

# おさふね通信



## お知らせ

### 外来担当医変更のお知らせ

平成30年 **11月28日(水)午後** の外来は  
**副院長のみの診療** となります。  
 ※外来診療はカレンダーどおりです。



## 受診案内

予約制です



当院には定期的に各科の医師が診察に来ています。  
 受診希望の方はご相談ください。

| 診療科        | 担当医      | 日にち        | 診療時間          |
|------------|----------|------------|---------------|
| 整形外科       | 難波 良文先生  | 10月 3日(水)  | 17:00 ~ 19:00 |
|            |          | 10月 17日(水) |               |
|            |          | 10月 31日(水) |               |
|            | 西田 圭一郎先生 | 10月 24日(水) | 15:30 ~ 17:00 |
|            | 片山 信昭先生  | 10月 6日(土)  | 9:00 ~ 12:30  |
| 10月 20日(土) |          |            |               |
| 脳外科        | 南 政博先生   | 10月 1日(月)  | 16:00 ~ 19:00 |
|            |          | 10月 15日(月) |               |
|            |          | 10月 29日(月) |               |
| 内視鏡(胃カメラ)  | 石山 修平先生  | 10月 10日(水) | 9:30 ~ 11:30  |
|            |          | 10月 20日(土) | 10:00 ~ 12:00 |
|            | 藤村 宜憲先生  | 10月 27日(土) | 9:00 ~ 12:00  |
| フットケア      | 森田 一郎先生  | 10月 6日(土)  | 14:30 ~ 16:00 |
|            |          | 10月 13日(土) |               |

Vol.124  
 <2018年10月>

内科、リウマチ科、透析内科、  
 糖尿病内科、腎臓内科、消化器内科

## おさふねクリニック

TEL.0869-26-8080

| 内科・リウマチ科    | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:00~12:30  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 16:00~19:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

休診日：日曜・祝日(急患は、電話でご相談ください)



最新情報はウェブサイトへ!

www.osafune-clinic.com



くすり  
**薬**

# の正しい飲み方



## ● 服薬のタイミングを守りましょう ●

薬は、それぞれ決められたタイミングに飲まないとう効果がなかったり、副作用を生じたりします。  
必ず決められたタイミングで服用しましょう。

用法の指示のうち、「食前」、「食後」、「食間」、「食直前」、「食直後」、「就寝前」、「頓服」とは次のタイミングのことをいいます。



**食前**

胃の中に食べ物が入っていないとき(食事の1時間~30分前)

**食後**

胃の中に食べ物が入っているとき(食事の後30分以内)

**食間**

食事と食事の間(食事の2時間後が目安)  
食事中に服用することはではありません

**食直前**

食事の直前(目安は、箸をもつ前)

**食直後**

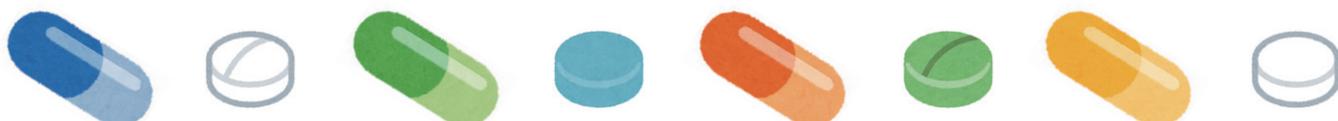
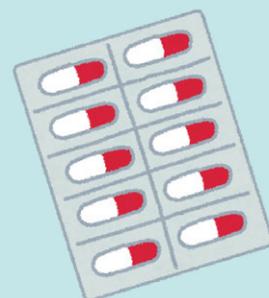
食事の直後(目安は、食事が終わって箸を置いたらすぐ)

**就寝前**

就寝30分くらい前

**頓服**

発作時や症状のひどいときにだけ内服する薬のこと



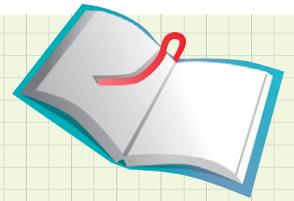
## ● 服用する量・期間を守りましょう ●

薬は、定められた量より多く飲んだからといって、よく効くようなものではありません。多く飲みすぎることによって副作用や中毒が現れることもあります。

また、服用期間を守ることも大切です。自覚症状が治まったからといって服用をやめると、病気が再発することや完治しないことがありますので、自分で判断せず医師・薬剤師に相談しましょう。



## 研究業績



### ■ 第9回 赤備相透析懇話会

9月1日(土) <赤穂ロイヤルホテル>

・末期腎疾患を合併する糖尿病患者のマネジメント～血糖管理上のピットフォール～

院長 中村明彦

### ■ 第32回 東備糖尿病療養指導セミナー

9月1日(土) <おさふねサービスエリア>

・高齢者低血糖の2症例

副看護師長 那須由美

## おさふねクリニック患者会に入会しませんか？

おさふねクリニックでは同じ悩みを持つもの同士お互い励まし合い、知識を共有し、情報提供や意見交換を通して、会員相互の親睦を図ることを目的とした患者会を立ち上げています。  
入会希望の方はクリニックスタッフへ申し出ください。



リウマチ膠原病患者さんご家族を中心とした会です。定期的に勉強会を開催しています。  
会費は無料です。



日本糖尿病協会の支部会で、糖尿病患者さんご家族を中心とした会です。定期的に健康教室や歩こう会を開催しています。  
会費は3,000円です。



## 透析教室を開催しました

8月18日(土)に、「上手な夏の過ごし方」というテーマで透析教室を開催しました。

今までの教室は、スライドを用いて講義形式でお話を進めていくというスタイルでしたが、今回から新たな試みでグループに分かれていただき患者様同士で実体験や工夫などを自由にお話していただくという座談会を行いました。

暑い夏を乗り切るために、透析のない日はどのようにお過ごしですか?と伺ったところ、「涼しい時間帯に農作業をしている」や「作業をする前には、あらかじめ水分補給をして作業に出ている」など、脱水や熱中症にならないよう工夫されているようでした。

また、透析患者様は水分制限が必要ですが、多汗時の水分補給の際も、「できるだけ氷を摂取するようにして水分の摂りすぎにも注意している」などの意見もありました。

「夏の暑い日 食欲はどうですか?」という質問については、みなさんそれぞれの工夫で夏バテはされていないようで、安心しました。今回の参加者の中には、透析を始めて間もない患者様もおられたため、透析歴の長い先輩からの日頃の工夫や実体験の話で盛り上がり、楽しみながら聴講できた様子でした。

お暑い中、多数のご参加ありがとうございました。次回のご参加もスタッフ一同、心よりお待ちしております。



## お知らせ 2

### インフルエンザ予防接種を開始いたしました。



| 13歳未満                                  | 13歳以上65歳未満         | 65歳以上   |
|--|--------------------|---|
| 1回 <b>2,700円</b> (税込)<br>※原則2回接種が必要です。 | <b>3,800円</b> (税込) | お住まいの市町村により自己負担額が異なります。詳しくは各市町村役場へお問い合わせください。 |

※予約は不要です。ご不明な点、ご要望はスタッフまでお申し出ください。

