

# なんじゃもんじゃ地域版

## 上対馬病院基本理念

地域の健康な生活を守る使命の達成のため  
職員ひとりひとりが自覚と責任を持ち  
心のふれあいのある  
患者様の側に立った医療の実践を行なう

発行:上対馬病院地域連携室・広報部 ホームページ <http://www.kamibyo.jp/>

## 花粉症とは

戦後に初めて報告された新しい病気です。日本人の25%が花粉症といわれています。スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどのアレルギー症状を起こす病気で、季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれています。



○季節性アレルギー性鼻炎(花粉症):原因となる花粉の飛ぶ季節だけ症状があります。約60種類の植物が花粉症を引き起こすと報告されています。

※主なもの:スギ、ヒノキ、カモガヤ、オオアワガエリ、ブタクサ、シラカンバなど。

症状:鼻の三大症状(くしゃみ・鼻水・鼻づまり)目の症状(かゆみ・涙・充血など)

その他にのどのかゆみ、皮膚のかゆみ、下痢、熱っぽい感じの症状。

○通年性アレルギー性鼻炎:一年中症状が出る。

※主なもの:ダニ・家の中のちり(ハウスダスト)、ペットの毛・フケなど。

症状:喘息、アトピー性皮膚炎などを合併することもあります。

(最近、通年性アレルギー性鼻炎と花粉症の両方に悩む人や複数の花粉に反応する人も増えており、ほぼ一年中、くしゃみ・鼻水・鼻づまりや目のかゆみ・異物感に悩まされるという人も少なくありません。)

※身体に入ってきた異物をできる限り体外に出そうとして、くしゃみで飛ばす、鼻水で洗い流す、鼻づまりで中に入れないような防御が症状として出てきます。

つらい症状は集中力を低下させるなど、日常生活にさまざまな影響を及ぼします。

### 自分でできる花粉症対策

○外出時:花粉情報をチェック。不要不急な外出は控える。外出時は完全防備。

○外出後:玄関先で払って室内に持ち込まない。洗顔、うがい。

○ドア、窓を閉める。掃除はこまめに行う。

○布団は外に干さない(布団乾燥機を使用。干す場合は午前中に、取り入れる際は花粉をはたいて、掃除機で吸うと効果的)。

○枕元の花粉を拭き取る(床の上はもちろん、布団周りにも花粉はたまっています。枕周りの約1mは少し湿らせたティッシュやタオルで拭き取る)。

○お風呂・シャワー:花粉の時期は寝る前に花粉を洗い流して布団に入る。

○空気清浄機を活用。

あまり長引いたり重症化したりする場合は、耳鼻科を受診して下さい。

※花粉症ナビ／花粉症の基礎知識 <http://www.kyowa-kirin.co.jp/kahun/> より引用。

## 5月専門科診療

日	曜	診療科目	医師	受付時間
2	火	耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
9	火	神経内科	森	8:00~11:30
		精神科	長田	8:00~15:00
10	水	精神科	長田	8:00~11:30
		眼科	川端	8:00~11:30
11	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
12	金	外科・乳腺	永尾	8:00~11:30
		脳神経外科	小野	8:00~10:00
16	火	整形外科	永田	8:00~11:30
		耳鼻咽喉科	山口	8:00~11:30
17	水	眼科	川端	8:00~11:30
18	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
19	金	外科	山内	8:00~11:30
		循環器内科	貞光	8:00~11:30
23	火	泌尿器科	犬塚	11:00~15:00 (泌尿器科の診療は14:00~です)
24	水	眼科	川端	8:00~11:30
		整形外科	中村	8:00~11:30
25	木	外科	糸瀬	8:00~11:30
		産婦人科	原	8:00~11:30
26	金	外科	津田	8:00~11:30
31	水	眼科	川端	8:00~11:30

### 一重診療所

日	曜	医師	【受付時間】
11	木	立花	13:00~診察終了まで
18	木	糸瀬	【診療時間】
25	木	糸瀬	14:10~15:30

### 乳児健診・予防接種

日	曜	受付時間	＜要予約＞
2	火	【乳児健診】 13:30~14:30	・水痘・おたふくかぜ・ヒブ ・肺炎球菌・日本脳炎 ・ロタテック内用液
9	火		
16	火	【予防接種】 13:30~14:00	ご予約は☎86-4331
23	火		
30	火		



## 新任医師紹介

氏名: 本石 裕也 (モイシ ユウヤ)

診療科: 内科

趣味: 食べること、  
写真など。

ひとつこと: 昨年度は対馬病院  
にて、対馬2年目  
です。よろしくお願  
いします。



## 外来診療担当表

○一般外来受付時間 8:00~11:30

	診療科	月	火	水	木	金
0番	総合外来	立花	長谷川	本石	山川	立花
1番	外科				糸瀬	①永安 ②永尾 ③⑤山内 ④津田
2番	内科					本石
3番	内科	長谷川	山川	長谷川	長谷川	山川
4番	内科	本石	立花	立花	立花	長谷川
5番	内視鏡	山川	本石	山川	本石	①永安 ②永尾 ③⑤山内 ④森
6番	小児科	立花	立花	立花	立花	立花
8番	眼科			川端		
12番	産婦人科				原	

※診療予定は医師不在により変更する場合があります。

※  診療応援医師

### 【お問い合わせ】

上対馬病院 ☎86-4321  
 メール kmts\_soumu@nagasaki-hosp-agency.or.jp  
 外来予約(IP電話) ☎365-1808  
 訪問看護ステーション ☎86-4334  
 デイケア上対馬 ☎88-9755

### なんじゃ

(注) 専門科診療は、  
空路欠航時に中止  
になる場合や、医師  
変更がある場合もあ  
りますのでお電話等  
でお確かめの上、ご  
来院下さい。

病院坂の工事が終わり  
ひとつばたごの木が  
戻ってきました。  
またこの時季にたくさんの  
花をつけてくれると良いですね。

地域版編集長 早田 裕美