

無料配布

KiShiTOKU

EiKO

岸和田徳洲会病院 9月情報誌

キシトク®

曳行Vol.10

トピック
がん治療は
怖くない!?



発行・編集:岸和田徳洲会病院 ブランディング推進室

Tokushukai Medical Group Kishiwada Tokushukai Hospital

院長からの メッセージ



9月になりました。今年の夏は本当に暑いですね。毎年、1年前よりも暑くなっている気がします。このままいくと、日本はどうなってしまうのでしょうか。地球温暖化というものを実感する今日この頃です。岸和田病院も4月に人事異動と医師の働き方改革がやってきてバタバタとしましたが、ようやく診療体制の再構築が進んできました。24時間体制で皆様のお困りの時にはいつでも対応できる体制もできました。地域を守る最後の砦として、依然と変わらず機能しております。ただ、皆様に繰り返しお伝えしますが、不調が続く場合には早めに病院を受診して検査をしておくようにしてください。暑い日が続きますので、熱中症には気を付けてお過ごしください。

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



Index

- ・院長からのメッセージ・・・ (1p)
- ・がんはこわくない!?!・・・ (2p)
- ・おうちで健やか体操・・・ (3p)
- ・お薬を飲むタイミング(食間)・・・ (4p)
- ・アミロイドPET検査・・・ (5p)
- ・10/20(日)拡大医療講演の告知・・・ (6p)
- ・インスタの紹介・・・ (7p)

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。



LINE

岸和田徳洲会病院の公式LINEです。色々な情報を配信予定です。友だち登録お願いします。



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。チャンネル登録をお願いします。



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。



キシトク

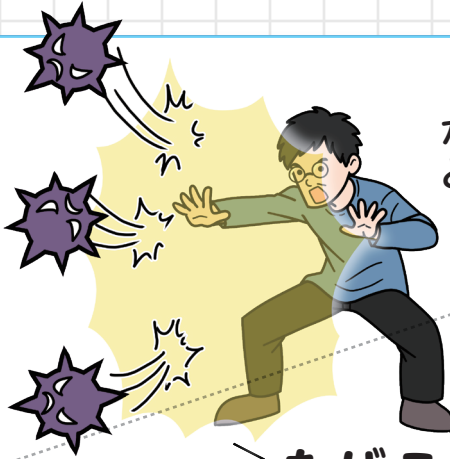
医療法人 徳洲会
岸和田徳洲会病院

〒596-8522
大阪府岸和田市加守町4丁目27-1
TEL:072-445-9915
FAX:072-445-9791

「がん」は怖くない!?! がんを防ぐためにできること…

1

たばこについて



がんを防ぐためには
どうしたらいいか?



たばこは
吸わない!!



たばこは肺がん以外のがんでも
発生リスク増加させます!

その他 喉頭(こうとう)癌、
膀胱癌、前立腺癌など多くの
がんのリスクが増加する。

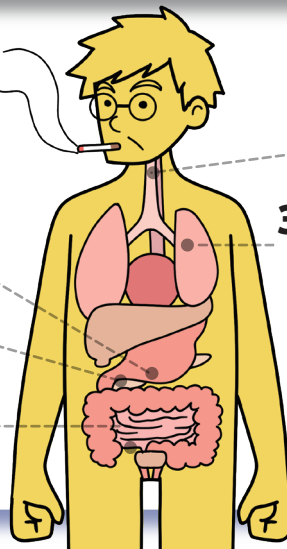
大腸癌
1.4倍

すい臓がん
1.8倍

胃がん
1.7倍

食道がん
3.7倍

肺がん
4.5倍



2

他人のたばこの
煙を避ける

他人のたばこの煙を吸うと
がんのリスクを高めます!!



たばこを吸うことは自分だけでなく、
家族や周りの人にも悪い影響を与え
ます!

たばこはやめましょう!!

監修 泌尿器科 副院長 西畑 雅也



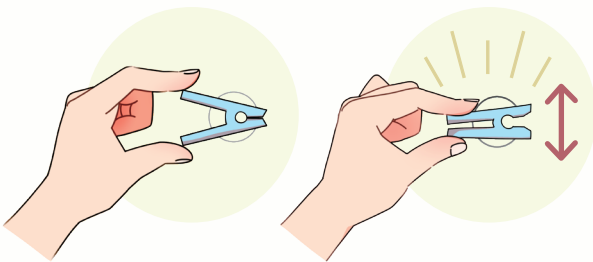
手指巧緻性トレーニング

巧緻(こうち)運動とは、ボタンの掛け外しや紐結び、小銭をつかむなどの手先や指先の細かい動きのことを言い、普段の生活には欠かせない動きの1つです。手と脳は密接に繋がっているため、手指の巧緻性を

