



ゆきぐに大和病院だより

理念

私たちは、自然のうるおいの中で、
人それぞれの希望に満ちたくらしを支え、地域医療を推進します。

2012

8月号

おしっこの悩み

泌尿器科 医師 谷川 俊 貴

おしっこの悩みにもいろいろありますが、最近最も多いのは、「トイレが近い」「トイレに行ってもまたすぐに行きたくなる」というような症状です。このように、トイレに行きおしっこをする回数が増えることを「頻尿」といいます。頻尿には、1回の尿の量も増加する多尿を伴う場合と、尿をしたくなる気持ち（尿意）がひんぱんに起こっても1回の尿量は少ない場合に区別されます。

膀胱の容量はふつう200～300ccです。約150ccたまると軽い尿意を、250ccたまると強い尿意を感じるようになります。平均的な尿回数は、昼間は4～5回、夜間は0～2回前後です。一日平均1000～2000ccの尿量がありますが、水分を多く摂ればそれだけ尿の量も回数も増えてきます。さらに老人になれば、腎臓の尿を濃くする力（尿濃縮力）が低下するので尿の回数は多くなりがちで、とくに夜間に尿に行く回数が増えてきます。夜間に1～2回、小便に起きるのは病気とはいえません。

いろいろな原因で尿の回数が増えてきた状態を頻尿といいます。昼間に8回以上、夜間睡眠時に3回以上、合

計で一日8～10回以上トイレに行く時は頻尿といえるでしょう。頻尿は昼間や夜間を通して起こるのがふつうですが、昼間だけ起こる場合や夜間だけ起こり昼間はふつうの場合がしばしばあります。

尿の回数が多くなる時に、他の自覚症状を伴うかどうかの原因の手がかりになることがあります。たとえば膀胱炎や前立腺炎では排尿時の痛みや不快感、残尿感を伴うようになります。また膀胱炎や尿道炎では尿の検査で赤血球や白血球、細菌などが認められます。中・高年の男性で尿が出るまでに時間がかかったり、尿が出てもチヨロチヨロとしか出てこない時には前立腺肥大症が考えられます。前立腺肥大症で

は夜間に何回も小便に行きたくなりません。最も多いのは尿の回数は増えているものの、他の自覚症状はなく、尿量も何回もトイレに行くためにほとんど出ないか、出てもごく少量の場合です。

不意に強烈な尿意が特徴の過活動性膀胱が中高年世代にみられることがあります。最近の調査では40歳以上の12%、約80万人に何らかの症状があると推定されています。高齢になるほど患者は多く、女性より男性に多い傾向があります。健康な人では、膀胱に400～500ccの尿がたまると最大尿意を生じ、排尿のための筋肉収縮が起こる仕組みがありますが、過活動性膀胱では、たまった尿の量とは無関係に勝手に筋肉が収縮し、突然の尿意を引き起こしてきます。急にトイレに行きたくなり、1日に10回以上もトイレに行ったり、一晩に何回も目覚めることがあります。こうなると心の健康への影響も深刻になります。

頻尿には、いろいろな原因がありますので、心配な方は一度泌尿器科にて相談してみてください。



診療日のご案内

説明	診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日、■=休診となります。 ○と(休診有)の記載がある場合は、当月に臨時休診があります。備考欄で、休診日をご確認ください。 また、曜日欄に「日にち」の記載がある場合は、毎週ではなく診療日限定となります。
-----------	---

整形外科		月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	新患	○	○	○	○	○	○	8:00~10:00	火水⑨9:00~ ⑩水⑩10:20~	
	再診	○	○	○	○	○	—			
	予約(再診)	○	○	○	○	○	—	予約方法は、P3上「予約または予約変更について」をご参照ください	9:00~	
専門外来	脊椎	—	7日・21日	—	—	—	—	8:00~10:00	10:20~	
	上肢	—	—	—	○ (休診有)	—	—	予約制	9:00~	休診=16日(木)
	足	—	—	—	—	10日・24日	—	8:00~10:00		
	リウマチ	—	—	—	—	—	4日・18日			

形成外科		月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
		—	—	—	—	○	—	13:00~14:30	13:30~	

