



# おかむら通信第79号

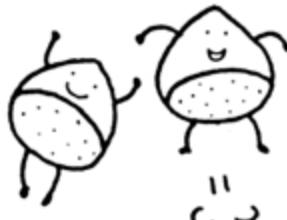
平成23年11月



皆様、寒暖の差の大きい今日この頃ですが、お元気ですか？

おそらく、この冬は、呼吸器系の感染症が、増える様相を呈しています。患者さんたちの免疫力、抵抗力がかぎとなります。

一緒に対策を考えてゆきましょうね。



## 院長より

\*最近、大変難しい患者さんが増えてきています。身体的な病気の重さもさることながら、精神的な疾患の方々、たとえば、うつ状態、仮面うつ、統合失調症、発達障害に分類される疾患、、、の方も目立ちます。日常の仕事の過重労働、過度の緊張の連続、まともなルールが通用しない環境にいること、全国的に若い人たちの低賃金化などにさらされると、限界を超えた時、かなりきついことになります。辛いことがあったら、お互に、できる限り分かち合いましょう。

\*「慢性腎臓疾患の5カ条」をお知らせいたします。

慢性的な腎疾患をお持ちの方は、血圧があがりやすくなったり、貧血が出現したりすることも多いようですが、当院に通院されておられる方々に、ご自分で自覚される以上に病状が進んでいることがよくあります。最近みなさまによくお話しするのがe-GFR値（糸球体濾過値）です。中等度から高度低下の方がたくさんおられます。ほっておくと、腎不全や重い合併症を引き起こします。

1 水分の過剰摂取や極端な制限はやめましょう。

2 食塩摂取一日6g未満です。

3 アルコールは日本酒1合以下、女性はもっと少なく。

4 たばこはやめます。

5 太らないようにほどほどの運動を



詳しい話は、診察室で追加します。

\*イギリストアードの4回シリーズのうち第4弾が11月初旬から掲示予定です。少し遅れますのがよろしくご覧ください。

## 10月の院長の院外活動

03/ 千葉県地域医療共用連携バス 千葉大 藤田教授 講演 衛生会館にて

- 06/ 松戸中央RCにて 「職業奉仕について」私が卓話 松戸伊勢丹  
 10/ ちびっこサッカー大会 医師として現場待機 千駄堀  
 13/ IT専門家 井上氏と懇談 松戸市内にて 業界から見た医療の世界、  
 14/ 当院 CR (Computed radiography) 導入のための会議 当院にて  
 16/ 松戸市内 朝の清掃大会 参加 松戸駅西口から開始、  
 28/ 異業種と懇談 さまざまな方面からの考察も大事ですね。  
 31/ 牧の原小学校 就学時健診と校長先生との懇談、久しぶりにくつたくな  
 く、長話をさせていただきました。

8月末から、医療事務で  
 入職しました。松本です。  
 まだまだ不慣れな点が  
 多々ありますか…  
 よろしくお願い致します。

ぱる

じ



はじめまして!! 処置室で患者さん  
 のお世話をさせていただいて  
 おります。伊藤好美と申します。  
 患者さんの病状が少しでも  
 回復していくだけでも一生懸命  
 処置のお手伝いをさせていただ  
 ます。どうぞよろしく  
 お願い致します。

ぱる

〇〇の秋…

院長 … 味のあるメランソリー



周東

スウィーツの秋  
 (チョコレート)

岡村(漁) … 夏の終りにせん定したばうが、  
 順々に咲き揃うのが樂しみです。

佐藤 … うちのニャンコのレオくんの介護に  
 明け暮れている 今日この頃 どうえーす

高根沢

ドライフルーツの秋

古谷 … 秋といえば… 食欲の秋ですが、  
 赤身の魚でアレルギーがでて、好きかな  
 マグロのおすしが(禁)となりました。  
 マグロ 食べたい!

伊藤

紅葉を見ながらの  
 温泉を楽しむとい  
 ひあへ

青木 … ダイエットの秋 … 夏と同じような  
 食事の取り方をしていたら 最近 体重  
 増加してしまいました。なので、  
 ストレッチをして、少しだけ 腹回りが  
 シャープになりますよう がんばります ご

松本

おしゃれの秋

11月担当

松本でした ご