



患者さんが安心して末永く通院できる
快適な施設を目指して



医療法人 八田内科医院 ニュースレター vol.4



Hatta Medical News

今回の「Hatta Medical News」vol.3は、お薬手帳の活用方法やその役割についてとり上げてみました。上手に活用して、安心、安全な治療に結びつけましょう。

また最近特に注目されている睡眠時無呼吸症候群について紹介しました。身近なところに患者さんがおられるかもしれません。もしかしたら身内にも？睡眠時無呼吸の症状や、どんな方に多いのか？などについて解説しました。脳卒中や心臓病など万病の元になる重大な病気ですから早めの対応をお勧めします。

さて、今回のスタッフ紹介は、事務受付の主任、中辻照美さんです。いつも親切で丁寧な方ですが、その素顔に迫ります。どうぞご期待下さい！

9, 10月休診・代診

9/3(水)夜診
文裕子先生⇒院長

9/12(金)一郎先生休診
院長通常通り、文裕子先生代診あり

10/3(金)夜診
院長⇒文裕子先生

10/4(土)院長休診
文裕子先生通常通り

10/6(月)一郎先生休診
院長通常通り

10/17(金)院長休診
一郎先生通常通り

10/17(金)夜診
院長⇒文裕子先生

10/18(土)院長休診
文裕子先生通常通り

お薬手帳を活用しましょう

医療機関で薬を処方してもらい、薬を受け取る際に、「薬剤情報提供書」と「お薬手帳」に添付する「シール」を渡されますね。皆さんはそれをどうしておられますか？

「薬剤情報提供書」には薬の飲み方、薬の効能、副作用などが記載されていて、患者さんのための情報です。一方、「お薬手帳（シール）」には処方された薬の用法・用量・処方日数、医療機関名、医師名など必要最小限の情報が印刷されています。こちらは、患者さんのためではなく、病院や薬局が他の医療機関で処方された処方を把握するためのものです。複数の医療機関を受診すると、同じ作用の薬が出されたり、一緒に飲んではいけない組み合わせで薬が出される危険性があります。また、治療中の病気によっては飲んではいけない薬もあります。下記のことに注意し、「お薬手帳」を活用しましょう。

・受診時に必ず「お薬手帳」を持参する。

れぶんうすゆき草 紀行記

『れぶんうすゆきそう』（礼文薄雪草）はスイスアルプスのエーデルワイスと同じ種だそうで、礼文の地元の人はエーデルワイスと呼んでいます。直径2センチ足らずの小さな花弁がやわらかな白い毛でおおわれて薄雪がかかったようなやさしい花です。スイスでもだんだん減ってきてているようで日本でもここ礼文にしかなく地元の人が大切に守っています。

礼文島西側の険しい断崖に面した山の頂近くにいくつも谷を越えてやっとたどり着きました（私は膝が痛いのでそう感じたので、若

- ・「お薬手帳」は1冊にまとめる。
- ・薬を受け取る薬局を一箇所にする。
⇒かかりつけ薬局を決める



「1週間前から風邪をひき、他の病院で薬をもらったがなかなか治らない」と訴えて来院される患者さんがよくいらっしゃいます。「どんな薬を出されましたか？」と尋ねると、「名前は忘れました。白い小さな粒と、抗生物質でした。」との答え。感冒様症状で出される可能性がある「白い小さな粒」や「抗生物質」には非常にたくさんの種類があります。医師は、どの薬を内服して効果がなかったのか、あるいはむしろ悪化したのかを把握した上で、新たな薬を処方したいのです。同じ医療機関を再度受診するか、「お薬手帳」を新たな医療機関に持参されるのが、症状改善への近道です。（八田文裕子）



い人達はさっさと追い抜いていました）。そこにひっそりとれぶんうすゆきが、いくつも花を咲かせていました。帰ってから膝はますます悪くなりましたが、それでも行けてよかったです。膝をはやく治して来年も行きたいです！（八田一郎）

