

第64回 旭中央病院 市民健康講座のお知らせ

当院では、健康への関心を高めてもらうため、定期的に市民健康講座を開催しています。

日時 3月10日(土) 14:00~16:00(開場:13:30)
会場 旭中央病院 本館3階 しゃおさいホール
会費 無料(事前のお申し込みは不要です)



講演 1 「健康を維持する食生活
 ~あなたの食事、糖分・塩分摂り過ぎていませんか~」
 臨床栄養科 科長 坂井 厚夫 管理栄養士

旭をはじめとする東総地区は、糖質や塩分の摂取が多い傾向が見られます。これらの摂取が多い食生活を続けていると糖尿病や肥満、心疾患や高血圧になるリスクが高まります。日々の食事を見つめ直し、健康寿命を延ばしましょう。

講演 2 「えっ うそでしょ!? 尿に血が混ざった!
 ~尿に血が混ざる病気についてお話しします~」
 泌尿器科 部長 島 敬之 医師

尿に血が混ざる。そんな経験ありませんか?血尿といっても見た目で見える肉眼的血尿から尿検査で指摘される血尿を含めて様々です。今回は血尿の時にどのような検査を行うか、どのような病気が隠れているか、その病気の治療方法はこういったものがあるかなど、皆様と一緒に考えていきましょう。

かかりつけ医・かかりつけ歯科医を持ちましょう!



当院は、地域医療支援病院として「二人主治医制」を推進します

当院では、地域医療連携の取り組みとして二人主治医制を推進しています。これは総合的な診療と専門的な診療をそれぞれ別の主治医が担うことで、二人の主治医が連携しながら患者さんの状態に最も適した医療を提供する、つまり患者さんを二人の医師が支える体制を言います。

初診で当院を受診する時は、原則としてかかりつけ医などからの紹介状をご用意ください。その場合「初診時選定療養費5,400円(税込)」の負担は必要ございません。また、病状が安定した患者さんは、かかりつけ医へ紹介させていただきます。かかりつけ医の紹介により再度当院を受診することもできます。

基本理念

すべては患者さんのために

私たちは地域の皆さまの健康を守るために、常に研鑽に努め、医学的にも経済的にも社会的にも適正な模範的医療を提供します。

地方独立行政法人
総合病院 国保旭中央病院



www.hospital.asahi.chiba.jp
 〒289-2511 千葉県旭市イの1326 TEL.0479-63-8111(代) FAX.0479-63-8580

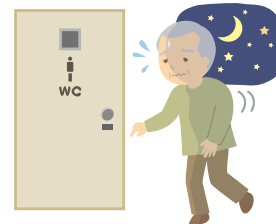
お知らせ

- 初診外来受付時間……[7:45~11:00]
自動受付機は、6:30からご利用いただけます。
- 面会時間………[11:00~20:00]
- 自動精算機稼働時間…[7:00~20:00]
- 駐車場巡回バス…[8:30~14:00]

家庭で役立つ健康豆知識

トイレがちがいがまんできない

膀胱は、500mlペットボトル1本程の尿を溜めることができ、大半の時間は溜まっていることすら感じさせません。1日数回、計2分程度の排尿時間以外は、意識なくとも尿を漏らすことなく過ごせます。このような膀胱の働きが狂うと、快適な毎日の生活が損なわれ、とても厄介です。原因は前立腺肥大や結石、炎症、腫瘍など様々ですが、はっきりした原因がなくても症状が起きる場合があります。尿意ががまんできない症状を起こす過活動膀胱には、有効な治療薬が開発されています。また、膀胱に尿が溜められない頻尿の他に、尿量が多くてトイレが近くなる多尿もあります。就寝時に尿量が増える夜間多尿は、心、肺、腎、内分泌など膀胱以外の原因でも起きます。おしっこの症状を感じたら、医療機関に相談することが大切です。膀胱機能の低下には、動脈硬化や糖尿病などによる血管の老化が大きく影響しています。生活習慣病を進行させない注意も心掛けたいですね。



泌尿器科 中津 裕臣

がん患者サロン／乳がん患者サロン 開催のお知らせ

当院は地域がん診療連携拠点病院に指定されています。その取り組みの一環として月に一度、がん患者サロンを開催しております。がんを体験した方、治療中の患者さん、ご家族が集まってご自分の体験や、気持ちを語り合う場です。どちらも事前のお申し込みは不要で、入退室は自由です。当日、お茶代としてお一人様300円を集めます。お気軽にご参加下さい。

がん患者サロン **日時** 3月19日(月) 14:00~16:00
場所 2号館1階 医療連携福祉相談室

[お問い合わせ先] 医療連携福祉相談室 ☎(代)0479-63-8111(内線2151)

乳がん患者サロン **日時** 3月15日(木) 14:00~16:00
場所 2号館2階 乳腺センター会議室

[お問い合わせ先] 乳腺センター ☎(代)0479-63-8111(内線2260)

患者図書室「ほすぴたるひろば」—みんなの医療情報AからZまで—

- 病気や治療に関する解説書、食事療法、検査・薬に関する本の閲覧
 ※入院患者さんのみ、1人1冊、2日間、本の貸出をいたします
- 市民健康講座、豆知識講座のDVD閲覧
- 病気に関するパンフレット(お持ち帰りいただけます)

■ 場所: 1号館1階連絡通路
 ■ 利用時間: 平日13:00~15:00(土日祝日除く)
 ※都合によりやむを得ず、休室になる場合がございます。

