



OKISEKI

2022.8

第169号



【写真作品／尾崎 慎史(薬剤師)】

理 念

赤十字の博愛の心が
伝わる病院をめざして

基本方針

1. 私達は患者さんに益することのみに医療技術を提供します。
2. 私達は信頼される医療が行えるように日々研鑽し、快適な療養環境を創ります。
3. 私達は地域と連携を密にし、県民の健康増進に貢献できる医療活動を追求します。

〒902-8588
沖縄県那覇市与儀1-3-1
TEL 098-853-3134
FAX 098-853-7811

<http://www.okinawa-med.jrc.or.jp/>



沖縄赤十字病院

日本赤十字社

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

人間を救うのは、人間だ。
Our world. Your move



手の手術やケガの後で腫れた時には

森山 朝裕 (整形外科第二部長)

手の手術やケガなどで傷ができた後には、程度の差は有りますが組織の炎症や内出血のため痛みとともに腫れが生じてきます。



早く収まってくればいいのですが、骨や腱、靭帯など運動器の組織は修復に時間を要し、腫れも長びく場合があります。

腫れにより関節が動かしにくくなり、関節可動域に障害が生じる原因にもなります。また、痛みが増強したり、血流や神経の障害が生じる原因にもなります。

対処法の一つとしてお薬の使用があります。

痛みをやわらげるお薬のうち消炎鎮痛薬と言われるものは、消炎とあるように炎症を軽減し、疼痛の軽減とともに腫れを改善する作用があります。

また、漢方薬にも同じような効果が期待できるものがあります。

腫れの長期化に伴いお薬も比較的長期の使用となる時がありますが、内臓の状態によっては頻回の使用があまり勧められない時があります。

消炎鎮痛薬では、腎機能や肝機能の障害が引き起こされたり増悪する事が有り、また心臓機能が低下している方ではさらに悪化させる場合もあります。



さらに、他のお薬との相互作用を配慮しないといけない時もあります。

ただ、お薬に関しては医師や薬剤師が十分注意しておりますので、あまり神経質にならずに相談していただき、お使いいただければと思います。

こうした弊害を避け、腫れを軽減させる有効な手段として腫れた部位を挙上することが薦められます。

手をケガした後で下にブラブラさせているのは好ましくありません。

具体的には傷やケガの部位を心臓を基準にして地面より上になるように心がけることです。

内出血に関しても軽減が期待できます。

ただし特殊な場合、例えば動脈の血流障害がある場合など挙上の程度に制限が生じる場合もあります。

ご不明の点は、医師や看護師にご相談いただければ、より良い対処になるようアドバイスを行って参りたいと思います。

腫れや痛みはなるべく軽く、短かい時間でやり過ごしたいものです。

手軽に誰にでも可能な手の挙上を心に留めておいてはいかがでしょうか。



献血ご協力ありがとうございました！

6月22日に沖縄赤十字病院敷地内（ゆいクロス）で献血を実施しました。

血液センター担当者より「受付51名、献血者46名の方にご協力いただきありがとうございました。コロナの影響で予定している企業や団体からのキャンセルが多く厳しい状況です。血液を必要としている方の尊い生命を救うため、これからも献血にご協力をお願いいたします。」とコメントがありました。



沖縄口唇口蓋裂親の会が交流

6月21日に西原町シェアスペース「アカルナ」で、沖縄県口唇口蓋裂親の会「OPALS」の交流会が開催されました。

13家族が集まり、育児の悩み相談や治療の情報交換などが行なわれ、沖縄赤十字病院歯科口腔外科の西原一秀部長が最近の治療トピックスなどを紹介し、有意義な時間を持つことができました。

口唇裂・口蓋裂は唇や上顎が先天的に割れる疾患で、唇の形や授乳、言語などさまざまな問題がありますが、適切な治療を受ければ治ります。

ご不明な点やご相談がありましたら、口蓋裂学会認定師がいる当院・歯科口腔外科までお声掛けください。



雨の日は読書

■おススメの本 **70歳が老化の分かれ道** 和田秀樹 著 詩想社

患者図書室

(2Fレストランエムズ内)