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、病院・医療連携室にお申し出ください。

子どもの予防接種日程

予防接種	接種日	受付時間	接種時間
三種混合	8月3日(金) 9月7日(金)	13:20~ 14:00	13:30~
麻しん・風しん混合 1期 2期 3期 4期	8月10日(金)		
日本脳炎	8月17日(金)		
BCG	8月24日(金)		
二種混合	8月31日(金)		

※予約が必要です。予約・お問い合わせは、医事課まで。
※小児のヒブ、肺炎球菌、中学生の子宮頸がん予防接種は上記日程全般で行います。

病院休診日のお知らせ

20日(月) 第3月曜日

※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右「備考・休診日」欄でご確認ください。

婦人科からのお知らせ

8月より、毎週水・木曜日の診療(担当:高橋優四郎医師)は**完全予約制**とさせていただきます。予約は火~金曜日の婦人科診療日で、午後2時~4時に電話にてお願いいたします。

常勤医師紹介

平成23年4月以降、当院に常勤として就任された医師と専門分野をご紹介します。

氏名	診療科	就任時	所属学会・認定医・専門医等	専門分野
川井 正隆	外科	平成23年4月	・日本外科学会	外科一般 消化器一般 不整脈(ペースメーカー)
安藤 亮	整形外科	平成24年4月	・日本整形外科学会 整形外科専門医 ・義肢装具等適合判定医 ・日本体育協会公認スポーツドクター ・日本整形外科学会 リウマチ専門医 ・聖マリアンナ医科大学大学院医学研究科 整形外科学専攻 医学博士号	上肢の外科
菅井登志子	歯科	平成24年4月	・日本口腔外科学会 ・日本口腔科学会 ・日本外傷歯学会 ・新潟大学大学院医歯学総合研究科 組織再建口腔外科学分野 歯学博士号	口腔外科学
米村 公江	精神科	平成24年6月	・精神保健指定医 ・日本精神神経学会 指導医・専門医 ・日本老年精神医学会 専門医 ・日本総合病院精神医学会 指導医・専門医 ・精神腫瘍学の基本教育に関する指導医研修会修了	老年精神医学 リエゾン精神医学



平成24年8月

診療科

予約または予約変更について

受付日時：予約または予約変更をしたい診療科が診療している日の、
月～金曜日の午後2時～4時（歯科は歯科の受付欄参照）
方 法：電話にて受け付けます。

ゆきぐに大和病院 代表

TEL 025-777-2111

FAX 025-777-3853

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日	
一般外来	○	○	○	○	○	○	8:00～ 11:00	9:00～	休診＝3日(金)、6日(月) 13日(月)、15日(水) 18日(土)、31日(金) 火曜日＝予約制 休診＝13日(月)、15日(水) 16日(木)	
内分泌糖尿病	○ (休診有)	○	○ (休診有)	○	○ (休診有)	○ (休診有)				
循環器科	○ (休診有)	備考参照	○ (休診有)	○ (休診有)	—	11日・25日				
腎臓科	—	—	—	—	3日・17日	11日		10:15～		
呼吸器科	—	—	—	○	—	11日・18日 25日		9:00～	初診は予約が必要 休診＝13日(月)、16日(木) 17日(金)	
神経内科	○ (休診有)	○	—	○ (休診有)	○ (休診有)	—		予約制 (3ページ上の記事参照)	13:30～	
睡眠時無呼吸	—	—	—	○	—	—				

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
午 前	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	8:00～11:00	9:00～	休診＝24日(金)、25日(土) 27日(月)、28日(火) 29日(水)、30日(木)
午 後	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	○ (休診有)	—	13:00～14:30	13:30～	休診＝2日(木)、9日(木) 24日(金)、25日(土) 27日(月)、28日(火) 29日(水)、30日(木)

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
一般外来	—	○	—	○	○	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	9:00～	
脳ドック科	13日・27日	—	—	—	—	—		10:00～	
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—	予約制	月(水)9:30～ 金13:30～	
高次脳機能障害科	13日・27日	—	—	—	—	—		13:30～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
胃 腸 科 肛 門 科	○	○	○	○	○	○	8:00～11:00	9:00～ 第1・3④ 10:00～	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
一般外来	午前	○	—	○	—	○	8:00～11:00	9:00～	
	午後	—	—	—	—	○	予約制 (3ページ上の記事参照)	14:00～	
内分泌糖尿病	—	—	—	23日	—	—	14:00～16:30		

