

薬の知識

知って得する

～服用時間編～

薬の服用時間には食後や就寝前、食間などいくつか種類があります。分かっているようで正確には知らない方も多いのではないのでしょうか？

服用時間は薬の特性や副作用の予防、また、食事や他の薬との飲み合わせなどを考慮して指示されています。薬は指示通り飲むようにしてください。



食後 食事のおよそ30分後(または以内)に服用。

胃の中には食べ物が残っている状態。

一般的に薬はゆっくり吸収され比較的胃に対する刺激が少なくなります。

食後とすることで飲み忘れがないようにするためでもあります。食後30分といっても正確に30分でないといけない訳ではありません。多少時間がずれても飲み忘れないことが重要です。

食前 食事のおよそ30分前に服用。

胃が空っぽの状態。

食べ物が胃の中にあると吸収が悪いもの、食事のときに効いてほしい薬などが食前に飲まれます。

食間 食事のおよそ2時間後に服用。

食間といっても食事をしながら飲むという訳ではありません。(注意!)胃潰瘍の薬で胃粘膜を保護する薬などがあります。

就寝前 寝る前に服用。

下剤(寝る前に飲むと翌日便通がある)や睡眠薬、寝る前に飲んで明け方に効く薬などがあります。

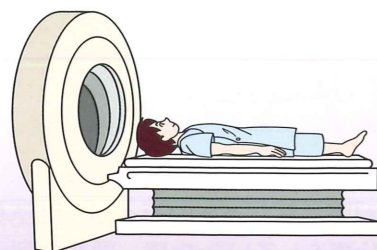
頓用(頓服) 症状が出た時、ひどい時など必要時に服用。

具体的には疼痛時(痛い時)、発熱時、便秘の時、眠れない時などがあります。



* これら以外にも服用時間はありますし、何時に服用と時間が指定されることもあります。もし指示された用法で分からないことがある場合や指示された時間に飲むことが難しい場合は医師または薬剤師に相談してください。

マルチスライスCTって何?



当院は最新型のマルチスライスCTを導入しています。いままでのCTは、1回転で1枚の画像しか撮影できませんでしたが、マルチスライスCTは1回転で複数枚の画像を撮影できるようになりました。このことにより撮影時間が短くなり、呼吸の止めにくい赤ちゃんや年配の方でも鮮明に撮影できるようになりました。また検査の幅も広がり、心臓のような動いている臓器の診断能も向上しています。

【新任医師紹介】



氏名：高山 照雄(たかやま てるお)
診療科：産婦人科
役職：部長
専門分野：産婦人科全般
認定：日本産科婦人科学会認定医
趣味：読書、音楽鑑賞
コメント：不妊治療などご相談ください。



氏名：永井 康洋(ながい やすひろ)
診療科：耳鼻咽喉科
役職：部長
専門分野：全般
認定：日本耳鼻咽喉科学会認定専門医
趣味：音楽、旅行
コメント：よろしく願います。



氏名：保坂 宗右(ほさか そうすけ)
診療科：脳神経内科
役職：部長
専門分野：神経難病、ボトックス注射治療
認定：日本神経学会神経内科専門医
趣味：パチンコ
コメント：頭の病気でお困りの方はご相談ください。



氏名：藤本 陽子(ふじもと ようこ)
診療科：小児科
役職：医長
専門分野：一般小児科、小児内分泌
認定：日本小児科学会専門医
趣味：食べる、旅行
コメント：2児の母です。ちょっとしたことでも、何でもご相談ください。

あなたの足は大丈夫?

インソールや靴の工夫で足の健康を守りましょう!

