

仲本病院外来担当医



院長 玉城 仁
呼吸器内科・総合診療



副院長 玉城 清嗣
総合診療



玉城 静
総合診療



山城 信
呼吸器内科・総合診療
毎週月曜・火曜午前・水曜午後
第1・5土曜午前



伊数 哲也
循環器内科
毎週水曜午前、金曜午後



田端 一彦
循環器内科
第3土曜午前



玉城 一
整形外科
第2、第4土曜午前



嘉陽 宗史
外科
毎週火曜午後



加藤 友美
糖尿病・内分泌外来
毎週金曜午前



岡田 達夫
糖尿病・内分泌外来
第4月曜午後

外来診療表		月	火	水	木	金	土
内科一般	午前 8:30~12:30	玉城 仁 玉城 清嗣 玉城 静	玉城 清嗣 山城 信	玉城 仁 伊数 哲也 玉城 静	玉城 仁 玉城 清嗣 玉城 静	玉城 清嗣 玉城 静 加藤 友美	玉城 仁 玉城 清嗣 玉城 静 (毎月第1、5土曜)
	午後 13:30~17:30	玉城 清嗣 山城 信 岡田 達夫 (毎月第4月曜)	玉城 仁 玉城 静	玉城 清嗣 山城 信 玉城 静	玉城 清嗣 玉城 静	玉城 仁 伊数 哲也 玉城 静	—
呼吸器内科	午前 8:30~12:30	玉城 仁 山城 信	山城 信	玉城 仁	玉城 仁	—	玉城 仁 山城 信 (毎月第1、5土曜)
	午後 13:30~17:30	山城 信	玉城 仁	山城 信	—	玉城 仁	—
循環器内科		—	—	伊数 哲也 ※午前	—	伊数 哲也 ※午後	田端 一彦 (毎月第3土曜)
糖尿病・内分泌外来		岡田 達夫 ※午後 (毎月第4月曜)	—	—	—	加藤 友美 ※午前	—
外科・総合診療		—	嘉陽 宗史 ※午後	—	—	—	—
整形外科		—	—	—	—	—	玉城 一 ※午前 (毎月第2、4土曜)

※午前…8:30~12:30 ※午後…13:30~17:30 土曜日の午後、日曜日、祝祭日は休診です。

- 予防接種 ●法定健診
- 各種健康診断 ●骨密度検査
- 肺ドック ●がんリスク検査
- 睡眠時無呼吸検査 etc.

- リハビリテーション
- 外来リハビリテーション
- 入院リハビリテーション
- 訪問リハビリテーション

- 入院病床
- 医療療養型病床59床
- 地域包括ケア病床16床



医療法人
はごろも会

仲本病院

〒902-0061
沖縄県那覇市古島1丁目22-1
TEL:(098)885-3333 FAX:(098)885-3338
<https://www.hagoromo.or.jp/>

仲本病院ホームページ
QRコードはこちら↓



はごろも 日和 仲本病院

医療法人 はごろも会
広報誌 令和3年12月 冬号 Vol.3

外来紹介

仲本病院部署紹介
第3弾♪

私たちは、地域に根差し信頼され必要とされる“かかりつけ外来”として、受診しやすい雰囲気づくりを目指しています。当院外来には曜日や各週で異なる診療科があり、それぞれの診療がスムーズに行われるようサポートしています。また治療に必要な採血、注射、点滴以外にも患者支援（吸入手技、禁煙外来、睡眠時無呼吸のCPAP導入等）にも力を入れています。お帰りの際に「ここに来てよかった」と感じていただけるように常に笑顔で思いやりのある姿勢をモットーに、周囲への配慮や気遣いを心掛けてまいります。外来にクラークが加わったことで、診療がより円滑に行えるようになっています。主に診察時のカルテ入力、診察室への案内、データ管理、検査説明、様々な書類の作成を行っています。



令和3年10月から
ユニフォームが
変わりました♪
綺麗なラベンダー
カラーです。

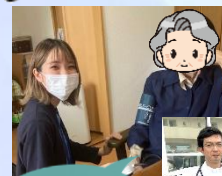


事前採血スタートしました

- 待ち時間の短縮
 - 待合室での密集を避ける
 - 感染予防
- を目的としています。
診察予約日の1週間前～前日
までにお越しください。
採血後は結果を待たず、
そのままお帰りいただけます。
結果説明と支払いは診察の日
に行います。

仲本病院訪問看護

那覇市、浦添市在住の方を対象に、訪問看護を始めました。
●ご高齢の方
●服薬管理が困難な方
●血圧管理・測定が必要な方
●次の診察日まで不安がある方 など
ご希望の方は相談を受け付けております。
お気軽にお声掛けください。
連絡先：098-885-3334（患者サポート窓口）



