



地域の医療機関と連携して あなたと街を支える存在
かかりつけ医について知っていますか？



み なさんの住む街には診療所や総合病院など、さまざま「病院」があります。“日々の健康状態を診てもらう”“専門的な治療を受ける”“リハビリを中心に行う”など病院ごとに役割が分かれています。地域の中で分担しています。**かかりつけ医**は主に地域の医院や診療所のことで、あなたやご家族の健康状態を総合的に診てくれる・普段の健康状態をよく知っている、患者さんにとって最も身近な存在です。



かかりつけ医と三豊総合病院の連携

かかりつけ医

- ・患者さんの体調の気になること、慢性的な病気など、継続した診察を担当
- ・専門的な治療や検査、入院が必要になつたら、適切なタイミングで当院へ連絡(紹介)



三豊総合病院

- ・重症な患者さんの、救急医療や専門的・集中的な治療を担当
- ・当院での治療が落ち着いたら、その方の身近なかかりつけ医へ再度連絡(逆紹介)

かかりつけ医の先生と当院医師の意見交換の場として

三豊総合病院 地域医療連携協議会を毎年開催しています

第 10回地域医療連携協議会を9月29日に開催しました

この地域の医療機関の連携や発展につなげるべく、2008年から毎年この会を開催しています。

今回は「三豊市・観音寺市・四国中央市の地域医療連携を考える」をテーマに、近隣の医師約100名が参加。各診療科や救急医療の連携、紹介事例など、問題点や改善点をグループで討議しました。開業医の先生からのお話し等もあり、顔と顔の見える関係を築きながら意見交換をする機会となりました。



次のページでは、かかりつけ医との連携についてご紹介します



当院では、かかりつけ医とこのように連携しています

紹介状に関する業務や予約受け付けなどは
地域医療連携室が担当しています

かかりつけ医から当院へ紹介となった際、事前予約をお取りしています。(待ち時間短縮・よりスムーズな診察・紹介状持参で初診時選定療養費1,080円が不要などのメリットあり)また、当院から他院への紹介のお世話をしています。かかりつけ医の先生と当院医師をつなぐパイプ役を担っています。



なお、地域医療連携室と総合相談室は10月から**地域連携課**となりました

当院から退院される際のサポートは
総合相談室が担当しています

退院される際に、患者さんやご家族にとって不安や問題となること(診療に関する事・退院後の生活・福祉などの制度・医療介護サービス・経済的な心配など)について、さまざまな制度や方法をお伝えし、解決できるようサポートしています。



かかりつけ医からの紹介で、当院に入院となった場合 **開放型病床**

という制度があります

紹介で来院された患者さんが、当院での入院治療が必要になった際、かかりつけ医の先生と当院医師が協力して治療にあたる制度です。当院では開放型病床として常時12床のベッドを設置しています。

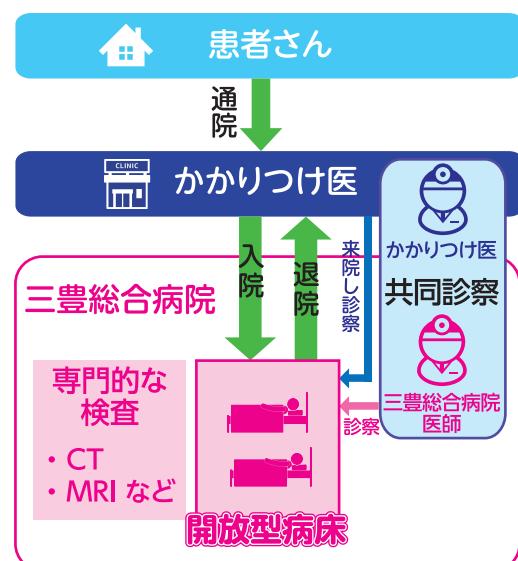
(登録医療機関*対象の制度です。

現在、観音寺市の37院・三豊市の20院が対象)

*登録届出済の地域の医療機関

メリット

かかりつけ医での診療と、当院でのより専門的な診療の両方を、継続して受けられます。また双方が協力して診療することで、患者さんに紹介→入院→治療→退院までをスムーズに安心してお過ごしいただけます。個室料金が無料になるメリットもあります。



データでみる連携

(平成28年4月～8月平均)

- 当院へ紹介で来院される方の割合(紹介率)… 55.9 %
- 当院から他院へ紹介となった方の割合(逆紹介率)… 89.9 %

何でも気軽に相談できる「かかりつけの先生」を持ちましょう。そして、詳しい検査や入院治療が必要なときに総合病院に紹介していただきます。かかりつけ医の先生と当院が、それぞれの役割と機能を分担し、密接に連携することで、住民のみなさまが安心して暮らせるような医療体制を築いていきたいと考えています。