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
一般受付	—	○	—	—	○	○	8:00～11:00	9:15～	予約優先
予約制	—	—	○	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	10:30～	

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
一般受付	—	—	—	—	—	○	8:00～11:00	9:00～	予約優先
予約制	—	○	○	○	—	—	予約制 (3ページ上の記事参照)	10:15～	

耳鼻咽喉科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
午 前	—	—	—	—	—	○	8:00～11:00	9:00～	
午 後	—	○	—	○	—	—	13:00～15:00	14:00～	
皮膚科	—	○	○	—	○	—	8:00～11:00	9:00～	
泌尿器科	—	—	—	○	—	—			

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考・休 診 日
歯科・小児歯科	○	○	○	○	○	○	予約制 (電話予約可 8:30～12:30 13:30～17:15)	9:00～	
矯正科	—	—	8日・22日	30日	—	—			
歯科口腔外科	○	○	—	○	○	○			

訪問看護をどう使うのですか

南魚沼市訪問看護ステーション 副保健師長 佐藤 寿井

訪問看護とは、看護師などが居宅を訪問して、主治医の指示や連携により行う看護（療養上の世話または必要な診療の補助）です。病気や障がいがあっても、医療機器を使用しながらでも、住まいで最期まで暮らせるように、多職種と協力しながら療養生活を支援します。

南魚沼市内には3か所の訪問看護ステーション（訪問看護師等がいる事業所）があります。

当ステーションは病院の方針である「地域医療の推進」を具体化する部門の一つと考えています。在宅療養を支えるための手段と想っていただければよいと思います。普段、訪問看護を行う中で心がけていることは「その人らしさを大切に」と「信頼できる質の高い看護技術・リハビリの提供」です。

【医療や福祉の関係機関と協力して在宅療養を応援します】

在宅療養は『介護』が家族の暮らしの営みの一つとして無理なく噛み合い、家族の生活が回ることなしに成り立ちません。ご本人だけ、あるいは介護者だけが我慢する生活は長くは続きません。介護をきっかけに家族の関係を今一度築き直すというプロセスも必要となるでしょう。家族として互いにやっていける介護のやり方を一緒に考えていき、医療面での支えをしたいと考えています。

ケアマネージャーを中心に、ほかのさまざまな介護サービス機関と良い関係づくりをする中で、ご家族の支援者の一つとしてご活用いただきたいと思っています。

【医療依存度が高い方も安心して自宅で過ごせるよう】

医療面での支援をします

最近入院期間の短縮等により、医療機器を持たれたまま退院される方が多くなっています。医療器具を装着して常時介護が必要であっても、体調が安定していれば退院をすすめられます。例えば食事がお口から食べられず鼻や胃に管を入れたまま退院する方がいます。家での介護はどうしたらいいのか、管が抜けることはないのかなど不安になりますね。特に初めての介護は心配ごとだらけです。できるだけ不安なく家に帰れるよう、入院中から相談を受け、無理のない介護を一緒に考えていきましょう。退院後も困った時はいつでも連絡いただけるよう、24時間対応できる体制をとっています。

【安全で自分らしい】

療養生活を送られるよう

在宅リハビリテーションを行います

リハビリ専門スタッフがご自宅に直接お伺いし、住み慣れた環境の中で、生活に合わせたリハビリを行います。ご本人やご家族と介護や生活状況に合わせ、リハビリ内容を決め

ていきます。介助方法や住宅改修、福祉用具の活用などについてもご相談をお受けしています。

訪問看護ステーションは、次のようなケアを行うことができます。お気軽にご相談ください。

【提供しているサービス内容】

身体の保清、排泄援助、体位変換、リハビリテーション、療養指導、医療処置（創傷処置・褥創処置等）、胃ろう管理、膀胱カテーテル管理、がんのケア、在宅酸素療法援助、家族の介護指導・健康管理など



訪問看護