インソールって?.....靴の中敷

インソール処方って?.....靴の中敷に凹凸をつけて、足の機能作用を補助したり、姿勢の調整をおこなうことで痛みの緩和・除去すること



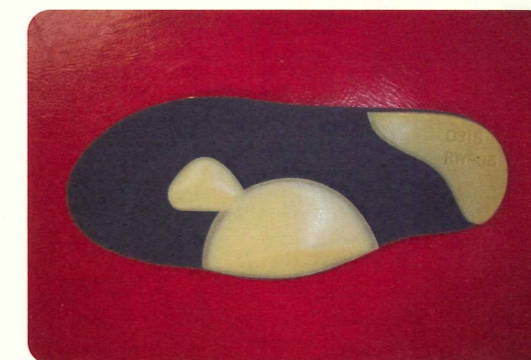
どんなものをつけるの?.....右写真

どんな効果があるの?

人間の足は、車で言うとタイヤのようなものです。体の一番下にあって、地面と直接コンタクトする部分です。足には親指の付け根、小指の付け根、かかとで構成されるアーチと呼ばれる構造があります。足のアーチが着地の衝撃を吸収し、蹴り出しの時のバネ力を生み出します。アーチが崩れると、外反母趾や扁平足などに繋がり、膝痛や腰痛等の様々な故障の原因になります。

アーチが崩れる例に『扁平足』があります。

足の内側のアーチが低くなる状態です。インソールの内側にパッドを入れると、アーチが支えられ、姿勢の修整や疼痛緩和へつながります。



靴や中敷、それぞれ自分にあったものを作製、選ぶことで足は安定し、痛みの緩和や怪我の予防となり、全身の健康を守ります!

現在、市販でも色々な種類の中敷が販売されています!市販のものは、既存のものに自分の足を合わせて選びますが、病院のインソールは、自分の足に合わせたものを作製します。

当院で作製を希望する際の流れ

①整形外科の受診 → ②医師による診察 → ③リハビリ依頼 ⇒ 作製

* 医師による診察、診断が必ず必要になります!

* インソール作製には、数日かかるため、通院していただくことになります。

乳がん相談のお知らせ

毎月第2金曜日 9:30~15:00まで

伊奈侑子先生による『乳がん相談』を無料で行っております。予約は必要ありません。相談内容についての秘密は厳守いたします。ご希望の方は、外科外来窓口までお問い合わせください。

伊奈侑子先生 国立大学法人 東北大学病院 オンコロジャーナース

マイ+ホスピタルに掲載されました



マイ+ホスピタル VOL.15 '08/AUTUMN号に外科(肛門科)が掲載されました。石田外科部長、大賀肛門科医長が「痔」について詳しく解説されています。院内においてありますので、ご自由にお持ちください。

ちまたの食べもの話 ウソ?ホント?

Q.賞味期限と消費期限って同じこと? A.正解は×

- ◆ **そもそも……**
- ◆ 店頭で販売している揚げたてコロッケのように未包装のものを除いて、加工食品には「いつまで食べられるか」が必ず表示されています。この表示は、食品衛生法に基づいて二つに分類されています。
- ◆ **消費期限は……**
- ◆ 製造加工日を含めておおむね5日以内で品質が急に劣化する食品です。そのため、必ず期限内に消費する必要があります。例:弁当、パン、惣菜、生菓子、魚肉、生麺などの傷みやすいものなど
- ◆ **賞味期限は……**
- ◆ 製造加工日を含めておおむね5日を超え、消費期限に比べて品質が比較的劣化しにくい食品です。期限を過ぎても直ちに「食べられなくなる」ということではありません。およその目安としてください。例:スナック菓子、インスタント麺、缶詰、乳製品など
- ◆ **ちなみに……**
- ◆ 二つの表示については「いつまで食べられるか」「どちらの表示を選ぶか」は、食品衛生法の基準内であれば、それぞれのメーカーの判断に任されています。そのため牛乳などには二種類の表示があり、多くは「賞味期限」表示ですが、低温殺菌牛乳などの一部が「消費期限」で表示されています。また牛乳の他、豆腐なども二つの表示が混在しています。

カードのご利用について

当院ではクレジットカード・デビットカードがご利用いただけます。(保証金のお預かりには使用できません)

使用できるクレジットカード

JCB・AMERICAN EXPRESS・VISA・Master Card・DC UFJ Card・NICOS・JACCS・MUFG CARD

デビットカードとは?

