

紀北分院外来診療医担当表

		月		火		水		木		金	
		AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
総合診療	2診		総合診療 廣西	呼吸器 永井	総合診療(循環器) 羽野	総合診療 廣西				総合診療(循環器) 羽野	
	3診	糖尿外来 河井		糖尿外来 河井		泌尿器外来 倉本 (第2・4週)	肝臓 佐藤 ※再診のみ	リウマチ・膠原病		消化器 川口	
	4診		皮膚科 神人 (第1・3・5週) 田端 (第2・4週)		脳神経内科 梶本	脳神経内科 梶本			皮膚科 宮崎 (第1・3・5週) 野田 (第2週) 田端 (第4週)	認知症センター 梶本	
	新患5診	永井		川口		応援医師		野田		田中	
	外科診								櫻井 【第3週を除く】		
頸椎ケアセンター	6診				上野 【第1週】						
	7診	整形外科 前田		整形外科 中川	足の専門外来 浅井 (奇数週)	整形外科 太地		整形外科 佐々木		整形外科 中川	
	8診	整形外科 南野		整形外科 佐々木		整形外科 南野		整形外科 太地		整形外科 前田	
眼科	1診	中田		岡田	安田 岩西 西 (第1週) (第2週) (第3週) 桂賢 鈴木 (第4週)	中田	子ども外来 石川	小門	山本	岡田	術前外来
	2診			黄斑外来 小門	山本			中田		小門	
小児科		青柳		樋口		青柳		青柳		青柳	
リハビリテーション科		石田		石田		石田		石田		石田	
		天ヶ瀬			天ヶ瀬	天ヶ瀬		天ヶ瀬		天ヶ瀬	

診察受付 月曜日～金曜日：8時45分～ 再診で予約のある方は指定時間（予約表の記載時間）
 *当院は原則すべての診療科で予約制となりますので、来院前に予約センターへ電話での予約をお願いします。
 紀北分院 予約センター（受付時間 8時45分～15時）
 TEL 0736-22-4600
 紀北分院 認知症疾患医療センター 診療予約・介護相談（受付時間 9時～17時）
 TEL 0736-26-3004

最新の情報は紀北分院ホームページにも記載しています。



2024年7月1日現在

あじさい

vol.48
2024.秋号



令和六年
聖山高野山 宗祖降誕会
青菜まつり

「かるて師匠の健康高座」

紀子：私のおばさんがこのあいだ美容整形でシワ取りの注射してきたんですって。
 可流亭：ボツリヌス毒素（ボトックス）による治療だね。
 紀子：毒素？じゃあ怖いじゃないですか。
 可流亭：確かにボツリヌス菌というばい菌が出す毒で、1984年に熊本県で名物のからし蓮根にボツリヌス菌が混入して、9人の人が亡くなるという事件が起こっているよ。
 紀子：そんな毒を注射して、おばさん大丈夫かな…。
 可流亭：シワ取りに使う場合は、毒素を安全なところまで希釈しているし、そもそもこの薬は極端に大量に使わない限り、注射した部位の筋肉を限定的に麻痺させるだけだから、安全な薬なんだよ。
 紀子：先生もこの薬を使うことがあるんですか？
 可流亭：顔のシワ取りのために使うことはないけど、顔面の筋肉のけいれんや、手足の拘縮を治療するためによく使います。リハビリテーション領域では、脳卒中の後遺症などでこわばって硬くなってしまったところにこの薬を注射して、そのあとでしっかりリハビリをやると改善が期待されるそうだよ。
 紀子：なるほど。とにかく注射すると筋肉が硬くなっている

ところが緩むんですね。シワも筋肉がゆるむことで消えちゃうってことですね。健康保険は使えるんですか？
 可流亭：シワ取りに使うときは健康保険が使えないので実費ということになってそれなりに費用は高いそう。顔のけいれんとか、手足のこわばりに使うときは健康保険の適応なので、数割の負担でやってもらえます。
 紀子：副作用ってありますか？
 可流亭：大量に注射すると、過度な麻痺症状が出るはすけど、そこまでの量は使わないのでそんなに心配要りません。顔に注射するときは、注射したところが内出血するとか、まぶたが垂れる、あるいは涙が出過ぎるなどの副作用があることがあるけど、しばらくすると元にもどります。
 紀子：一度注射したら、ずっと効果あるんですか？
 可流亭：この薬の効果はだいたい3ヶ月とされています。3ヶ月毎に注射しないといけないのは不便だけれども、逆に言えば副作用があっても効果が切れるまでには治るということなので、むしろ安心して使ってもらえると思います。

内科教授 廣西昌也



【お知らせ】
 ・紀北分院広報誌「あじさい」は春夏秋冬の年4回発行します。

和歌山県立医科大学附属病院紀北分院
 〒649-7113 和歌山県伊都郡かつらぎ町妙寺219
 TEL / 0736-22-0066(代) FAX / 0736-22-2579

ホームページURL ▶ <http://www.wakayama-med.ac.jp/med/bun-in/index.html>
 紀北分院 ホームページ ▶

紀北分院広報誌「あじさい」バックナンバー ▶



2024年9月発行

■ 訪問診療のご案内

医師が定期的なスケジュールのもと、ご自宅にお伺いし診察・薬の処方・健康管理等を行います。退院直後で不安な方や通院が困難な方が、ご自宅で安心して過ごせるようお手伝いします。

