

《沖縄協同病院の理念》

- 人権といのちの尊厳を守る、無差別平等の医療を行います。
- 地域と共に平和で健康に暮らせる、まちづくりを行います。



沖縄協同病院・病院広報委員会

那覇市古波蔵4丁目10番55号

TEL.(098)853-1200

FAX.(098)853-1212

http://oki-kyo.jp

発行責任者 仲程正哲

★白衣が変わります

看護部では、今年の4月からユニフォームを変更しています。今までのユニフォームは、首まわりがきつい、動きにくい、という声があったので機能的に動けるスクラブタイプのデザインにしました。色も水色から、上着は「赤」、ズボンは「紺」に変え男女兼用です。看護部スタッフ一丸となって「患者様に接する時は明るく、仕事は機能的に動く、という気持ちで、これからも頑張ります。

副総看護師長 大城藤枝



2013.8.9 原水爆禁止世界大会に参加して



広島・長崎の被爆から68年目を迎えているが、今なお世界には2万発近くの核兵器が存在している。本大会に参加することにより、日本だけでなく世界各国からの大勢の参加者が、一刻も早く原水爆がなくなるよう願っていることを実感した。

分科会では、佐世保基地の実態について学ぶことができた。佐世保港は自然豊かな場所であるが、イージス艦やLCAC（エアクッション型上陸艇）、弾薬庫などで占拠されている状況だった。そして、米軍と自衛隊とが一緒になって訓練を実施、先遣部隊として準備していることには驚かされた。

参加者には、沖縄の米軍基地について関心を持たれている方も多く、自分なりに想いや考えを伝えることはできたが、まだまだ勉強不足だと実感した。

今回、原水禁に参加したことで、私達も被爆者の実体験を聞き歴史を風化させないように伝えていく役割があると感じた。

リハビリ室 知花勝平

就任のあいさつ



心臓外科部長 橋本巨

8月1日よりお世話になっております心臓外科の橋本巨と申します。チームワークを大事にしながら安全で良い医療を行っていきたいと考えております。よろしくお願ひ致します。



地域連携課長 運天奈津代

7月22日より地域連携課の課長に就任しました運天奈津代です。地域の医療機関との連携をスムーズに行い、皆様のお役に立てるよう、スタッフと協力し努めていききたいと思います。これからもよろしくお願ひします。

病院の活動状況 <7月度>	・外来一日平均患者数 : 628	(前年同月比 -100人)
	・入院一日平均患者数 : 272	(前年同月比 -7人)
	・組合員利用率 : 54.1%	(前年同月比 +3.6%)

視力の低下とその原因、あれこれ その②

86 眼科



今回は、視力低下をきたし、放置すれば失明にいたることがある病気についてお話しします。糖尿病による網膜症と緑内障です。まずは糖尿病から始めましょう。

血糖値というのは、簡単に言えば血液中のブドウ糖の濃度のことです。ブドウ糖は生きていく上で大切なエネルギー源ですが、エネルギーとして利用するためには、すい臓で作られるインスリンが必要です。糖尿病は、このインスリンが足りない、ということが主な原因で悪化していきます。日々の食生活で口にする食品で、ブドウ糖のもともなるのは主食の「ごはん」「パン」「めん類」「いも類」「砂糖」「小麦粉」などです（これを炭水化物といいます）。おかずとして食べる「肉類」「海産物」「野菜」などは炭水化物をほんのわずかしかならないので血糖は上がりません。主食の炭水化物といかに上手に付き合っていくかが、糖尿病克服のポイントになります。最近の流行になっている低炭水化物食ですが、炭水化物ゼロにすることは反対です。そのように不自然な、偏った食事を続けていきますと、今度は別の病気になってしまうからです。

糖尿病で注意しなければならないのは食後の血糖です。たとえヘモグロビンA1Cが良くもなっている、食後の血糖が高いと合併症が発生、進行してきます。73%（正常値は46%）と62%とされていますが10年続くと眼底出血する、と言われています。腎臓がやられ、透析に向かって進んでいくことにもなります。6.3%でも食後血糖が300近くまで上がっていることさえあるのです。

こうした悲劇を避けるには食後の血糖を可能な限り正常にしなければなりません。「よい検査データ」とは、限りなく「正常範囲に近い数値」です。特に、すでにインスリンを使用している方は起床時100〜120、食後140〜160位をとりあえずの目標にしてください。失明を避ける方法は他にもありません。レーザーの治療などはあくまでも補助的なものなのです。

