



- ・特集 インフルエンザについて
- ・院内行事
- ・お知らせ

ドクター紹介

たつもとしゅうじ

**立本 修二** 先生（内科医師）



プロフィール

出身：広島県

専門：糖尿病、呼吸器内科 日本内科学会会員

趣味：仕事、旅行

抱負など：患者様の満足のいく丁寧な医療の提供に努めます。

《患者様へ》

専門は糖尿病、呼吸器内科ですが当病院は整形外科病院であり整形外科患者様の内科的併存症・合併症を中心に診療しています。高齢化社会の現在、患者様にとって内科、整形外科は必須の診療科になっており、生活習慣病から救命救急まで幅広く医療・介護の連携の下、絶え間ない医療サービスを提供できるように努めてまいります。

外来診療日

	日	月	火	水	木	金
午前	○	○	○	○	○	
午後	○			○		

午前 9：00～12：00

午後 14：00～18：00

## POINT

## 症状と原因

主な症状は膝の痛みと水がたまることです。症状が進むと、膝の動きが制限され、膝が完全に伸びなくなります。またO脚変形が生じます。



原因は関節軟骨の老化、外傷、肥満、素因（遺伝子）などが考えられます。加齢によるものでは、関節軟骨が年齢とともに弾力性を失い、使い過ぎによりすり減り、関節が変形します。

## POINT

## 診断

問診や診察、特に触診で膝関節内側の圧痛、動きの制限、腫れ、変形、関節の不安定性などを調べレントゲン撮影をして診断します。必要によりMRIなどの検査もします。炎症所見が強く、関節穿刺で関節液が濁っている時は偽痛風や関節リウマチ、可能性膝関節炎などの合併を確認するために血液検査をすることもあります。



## POINT

## 予防と治療

### 予防

- ・ふとももの前の筋肉（大腿四頭筋）を強化する。
- ・肥満であれば減量する。
- ・正座を避ける。

脚上げ体操→



- ・膝を冷やさない。
- ・洋式トイレを使用する。
- ・急に痛むときは冷やし、慢性的な痛みであれば温めて血流を良くする。

### 治療

- ①薬物療法：外用薬（湿布薬や軟膏）、内服薬（消炎鎮痛薬）、関節内注射（ヒアルロン酸など）
- ②理学療法：大腿四頭筋強化訓練、関節可動域改善訓練、装具療法、温熱療法など
- ③手術：上記で改善がみられなければ関節鏡手術、高位脛骨骨切り術、人工膝関節置換術など

# 特集 冬の感染症に備えましょう



冬が近づくとよく耳にするのが【インフルエンザ】です。今年は例年よりも早い時期から流行し始めているようです。【インフルエンザ】はインフルエンザウイルスによっておこる感染症で原因となるウイルスはA型・B型・C型の3種類あり、特にA型とB型が流行します。その感染力の強さから学校や職場で集団感染し、合併症による幼児や高齢者の死亡例もあり単に「かぜ」と片付けられない注意すべき感染症です。



## ● インフルエンザとかぜの違い

### かぜ(通常感冒)

### インフルエンザ

1年を通じ発散的	発症時期	冬季に流行
上気道症状	主な症状	全身症状
緩和	症状の進行	急激
通常は微熱(37~38℃)	発熱	高熱(38℃以上)
●くしゃみ ●喉の痛み ●鼻水、鼻づまり等	主症状 (発熱以外)	●せき ●喉の痛み ●鼻水 ●全身倦怠感 ●食欲不振 ●関節痛 ●筋肉痛 ●頭痛等
ライノウイルス コロナウイルス アデノウイルス等	原因ウイルス	インフルエンザウイルス

## ● インフルエンザの予防法①《流行前》

### 【ワクチン接種】

予防の基本は手洗いとうがいですが、より効果の期待ができる方法としてワクチン接種があげられます。ワクチン接種によりインフルエンザウイルスに対抗するための抗体を作ることによってウイルス感染を予防したり症状を軽減する効果が期待されています。