病診連携委員長(副院長) 中津 守人

下痢や血便が続く… そんな症状ありませんか？

もしかして

炎症性腸疾患

かも？



●それってどんな病気？

潰瘍性大腸炎やクローン病という病気が、まとめて**炎症性腸疾患(IBD)**と呼ばれています。どちらもいまだに原因が不明ですが、患者数は年々増加していて、潰瘍性大腸炎は17万人以上、クローン病は4万人以上の患者さんがいます。

●どんな症状？

潰瘍性大腸炎

大腸に粘膜のただれや潰瘍などができる、粘液や血液が混じった便、下痢、腹痛、発熱などの症状がでます。

クローン病

口から肛門まで消化管のあらゆる所に深い潰瘍ができる、腸から体の内外に細いトンネルが通じたり(瘻孔)、腸が狭くなったり(狭窄)して、下痢や発熱、腹痛、体重減少、肛門部の腫れや痛みなどの症状がでます。



消化器内科
医長 安原 ひさ恵

専門分野 ➤ 消化器一般、炎症性腸疾患

資 格 ➤ 日本内科学会認定内科医、日本消化器病学会専門医
日本消化器内視鏡学会専門医
日本プライマリ・ケア学会認定医・指導医

外来担当 ➤ 初診：木曜午前、予約専門：火曜午前、木曜午後



地域のみなさんへ

下痢や血便などが続くときは、この病気の可能性がありますし、他にも大腸がんなど腸の病気かもしれません。一度、消化器内科で相談してみてください。当院の消化器内科は全国的に非常にめずらしく、女性医師が5名もいます。女性の方で「男性医師には言いにくい、大腸カメラが恥ずかしい」など心配や不安があれば、受診時に女性医師希望と遠慮なくおっしゃってください。



医療関係者の方へ

炎症性腸疾患は20~30代の若年者での発症が多いですが、とくに潰瘍性大腸炎は50歳以上の発症もあります。診断のためにも大腸カメラが必要ですので、血便や下痢など症状が持続する患者さんがおられましたら、当院消化器内科にご紹介いただければ幸いです。また、すでに治療中の患者さんで症状の増悪などでお困りの方もご相談ください。

02

私にご相談ください！

Profile

岡山県出身
2004年 自治医科大学卒業
2012年 当院に勤務
2014年 横浜市立大学附属市民総合医療センターに勤務
2015年より再度当院に勤務

当院へ赴任前は

炎症性腸疾患の専門病院として有名な横浜市立大学附属市民総合医療センターの炎症性腸疾患センターで、炎症性腸疾患の治療について勉強しました。小児の患者さんや妊婦さんの治療、またいろいろな合併症がある高齢の患者さんの治療なども勉強しています。

足腰をきたえて 寝たきりを予防しませんか?



運動の秋はロコモ予防にチャレンジ!



ロコモティブシンドローム (運動器症候群)

みなさん「ロコモ」って聞いたことがありますか? ロコモとは筋肉・骨・関節・軟骨・椎間板などのいずれか、またはいくつかに障害が起こり、歩くことや日常生活の機能が低下している状態です。進行すると要介護になる危険もあります。



ロコモチェックをしてみましょう

- ① 2kgほどの買い物をして持ち帰るのが困難 (1Lの牛乳パック2個程度)
- ② 家のやや重い仕事が困難 (掃除機を使う・布団の上げ下ろしなど)
- ③ 家の中でつまずいたり、すべったりする
- ④ 片足立ちでくつ下がはけない
- ⑤ 階段を上るのに手すりが必要
- ⑥ 横断歩道を青信号で渡りきれない
- ⑦ 15分ほど続けて歩けない



一つでもチェックがついた方は、ロコモの恐れが!

さっそく今日からロコモ予防を意識してみましょう

理学療法士が、自宅で簡単に取り入れられる運動をご紹介します! 基本の動きはこの3つだけ♪



① 片足立ち

左右30秒~1分ずつ

POINT
床に着かない程度に片足を上げましょう!



② スクワット

深呼吸をするペースで5~6回

POINT
ひざに負担がかかりすぎないように、90度以内の範囲で行いましょう。

○ 転倒しないように手をついて、必ずつかまるものがある場所で行いましょう!

③ かかとの上げ下げ

深呼吸をするペースで10~20回

両足で立った状態でかかとを上げて…



ゆっくりとかかとを下ろします

POINT
かかとを上げすぎると転びやすいので注意しましょう!



