



7月号  
2017

# 病院だより

## 歯周病のお話

南魚沼市民病院 歯科医師 羽尾直仁

皆さんきちんと歯磨きしていますか？歯磨きは虫歯を予防するとともに歯周病の予防につながります。

さて、今回はその歯周病についてお話したいと思います。

歯周病は細菌の感染によって引き起こされる疾患です。歯と歯肉の境目の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌が集まり、「炎症」を帯びて赤くなったり、腫れたりします。そして、進行すると歯周ポケットと呼ばれる歯と歯肉の境目が深くなり、歯を支える土台(歯槽骨)が溶けて歯が動くようになり、最後は歯を抜かなければいけなくなってしまう。なんと成人の約8割が歯周病にかかっているという調査もあります！

ここで簡単にできる歯周病のセルフチェックをご紹介します

- ・ 朝起きたとき、口の中がネバネバする。
- ・ ブラッシング時に出血する。
- ・ 口臭が気になる。
- ・ 歯肉がむずがゆい、痛い。
- ・ 歯肉が赤く腫れている。(健康的な歯肉はピンク色で引き締まっている)
- ・ かたい物が噛みにくい。
- ・ 歯が長くなったような気がする。

・ 前歯が出っ歯になったり、歯と歯の間に隙間がでてきた。食物が挟まる。

※上記の項目3つあてはまる  
油断は禁物です。ご自分および歯医者さんで予防するように努めましょう。

※上記の項目6つあてはまる  
歯周病が進行している可能性があります。

※上記の項目全てあてはまる  
歯周病の症状がかなり進んでいきます。

3つ以上当てはまる方は歯科受診をお勧めします。3つ以上当てはまらない人でも気になる方は是非1度歯科受診してみてください。

近年、歯周病とその他の全身疾患には密接な関係があると言われています。

①糖尿病

歯周病菌は歯肉、血管にも侵入します。その時に出るホルモンが血糖値を下げてくくします。ちなみに歯周病の人は糖尿病になるリスクが2.8倍高くなるという報告もあります。

②心筋梗塞、狭心症

歯周病原菌などの刺激により動脈硬化を誘導する物質が出て血管内に沈着物ができ、血液の通り道は細

くなり、沈着物が剥がれて血の塊が出来る、その場で血管が詰まったり血管の細いところで詰まります

③メタボリックシンドローム

④誤嚥性肺炎

このように一見全く関係ないと思いがちですが、口は体の入り口なので全身と密接に関係しています。歯周病を予防する事が全身の病気を予防することにもつながります。

歯磨きは毎日のことなのでつい忘れがちになってしまいかもしれませんが、始めは一日3回、時間は1回5分以上を目安にして磨いてください。歯を失うと見た目が損なわれるほか、噛めることもできなくなり、美味しく食事ができなくなったり、様々な影響がでます。

みなさん、鏡で口の中を見て見ましょう。お口の中は写真のようになっていませんか？まず口を目を向けることから始めましょう!!



歯周病患者の口腔内

# 診療科・診療日のご案内

医師別の診療予定が必要な方は、医師（名字）・診療日（数字）が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

**説明**  
 診療科に対する曜日欄の記載は、○＝診療日    —＝休診となります。  
 （備考参照）の記載がある場合、当月に臨時休診等がありますのでご確認ください。  
 また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。  
 ※予約外で一日2科受診（併診）を希望される場合は、午前10時までに受付をしてください。  
 受付が午前10時を過ぎますと、2科目の受診ができない場合があることをご了承ください。

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
一般外来	○	○	○	—	7日・14日・21日	1日・15日・22日・29日 (新患者のみ)	月⑧⑨⑩8:30~10:00 ⑪8:30~11:00 ⑫13:00~14:45	月⑧⑨⑩9:30~ ⑪9:00~13:30~	※一日15名で受付終了 但し、火曜日は受付制限なし
予約	—	—	○	13日・27日	○	—	電話での予約受付は できません	⑧9:30~ ⑫14:45~⑬13:30~	
専門外来	—	11日・25日	—	—	—	—	予約制 (電話での予約受付は できません)	10:45~	
脊椎	—	—	—	—	—	—		9:30~	
上肢	—	—	—	○	—	—		9:30~	
足	—	—	—	—	—	8日		9:00~	
退院後	○	—	—	—	—	—		9:00~	
人工関節	—	—	○	—	—	—			
骨粗しょう症	—	—	—	○	—	—			