## ● インフルエンザの予防法②《流行後》

### 【人ごみを避ける】

インフルエンザは人から人に感染するため流行している時期は、満員電車やバスを避け、大勢の人が集まるイベントなど人ごみへの外出は控えた方が無難です

### 【マスクを着用する】

外出時はマスクをつけましょう。市販の不織布製でよいですが、注意書きを読み正しく着用してください。反対にインフルエンザに感染した人が、周囲にウイルスの拡散を防ぐためにもマスクは有効といわれています。

# お知らせ

## インフルエンザ予防接種料金



### 一般インフルエンザ予防接種

接種料金1回 **4,400円**

### 幼児インフルエンザ予防接種(1歳~小学6年生)

接種料金1回 **3,600円** ( **800円** の助成あり)  
2回皮下接種

### 福山市高齢者インフルエンザ予防接種

福山市高齢者予防接種について

【実施機関】 **R1年10月1日~R2年1月31日**

【接種対象者】 **65歳以上の方**

【接種料金】 **1,600円**

【個人負担免除者】 ①生活保護の方  
②市民税非課税世帯

接種が不適当な方・・・

- ①37.5℃以上の発熱を呈している方
- ②重篤な急性疾患にかかっている方
- ③予防接種の接種液の成分によってアナフィラキシーを呈したことが明らかな方
- ④インフルエンザ予防接種後2日以内に発熱の見られた方及び全身性発疹等のアレルギーを疑う症状を呈した方
- ⑤その他、予防接種が不適当と医師が判断した方

※上記対象の方は下記証明書を当日ご持参ください  
高齢者予防接種用証明書、後期高齢者医療限度額適用  
標準負担額認定証、休日・夜間等受診票

9月  
6日

# 救急の日



9/9の救急の日を前に、南消防署から救急隊員を講師としてお招きし、緊急時における救命救急の訓練を受けました。



10月  
1日

# 創立記念日 ～餅つき大会～



当院は今年で創立59年を迎えました。  
地域のみなさまにも楽しんでいただけるよう餅つき大会を開催し今年もたくさんの方に参加していただきました。

# 院内行事

8月

9日

## ふれあい見学会



今年は52名の子どもたちが病院見学会に参加しました。普段見学できない手術室や放射線科、薬局、宏喜苑など各部署の院内見学を行いました。



# 栄養室便り ～ブロッコリー～

ブロッコリーは11月から2月にかけて旬を迎えます。野菜の中でもビタミンC含有量はトップクラス。β-カロテンも多く、ビタミンCとともに抗酸化作用で老化防止やがん、動脈硬化の予防に大きな期待ができます。ビタミンCはコラーゲンの生成を助け、肌荒れやしみ、そばかすなど肌のトラブル解消に役立ちます。血管を丈夫にしたり、免疫力を高めてストレスにも対抗します。豊富な葉酸と鉄はともに貧血予防に役立ちます。食物繊維にも富んでいて、便秘の改善に有効です。豊富なビタミンCは調理によって失われやすいので、ゆで時間は短くするなど手早くつくって、できたてをすぐに食べるようにしましょう。保存中にもビタミンCは失われるので、できるだけ新鮮なものを選び、その日のうちに食べきるのが理想的です。ゆでてサラダ、和え物、炒め物、グラタンなどに。糖分が多くて甘い茎も同様に利用できます。シチューなど汁ごと食べられる料理は、水溶性のビタミンCを効率よく摂取できます。

## 選び方

濃い緑色で色むらがない  
つぼみは小さく、詰まっている  
全体に丸く盛り上がっている  
切り口がみずみずしく、鬆(す)が入っていないもの

## 保存法

時間とともに鮮度も甘味も低下するので早めに食べきる。  
残ったものはポリ袋に入れて冷蔵庫で保存。

## 主な効能

がん予防、動脈硬化予防、貧血予防、便秘予防、美肌効果

## やみつきブロッコリー

(材料)2人分

ブロッコリー 1株

塩昆布 大さじ2

ごま油 大さじ1

白いりごま 大さじ1/2

(作り方)

