

【あしたば とは】

日本原産の多年草で、若葉を今日摘んでも明日若葉がでてくることから、その名がつきました。ビタミンB群を豊富に含む生命力が旺盛な植物で、古くから不老長寿の妙薬とされています。

1 1 1 社会医療法人 三 佼 会 http://sankoukai.net Q









Fecebook アプリの 有る方



Fecebook アプリの 無い方

地 域 医 療 取 組みます

病 院 は か ら

入院(透析)への対応

体調がすぐれない時や合併症、シャントトラブル 等で外来通院が難しい時、入院となる場合があり ます。そのような場合にも対応できる入院設備を 整えています。

入院病床数 計 133 床 (急性期 70 床・地域包括 30 床・回復期 33 床)

安心できる合併症への取り組み

透析を受けられる患者さまに多く見られる合併症 にも対応できる診療科が整っています。 また普段の定期的な検査に加え、シャントトラブ ルなど初期治療にも対応が可能です。

チーム医療

医師、看護師、臨床工学技師、看護助手などそれ ぞれの専門性を最大限に生かし、多職種で協力し て最善の治療を提供できるよう取り組んでいます。

その他の職種によるサポート体制

医療費制度や介護保険申請などのご質問につい て、さまざまな専門分野のスタッフが相談に対応 します。わからないことがあれば安心してご相談 ください。

透析専用ベッド数

透析用監視装置備え付けベッド 第1透析室 32床(うち個室2床) 第2透析室 25床(うち個室2床) 透析日・入室時間のご案内 月曜日~土曜日 8:30~14:30









計7床となりました

透析施設の充実を図り

暖色系の照明を使用しており暖かみの ある空間が特徴です。

患者さまが、落ち着きリラックスできる 空間で透析治療を受けていただけるよう 職員一同心掛けております。

透析通院に関するお問い合わせ

0957 - 25 - 4800

受付時間(日・祝日をのぞく)10:00~16:00

貢献できるよう 県央諫早地区の腎不全診療に これからも取り組んでいきます

第2透析室に2床増床し

ASHITABA Medical Information Magazine

ASHITABA Medical Information Magazine

長崎県の県央地域では、

現在の治療を十分活用することが 慢性腎臓病を早期に発見し、 慢性維持透析患者数減少のためには まだ増加傾向です。 人工透析が必要な患者さまが

予防を始めてみませんか? そのために腎臓の機能を知ることから 重要と考えられます。

宮崎雅也先生に聞きました。 慢性腎臓病の予防について

PROFILE

腎臓病 の症状と早期発見

臓 0)

仕

はたらられたら

きと

は

く活 でき 進行 また同時に慢性腎臓病 よって確認することができます 診など定期的な検査が有効です。 の特徴です。早期発見のためには健 では早期発見しにくいのがこの病気 すでに病状が進行している場合も多 このため自覚症状が現れたときには み (浮腫)・食欲低下・ 行するに従い夜間尿・ 症状がありません。 腎臓病にはさまざまな種類が いるGFR(糸球体濾過量)や検尿に に血液検査で腎機能の指標とされて 体調変化に気をつけているだけ 貧血などの症状が現れてきます 腎機能障害が進 にも初期は自覚 顔や足のむく 倦怠感·息切 特

があり、

心臓から送り出されて

ロンとよばれる血液の濾過装置

個の中に約10万個のネフ

働きがあります。

腎臓には大きく分けると、「尿」

「ホルモン」をつくる二つの

ラムほどの臓器です。

型をしており、

重さは1

-個 150 グ

腎臓は握りこぶし大でソラマメ

背中側に背骨の左

液から老廃物(尿毒素)や過剰

きた血液をきれいにします。

血

に摂取しすぎた塩分や水分を濾

し出して、「尿」として身体の

らでは慢性腎臓病(CKDG3~畑用されています。	じるように、治療指針が作られ広	『度に応じた治療目標を定め管理	片害の程度によりステージ分類し、	,病気の概念で、その原因や腎機
--------------------------	-----------------	-----------------	------------------	------------------------

役割を担っています。バランスに保つ」という重要なは「体内の体液や環境を一定の

行っています。

(ミネラル)・造血の調整などを

外に排出します。

また、

各種ホ

ルモンを産生し、

血圧や電解質

G 5) みてください 皆さんも健診結果を開いて確認して 病の早期発見に役立てられています で二次精査を勧められ、 に該当する る 場合に 腎臓

CKD ステージ 腎臓の機能状態 eGFR症状 90%以上 ほぼ正常 自覚症状がほとんどない G1≥90 軽度低下 G260~89% 60~89 中等度低下 夜間尿・むくみ(浮腫) G3a 45~59 45~59% ・倦怠感・息切れなど 中等度低下 G3b 30~44% 30~44 G415~29% 高度低下 15~29 末期腎不全 透析治療などが必要 G_5 ≤ 15 15 未満