平日 10時～12時

14時～16時



年齢を理由に思いとどまったり、諦めてしまう事はありますか？

本書は、健康長寿のカギは「70代」にあり、一気に老け込まないために必要なことは、意欲の低下を防ぐことだと述べています。そして、意欲の低下を防ぐ行動の一つにインプットからアウトプットに変える効果が紹介されています。

これまでの経験や知識を社会で多いに活用していただきたいです。

これらの本は、図書室にてご覧になれます。また、入院患者さん、外来患者さん、職員へ貸出しも行っています。ぜひご利用ください。

今年の七夕飾りをしました

6/28～7/7の間に七夕の笹に願いを込めて飾りました。皆様の願いがかないますように～新型コロナウイルス感染症の終息を願って飾りました。

★心身ともに健康でありますように

★世界に平和がおとずれますように

★プールにたくさんはれますように



編集後記

新型コロナウイルスに対して手洗い、うがい、マスクをして、この激動を乗り切りましょう(広報担当)

＜求人情報はこちら＞



沖縄赤十字病院 外来体制表

「沖縄てんかん拠点病院」
「地域医療支援病院」
「地域災害拠点病院」

診療科	午前/午後	月	火	水	木	金	
内科	呼吸器	午前 午後	赤嶺 盛和	那覇 唯	内原 照仁 當路 玲央	那覇 唯	内原 照仁 赤嶺 盛和
	血液	午前 午後		友寄 毅昭		喜納 かおり	友寄 毅昭
	循環器	午前 午後	喜納 かおり <small>(紹介・予約のみ)</small> 砂川 長彦 東風平 勉	喜納 かおり	仲地 佐和子 東風平 勉 安原 容子	森近 一穂 砂川 長彦 浅田 宏史	伊敷 哲也
	腎臓	午前 午後			野原 千春		
	一般	午前 午後	渡口 真佐夫	服部 素子	渡口 真佐夫	服部 素子 <small>(第1・第3木曜)</small>	渡口 真佐夫 <small>(第2・第4金曜)</small>
外科	午前	大嶺 靖 <small>(内視鏡外科(要予約))</small> 時澤 博美 <small>(乳腺)</small>	豊見山 健 <small>(肝胆脾・一般)</small> 奥濱 幸博 <small>(肝胆脾・内視鏡外科)</small>	宮城 淳 <small>(胸部・呼吸器)</small> 佐々木 秀章 <small>(一般外来・救急)</small> 上原 協 <small>(乳腺科(第1水曜 予約制))</small>	大嶺 靖 <small>(消化器外科)</small> 永吉 盛司 <small>(一般・肛門)</small>	友利 健彦 <small>(一般外来)</small> 時澤 博美 <small>(乳腺)</small>	
	午後	永吉 盛司 <small>(一般・肛門)</small>	永野 貴昭(琉大) <small>心臓血管外科(第2火曜)</small> 増田 穂高 <small>(一般・消化器)</small>	奥濱 幸博 <small>(肝胆脾・内視鏡外科)</small> 時澤 博美 <small>(乳腺)</small>	仲里 秀次 <small>(一般・食道・肥満)</small> 川上 雅代 <small>(大腸外科)</small>	豊見山 健 <small>(肝胆脾・一般)</small> 担当医(琉大) <small>(消化器科(第2・第4金曜))</small> 稲嶺 進 <small>(一般・肥満外科(第1金曜 予約制))</small>	
緩和ケア外来 <small>完全予約制</small>	午前 午後		友利 健彦		豊見山 健		
放射線科	午後	草田 武朗	草田 武朗	草田 武朗	草田 武朗	草田 武朗	
小児科 <small>※午後は予約・紹介患者さまのみ受付可</small>	午前	比屋根 真彦	仲本 雅哉	仲本 雅哉	比屋根 真彦	降旗 邦生	