～対象となる方～

- 通院が困難な方
- ご自宅での療養を希望される方
- 病院から退院した後のケアが必要な方
- 難病・重度の障害がある方
- 医療処置が必要な方



～訪問日・時間～

平日（土日祝、年末年始除く）
 患者さんの病状により月1～2回、定期的な訪問を計画します。

TEL：0736-22-8250（連携室直通）
 受付時間：8：45～17：00（平日 月曜～金曜）

【掲載内容】

- 訪問診療のご案内
- 骨粗しょう症と運動
- お薬の自己負担額について
- マイナンバーカードの活用について
- 認知症治療に関する動画について
- 外来診療医担当表
- かるて師匠の健康高座



骨粗しょう症と運動

リハビリテーション科 理学療法士 山本 義男

「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン2015年版」によりますと、骨粗しょう症の患者は1280万人（男性300万人、女性980万人）といわれており、高齢化に伴ってその数は増加傾向にあります。また、このうち治療を受けている人は約350万人で、残りの約70%が治療を受けていないという現状が浮き彫りになっています。さらに都道府県別にみても、和歌山県の高齢化率（総人口に対する65歳以上人口の比率）は第9位（2023年）と高く、骨粗しょう症の検診率も全国で2番目に悪い（2015年）という結果も出ており、和歌山県内には治療を受けていない骨粗しょう症患者が多数潜在していると考えられます。

多くの骨粗しょう症患者が検診や治療を受けていない理由の一つには、初期に痛みなどの自覚症状がないことが挙げられます。そのため、転倒などのわずかな衝撃で骨折をしてはじめてわかる場合がほとんどなのです。骨折をすると、活動性が低下する → 運動不足になる → さらに骨が弱くなる → 再び骨折するという負の連鎖に陥り、やがては介護が必要な状態になってしまいます。和歌山県の要介護・要支援認定率は全国で2番目に高く（2022年）、このことから本県においては早急な骨粗しょう症の検査・治療が必要であると考えられます。

骨粗しょう症の治療は①薬、②栄養、③運動の3本柱から成り立っていますが、私の専門は運動なので今回は運動についてお話させていただきます。運動の効果としましては、まず骨を強くすることができます。運動することによって骨に刺激が加わり、骨代謝（古い骨を新しい骨に作り変える）が促進されることによって骨密度（骨の強さ）の増加が期待できます。次に転倒による骨折や活動量の低下による体の衰弱を予防することができます。筋力や体力、バランス機能などを強化することで、骨折につながる転倒を約30%軽減したという報告もあります。ですので、まずは散歩や筋力トレーニングなどの運動を体調に合わせて1日30分から1時間程度行いましょう。代表的な運動としましては、ウォーキングや片足立ち、かかと上げ、スクワットなどが挙げられます。また、日光浴も重要です。太陽の光を浴びることによって、体の中でカルシウムと同様骨を強くする栄養素であるビタミンDがつけられます。紫外線には注意が必要ですが、運動と1日15分程度の日光浴を組み合わせることで効果的な治療になります。

最後になりましたが、高齢の方や女性の方、偏食の方、喫煙・飲酒をされる方、運動不足の方、ステロイド薬を長期間服用されている方、甲状腺機能亢進症・関節リウマチ・糖尿病の病気のある方などは骨粗しょう症のリスクが高いため、骨密度測定などの検査を受けることをお勧めします。ご不明な点等がございましたらかかりつけ医や当院の主治医にご相談ください。骨を強くして、元気で長生きできる体を作りましょう！



■ お薬の自己負担額について

令和6年10月1日から、診療報酬の改訂により、原則、長期収載品（後発医薬品のある先発医薬品）の処方・調剤を患者さんが希望された場合、これまでに比べて、自己負担額が増える制度が全国で導入されます（一部例外あり）。



先発医薬品、後発医薬品とは？

- ・先発医薬品：最初に開発・承認・発売された医薬品のことで、「新薬」とも呼ばれます。
- ・後発医薬品：「ジェネリック医薬品」のことで、先発品の特許が終了した後に、販売される、先発品と同じ有効成分・効能・効果をもつ医薬品のことです。

（例）

- 薬（長期収載品で1錠500円、後発医薬品で1錠250円の薬）を自己負担3割で計算した場合。
- ・後発医薬品 1錠 250円の薬の場合 **自己負担額：75円**
 - ・長期収載品 1錠 500円の薬の場合 **自己負担額：200円（後発医薬品より125円増）**

長期収載品のお薬の場合、自己負担が増えます。なお、上記は一例であり、お薬の種類、処方回数・日数により、金額が変動します。処方を受ける場合は、医師とご相談をお願いします。

■ マイナンバーカードの活用について

当院では、部位や診療科にこだわらず幅広い視野で診察を行う総合診療や、様々な職種で治療に取り組むチーム医療を推進しています。

この強みを生かし、正確な診療情報を活用して、より質の高い医療を提供するため、マイナ保険証の活用を進めております。

皆様一人一人のための最善の医療を提供するため、マイナ保険証の利用をご検討ください。



認知症治療に関する動画を制作しました

YouTube



QRコード

認知症に関する新しい治療薬についてのわかりやすい動画です。右上のQRコードからご覧ください。

【内容】

- ・認知症とは？
- ・認知症の治療について
- ・認知症と言われたら
- ・人生会議は生きるための作戦会議



新しい認知症治療と人生会議のはじめかた