③生活習慣のチェック:水分補

適度な運動を

水分は水・お茶で1 心がけてください 給と節酒・禁煙、

日000ミリリッ

ル以上、

運動は「らく~

やや

きつい」と感じられる程度で

分前後(1

日おき)

チェック ① 尿 要です。 むくみ を配ることで腎機能の悪化を防どのほか、以下のような点に気 ②血圧/脈拍・体重・体温の 淡黄色で、 (浮腫)のチェック: れる場合には注意が必要です。 では夕に現れやすく、 ぐことができます。 (尿の色や臭い)とむくみ か 治療を継続することが重 (浮腫) 食事療法や薬物療法な ほとんど臭いません りつけ医や専門医を は顔では朝、 健康な尿は 1日中現



腎臓病の予防

久留米大学卒業 性格は穏やかで癖のない B 型です。 「日々新た」(日日に新たなり)という心構えで、 関わる皆さんの今日が日々新しくより良い日に 変わるように診療しています。

宮崎 雅也 (みゃざき まさや)

日本内科学会総合内科専門医など

社会医療法人三佼会 理事長

日本腎臓学会腎臓専門医

日本透析医学会専門医



腎臓内科診療時間

月曜日~土曜日(祝日をのぞく) 受付8:30~11:30 (診療時間は9:00から) 急患対応などで診療予定が変更になる場合があります ご不明な点等は当院へお電話にてお尋ねください

国が 放検診をご希望の方は

諫早市のがん検診を おすすめします

諫早市がん検診	対象	検査内容	費用
乳がん検診	40歳以上の女性 (前年度マンモグラフィを受けた人を除く)	マンモグラフィ	700円
乳腺検診	30歳以上の女性	乳房超音波検査 (エコー)	300円

乳がん検診と乳腺検診の受け方(40歳以上の女性の方へ)

- ※40歳以上の女性は2年に1回は乳がん検診(マンモグラフィ)を受診しましょう。
- ※ 乳がん検診(マンモグラフィ)と乳腺検診(乳房エコー検査)は同じ年度に受診できません。マンモグラフィ を受けた次の年度に乳房エコー検査をおすすめしています。
- ※マンモグラフィを受けていない方はまずはマンモグラフィを受けましょう。

上記に該当しない方で乳がん検診をご希望の方は、一般健康診断のオプションでの健診や 婦人科単独健診での受診も可能です。まずは当施設へお電話にてお尋ねください。

各種健康診断に関するお問い合わせ

0957-25-6000

受付時間(日・祝日をのぞく)8:00~16:00

宮崎総合健診に関する情報はこちら







新入職員研修

外部講師による



ション力が必要であるかなど多くのことを

患者に寄り添う看護にはどのようなコミュニ

当院では毎年新卒採用者及び 当院の理念や組織についての説明

乳がんの早期発見に

~マンモグラフィー装置~

このたび三佼会関連施設『宮崎総合健診』のマンモ グラフィ装置を FUJIFILM 製 AMULET Innovality へ更新しました。そこで放射線技師にこれまでの装 置との違いを聞きました!

いまや9人に1人が乳がんに罹患する時代。 あなたのやあなたの家族のために乳がんを早期発見 しましょう。

マンモグラフィ検査がそのサポートをいたします。



マンモグラフィとは、乳房専用の X 線撮 影のことです。乳房を板で圧迫し、薄く 伸ばした状態で撮影します。乳房を薄く 伸ばすことで乳腺が広がり、腫瘤性の病 変がより鮮明に観察可能となります。

みんなの気になるを聞いてみよう/

乳がん健診って必要? いつからいつまで受ければいいの?

> 乳がんの罹患率は年々増えています。日本人女 性の乳がん罹患率は 2020 年予測で約 92,300 人 となっていて、女性が罹るがんの中で最も多く なっています。罹患する年齢は20代前半から 80代まで幅広いのも特徴です。罹患率のピーク は 30 代後半からですが、早めの受診をおすす めします。

(参照:がん情報サービス ganjoho.jp)

痛いのが苦手です。

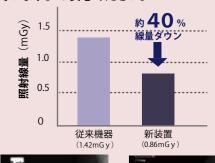
新しい装置でも乳房を圧迫して撮影しますので、 痛みはあります。圧迫することで、病気が見つけ やすくなり、放射線の量も少なくできるためです。 ですが、新しい装置 (AMULET Innovality) には これまでの機械と比べ、痛みが軽減されるような 機能がついています。これまでにマンモグラフィ を撮影した患者さまからも、以前より痛みが和ら いだという嬉しい声をいただいています。

できれば女性技師の方に撮影して もらいたいのですが…

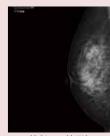
> 当院のマンモグラフィ撮影は、すべて女性技師が 対応しております。また、金曜日は女性の医師も 触診・診察を行っています。

新しい装置ってこれまでの機械 とどう違うの?被ばく線量は?