知らないとこわーい睡眠時無呼吸症候群

最近ではテレビでもよく目にするようになった、**睡眠時無呼吸症候群**。睡眠中に何度も呼吸が止まり、様々な合併症を引き起こす大変危険な病気です。潜在患者数は日本で数百万いるとされ、男性の3人に一人はこの病気の可能性があると言われています。肥満者は非肥満者の3倍リスクがあります。しかし日本人は、特有の骨格（小顎、小額）の影響で肥満でなくても睡眠時無呼吸症候群になることがあります。

仕事に支障をきたしたり、運転中の事故に繋がるばかりでなく、**高血圧や心疾患、脳卒中とも深い関係**があることがわかってきています。例えば、高血圧の薬を飲んでも、なかなか血圧が下がらなかったり、夜間低酸素や様々な要因で心臓への負担が増え、狭心症や脳梗塞の危険が増加します。

自覚・他覚症状は様々ですが、下記の表のように**“いびき”**と**“無呼吸の指摘”**が最多です。体のだるさを自覚している方や熟睡できない方も要注意です。

確立した治療方法もある病気ですから、早めに検査して診断することが重要です。

睡眠時無呼吸症候群の自覚症状

表4 自覚症状・他覚徴候

症状・徴候	発現頻度 (%)
いびき	93
無呼吸の指摘	92
夜間体動異常	54
日中の過剰傾眠	83
熟睡感の欠如	51
全身倦怠感	51
夜間頻尿	40
夜間呼吸困難感	38
起床時の頭痛	35
夜間覚醒	35
集中力低下	28
不眠	19
うつ、性機能障害、胃食道逆流症	記載なし

循環器学会策定ガイドラインより

新入職員紹介

塩見正子 さん （看護助手）

初めまして、皆様に安心して検査を受けて頂けるよう丁寧で明るい対応を心がけています。どうぞよろしくお願ひします！



芝山つかさ さん （受付事務）

初めまして、皆さんに「新しい人や」、「お名前は？」と話しかけて頂き、日々とても嬉しく感じています。どうぞよろしくお願ひします！



睡眠時無呼吸症候群の

検査をした方がよい方

- 日中の眠気
- 大きないびき
- 起床時の頭痛
- 熟眠感がない
- 眠っているときに呼吸が止まる
(自分では分かりません、他人からの指摘)
- 夜に頻繁にトイレに行く
(夜間高血圧のため)
- 起床時の血圧が高い



検査ご希望や気になる方は、スタッフまでお問い合わせください。

当院でも睡眠時無呼吸症候群の検査（睡眠呼吸ポリグラフィ検査）を受けることが出来ます。**心当たりのある方、あるいはご家族で心配のある方は、早めにご相談ください。**すでに検査予約が多数で予約待ちが続いているです。早目の予約をお勧めしています（八田 告）

スタッフ紹介 中辻照美さん

こんにちは！受付の中辻照美です。私は長男が高校に入学したのを機に、調剤助手として八田内科医院で働き始めました。その当時、通院されていた小さな子供さんが、成長し出産されて、お子さんと一緒に通院されているのを見ると、とても嬉しいです。そして私も30・40・50歳代と医院で日々働き、はっ！と気が付けば5人の孫のばあばです。そんな訳で、小さなお子様には、なついてもらえる？アンパンマン顔(^-^)の受付です。まだまだ笑顔でがんばっていきますので、いつでも気軽に声をかけて下さいね！



小野寺晶子（看護師）さんから見ると『中辻さんは、記憶力が抜群！そのことが迅速かつ正確なお仕事を繋がっている。いつも親切で明るく笑顔が素敵なお方』だそうです。次号は、癒しの看護師、小野寺晶子さんを紹介します。どうぞご期待ください！

八田内科医院のロゴマーク完成 (^-^)



院長の専門の腎臓や心臓などの循環器・高血圧疾患をはじめ、多くの病気に熱いハートをもって取り組んでいく、そんな姿勢をモチーフに作成しました。受付の大里さん作です。如何でしょうか？ 今後、新しい看板や様々な場所で登場する予定です。皆さんのご感想をお待ちしております。