ロコモ予防のためにには、続けることが大切です。
朝・昼・夜など、あなたのタイミングで1日3回習慣にしてみましょう

あなたの街の専門家 エキスパートスタッフ

Vol.
2

 西3階病棟
アドバンス助産師

第2回目は…
より専門的に母子に寄り添い 安心安全な助産ケアを提供
アドバンス助産師 をご紹介します

○ アドバンス助産師とは

“自律して助産ケアができる”と認められた全国共通の制度で、当院では昨年12月に10名の助産師が取得しました。出産の介助100例以上・新生児健診100例以上・妊婦健診200例以上の経験実績を積み、新生児蘇生法などの専門的な研修を受け、書類審査と試験合格で認証されます(5年ごとに更新)。全国の就業助産師の中でも合格者は約16%、香川県では約31%です。

私たちのサポート

出産の介助や日々の新生児のケアはもちろん、助産師が行う妊婦健診「助産外来」や、産後のお母さんの相談にのる「母乳外来」などを行っています。また、出産に立ち会う助産師だからこそ伝えられる「いのちのせんせい」の講演・授業を行うため、地域の小学校や中学校に出向いています。

助産外来



アドバンス助産師としての今後

今後も継続的に勉強し、みなさんに信頼される助産師となり、家族の幸せのために貢献できるようチームで頑張っていきます。母乳外来は水曜午前、助産外来は水曜午後に行っており、私たちにご相談ください。

新任医師の紹介



内科

長谷川 操 (はせがわみさお)

10月より勤務の長谷川操と申します。高知県出身で、前任地は松山市民病院でした。9月までは育児休業をしていましたが、香川の皆様の温かさを感じました。循環器疾患を中心に内科診療を行います。地域医療に貢献できるよう頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願い致します。



小児科

高橋 一平 (たかはしこうへい)

この度、三豊総合病院小児科に勤務することになりました。高橋一平と申します。しっかりと勉強して、地域の方々に還元できるよう精進します。ご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願ひします。

New Face !

外来診察予定が変更になりました

◆ 内科 長谷川 操医師… 月曜午前 85 診
(追加) 木曜午前 71 診

◆ 産婦人科 金曜午前 06 診… 岡本医師→甲斐医師

(平成 28 年 10 月 1 日現在)

◆ 小児科

木曜午前 31 診… 佐々木医師→高橋医師
金曜午前 31 診… 島内医師→古田島医師

9月より 小児外科の診察がスタートしました

お子さんの…

- ・便秘症
 - ・夜尿症(おねしょ)
 - ・そけい鼠径ヘルニア(太ももの付け根の脱腸)
 - ・さい臍ヘルニア(でべぞ)
 - ・包茎
- …など

小児一般外科・小児泌尿器外科の病気を専門的に治療します。手術などは四国こどもとおとなの医療センターと連携して行います。



担当医師

あさい たけし

浅井 武 医師

資 格：外科学会専門医
診察日：第2・4火曜 午後
(外科外来91診にて診察)



受診を希望される場合は、
総合受付へお声かけください。

栄養管理科がお届け 季節をもっとおいしく！

今月の簡単レシピ

材料（4人分）

さつまいも…200g
りんごジャム(低糖)…40g
栗のシロップづけ
〔栗…4粒
〔シロップ…8ml(小さじ1杯半程度)

ポイント

砂糖、みりんの代わりにジャムを使うことで、調理時間を短縮できます。また、低糖ジャムを使うことでエネルギーをカットできます！



豆知識

さつまいもには、ビタミンCとカリウムが多く含まれています。また、食物繊維も多く、便秘解消に効果を発揮します。

三豊総合病院 講座・イベント予定表

10月

- 10月 5日(水) 10時～ 男性の調理実習
- 10月 6日(木) 14時～ ボランティアピアノ演奏
- 10月13日(木) 18時～ 夜間糖尿病教室
- 10月14日(金) 10時～ 食べて治して、ハッピーライフ(調理実習)
- 10月19日(水) 13時30分～ みとよサプリ
「床ずれって何?」
- 10月20日(木) 15時30分～ 腎臓病教室
- 10月26日(水) 13時30分～ 臨時みとよサプリ
「歯って得するお口の健口」
- 10月27日(木) 14時～ 肝臓病教室



11月

- 11月 8日(火) 14時～ がん患者・家族情報交換会 たんぱく会
- 11月10日(木) 18時～ 夜間糖尿病教室
- 11月11日(金) 14時～ 食べて治して、ハッピーライフ(健康講座)
- 11月16日(水) 13時30分～ みとよサプリ
「タバコの害とCOPD」
- 11月17日(木) 15時30分～ 腎臓病教室



※ 都合により変更する場合があります
参加ご希望の方はお気軽に問い合わせください

さつまいものおいしい季節になりました♪

アップルきんとん



1人分
エネルギー：121kcal
塩 分：0 g

作り方

- ① さつまいもは皮をむいて輪切りにし、水にさらしてあくを抜く
- ② 鍋にさつまいもがひたひたになる程度の水を入れて、火にかけゆでる
- ③ 竹串がすっと通るやわらかさになったら、湯を捨て、鍋の中でさつまいもをつぶす
- ④ りんごジャム・栗・シロップを加えてよく混ぜ、弱火にかけて4～5分煮たら完成！