

DPC(医)どちペインクリニックの広報誌

玉ふれあい 穂だより

vol.06

2019 3月
春号

目次 INDEX

- 2 信頼され安心して受診できる診療所
- 6 インフォメーション・トピックス
- 8 施設のご紹介



診療案内

総合診療（一般内科）

生活習慣病（高血圧・糖尿病・高脂血症）、急な病気やけが、健康診断、職場健診、禁煙外来、予防接種

漢方医学

易疲労、食思不振、便秘、下痢、冷え、頭痛、めまい、肥満症、神経性胃炎、慢性疲労症候群、過敏性腸症候群、更年期障害、アトピー性皮膚炎

ペインクリニック

— 痛みの総合的診療 —

帯状疱疹（後神経痛）、頭痛、肩こり、顔面痛、首の痛み、椎間板ヘルニア、がん性疼痛、鞭打ち損傷、顔面神経麻痺、突発難聴など

緩和医療

— ホスピスケア —

症状コントロール、家族も含めた心のケア、療養についての相談

在宅医療

寝たきり又は、寝たきりに準じた方や通院が困難となった方の訪問診療（訪問看護）

緩和ケア（ホスピス）医療 のできる入院施設

自噴温泉、特殊浴槽、ゆったりとした病室、自然の中で暮らせる環境

診療時間

一般外来	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	/	○	○
15:00~18:00	/	○	/	/	○	/

各種検査もお気軽に

玉穂ふれあい診療所診療所には、地域のかかりつけ医として、定期的に受診し検査をされる患者さんが多くいます。また、従業員の検診として利用される事業所もあります。レントゲン撮影では、安全に気

毎日スタッフは、地域のみなさんの健康を守るべく奮闘しています。看護師は採血、血圧測定はもちろん、普段の様子をお聴きしたり、どうしても聞きたいのか、本人、家族の困っていることを確認してから診察を受けてもらうようになっています。いつでも、なんでも相談できる雰囲気づくりを大切にしています。



信頼され安心して
受診できる診療所

玉穂ふれあい診療所は良質な医療を提供できるよう日々努力しています。そして、玉穂ふれあい診療所が「かかりつけ医」として、地域に根づいた診療所を目指していることをみなさんはご存知でしょうか。

DPC
(医) 玉穂ふれあい診療所
玉穂ふれあい診療所

地域のお医者さん

玉穂ふれあい診療所は、がん患者さんだけを受け入れている診療所だと勘違いされているみなさんがたくさんいます。

当院は、普段の健康管理と高血圧や糖尿病などの慢性疾患の治療・管理、また、風邪やけがなどの時はすぐにかかれる近所の「お医者さん」なのです。

診療内容は、一般内科・外科・麻酔科（ブロック治療）・漢方医療と多岐に渡っていて、熱のある人おなか痛い人、腰痛・肩こりのある人、高血圧症、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病や慢性疾患の日常的な健康管理が必要な人、がんの痛みのある人など色々な患者さんが来院されます。

診察・相談のうえ、専門診療が必要な時には専門医や基幹病院に紹介し病気の治療にあたります。

急な病気でもすぐに相談

玉穂ふれあい診療所の外来には、大きな吹き抜けで太陽の光がやわらかくさしこむ、開放感あふれる暖かい待合室があります。

また、近年、若い女性の乳癌についてマスコミに取り上げられることが多くなりましたが、乳腺が発達している若い世代の場合、マンモグラフィーでは乳腺が白っぽく映ってしまい判定しにくくなるため、乳腺エコー検査の方が有効とされています。エックス線のような被ばくがないので、妊娠中でも検査が受けられます。

当診療所では、日本超音波医学会の認定を受けた女性の超音波検査技師が検査を行っていますので、安心してご相談ください。



左から名執検査技師、佐野検査技師、矢崎レントゲン技師

「かかりつけ医」とは

—厚生労働省—

定義

なんでも相談できる上、最新の医療情報を熟知して、必要なときには専門医、専門医療機関を紹介でき、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師。

「かかりつけ医」機能

●かかりつけ医は、日常行う診療においては、患者の生活背景を把握し、適切な診療及び保健指導を行い、自己の専門性を超えて診療や指導を行えない場合には、地域の医師、医療機関等と協力して解決策を提供する。