①ブロッコリーは小房に分け、茎は皮を取り除き、食べやすい大きさに切る。耐熱容器にブロッコリーを入れて、ふんわりとラップをし、600Wのレンジで2分程度加熱する。固いようであれば再度加熱。

②①に塩昆布、ごま油、白いりごまを加えて混ぜる。

エネルギー：99kcal タンパク質：4.3g 脂質：7.5g 塩分：0.9g



参考

食材の基本がわかる図解事典  
デリッシュキッチン

## お知らせ 保険適用外料金の改定について

10/1より保険適用外料金の一部について下記の通り改訂いたしました。  
何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

項目	料金	項目	料金
室料差額 特別個室(1日)	11,000円	領収証明書	1,100円
室料差額 個室(1日)	3,300円	年金に関わる診断書	7,700円
室料差額 2床室(1日)	1,100円	身障に関わる診断書	7,700円
テレビ使用料(1日)	220円	免許等に関わる診断書	3,300円
付添い食 朝	440円	裁判に関わる診断書	7,700円
付添い食 昼	770円	後遺症診断書	7,700円
付添い食 夕	770円	意見書	3,300円
時間外選定療養費	4,400円	自賠責診断書	5,500円
面談料(1件につき)	11,000円	自賠責明細書	2,200円
画像記録CD	1,100円	死亡診断書(市役所用)	5,500円
普通診断書	2,200円	死亡診断書(その他)	3,300円
交通事故診断書(警察用)	2,200円	死体検案書	5,500円
入院証明書(保険会社用)	5,500円	おむつ証明	1,100円
通院証明書(保険会社用)	3,300円		



キャッシュレス・ポイント還元について(注意)

保険医療機関は経済産業省が指定する「対象外となる事業者」であるため、当院でのお支払いはポイント還元されません。

## 外来診察担当医師のご案内

診察科		日	月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	寺岡	池田	池田	寺岡	寺岡	池田	午後 午前診療 午後診療 ・ ・ ・ ・ 予 約 制 休 診 制
	午後	寺岡 池田	池田	辻	寺岡	池田	池田	
形成外科	午前午後	衛藤 小野	衛藤 小野	衛藤 小野	衛藤 小野	衛藤	小野	
脳神経外科	午前	長尾 藤田	有澤	長尾 藤田	長尾	長尾	長尾	
	午後		平野 又は 胡谷					
耳鼻咽喉科	午前午後	田口						
循環器内科	午前			品川		品川		
内科	午前	立本	立本	立本	立本	立本		
	午後							
心療内科	午前午後			末丸 <small>(10:00から)</small>	西岡 <small>(15:00まで)</small>	西岡 <small>(15:00まで)</small>		
神経内科	午前				三原			
麻酔科 <small>(ペインクリニック)</small>	午前	坂本			坂本			

※手術・救急・学会などにより担当医師が予告なく変更になることがあります。ご了承ください。  
 ※救急の患者さまは24時間受付けておりますので、病院受付Tel084-923-0516へご連絡ください。

無料送迎バス時刻表				
	病院行き		福山駅行き	
	駅北口発	病院着	病院発	駅北口着
①	9:00	9:15	10:30	10:45
②	10:00	10:15	11:30	11:45
③	11:00	11:15	12:00	12:15
④	14:00	14:15	13:30	13:45
⑤	15:00	15:15	14:45	15:00
⑥	16:00	16:15	15:30	15:45
⑦	17:00	17:15	16:30	16:45
⑧			17:30	17:45

無料送迎バス（福山駅北口⇔病院）を運行しております。  
 ※お見舞いのお方もご利用いただけます。

### 病院理念

医の倫理を守り、親しまれ信頼される病院を目指します。

### 病院基本方針

- 救急医療から在宅医療までリハビリテーションを通じ地域医療に貢献します
- 患者様から信頼と安心を得られる良質な医療を提供します。
- 患者様の喜び・悲しみ・苦しみを共感できる医療人を育成します。
- 健全経営の確保に努めます。

