



2020年8月発行

みなさま こんにちは。三木市吉川町にあります医療法人社団 敬命会 吉川病院です。

新型コロナウイルス感染防止に引き続き取り組み、皆様に安心・安全な医療を提供できるよう、職員一丸となって努めております。

暑い日が続いています。熱中症に十分お気をつけください。詳しくは裏面の「熱中症」をご覧ください。

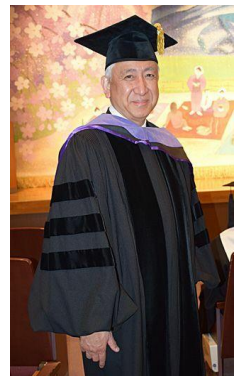
循環器専門外来開設のお知らせ

本年4月から木曜日（全日）、土曜日（午前中）で外来を担当しています福田です。3月までは青森県の弘前大学医学部で外科の教授をしておりましたが、定年退職して妻の実家のある吉川町へ引っ越してきました。地域に根差した医療を提供するべく吉川病院のスタッフの皆さんと協力して診療に当たっています。

吉川病院では一般内科・外科を担当しております。

専門は心臓血管外科および循環器科ですので、今までの専門分野を活かして、高血圧、心臓疾患、血管病、動脈硬化症、静脈の病気等の診療に取り組んでゆきたいと思っております。循環器疾患の症状として地域の皆さんに気をつけていただきたいものは、息切れや胸の痛み、動悸、むくみです。

心臓血管外科・循環器科
福田幾夫医師



- 息切れ：心臓の働きが低下している時に出現する症状ですが、肺気腫や肺炎など肺の病気でもよく見られる症状です。タバコを吸っておられる方は肺気腫だけでなく狭心症などの病気を伴っていることがあります。これらを見分けるために胸部のレントゲンや心臓超音波検査などを行います。
- 胸の痛み：狭心症では胸の中央からやや左側、みぞおちに圧迫されるような痛みが出現します。心電図検査や心臓超音波検査を行います。大動脈瘤破裂では背中に抜けるような痛みを伴うことがあり、造影剤を使用したCT検査を行います。
- 動悸：不整脈を伴う心臓の病気で認めることがあります。24時間心電図検査を行います。
- むくみ：心臓の働きが低下している場合に両足のむくみが見られることがあります。足の静脈がつまる静脈血栓症では片側の足のむくみが見られます。心臓や足の静脈の超音波検査を行います。
- 動脈硬化：全身の血管に脂肪分がたまるために血液の流れが悪くなり、脳卒中や足の「えそ」を起こします。頸動脈の超音波検査、足の血圧測定などを行います。高血圧、コレステロール高値の方は年に1回はこれらの検査をお勧めします。

吉川病院では心臓超音波検査、CT検査、24時間心電図検査、足の血圧測定、頸動脈超音波検査、足の血管超音波検査が可能です。



外来診療時間







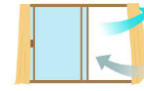


診療時間（月曜日～土曜日）

午前診 9:00～13:00 午後診 14:00～16:30（新型コロナウイルス対策期間）

休診 日曜日・祝日・開院記念日（7/1）・年末年始（12/30～1/4）

		月	火	水	木	金	土
午前	1診	内科・外科	内科	内科・外科	内科・外科	内科・外科	内科・外科
		谷中 清	中嶋 正	棕棒正博	福田幾夫	永尾 朗	福田幾夫
	2診		皮膚科			皮膚科	
			高橋祐美			高橋祐美	
	3診	整形外科	整形外科	整形外科	整形外科	整形外科	
		清家重郷	清家重郷	清家重郷	清家重郷	清家重郷	
午後	1診	内科・外科	内科	内科	内科・外科	内科	内科 糖尿病内科
		谷中 清	岩間英世	山田貴志	福田幾夫	廣瀬卓治	門脇誠三
	2診						
	3診	整形外科	整形外科	整形外科	整形外科	整形外科	
		清家重郷	清家重郷	清家重郷	清家重郷	清家重郷	

熱中症予防チェックリスト

- こまめに水分補給をしている 
- エアコン・扇風機を上手に使用している 
- シャワーやタオルで体を冷やす 
- 部屋の温湿度を測っている 
- 暑い時は無理をしない 
- すずしい服装をしている
外出時には日傘、帽子 
- 部屋の風通しを良くしている 
- 緊急時・困った時の連絡先を確認している 
- 涼しい場所・施設を利用する 

夏バテを予防する食事

～元気の素は何と言っても毎日の食事から～

夏バテ予防のポイント



- ① 1日3食 バランスの良い食事をしましょう
卵、肉、魚、豆腐等、野菜、果物、牛乳、海藻など
- ② 新鮮な野菜や果物で、水分ミネラルを補給しましょう
- ③ ビタミンB1を補給しましょう
豚肉、うなぎ、大豆、玄米、ほうれん草、ごま等
- ④ 酸味を効かせましょう
梅干、オレンジ、グレープフルーツなど
- ⑤ 香辛料・香味野菜を利用しましょう
生姜、にんにく、わさび、こしょう、カレー粉等の香辛料、しそ、みょうが、ねぎ等
- ⑥ 冷たいものを取り過ぎないようにしましょう
清涼飲料水やアイス等、摂り過ぎると胃腸をこわし食欲を低下させます。

【熱中症予防 メモ】

- ◆ 寝る前だからと水分を我慢せずこまめな水分補給を。
汗をかいた時は、適度な塩分補給も必要です。
- ◆ 暑さを感じなくとも、温度計の温度が上がったらエアコンをつけるなど常に注意しましょう。

医療法人社団 敬命会

吉川病院

〒673-1231

兵庫県三木市吉川町稲田1番地の2

TEL 0794-72-0063

FAX 0794-72-1732

吉川病院ホームページURL <http://www.yokawa-hp.or.jp>