



医療法人ファミリースマイル会
ふじ歯科診療所
院長 藤 宣好 先生

あなたのまちのお医者さん

「笑顔のお手伝い」を理念に掲げ、関係スタッフ一同、笑顔で患者さんをお迎えし、笑顔で送ることにしています。これはテンダーラビングケアという医療の手法のひとつで、徹底することですべての診療が円滑になります。すべての方を笑顔でお迎えいたします。

■開業

2004年1月に開業し、3年前に法人化しました。もうすぐ20周年を迎えます。

■患者さんについて

開業当初、周辺はビジネス街で、仕事帰りに受診する方が多かったのですが、街の変化とともに高齢の方も増えています。「健康は口の健口から」と発信しているからか、最近では初めからメンテナンス希望の方が多く、デンタルIQというべき歯科への要求の高さを感じ嬉しく思います。

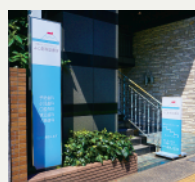
■医院の特徴

できるだけすべての診療を当院で行うことを目指し、市内医院や大学病院での経験を多く積んでいます。一般歯科の他、審美歯科やインプラントも行っており、現在は予防歯科に最も力を入れています。

■趣味

ゴルフ：ハンデは15で同伴者に迷惑をかけない程度の腕前です。

釣り：大きい時は10キロ程のヒラマサを釣っています。



[診療科目]
歯科
矯正歯科
小児歯科
歯科口腔外科

診療時間

- 月・火・水・金曜
9:30-13:00、14:30-19:00
- 土曜
9:00-13:00、14:30-17:00

※木曜はインプラント手術、訪問診療を実施

休診日：日曜・祝日

〒850-0033
長崎市万才町3番12 2階
TEL. 095-811-1331



院内探検隊!



カラフルにチーム医療!

職員ユニフォーム

当院の職員ユニフォームは職種ごとで異なり、約20種類あります。見た目の印象はもちろん、ポケットの数など機能性も重視して選び、2021年4月にリニューアルしました。お気づきかもしれませんが、看護師ユニフォームは、働き方改革の一環で日勤帯と夜勤帯で色を分けており、夜勤明けの職員が帰りやすい雰囲気を手助けしてくれています。委託業者スタッフの皆さんの制服も合わせるとまさにカラフル!色とりどりのユニフォームがあるように、多職種がそれぞれの役割を果たしながら診療業務に取り組んでいます。



季節の知恵袋



お酒と肝臓

～適量を心がけ、肝臓にも休日をも～

コロナ禍のため集まってお酒を飲む機会が減って久しくなりますが、12月といえば忘年会など飲酒の機会が増える時期です。「酒は百薬の長」と言いますが、飲酒量が増えるといろいろな病気の原因になります。お酒と肝臓の関係についてお話しします。

肝臓は身体に必要な物質を作り出す、不要になった物質を解毒・排泄するなど重要な働きを持つ臓器で、飲酒したアルコールも肝臓で分解されます。しかし、日本人の半数近くがアルコールを分解する酵素の遺伝子が弱い型とされています。

1日に摂取するアルコールの適量は20g程度と言われ、日本酒で1合、ビール500ml1本程度です。日本酒換算で毎日7合以上(女性では4合以上)を10年以上続けていると肝硬変になることがあります。アルコールによる肝障害に対する治療法は、禁酒する以外にありません。過去の飲酒が原因で肝臓の炎症がゆっくりと進行し、肝硬変になる方もいらっしゃいます。「酒は飲んでも飲まれるな」と昔の人はよく言ったもので、週に2日程度は休肝日を作って肝臓をいたわりながら、程よくお酒を楽しんでください。

●アルコール量計算式

$$\text{お酒の量 (ml)} \times \frac{\text{アルコール度数}}{100} \div 0.8^{**} = \text{純アルコール量 (g)}$$

※アルコールの比重

●アルコールの適量

お酒の種類	アルコール度数	お酒の適量
ビール	5%	500ml
日本酒	15%	180ml (1合)
焼酎	25度	110ml (0.6合)
ワイン	14%	180ml (1/4本)
缶酎ハイ	7%	350ml

1日の純アルコール量は20gが目安です。普段飲んでいるお酒で計算してみてください。



[消化器内科 医長 山道 忍]