

松本市立病院 紹介シリーズ ⑤ <人間ドック 編>

人間ドック受診で家族みんなの幸せを!

■松本市立病院がどうい病院で、地域にどう貢献しているかを、イクジィ読者目線でご紹介するシリーズの第5回目です。今回は「人間ドック」をクローズアップします。

■人間ドックは病気を早期に発見する機会、またこれと言った症状はなくても健康なうちに病気になりそうな要因を調べ、予防策を取るために受けるものです。医師や専門家からの指導もあり、異常がなくとも検査がこれからの健康維持に役立ちます。

■松本市立病院では近年、増加している生活習慣病の予防として、また多様化するがんの早期発見、早期治療を目指し、受診される皆さんに合わせたコース(日帰りコース、1泊2日コース、アクティブドック、日帰



人間ドック担当 保健師 若田麻美がご案内します

り脳ドック)を用意して、人間ドックの各種ニーズに対応しています。さらにこのほど、健康管理科の専従として、糖尿病専門医の黒坂真矢先生が着任、体制を強化しました。またこれによって、人間ドック担当の女性医師は2名になっています。

■自分の体を知るためにも、人間ドックを定期的に受診することをお勧めします。健康であることは、本人だけでなく家族にとっても大変幸せなことです。

子育て世代でも受診しやすい

「日帰りドック」をご紹介します

■ 検査項目

① 採血・血圧測定など

採血、身長・体重・腹囲を測ります。

② 腹部超音波・採尿

お腹にゼリーを塗り、肝臓や胆のう、腎臓、すい臓、膀胱、前立腺などの腹部臓器を観察します。

③ 胃カメラ

鼻もしくは口から内視鏡を挿入し、食道・胃・十二指腸の観察をします。

④ 胸部X線検査

肺や心臓などの病気の有無を調べます。

⑤ 乳がん検診(女性のみ)

40歳未満は乳腺超音波、40歳以上はマンモグラフィ撮影をします。※オプションで3Dマンモグラフィの追加ができます。

⑥ 心電図検査

不整脈や狭心症など、心臓の病気の有無を調べます。

⑦ 聴力・眼底

聴力は低音と高音の2種類の音の

聞き取りを片耳ずつ検査します。眼底の写真を撮影し、白内障や緑内障、眼底出血の有無を調べます。

⑧ 視力・眼圧

角膜の表面に空気を吹きかけて眼球内の圧力を測定し、緑内障の可能性を調べます。

⑨ 婦人科診察(女性のみ) ← ママ注目

産婦人科外来にて、子宮頸部の細胞診、子宮内診を行います。

⑩ 外科(乳房視触診) ← ママ注目

外科外来にて乳房の視触診を行います。※希望者 <昼食(12:15)>

栄養のバランスを考えたおいしい食事をご用意します。

⑪ 内科診察・結果説明

検査結果を医師より説明します。

⑫ 栄養指導

ご希望の方、医師が必要とした方には管理栄養士から個別でお話をします。

<後日>

検査結果をご自宅に送付します。

■ 実施日と所要時間 平日(月~金曜) 8:30(8:15)受付~15:00頃

■ 料金 4万2660円

「アクティブドック(1泊2日)」のススメ!

■平成28年4月より、公共の宿梓水苑とのコラボによる「アクティブドック」がスタート!人間ドック検査と梓水苑にて実施するからだアセスメント(運動、食事療法)がセットになっているコースです。人間ドック検査と運動機能検査の結果を基に、個人に合った運動、食事方法を提案し、新たな形の生活習慣改善サポートをする人間ドックの新しいカタチです。

■ コースの流れ

- ① 受付(松本市立病院)
- ② 人間ドック検査 医師より運動指示書が発行されます。
- ③ 梓水苑へ移動(無料送迎あり)
- ④ からだアセスメント 全身持久力、体組成、下肢筋力などの測定を行い、正しい姿勢作りや効果的なウォーキング法、筋力トレーニング等、個々の身体に合った運動メニューを作成、実施します。
- ⑤ 宿泊(2食付き)
- ⑥ 運動実践(翌日) 梓水苑周辺のウォーキングコースを利用。

■ 実施日と所要時間 平日(月~金曜)

8:15受付~翌日午前中

■ 料金 6万6960円

お子さんをババに預けて、お友達とリフレッシュを兼ねて利用されるママもいらっしゃいます



■人間ドックに関するお問い合わせ・お申し込み
松本市立病院 健康管理室 直通電話 TEL(0263)92・7106

新任 Dr. ご紹介

■8月に産科医師として田村充利先生が新たに着任されたのでご紹介します。先生は日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医の資格もお持ちで、腹腔鏡を使った処置・手術なども手掛けられます。

■早速、先生にインタビューさせていただきました。

- ①医療現場で心掛けていること
- ②読者の皆さんに向けてのメッセージ
- ③家族構成
- ④ご出身
- ⑤趣味・特技
- ⑥休日の過ごし方
- ⑦最近ハマっていること

産科医師 田村 充利 先生

- ① お産のプロとして、ブレずに、常に本気で、お母さんと赤ちゃんが安心して受診できる、安全・確実な最善の医療が提供できるように日々精進しています。
- ② 松本市立病院は、建物は古いですが(数年後に新築予定)、診療内容は松本地区トップクラスの実力と自負しています。麻酔科医、小児科医とともに、緊急対応可能な総合病院での出産をぜひお考えください。
- ③ 妻と子ども1人
- ④ 東京都
- ⑤ 登山
- ⑥ 山に行きたいが、まとまった時間がなかなか取れないため、山のビデオ、雑誌、ネットを見て、お茶を濁しています。
- ⑦ おいしいそば屋探し。いい所があったら、教えてください。



〒390-1401 松本市波田 4417-180
TEL(0263)92・3027(代表)
http://www.hp-hata.com/

■ 受付時間
平日 午前8:15~午前11:30
※診療科により受付時間が異なりますので、詳しくは総合案内にお尋ねください。
※ただし急患はこの限りではありません。

■ 診療時間
平日 午前9:00~午後5:15
※ただし急患はこの限りではありません。

■ 休診日
土曜・日曜・祝祭日・12/29~1/3