	午後	比屋根 真彦 <small>(てんかん)</small> 降旗 邦生 <small>(新生児)</small>	仲宗根 一彦 <small>(新生児)</small> 担当医 <small>(乳児検診)</small>	長崎 拓 <small>(新生児)</small> 担当医 <small>(新生児)</small>	比屋根 真彦 <small>(てんかん)</small> 仲本 雅哉 <small>(循環器)</small>	飯田 辰弘 <small>(新生児)</small> 担当医 <small>(予防接種)</small>	
整形外科 <small>※午前・午後とも予約・紹介患者さまのみ受付可</small>	午前 午後	森山 朝裕 伊佐 智博	大湾 一郎 金城 聡	山口 浩 <small>(紹介・予約患者のみ)</small> 金城 聡	伊佐 智博	森山 朝裕 仲里 翔太	
産婦人科	午前 午後	吉秋 研 大城 美哉	上里 忠和 屋比久 彩	友寄 江梨佳 稲嶺 盛彦	大城 美哉 上里 忠和	稲嶺 盛彦 友寄 江梨佳 正本 仁	
眼科 <small>※予約・紹介のみ</small>	午前 午後	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	
脳神経外科	午前 午後	高良 英一	金城 雄生	高良 英一	廣中 浩平 <small>(手術)</small>	専門外来 <small>(第1金曜のみ)</small> 毎週(完全予約制) てんかん外来 毎週(完全予約制) てんかん外来	
脳神経内科	午前 午後	嘉手川 淳 <small>(機能脳神経外来) 予約のみ</small> 嘉手川 淳 <small>(第1休診・第3・第5禁煙外来・第2・第4認知症外来)</small>	嘉手川 淳	嘉手川 淳 嘉手川 淳 <small>(第1水曜禁煙外来)</small>	嘉手川 淳		
耳鼻咽喉科 <small>※原則として紹介状持参・予約制</small>	午前 午後	上原 健	上原 健	<small>(手術)</small>	上原 健 <small>(琉大)</small>	上原 健	
泌尿器科 <small>男性性機能外来 男性更年期外来は 適宜受付します</small>	午前 午後	外間 実裕 當山 裕一	外間 実裕 真志取 智子	當山 裕一	當山 裕一 真志取 智子 <small>(休曜等数回)</small>	<small>(手術)</small> 外間 実裕 <small>(予約のみ)</small> 當山 裕一	
皮膚科	午前 午後	上原 絵里子	花城 ふく子 <small>(手術)</small>	上原 絵里子 <small>(検査・手術)</small>	花城 ふく子 上原 絵里子 <small>(検査・手術)</small>	上原 絵里子 花城 ふく子	
歯科口腔外科 <small>※原則として紹介状持参・予約制</small>	午前 午後	西原 一秀 島田 斐彩	<small>(手術)</small>	西原 一秀 島田 斐彩	<small>(手術)</small>	西原 一秀 島田 斐彩	

全診療科の受付時間

初診患者さま

■午前
8時30分～10時30分

初めて受診する場合は「紹介状」をお持ち下さい。

緊急性がない場合は、近隣のクリニックをご案内しております。

なお、緊急で受診される場合は特定療養費を頂いております。

紹介状をお持ちの患者さま・通院患者さま

■午前
8時30分～11時00分

■午後
1時00分～3時00分

休診日

土曜日・日曜日・祝祭日
慰霊の日(6/23)・
年末年始(12/29～1/3)



この印刷物は、E3PAのゴールドプラス基準に適合した地球環境にやさしい印刷方法で作成されています。



印刷：株式会社 東洋企画印刷
この印刷物は個人情報保護マネジメントシステム(プライバシーマーク)を認証された事業者が印刷しています。

令和4年8月1日現在