糖尿病で眼が心配な患者様は、ぜひ沖縄協同病院眼科を受診下さい。

眼科部長 館一男



虹の箱とは患者さまの声を医療活動に反映させていくための投書箱です。

ご意見・ご要望

まち時間が長い。もっと早く診察して！
リウマチ外来受診者

ご返事

待ち時間の説明が不十分で、申し訳ありませんでした。

リウマチ外来は予約制で診療を行っております。予約を取らずに受付した方の診療は、予約された方の診療後となるため待ち時間が長くなることをご了承ください。

2階外来師長 金城利枝

かりゆし会 (糖尿病患者会)

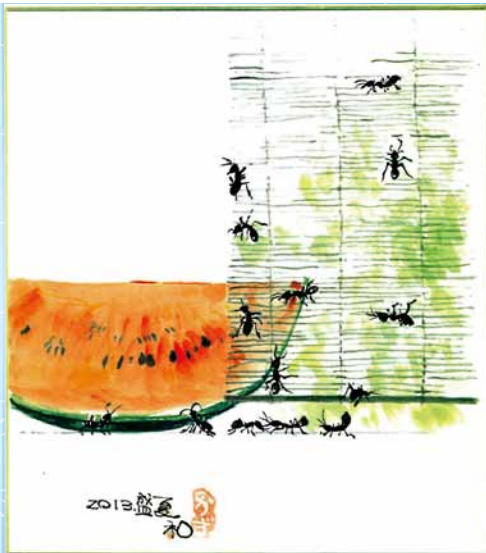
レシピ <鶏肉のわさび醤油和え>



- (材料) (1人分量)
- 鶏皮なし胸肉…… 50g
 - 酒…… 少々
 - 大根(千切り)…… 10g
 - 人参(千切り)…… 10g
 - 大葉(千切り)…… 1枚
 - わさび…… 1cc
 - 醤油…… 3cc
 - みりん…… 3cc
 - 酢…… 3cc

- (作り方)
- ① 鶏肉に酒を入れ混ぜる。沸騰したお湯に入れ茹でた後、ザルにあげ、水洗いをし、氷水に入れ粗熱を取って水気を切る。
 - ② ①を食べやすい大きさに切り、器に盛り、aをのせる。
 - ③ ②にbを回しかける。

長い夏、もうひとふんばり
画・内科医 上原和博



外科夜間診療廃止のお知らせ

当院は救急病院として24時間365日医療活動を行っており、救急車を断らない医療体制整備のために医療機能強化を進めております。

このたび、救急医療体制の強化のため外科夜間診療が9月より廃止される事になりました。これまで外科夜間外来をご利用して頂いた皆さまには、ご不便をお掛け致しますが、何卒ご理解のほどお願い申し上げます。

沖縄協同病院 院長 仲程正哲

おきなわの自然 ④ アリ

数年前から、大型の蟻が畑でチョコチョコしているのを見かけたが、現在はほとんど占領されてしまった。土の上を行進したり、ドラゴンフルーツの先端に入り込んだり、マメの茎に巣を築いていく。早く退治しなければいけないが、虫やかたつむりのように野菜に直接害はないので放っている。逆に今年はこのアリのおかげでマメに付く虫がいらない…ような気がする。しかし、大型なだけに噛まれると反射的に「アガッ」と言うほど痛いのでそろそろ対策を考えねば…。

ネットで名前を調べてみるが、アリはみんな似ていて区別するのが難しく特定できない。近いのはクロヤマアリか。生態がわからないので、観察してみようとした。それでわかったことは、①大きさは5mmほど。②体色は全身黒くくめ。③ガマクワで尻が大きい。④巣は地上に造る。⑤噛まれると痛い。⑥マメ(ササゲ)の根元に1匹(あるいは2匹)門番がいる。等である。⑥は興味をそそる行動である。マメは枝の先から順番に花を咲かせて、それが長いマメ(3尺マメ)に成長していく。その何百とあるマメ(半数以上の付け根に1匹ずつアリが陣取っている)である。まるでマメを守っているかのように。しかし、アリにとってマメは食べるわけではないし、巣を造るわけではない。無用なものになぜそこにいるのか。想像するにその目的は次に咲く花の蜜の番を取っているのかもしれない。

外来種のアリで1993年に初めて日本で発見されたアルゼンチンアリはすさまじい勢いで繁殖し、現在では十数県に生息範囲を広げているという。繁殖拡大を防ぐ基本は根絶と繁殖地を広げないことである。基地に例えれば、繁殖地である普天間飛行場を撤去し、辺野古への拡大を防げば、基地の害は防げるということである。



蟻の巣



マメの番をする蟻

とよみ生協病院 事務課長 金城稲子