

♡愛読者さま いっもたくさんのご応募いただきありがとうございます!

ご愛読者のみなさまへ。感謝の気持ちを込めて上記、応募賞品に当選しなかった方の中から抽選で20名様に、キシトクステッカー1枚プレゼント! みなさま、ぜひ!かわいらしいキシトクのオリジナルステッカー集めてみてね!



### <注意事項>

- ※応募の受付、当選確認、当選理由などについてのお問い合わせは受け付けておりません。
- ※商品発送は日本国内に限ります。
- ※解答、解答まちがい、お名前、ご住所の記入がない場合は無効となります。
- ※商品発送後の商品の破損等に関しては弊社は責任を負いかねます。
- ※当プレゼント企画は予告なく、変更または中止する可能性があります。
- ※当選は発送をもってお知らせします。予めご了承ください。

### 4月号VOL.7の答え!!

C・D・E・G・Iでした。



▲キリトリ線▲

Vol.8 キシトクはがき

## まちがいさがしプレゼント!

A	B	C
D	E	F
G	H	I

まちがいがあるアルファベットに  
□レ点をご記入くださいませ。

A    B    C  
 D    E    F  
 G    H    I

キシトク発行では、読者の皆様からのご意見・ご感想をお待ちしております。

お名前	性別	男・女	年齢	歳
〒 -				
ご住所				

ご記入いただいた個人情報は、上記の利用目的のみに使用し、第三者に提供することはありません。