高めることは集中力UPや認知症予防にも効果があると言われています。そこで今回は身の回りにある物を使った手指の巧緻性トレーニングを紹介します。すきま時間に実践してみてください。

1

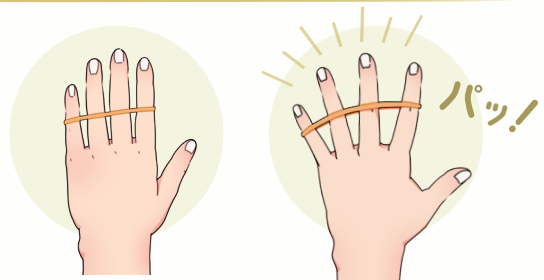
洗濯バサミを親指と人差し指でつまみ、開いたり閉じたりしましょう。



◆ これを20回程度繰り返しましょう。

2

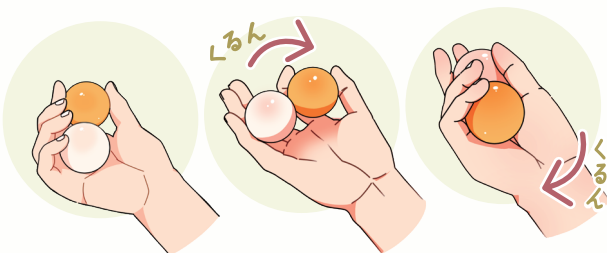
人差し指から小指にかけて輪ゴムを通し、指を閉じている状態から指を開きましょう。



◆ このときなるべく指は伸ばしたまま行うようにしましょう。

3

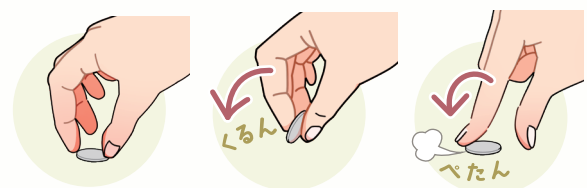
ピンポン玉程度の大きさの球を二つ持ち、手のひらの上で球を回すように動かしましょう。



◆ 10~15回程度行うようにしましょう。

4

小銭を用意し、一枚一枚裏返しましょう。



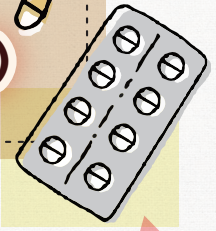
after that

その後小さい金額の小銭から順に積み重ねていきましょう。





お薬を飲むタイミング(食間)



～食事が終わった2時間後～🕒

◀ 今回はお薬を飲むタイミングで『食間』について説明します。 ▶

『食間』は食事と食事の間を指します。



食事が終わった2時間後と覚えて下さい。
決して食事中(食事の間)ではありません。



食事をすると胃の中に食べたものがたまります。

ここで胃液と混ざって粥状になり小腸に移動していきます。
食べたものが胃の中に留まる時間はだいたい2~3時間と言われており、
お肉や揚げ物など脂分の多い食事の場合は4~5時間と長くなります。
脂分の多い食事のあと胃がもたれるのはこのためですね。

脂分の多い食べ物は、
消化に時間がかかるよ



『食間』すなわち食後2時間とは胃の中に食べたものがほとんど残っていない時間帯となります。

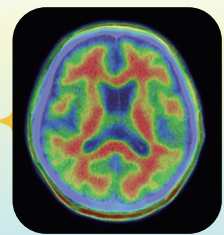
例えば腎臓の力が弱くなってきた時に尿毒症の原因となるものを
吸着する『クレメジン®』というお薬や、胃の中に食べたものが
残っていると、吸収が良くなりすぎて効果が強く出てしまう
可能性のあるお薬などは『食間』に服用します。



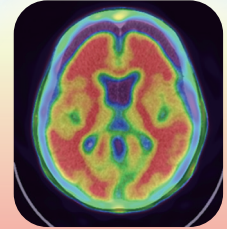
当院では『食間』という
表現は使わず『食後2時間』
と表示しています。

食事が終わった2時間後のお薬は
飲むのを忘れてしまう可能性が
高いので、特に注意して忘れずに
服用して下さいね。

2024年5月から
アミロイドPET検査を始めました!



アミロイドPET
陰性画像



アミロイドPET
陽性画像

アミロイドPETとは?