●かかりつけ医は、自己の診療時間外も患者にとって最善の医療が継続されるよう、地域の医師、医療機関等と必要な情報を共有し、お互いに協力して休日や夜間も患者に対応できる体制を構築する。

●かかりつけ医は、日常行う診療のほかに、地域住民との信頼関係を構築し、健康相談、健診・がん検診、母子保健、学校保健、産業保健、地域保健等の地域における医療を取り巻く社会的活動、行政活動に積極的に参加するとともに保健・介護・福祉関係者との連携を行う。また、地域の高齢者が少しでも長く地域で生活できるよう在宅医療を推進する。

●患者や家族に対して、医療に関する適切かつ、わかりやすい情報の提供を行う。



超音波によるエコー検査



処置室では患者さんの症状に合わせた対応をしています



医師が症状をお聴きする診察室



レントゲン検査室

「かかりつけ医」は
健康長寿の
人生を支える
キーワード

地域の健康を守る

今、国では、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を目指しています。

地域において、地域包括ケアシステムがなされるためには、かかりつけ医の存在が大変重要になります。病気の早期発見・早期治療の最前線の役割を担うことになり、基幹病院での集中的な治療が終われば、また自宅で療養できるように、病院と協力して治療にあたります。

私たちは、この「かかりつけ医」であることを大切にしています。

なぜ、かかりつけ医が必要？

「かかりつけ医」とは、病気がなったとき、またはちょっと身体の調子がおかしいなと思ったときに、真っ先に相談したい地域のお医者さんです。そのためにも、予防も含めて普段から、気軽に何でも

相談できる関係を築くことが大切です。

適切な医療を望むとき、「かかりつけ医」の診療や相談は、大変心強いものです。

的確な診断と、適切な医療機関の紹介ができるパートナーとしての「かかりつけ医」がいることは、健やかな毎日を過ごすために、安心できる存在となるはずですよ。

私たちは、地域の人々と一緒に、行政機関とも協力し合いながら、みなさんの健康寿命を守り、みなで人生を楽しめるように努めています。

トピックス

1月22日(火)

ピアノコンサートに可愛いゲスト



先生の元気な姿に
みんなひと安心



小さな手で一生懸命演奏して
くれました



西方先生の体調不良のため、一年間お休みしていた「心のやすらぎピアノコンサート」が一年ぶりに開催されました。先生の体調も回復され優しい音色を聞かせてくれました。

また、この日は和菓子づくりで来ていただいたボランティアグループ「パルシップの会」の会員のお孫さんが、飛び入りで可愛い演奏をしてくれました。

小さなゲストの登場に、聞いていた患者さんやお客さんたちも笑顔あふれるコンサートになりました。

節分 豆をまいて鬼退治

2月1日(金)

「鬼は～外、福は～うち」

毎年恒例、玉穂ふれあい診療所に今年も鬼がやってきました。患者さんといっしょに豆をまいて、厄と鬼を追い払います

病棟のラウンジで豆をまかれた鬼たちは、患者さんのお部屋に逃げ込みましたが、患者さんやご家族に豆を投げられ、すごすごと退散していきました。

普段ベッドで療養されている患者さんたちも、ベッドから豆をまき厄を払いました。

今年の赤鬼、青鬼と福男は、検査部門の三人ががんばってくれました。

病棟を鬼がうろつく



患者さんと記念撮影

インフォメーション

花粉症の予防と治療

厳しい冬も終わり、あたたかい春、新緑の美しい季節になりました。お出かけを楽しみにされている方も多いのではないのでしょうか。しかし、花粉の時期となり、せっかくのお出かけにもマスクが必需品となってしまいました。

そこで今回は、つらい花粉症について取り上げてみました。

春先になると、くしゃみ・鼻水・鼻づまりがひどくなってしまふ…。これが花粉症の三大症状といわれます。目やのどの痒み、また、重症になると食欲がなくなり、吐き気などの胃腸症状、頭重感、全身倦怠感などの全身症状も現れます。

風邪との違い

- ・発熱がない
 - ・連続したくしゃみ
 - ・水のように無色で、さらさらと流れる鼻水
 - ・のどの痛みがない
- などです。

漢方医 中田先生の
花粉症生活予防
アドバイス!!