フィルム診断(アナログ)がモニタ診断(デジタ ル)になったことで高画質になり、より細かい病 変を発見できるようになりました。写真は高画質 ですが、最新の技術により少ない放射線の量で撮 影でき、被ばく線量は以前の機器から約40%低減 しています。ご安心ください。







(新しい装置)

検査に対する不安などあるか もしれません。すこしでも不 安を取り除けるよう、わたし たち放射線技師がサポート させていただきます



p 6 p 5 ASHITABA Medical Information Magazine ASHITABA Medical Information Magazine

揚げさばの野菜甘酢あんかけ

材料(2人分)

	13/11 (-) (>3/
	さば (2切れ)140g
٦	- しょうが汁 ······· 少々 _酒(小さじ1)····· 5 g
a	_酒(小さじ1) 5 g
	片栗粉 (小さじ2) 6 g
	揚げ油
	玉ねぎ (1/3個)60g
	水煮たけのこ (1/4本)30g
	人参 (1/5本) 30g
	生しいたけ(2枚)20g
	きぬさや (14枚) ······ 20g

しょうが 少 々
赤唐辛子(小口切り) 少 々
油(小さじ1) ·······4g
鶏がらスープの素(小さじ1/5)…0.6g
水(1カップ) ·······200g
- しょうゆ(小さじ11/2) ········9g
砂糖(小さじ1)3 g
_ 酢(小さじ2) ······ 10g
片栗粉 (小さじ1) ····· 3 g

<作り方>

- 1 さばは小骨をとり、1切れを3つにそぎ切りにし、aで下味をつける。
- 2 玉ねぎ、水煮たけのこは薄く切る。人参は短冊切り、生しいたけは軸をとって薄く切る。
- 3 きぬさやは筋をとってゆで、斜めに切る。
- 4 鍋に油をあたため、しょうがのみじん切り、赤唐辛子を炒め、2を炒める。 水、鶏がらスープの素を入れ、煮立ったら火を弱めて4~5分煮、bを加え て調味し、片栗粉小さじ1を倍量の水で溶いて入れ、3を加える。
- 5 さばに片栗粉小さじ2を薄くまぶし、170度の揚げ油でからりと揚げる。
- 6 器に5を盛り、4をかける。

栄養価(1人分)エネルギー 293kcal たんぱく質 16.2g 脂質 21.8g 食塩相当量 1.1g



・ 管理栄養士からひとことメモ

腎臓には塩分や有害物質、老廃物などを濾過し尿として排泄 する働きがあり、いったん機能を損なうと腎臓は回復が難し い臓器です。

食塩の摂取量が多いと腎臓に排泄の過剰な負担をかけることになるため、減塩・適塩が腎機能の低下予防につながります。 香辛料や香味野菜を利用して美味しい減塩料理を心がけましょう。

社会医療法人 三佼会関連グループのご案内

社会医療法人 三佼会 理念

『全員参加型医療で人々の健康を推進する』

手と手を取り合い患者様のために、健康保険事業・医療・介護福祉サービスを通じて、人々の健康寿命と 健全な生活を追求し、地域社会に貢献します

基本方針

地域医療の活性化に取り組みます

- ・新しい知識と技術の修得に努め、安全で信頼される最良の医療を提供します
- ・患者様と係わるすべての人々で協力・連携して、 心と体の健康を追求し、地域の救急医療・地域包 括ケアシステムの活性化に努めます

行動基準

思いやりと元氣を大切に

- ・明るい笑顔で元氣な挨拶、簡潔で明快な説明、親切 で丁寧な対応を行います
- ・積極的に挑戦し、迅速な行動、密接な協力・連携でより良い変革を目指します



宮崎病院

住 所/〒854-0066 長崎県諫早市久山町1575番地1 TEL 0957-25-4800 FAX 0957-26-7054



●外来受診の患者様は無料です。 ●入院やご家族の付き添いで、 主治医の許可を受けた方は 1回200円となります。

診療科目/脳神経外科・外科・形成外科・泌尿器科・整形外科・救急科・麻酔科・消化器外科・リハビリテーション科・消化器内科・循環器内科・腎臓内科・呼吸器内科・放射線科・内科・老年内科関連施設/人工透析センター・居宅介護支援事業所・通所リハビリテーションセンター・訪問看護ステーション・訪問リハビリテーション



宮崎診療所

関連施設/総合健診センター

住 所/〒854-0067 長崎県諫早市久山台9-10 TEL 0957-25-2050 FAX 0957-25-5170 診療科目/乳腺外科・消化器内科・内科