金融機関で発行されたキャッシュカードが、病院でのお支払いにそのままご利用いただけるサービスの名称です。お支払いの際にキャッシュカードを提示し、端末に暗証番号を入力すると、代金がお客様の金融機関の口座から即時に引き落とされ、数日後に病院の口座へ入金される仕組みです。(一部の時間帯では使用できないことがあります)

【診療科目】内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、神経内科、腎臓内科、外科、呼吸器外科、消化器外科、乳腺外科、肛門外科、整形外科、形成外科、脳神経外科、小児科、産婦人科、皮膚科、泌尿器科、眼科、耳鼻咽喉科、アレルギー科、リハビリテーション科、放射線科、麻酔科、人工透析、人間ドック、特定健診

【受付時間】平日:8:00~12:00(診察開始9:00より) 12:30~16:30(診察開始14:00より) 土曜:8:00~12:00(診察開始9:00より) 休診:日曜・祝日

【24時間救急応需】救急の場合は24時間体制で、随時対応いたします。来院する前に、必ずお電話でご確認ください。

あさひだより 創刊号 2008.12
発行/横浜旭中央総合病院 広報委員会
〒241-0801 神奈川県横浜市旭区若葉台4-20-1
医療法人明芳会 横浜旭中央総合病院
TEL:045-921-6111 FAX:045-921-4931
横浜旭中央総合病院で検索
URL: http://www.ims.gr.jp/asahi-hp/

あさひだより

創刊号
Vol.1
2008/12月

横浜旭中央総合病院

ごあいさつ

当院は、「最新の医療の実現」とともに「何人にも平等に医療を受けられる病院」を基本理念とし救急医療から在宅医療までの総合医療を推進しています。

開院以来、地域の皆様の御支援をいただき、大変感謝しております。

また、厚生労働省より医師育成のための臨床研修病院の指定を受け、さらにその責任の大きさを痛感しています。

現在婦人科が診療を行なっておりますが、産科につきましては暫くご迷惑をおかけして申し訳ありませんでした。2009年度には大学病院からの支援・派遣が決定し、再び開設することになりました。

医療安全を念頭に、様々なニーズに対応でき得る病院が当院にかせられた使命と考え、皆様の期待に答えられる病院として、努力・研鑽を重ねる所存です。

この広報誌は当院が開かれた病院として、地域の皆様に有益な情報をご提供できるように職員一同で作って行きたいと思っております。宜しくお願い致します。



横浜旭中央総合病院
院長 小田切 統二
日本呼吸器学会認定指導医
日本アレルギー学会認定指導医

院長に聞きました!

Q. 医師を目指したきっかけは?

母が近所の子供さんを診る小児科開業医だったのですが、肺結核後遺症でいつも息苦しさと共に仕事をしていたため、呼吸器科医になろうと思いました。

Q. 得意とする診療は?

呼吸器疾患、アレルギー性疾患、気管支喘息、COPDなど

Q. ご趣味は?

油彩 音楽(団塊世代のためエレキギター)

Q. 好きな食べ物は?

お酒は飲みませんが、お酒のつまみになるようなものが好みます。

Q. 苦手な食べ物は?

特にありませんが、しいて言えばレタス

Q. 好きな映画または感銘を受けた本は?

大列車作戦、恐怖の報酬、ALWAYS

【プロフィール】

東京都出身
昭和49年 昭和大学卒業
昭和56年 島田総合病院 内科医長
昭和57年 昭和大学付属豊洲病院 内科講師
平成7年 昭和大学付属豊洲病院 助教授
平成8年 鶴川サナトリウム病院 院長
平成13年 横浜旭中央総合病院 院長