- ①冷たい飲み物、食べ物は体を冷やすのでよくありません。
- ②毎日お風呂に入り、体中をゴシゴシ洗うこと。肺が強くなり抵抗力が上がります。
- ③漢方薬を内服すると、花粉症が元から治ります。

当院での検査

鼻汁中好酸球検査で、鼻水の中に好酸菌が増加しているかを調べます。鼻水で簡単に検査ができ、痛みはありません。

※好酸球とはアレルギーや中毒の時に増える白血球の仲間の一つです。朝のくしゃみに続く鼻水、そして鼻づまりなどがあってアレルギーが疑われる時、これを診断するために、初めに行う検査として鼻汁中の好酸球検査があります。

治療

点眼薬、点鼻薬、抗ヒスタミン薬や漢方薬の内服などが効果的。大事なことは、花粉が体に入り込むことを防ぐ！

- 室内に入る花粉を防ぐ
 - ・花粉が付着しやすい素材（綿・毛）の衣服は着用を避ける。
 - ・家に入る前には、衣服や髪に付着した花粉をはたき落とす。
 - 室内での飛散を防ぐ
 - ・花粉は湿気を含むと重くなり落下するので、室内の湿度を上げる。
 - 体に入る花粉を防ぐ
 - ・外出時はマスク、眼鏡、帽子を着用する。
- ※普通のマスクでも、湿らせたガーゼを中に挟むだけで、90%以上花粉を防げます。



お知らせ

第17回 DPCホスピス祭り

日時 2019年 5月26日(日)

場所 (医)どちペインクリニック 玉穂ふれあい診療所

あそびに来てね!ワン



表紙の写真

診療所を手伝ってくださるボランティアさんと、職員のお孫さんがお花に水やりをしてくれました。核家族化が進み、人と人の絆が希薄になったと言われますが、診療所の中ではこうした光景が、まだまだ見られます。

施設案内

玉穂ふれあい診療所

〒409-3815 山梨県中央市成島2439-1

☎055-278-5670



●総合診療(一般内科)

生活習慣病(高血圧・糖尿病・高脂血症)、急な病気やけが、健康診断、職場健診、禁煙外来、予防接種

●ペインクリニックー痛みの総合的診療ー

带状疱疹(後神経痛)、頭痛、肩こり、顔面痛、首の痛み、椎間板ヘルニア、がん性疼痛、鞭打ち損傷、顔面神経麻痺、突発難聴など

●在宅医療

寝たきり又は、寝たきりに準じた方の訪問診療(訪問看護)

●漢方医学ー漢方医学的診断に基づく保険診療ー

易疲労、食思不振、便秘、下痢、冷え、頭痛、めまい、肥満症、神経性胃炎、慢性疲労症候群、過敏性腸症候群、更年期障害、アトピー性皮膚炎

●緩和医療ーホスピスケアー

症状コントロール、家族も含めた心のケア、療養についての相談

●入院ー緩和ケア(ホスピス)医療のできる入院施設ー

自噴温泉、特殊浴槽、ゆったりとした病室、自然の中で暮らせる環境

●訪問リハビリテーション

自宅を訪問し、その人の環境に合わせたリハビリテーション

診療時間

一般外来	月	火	水	木	金	土
午前9時~正午	○	○	○	/	○	○
午後3時~6時	/	○	/	/	○	/

玉穂訪問看護ステーション

〒409-3815 山梨県中央市成島2439-2

☎055-240-3366



●看護・医療処置

定期的な病状観察(体温・脈拍・呼吸数・血圧測定)、注射・点滴・採血などの処置、服薬指導/管理、褥瘡予防/処置、排便コントロール、各種カテーテルの管理(胃ろう/膀胱留置カテーテルなど)、在宅酸素療法の管理、人工呼吸器の管理、機能訓練/口腔機能訓練、四肢の関節可動域運動、緩和ケア(精神的ケア/家族支援/看取り)

●日常生活の援助

食事指導、清潔援助(口腔ケア、清拭、入浴介助、更衣など)、排泄援助

●介護の相談

日常生活全般における介護方法についての指導、保健・福祉サービスについての情報提供

交通案内