訪問診療も
やっています★

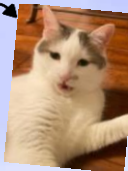
自宅に来てく
れるから安心
さ〜♪





看護部長
中野 久乃

愛猫「ピーちゃん」



Column ピーちゃんと環境問題

我が家にはピーちゃんという6歳のオスネコがいる。写真のとおり可愛いネコなのだが、このピーちゃん、大変困ったことに異食癖がある。中でも好きなのはビニール。テーブルに置いた朝食用のパンの袋をかじり、買った娘のトランクに潜り込んで、買った娘の袋を探してかじる。ビニール袋に関しては警察と並みの能力を発揮する。この異食癖だが、昨年末、腸閉塞疑念という大惨事を引き起こし、危うく手術を受ける羽目になったところであった。まるでウミガメである。

我が家にとっては鬼門のビニール袋であるが、昨今よく耳にするSDGs（持続可能な開発目標）により国を挙げてレジ袋有料化が進み、ありがたいことに少しいづつ家庭内のビニールは減っている。この環境保全、ひいてはピーちゃんの腸保全につながる紙製品・バイオマス製品への転換を筆者は諸手を挙げて応援していきたい。

R3.12.20 3階病棟Xmas会



患者様が作った
装飾品も♪



手品、ダンス
サンシンなど
余興もたくさん♪



管理栄養士

カナコちゃんの健康レシピ



年末年始といえば、楽しい行事が続く、美味しいものを食べて体重が増えがちな時期です。今回は普段のちょっとした間食におすすめの低カロリーおやつをご紹介します。

フライパンで簡単★蒸しケーキ

<材料>6個分

- ・ホットケーキミックス150g
 - ・卵1個 ・水100ml
 - ・パルスイト®小さじ2
- (砂糖の代わりに使って
カロリーダウン♪)



お好みで人参すりおろし、
ほうれん草・チーズなどの
アレンジもGood★

<作り方>

- ①ボウルに材料を入れてだまにならないように混ぜる。
- ②フライパンに厚手のクッキングペーパーもしくは布巾を敷き、カップを並べる。(もちろん蒸し器でもOK!)
- ③カップの7分目まで①を入れる
- ④フライパンの底から1~2cmを目安に水を入れ、中火にかける。
- ⑤沸騰してきたら弱火にし、フタをして15分程蒸す。
- ⑥竹串つつまようじを刺して生地がつかなければ完成です。

ナース井川のアロマ教室



アロマオイル～乾燥肌編～

夏はクーラー、冬は暖房と、年中お肌への影響がありますが、特に冬は空気の乾燥によりさらに肌乾燥が起きやすくなります。肌の水分、油分が減り、カサカサに。ひどい方では粉吹きが起きたり、湿疹が起きたり、かゆみを伴ったりというトラブルに。そんな時、保湿効果の高いアロマオイルがおすすめです。

現在当院でも、入院患者様の肌ケアとして、ホホバオイルにラベンダーとティートリーの精油を調合させたアロマオイルのアロマセラピーを取り入れています。その効果は目に見えて改善し、ご家族様から喜びの声も聞かれています。

●アロマセラピーの作用●

アロマセラピーには①心に対する働き、②体に対する働き、③皮膚に対する働き、という3つの作用があり、心と体に同時に働きかけます。精油のもつ肌への美容効果も期待できます。



アロマオイルで優しくマッサージ



患者様も気持ちよさそう～♪

実際にアロマセラピーを行っている様子です。事前にパッチテストを行い、皮膚トラブルが無いが確認を行っています。

皮膚トラブルのある方アロマオイルで皮膚ケアしてみたい方が多いのでは？

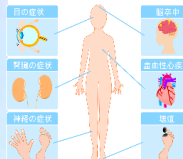


糖尿病の基礎知識③ 「糖尿病と合併症」

糖尿病の基礎知識
①糖尿病ってどんな病気？(R3年4月創刊号)
②糖尿病の2つのタイプ(R3年9月創刊号)
に掲載しております。ぜひ、ご覧ください。

糖尿病の合併症は怖い病気です。高血糖が持続することによって、合併症を引き起こします。高血糖がもたらす障害の主なものは、大きく分けて2つあります。大血管障害と細小血管障害です。糖尿病の人は健康な人と比較して動脈硬化が進んでいます。年齢が上がるにつれ、大血管障害である狭心症、心筋梗塞、脳卒中などのリスクが高くなります。糖尿病が進行すると網膜の細血管に出血したり、瘤ができて、糖尿病性網膜症を発症します。放っておくと失明することもあります。細小血管障害は腎臓にも起こります。糖尿病性腎症になると、人工透析治療が開始されます。高血糖が末梢神経障害を発症することもあります。特に足に発症し、痺れや感覚麻痺が出現します。麻痺がある為、怪我をしても分からず細菌感染し進行すると壊疽(腐)に陥ることもあります。

また、自律神経にも障害が現れることがあります。自律神経は内臓の働きを調整している神経です。障害されると「立ちくらみ」「便秘」「下痢」「尿の出が悪い」「ED(勃起不全)」などの症状が起きることがあります。糖尿病合併症は全身に起こります。糖尿病になると感染への抵抗力が低下して感染症にかかりやすくなります。主な感染症は「おでき」「肺炎」「気管支炎」「胆のう炎」「腎盂腎炎」などです。また、免疫力も低下してくるので、癌にもなりやすくなります。



副院長
玉城 清嗣