



南東北グループ  
医療法人財団 健貢会  
総合東京病院広報誌



医療連携支援センター  
地域連携室  
TEL: 03-3387-5444

Letter 2022.9  
vol.6

編集・発行／総合東京病院  
印刷／石井電算印刷株式会社

## 特集 | ピルってどんな薬??

一般的にピルと呼ばれている薬は、女性ホルモンであるエストロゲンとプロゲステロンが配合した経口避妊薬です。避妊目的に使用されるだけでなく、生理痛や生理不順、PMSなど生理にまつわる症状改善のためにも使用されています。

### ◆ピルにはどんな種類があるの??

ピルは1錠あたりのエストロゲン含有量により大きく分けて低用量（超低用量も含む）と中用量に分類されます。



#### <低用量ピル>

避妊目的や生理に付随する症状改善目的に使用されます。低用量ピルはホルモン含有量が中用量ピルに比べて少ないため、頭痛や嘔気、血栓症などの副作用のリスクが軽減されます。現在は副作用を考慮し、この低用量ピルを使うことが一般的です。

#### <中用量ピル>

主に生理日を移動させるときや緊急避妊（アフターピル）の際に使用されます。

### ◆ピル服用が適さない人

喫煙者や血栓症の既往がある人、基礎疾患や年齢によりピル服用が禁忌となることや慎重投与となることがあります。また妊婦さんや授乳中の方も服用できません。

服用に際しては一度医師の診察を受けましょう。

### ◆さいごに・・・

“ピル”ときくと「避妊のために飲む薬」、「ホルモン剤なので体に悪い」など良くない印象を持たれる方もいらっしゃると思いますが、「避妊薬」としてはもちろん「治療薬」としても多くの方が服用されています。副作用はゼロではありませんが、適切に服用し、定期的に診察を受けることにより安全に服用できるお薬です。



婦人科  
向田 幸子

### ■ こんなときはピル内服を考えましょう

- ・とにかく生理がつらい(痛み、量、PMSなど)
- ・生理不順がひどく、生理を整えたい
- ・自分主体で避妊したい
- ・生理日を移動させたい\*
- ・緊急避妊したい\*

上記に当てはまる方は一度ご相談ください。  
※保険適応とならず自費診療になります。



医事課入院係  
長谷川 暢

## ◆今月のキラリストッフ紹介◆

医事課の入院係で勤務している長谷川暢（とおる）です。電子カルテ導入やA棟B棟の立ち上げ前から新卒で働いて今年の9月に丸9年で30歳になりました。医事課とは、医療行為を点数にして算定し保険請求する業務がメインになります。私はその中で消化器内科と心臓血管外科の入院の算定を担当しております。そのほかには他部署にデータを提出する統計業務やレセプトデータの送信など重要な業務も任されてきていて、まだまだ未熟な部分もありますが医事課の中堅としてがんばっています。診療情報管理士の資格を持っているので今後は、もっと資格を今の仕事に生かせるようがんばりたいと思います。こんな私ですが、院内で見かけたら気軽に話しかけてもらって大丈夫ですので、よろしく願いいたします。



医事課の課長になることが目標です

の仕事に生かせるようがんばりたいと思います。こんな私ですが、院内で見かけたら気軽に話しかけてもらって大丈夫ですので、よろしく願いいたします。

イ・チ・オ・シ  
街のドクター

## 江原町皮ふ科

患者さんの病気を診るだけでなく、どのような働き方で、どのような家族構成かといった社会的な状況もお伺いしながらその人にあった治療を提案しています。皮膚にはその人の生活が出ます。皮膚の病気は外から見えるものだけでなく、内臓と関係するものも少なくありません。皮膚を通して人を診ることが私の仕事だと思っています。皮膚に関するお悩みがあればお気軽にご相談ください。



江原町皮ふ科院長  
高河 慎介 先生

総合東京病院は、さまざまな診療科があり、患者さんの治療をお願いすることがあります。今後も連携を取りながら地域医療に貢献していきたいと思います。



院内は間接照明を取り入れ落ち着いた雰囲気を出演  
江原町皮ふ科 (新江古田駅徒歩4分)  
〒165-0023 東京都中野区江原町2丁目20番19号  
TEL: 03-5996-1012

診療科: 皮膚科、小児皮膚科、  
アレルギー科

ホームページはこちら→



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	●	●	●	休	●	●*
14:30~18:00	●	●	●	休	●	休
※土曜は予約制	休診日: 木曜、日曜、祝日					

イ・チ・オ・シ  
街のドクター  
歯科編

## 江古田歯科クリニック

お口の医者として、子どもの離乳食の食べ方支援から歯の治療まで最後まで口から食べられるように患者さんのサポートをしていきたいと考えています。

総合東京病院とは目の前にある関係で、歯科口腔外科によく紹介しています。親知らずを抜くかどうかで悩んでいる方も多いかと思いますが、抜歯は専門医にお願いすることが多く、紹介先が遠いとなかなか行けず、本来抜歯した方がよい歯が放置されていることが散見されますので、お悩みの方はご相談ください。

連携がとても大切な分野ですので、総合東京病院のみなさんと一緒になって頑張っていきたいと思っています。



江古田歯科クリニック院長  
土生 健史 先生



江古田歯科クリニック (総合東京病院B棟前)  
〒165-0022  
東京都中野区江古田2-19-8-101  
TEL: 03- 3389-6350

ホームページはこちら→



診療時間	月	火	水	木	金	土
10:00~13:00	●	●	●	休	●	●
15:00~20:00	●	●	●	休	●	△
△18:00まで	休診日: 木曜、日曜、祝日					

## 認知症を正しく理解しましょう!

### TOPICS

9/21は「世界アルツハイマーデー」です

当院では認知症に関する様々な動画を配信しています。「わかりやすい! ためになる!」認知症 動画シリーズをぜひご覧ください。



配信動画はこちら↑

1994年、国際アルツハイマー病協会 (ADI) が世界保健機関 (WHO) と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定しました。毎年9月は様々な啓蒙活動が行われています。



認知症を知り、防ごう!  
認知症疾患研究センター長  
羽生 春夫



認知症予防のための食事  
管理栄養士  
笹本 友里



認知症予防トレーニング  
理学療法士  
小林 凌

### 編集後記

あっという間に今年も残すところ3ヶ月ですね~ 😊 は..早い!! 皆さんは2022年、残りの3ヶ月をどう過ごしますか? 私は、相棒カメラと共に3つの山のpeakを制覇したいと思っています 😊 🏔️ 雪山もチャレンジ出来たらなあ 🌟 なんて仕事に妄想を膨らませていますwww. by きなこ 🐦