

新年のごあいさつ

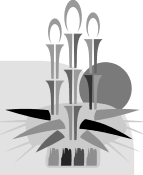
あけましておめでとうございます

皆様におかれましては、素晴らしい初春をお迎えのことと存じます。

昨年の世相を象徴とした漢字は“愛”でした。昨今の医療を取り巻く諸情勢は、患者様や医療機関の双方にとって極めて厳しい状況になっております。しかし、このような時勢だからこそ当院は“愛”をもって、病院理念である「信頼と安心の医療」を実践し、地域に根付いた医療活動を行う所存でございます。今後とも皆様のご支援、ご尽力のほどよろしくお願い申し上げます。

この一年が、皆様にとって幸せな一年になりますことをお祈り申し上げます。

理事長 河端一也



外科診療体制変更のお知らせ

平成18年1月より外科の診療体制が以下のように変更となります。

月曜日	朝診	第1.3.5週 寺本医師 第2.4週 平川医師
水曜日	朝診	平川医師
	夜診	平川医師
金曜日	朝診	井口医師(乳腺外来併設)
土曜日	朝診	平川医師(毎週)

これらに伴いまして、金曜日午後に行っておりました乳腺外来は、金曜日朝診の井口医師の外来と併設となります。詳しくは裏面の「外来担当医一覧」をご覧ください。

女性技師によるマンモグラフィ曜日変更

毎月第2水曜日に行っておりました、女性技師によるマンモグラフィ(乳房X線撮影)は、18年1月より、毎月第2木曜日に変更となります。時間はこれまで通り17:00~20:00と変わりません。

新河端病院 理念

信頼と安心の医療

1. 患者様に感動をしていただける医療を実践します。
1. 患者様に選んでいただける病院づくりを実践します。

二日酔いの予防と対策

年末に忘年会が続いたと思ったら、年が明けて今度は新年会。友達や同僚などの仲間と楽しくお酒を飲んでいるとついついでを越してしまい、翌日つらい思いをされている方も少なくないのでは？今回は二日酔いの予防と対策をご紹介します。

二日酔いの原因

アルコールを分解するのに、肝臓の酵素が重要な役割を果たしています。しかし、自分の肝臓の処理能力を超えてアルコールを接種したときに二日酔いは起こります。

二日酔いの予防と対策

飲む前は・・・

普段から食生活や睡眠時間に気をつけるなどして、胃腸や肝臓に負担のかからない食生活を心がけましょう。空腹でお酒を飲むとアルコールが急速に吸収されます。お酒を飲む前に軽い食事や乳製品を摂ると、胃の粘膜を保護しアルコールの吸収を緩やかにします。

飲んでいる時は・・・

宴会に遅れてやってきて、空腹のまま立て続けにグラスを空けることを「かけつけ三杯」などといいますが、急にアルコールが入ると肝臓で処理しきれず、酔いの回りが速くなり悪酔いの原因となります。

おつまみにも工夫をしましょう。タウリンを多く含むカキ・イカ・タコや、システインを多く含む枝豆やゴマなどを摂ると二日酔いになりにくいといわれています。また、糖質の分解を助けるビタミンB1の補給もお忘れなく。

お茶やお水も飲みましょう。お酒を飲むとトイレに行く回数が増えるのは、水分摂取量に加え、アルコールにより尿量調節のしくみがうまく働かなくなることも原因です。不足する水分を補うことが必要です。

それでも二日酔いになってしまったら・・・

昔から「二日酔いには迎え酒」といいますが、これはアルコールの麻酔作用による一時的なごまかしに過ぎません。それよりも水分や果物を摂るようにしましょう。

とりあえず反省しましょう！二日酔いの原因は飲み過ぎがほとんどなので、飲み過ぎないように気をつけるのが、一番の予防策です。

「患者さまの権利」

患者さまには次のような権利があります。私たちはその権利を尊重するような医療を行います。

- ・ 医療を受ける権利
- ・ 知る権利
- ・ 自分で決定する権利
- ・ プライバシーを守られる権利



医療法人 医修会 新河端病院