

はじめに——安心して治療を受けるために 院長 桑原正雄 …………… 2

第1章 女性が健康で生き続けるために

11

産科医が教えるお産の本当の話 産科主任部長 上田克憲 …………… 12

助産師が教える安産のコツ 副看護師長(産科病棟助産師) 住吉史子 …………… 18

不妊症、知っておきたい大切なこと 生殖医療科主任部長 原鐵晃 …………… 24

ピンポンコロリ PPK運動(これがわたしのいきる道) …………… 30

総合診療科部長 岡本健志

乳がんの予防・早期発見・治療 消化器・乳腺・移植外科部長 大原正裕 …………… 36

乳がんと告げられたとき——こころの上手な持ち方 …………… 43

乳がん看護認定看護師 賀出朱美

子宮頸がんはワクチン接種と検診で予防できる 婦人科主任部長 内藤博之 …………… 49

子宮頸がんワクチン接種の実際と注意点 西7病棟看護師長 柏原幸子 …………… 57

第2章 いわゆる生活習慣病の話

63

知ってるつもりが命取り、高血圧とつまみ付きコレステロール …………… 64

副院長、循環器内科主任部長 岡本光輝

心臓を守るための、狭心症と心筋梗塞の予防・治療法 …………… 71

循環器内科部長 上田浩徳

脈が飛ぶ飛ぶ、不整脈の治療 循環器内科部長 平尾秀和 …………… 78

心臓の分かりやすい手術の話 心臓血管外科主任部長 三井法真 …………… 85

脳卒中で寝たきりにならないために 副院長、脳神経外科主任部長 木矢克造 …………… 90

日常生活で脳卒中を防ぐ方法 リハビリテーション科主任 河本敦史 …………… 95

「まあ、いいか」で始まるメタボリック症候群 …………… 101

(財)広島県地域保健医療推進機構(元 県立広島病院総合診療科) 古川正愛

飲酒(アルコール)で悪化する病気、効果のある病気 …………… 108

消化器内科主任部長 山田博康

食事で脱メタボ！ 減らさずつ内臓脂肪 栄養管理科主任医療技術専門員 伊藤圭子 …………… 116

糖尿病の分かりやすい話 糖尿病・内分泌内科主任部長 久保敬二 …………… 121

第3章 健康的な不老長寿を目指して

老化って、何？ 栄養管理科主任部長、消化器・乳腺・移植外科部長 眞次康弘 …… 128

たかが食事、されど食事。食事で老化を防ぐポイント …… 135

栄養管理科主任医療技術専門員 天野純子

認知症を防ぐ心得 脳神経内科科主任部長 時信弘 …… 141

知っておきたい「不眠とつづ」のお話 精神神経科主任部長 高畑紳一 …… 147

第4章 救急・小児疾患のお話

救命救急の最前線 救命救急センター長、救急科主任部長 山野上敬夫 …… 156

もし、大切な人が突然倒れたら、あなたは救うことができますか？ …… 163

救急科部長 楠真一

子どもの救急疾患 対応の「コツ」を知ろう！ …… 173

小児科主任部長 坂野堯、小児科部長 小野浩明、もり小児科副院長 木下義久

小児外科って、何をしているところ？ 小児外科科主任部長 大津一弘 …… 181

小児の腎臓病 小児腎臓科主任部長 大田敏之 …… 187

NICUって、ご存じですか？ 新生児科主任部長 福原里恵 …… 194

「言葉の音痴」と「つづき合つか？」 小児感覚器科主任部長 益田慎 …… 201

看護師がそっと教える子育ての知恵 小児看護専門看護師 中村幸子 …… 206

薬剤師がそっと教える小児に薬を飲ませる「コツ」 薬剤科薬剤師 笠原庸子 …… 215

第5章 肩、腰の話

「肩こり」解消の秘訣 整形外科科主任部長 望月由 …… 222

「腰痛」っておきのお話 整形外科部長 西田幸司 …… 227

第6章 古くて新しい感染症の話

肺炎——高齢者の誤嚥性肺炎に注意を 院長 桑原正雄 …… 234

最近よく聞く、インフルエンザとノロウイルスのお話 …… 240

呼吸器内科・リウマチ科主任部長 土井止男

看護師がそっと教える、自宅でできる感染対策 感染管理認定看護師 今崎美香 …… 247

第7章 肝腎かなめ

肝臓は我慢強い	消化器内科部長 北本幹也	256
意外と知らない腎臓病のお話	腎臓内科主任部長 小川貴彦	263

第8章 目、鼻、のど、皮膚の話

たかが中耳炎、されど中耳炎	院長補佐、耳鼻咽喉科・頭頸部外科主任部長 福島典之	268
あなたが知らない花粉症対策Q&A	耳鼻咽喉科・頭頸部外科部長 平位知久	276
痒みの強い皮膚病、アトピー性皮膚炎と慢性蕁麻疹	皮膚科部長 行徳英一	284
白内障の分かりやすい話	眼科部長 草薙聖	289
薬剤師がそっと教える、アレルギー薬のお話	薬剤科薬剤師 越智香織	294

第9章 知って得するがんの話

がんは、なぜできる？	副院長、消化器・乳腺・移植外科主任部長 板本敏行	302
がんから上手に身を守るためには？	308

副院長、消化器・乳腺・移植外科主任部長 板本敏行

がんになりにくい4つの食習慣	栄養管理科栄養指導管理員 木村夢子	314
がんを削って治す内視鏡治療	内視鏡内科主任部長 隅岡正昭	318
がんの手術を小さな創で	消化器内視鏡外科主任部長 漆原貴	324
がんの治療が始まる前にお口のクリーニングを	歯科・口腔外科部長 延原浩	329
化学療法 安心、満足して受けてもらうためのエッセンス	333
臨床腫瘍科主任部長 篠崎勝則	341

患者さんと一緒に取り組む「しらす」と感じない抗がん剤治療
臨床腫瘍科、がん化学療法看護認定看護師 木下真由美

ここまで治る放射線治療	放射線治療科主任部長 和田崎晃一	348
インフォームド・コンセントの上手な受け方	緩和ケア科主任部長 本家好文	354
がんになったら緩和ケア あなた自身の、そして大切な人のために	359
看護部・緩和ケア認定看護師 原垣内里奈	367

第10章 がんの手術を分かりやすく

適切な麻酔管理は、がん治療の心強いサポーター	麻酔科主任部長 中尾三和子	368
------------------------	---------------	-------	-----

県立広島病院 お医者さんたちのお話

も
く
じ

肺がんの症状、診断、治療	心臓血管・呼吸器外科部長 平井伸司	375
胃がん手術の種類と特徴、フオロー	消化器内視鏡外科主任部長 漆原貴	383
大腸がんを克服しましょう	消化器・乳腺・移植外科部長 池田聡	389
肝がん手術の詳しい話	消化器・乳腺・移植外科部長 中原英樹	396
意外と知らない膵臓がんの手術	403
栄養管理科主任部長、消化器・乳腺・移植外科部長 眞次康弘	403
前立腺がんの手術	泌尿器科主任部長 中原満	410
病理診断(病理検査)とは	組織標本作製から病理診断まで	416
臨床研究検査科主任部長 西阪隆	416
「県立広島病院」って、こんな病院です	420
県立広島病院へのアクセス・駐車場	422
執筆者紹介	424