現在、日本における認知症の原因の6割を超えるといわれている“アルツハイマー型認知症”。その原因物質と考えられるアミロイドβプラークが、脳内に溜まっているかどうかを調べる検査で、早い時期からこの異常を検出できます。早期に治療を開始することで、認知症の進行を遅らせることが期待されています。



当院では日本核医学会による「PET撮像施設認証」を取得し、この基準の下にアミロイドPET検査を行っています。



当日は、ご家族でお越しください。待ってま〜す。



◆開場/9:30~

開催

10:00~15:00

参加
無料

2024.

10.20



会場 浪切ホール「大ホール & 祭りの広場」

拡大医療講演

健康やカラダのこと知りたいが、ここにある!!

医療講演の演者一覧 大ホール 10時~開始予定

- <心臓血管外科> 院長 畔柳 智司
- <神経内科> …… 副院長 出田 淳
- <泌尿器科> …… 副院長 西畑 雅也
- <循環器内科> …… 部長 藤原 昌彦
- <下部消化管外科> 部長 徳原 克治
- <消化器内科> …… 部長 田澤 智彦 院長 畔柳 智司



小中高生のダンスパフォーマンス
STUDIO Move ON

※掲載のイベント等は予告なく変更する場合があります。予めご了承ください。

2F 練習室<ポイント エリア>

当日、医療講演にご参加した方にポイントを付与します。そのポイントで下記、イベントに参加できます。詳しい内容は、次のチラシ等に掲載しますので、お楽しみにお待ちください。

★薬剤師体験!!

お菓子だよ。
ホンモノのお菓子の代わりにお菓子(チョコレート、ラムネ)をつかってお薬作り体験ができます。



キシトク病院祭で大人気!!

★お菓子すくい



★輪投げ



※薬剤師体験やお菓子すくい・輪投げのお菓子は、無くなり次第終了します。

★血管測定
★視力測定



★運動測定

リハビリテーション科が誰でも楽しみながらできる運動をご紹介します。



1F 祭りの広場<フリーエリア>

災害急性期に活動できる機動性を持ったトレーニングを受けた医療チーム
災害派遣医療チーム
DMAT展示ブース



AED講習会!!
いざ、という時のために!
当院救急スタッフと消防署の救急隊員がAED講習をご教示します。
岸和田市消防署とのコラボ企画!!



避難所体験コーナー



※写真はイメージです。

女性がん(乳がん、子宮がん)の検診啓発コーナーを相談ブースにて開催
ピンクリボン大阪

※写真はイメージです。

相談ブース

- ①お薬相談
- ②栄養相談
- ③心不全相談
- ④健康相談
- ⑤施設紹介

グループ
・岸和田徳洲会
・東佐野病院
・貝塚記念病院



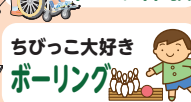
キッチンカー&阪急移動販売カー!!
やって来るよ〜



健康のパロメーター
血圧測定



この機会に
車いす体験



ゆるきゃら&救急車と一緒に記念撮影!!

※尚カメラは各自でご持参ください。当日は撮影用子供用の白衣を無料レンタル。お気軽にご利用ください。



協賛 防災備蓄グッズの事なら

いちよし証券(証券コード:8624)グループ
いちよしビジネスサービス株式会社(IBS)
大阪支店 TEL:06-4980-2101
大阪市中央区高麗橋三丁目1番6号
関電不動産高麗橋ビル 3階



協賛 女性がん(乳がん、子宮がん)の検診啓発活動団体

特定非営利活動法人
ピンクリボン大阪
TEL:090-5463-8954
大阪府泉南郡熊取町久保南
四丁目4番43号



当日はシャトルバスをご利用ください。

南海本線 岸和田駅前 ◀・▶ 浪切ホール前

※乗り場など詳しい情報は、次のチラシ等で掲載します。

医療法人 徳洲会
岸和田徳洲会病院

〒596-8522 大阪府岸和田市加守町4-27-1
お問い合わせは、TEL.072-445-9915(代)

キシトク®



みんな、インスタのフォロー
よろしくお願ひしま〜す。



当院では多数の部署がSNSで情報発信中です。



心臓血管外科



消化器内科



看護部



救急看護
認定看護師



手術室
(看護師、臨床工学技士)



医師支援室



医師対策



栄養科



岸徳ハート
ケアチーム

 医療法人 徳洲会
岸和田徳洲会病院

〒596-0042 大阪府岸和田市加守町4丁目27-1
TEL. 072-445-9915