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	○	—	—	—	8:30~11:00	9:00~	
午後	—	—	○	—	—	—	13:00~15:00	13:00~	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
	—	○	—	6日・20日	7日・14日・21日	—	予約制	午前9:00~ 午後13:30~	

**午後診療の新患受付について**  
 眼科、耳鼻いんこう科、皮膚科の午後診療において、受付時間の1時間前から外来受付で「総合受付順番票」を配布します。受付時間になりましたら、番号順に受付を開始します。皮膚科は、人数制限していますので、受付できない場合があります。

入院患者さまとの面会は、13:00~20:00です。  
**病院休診日のお知らせ**  
 17日(月) 海の日  
 ※各診療科の休診日は、「診療科・診療日の案内」の最右欄「備考・休診日」でご確認ください。

**診療費の支払に自動精算機をご利用ください。**  
 エントランスホール右側に自動精算機を設置しています。現金の他にクレジットカード、デビットカードが使えるのでご利用下さい。  
 なお、お薬の処方箋は会計窓口でのお渡しになりますので受け取り忘れにご注意ください。

**正面玄関屋根設置工事について**  
 7月1日から正面入り口前に屋根を設置する工事が始まります(完了予定11月頃)。障害者用駐車区画が作業区域(隣接地を障害者用の代替区画とします)となり、それに伴いバス停留所と運行経路が変更となります。ご不便をお掛けしますが、構内の表示に従い安全運転、安全歩行をお願い致します。

**日本脳炎ワクチンが不足しています**  
 これは昨年4月の熊本地震でワクチン製造メーカーが被災し、製造中止に至ったのが主な原因です。正常な生産体制が整うまでは、当院においても予約が取れないといった状況になりますので、ご理解ください。予約の問い合わせは、医事課までお願いします。

**南魚沼市病院職員募集中**  
 南魚沼市病院事業では下記のとおり職員を募集しています。  
 1 募集職種  
 薬剤師・細胞検査士・臨床検査技師 各1名程度、看護師  
 2 その他:詳細については、南魚沼市民病院庶務課庶務係にお問い合わせください。

## 子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌・二種混合(ジフテリア・破傷風)	7月3日(月)	12:30~ 13:00	13:00~
三種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)	7月24日(月)		
四種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)	7月31日(月)		
麻しん風しん混合(1期・2期)・BCG・ポリオ	7月12日(水)	13:00~ 13:30	13:30~
日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス	7月26日(水)		
A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん			

※予約が必要です。予約・問合せは、医事課までお願いします。  
 ※接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。

今月の南魚沼市民病院健康講演会は、7月8日(土) 午後1:00受付、1:30開演です。



平成29年7月

# 南魚沼市民病院

## 予約変更について

○再診予約の変更は、変更枠がないため受け付けておりません。  
ただし、「予約制」の表示のある診療科は、その科にご連絡ください。  
連絡は、月～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。

## 南魚沼市民病院

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町 2643-1  
TEL 025-788-1222 (代表)  
FAX 025-788-1231

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30~11:00 (午前のみ)	9:00~	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	午前8:30~11:00 午後13:00~15:30	午前9:00~ 午後13:30~	土曜日=午前のみ
受診にあつて の注意点	専門外来は、腎臓内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科、内分泌糖尿病外来、睡眠時無呼吸外来があります。 いずれもすべて完全予約制となります。 他院からの紹介状をお持ちの方を含めて、専門外来を受診希望の方は、医療連携室にご連絡いただき、受診 予約をお願いします。 専門外来をご希望でも、まずは初診外来をご案内することがありますので、ご了承ください。								

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般外来	10日	○	—	○	—	—	予約制	火 9:00~ 月 火 14:00~	
メモリークリニック	○	—	○	—	○	—		9:30~	
高次脳機能障害科	10日・24日	—	—	—	—	—		14:00~	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:30~11:00	9:00~	

