

■内科外来からのお知らせ

7月から矢崎医師、西谷医師の退職と佐々木医師、浅井医師の就任により、外来診察の担当医が次のように変更になります。

	月	火	水	木	金	土
1診	椎木	松倉	林	椎木	林	交代制
2診	伊藤	杉原	杉原	佐々木	丸山	交代制
3診	城井	浅井	椎木	城井	山路	—
4診	—	—	—	林	松倉	—

■が変更となった箇所です。

■泌尿器科外来からのお知らせ

泌尿器科では常勤医師が不在であったため、患者様には大変ご迷惑をおかけしておりましたが、7月より常勤医として夏目医師が就任されることにより、基本的に開院日には外来診察を行えるようになりました。

※外来診察の担当医については、非常勤の医師が当たる曜日がありますので、詳しくはお問い合わせください。

■整形外科外来からのお知らせ

7月から上羽医師の退職と横田医師の就任により、外来診察の担当医が次のように変更になります。

	月	火	水	木	金	土
1診	門野 (予約)	仲川	交代制	大島 (予約)	仲川 (予約)	交代制
2診	奥本	大島	—	横田	門野	—
3診	—	奥本 (予約)	—	足外来 (予約)	横田 (予約)	—

■が変更となった箇所です。

■糖尿病教室のご案内

7月は10日・17日・24日に行います。

時間 午後2時～3時 場所 東館2階232号室

※予約・料金とも不要ですので、気軽に参加してください。詳しくはお問い合わせください。

■7月の土曜日の開院日のご案内

5日、19日を平常診察します。

ただし、耳鼻いんこう科、皮膚科は休診となります。

■人事異動を行いました

《薬剤科》

楠田 彩【新採用6月1日付】

足のケア（フットケア）について

外反母趾や扁平足など足の状態でお悩みの方は多くおられると思います。今回は整形外科部長の門野邦彦先生にお話しをうかがいました。

「足が腐る」「壊死（えし）する」このような状態になってしまい、足の指や足全部を切断しなければならぬことがあります。残念ながら、当院でも下肢の切断術を行わざるをえない患者さんを年間に何人も診療することがあります。

足が腐って切断するような状態にならないように、普段から自分の足の状態に注意することが大事です。最近では「フットケア」という呼び方で紹介されることも多いようです。フットケアといっても特別難しいことはありません。週に一回でよいので、自分の足や足の裏をよく見ることから始めてください。意外と自分の足をじっくり観察することは少ないのではないのでしょうか。色はどうでしょうか？青紫に黒ずんでいるような部位があれば要注意



です。血行が悪かったり、靴のサイズが合わず圧迫されているかもしれません。足の裏や足指の間に固いタコができてないでしょうか？これも不適切な靴や、外反母

趾などの足の変形が原因の場合があります。このときに指のストレッチ運動をしてあげるとよいでしょう。また、指の間に水虫がないかどうか？爪がぶ厚くなり丸くなって指先にくい込んでないか？巻き爪になってないか？皮膚が冷たくないか？逆に赤く腫れてないか？なども重要です。

このようなことは若くて健康な方には、あたりまえすぎてピンとこないかもしれません。しかし、高齢になると体が硬くなり、目が見えにくく、指先の細かい作業がやりにくくなり、自分の足の先がずいぶん遠い場所に感じるものです。またお年寄りの中には、他の人に足を見られることを恥ずかしがったり、すまないと思われたりする方が多いようです。もしご家庭に介護を必要とするような家族がいるなら、ときどき足の状態を見てあげてください。そして足の異常が見つかったら、病院で診察を受けることをお勧めします。

「まず足を見よう、そして手にとって触れて診よう」

こういった心掛けが広まり、足を切断しなければならない人が、これ以上増えないようになることを願っています。



整形外科 門野先生の診察
(予約外) は毎週金曜日です。