小 児 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一 般 外 来	午前	○	○	○	○	—	8:30~11:00	9:00~	
	午後	—	—	12日・26日	—	—	予約制	14:00~	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
一般受付	—	—	—	—	○	○	8:30~11:00	9:00~	予約優先
予 約	—	○	○ (備考参照)	○	—	—	予約制	9:30~	休診=26日(水)

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
午 前	○	備考参照	○	○	備考参照	—	8:30~10:00	9:00~	火曜日、木曜日午後、 金曜日=予約制
午 後	○	備考参照	○	備考参照	備考参照	—	13:00~15:00	13:30~	

	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
耳鼻いんこう科	—	○	—	○ (備考参照)	○	○	火 13:00~15:00 土 8:30~11:00	火 13:40~ 土 9:00~	※6日(木)14:40~診療開始
皮 膚 科	—	—	—	○	—	○ (備考参照)	火 13:30~14:30 土 8:30~10:45	火 14:00~ 土 9:00~	※1日(土)、15日(土)、29日(土)10:00~診療開始 ※受診状況により受付制限あり
泌 尿 器 科	—	○	○	—	—	—	予約制〔電話予約可〕	9:30~	※予約変更は、火曜日・水曜日の 9:30から12:00まで

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備考・休診日
歯科	○	○	○	—	14日	8日・15日 (備考参照)	予約制 電話予約可 月～金曜日の 午後2時～4時	午前9:00~	土曜日=初診のみ
歯科口腔外科	○	○	—	○	7日・21日・ 28日	18日・22日・29日 (備考参照)		午後13:30~	土曜日=初診のみ

# ゆきぐに大和病院のご案内 7月

## 予約変更について

○再診予約の変更を受け付けます。  
ただし、条件により受けられない場合があります。  
連絡は、火～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。  
(歯科は歯科の受付欄参照)

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

## ゆきぐに大和病院

〒949-7302  
新潟県南魚沼市浦佐4115  
TEL 025-777-2111 (代表)  
FAX 025-777-3853

## 説明

診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日 — =休診となります。  
(備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等があります。  
また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

内科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○ (備考参照)	—	7:30~8:30	8:00~10:00	休診=7日(金)
午前	○	○	○	○	○	○	8:30~10:00 (備考参照)	9:00~12:00	受付変更=7日(金)8:30~9:30
午後	—	予約制	—	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
夕診療	—	○	○	○ (備考参照)	○ (備考参照)	—	16:30~18:00	17:00~19:00	休診=6日(木)、7日(金)
腎臓内科	—	—	—	—	14日・28日	8日	予約制	9:00~12:30	
禁煙治療	—	—	—	予約制	—	—	予約制	17:00~18:30	

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	○	予約制	○	予約制	○	○	8:30~10:00	9:00~12:00	
午後	—	予約制	○	—	○	—	13:00~14:30	13:30~15:00	

精神科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	予約制 (備考参照)	予約制	—	—	—	予約制	予約制	9:00~12:00	休診=24日(月)
午後	—	—	予約制	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
メモリークリニック	—	予約のみ	予約のみ	—	—	—	予約患者のみ	火15:00~16:30 水13:30~16:00	
睡眠時無呼吸	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	14:00~15:00	

外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	予約のみ	6日・20日	—	1日・15日	予約患者のみ	9:00~12:00	

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	1日・15日	予約患者のみ	9:00~12:00	

小児科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	9:00~9:30	
午後	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	15:00~16:30	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	12日・26日	—	—	—	予約患者のみ	9:00~12:00	

歯科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制 電話予約可 10:00~12:30 13:30~16:00	9:00~12:00	休診=8日(土)、29日(日)
午後	—	○	○	○	○	—		13:30~16:00	

※電話で予約ができますが、月曜日の午後と土曜日の午後は休診のため、電話予約はできません。

## 病院休診日のお知らせ

17日(月) 海の日

※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。

入院患者さまとの面会は、  
13:00~20:00です。