

はまかぜ

(市立御前崎総合病院)

平成21年4月22日
広報紙 第45号
発行：市立御前崎総合病院
広報委員会

ホームページ： <http://hospital.city.amaezaki.shizuoka.jp/> TEL 0537 86-8511

(題字 小野 錦泉)

回復期リハビリテーション病棟



開棟式

総合的なリハビリテーションを様々な専門職が連携して実践します。





第4回 市民公開講座

2月7日 第4回市民公開講座「年をとるとおこる脳の病気」は、文化会館の定員を上回る約580名の方々が参加され大盛況のうちに無事開催することができ、市民の方々の健康への関心の高さを再確認しました。



質問・回答

Q パーキンソン病の患者です。
転倒して背骨を損傷したのですが、パーキンソン病は著しく進行しますか？

A 背骨を損傷したことで、運動や歩行が前より障害されるでしょうが、パーキンソン病の進行とは関係ありません。

Q パーキンソン病について、初期から薬と手術を併用すれば薬の量が少なくてすみ、副作用を減らし長期服用できますか？

A 手術には必ず危険性が伴うためです。薬による安全な治療が優先されます。

Q アリセプト (アルツハイマー型認知症治療薬) は飲んだ方がいいですか？

A 必ずしも効果があるとは言えませんが、試してみる価値はあります。

Q 睡眠薬を飲み続けていますが、毎日飲んでも大丈夫ですか？

A 避けるべきです。脳機能の低下が起こり、認知症は進行します。

Q 認知症の症状を遅らせていく、予防をする等の方法がありましたら教えていただきたいと思います。

A 頭の活動をさせることです。スポーツや趣味など積極的にやるようにして下さい。

Q どのぐらいの間隔で脳ドックを受けたらいいですか？

A 1年に1回は脳ドックを受けてください。

Q 常に物事を聞いたりして深く聞く事や考えることが無くなってきましたが、どんな事に注意すればよいでしょうか。

A 色々な事に興味を持って活動して、脳を活発にすることです。

Q パーキンソン病は遺伝しますか？

A 30歳位で発症するパーキンソン病を除いて、遺伝はありません。

すこやかにリハビリ通信 5

関節リウマチのリハビリ

リハビリセンター長 秦野 吉徳

当院リウマチセンターでは、大橋院長を中心に専門的なリウマチ治療を行っております。リウマチ治療において、リハビリはもっとも重要な治療法です。筋力や関節の動きを維持して関節の負担を減らす動作に慣れることにより関節痛を軽減できます。また破壊された「関節の修復」「関節の保護」「失われた機能の回復・代替」が目的となる治療法で、症状が安定している場合には在宅でも十分可能となります。



大切なのは継続性

リハビリのポイントとしては『毎日根気強く続ける』『無理・過度にならないように注意』『自主的に行う』です。少しでも良いので、継続的に運動を行うことが何よりも優れたリハビリ訓練となります。もしも一人で行うのが困難な方には『通所リハビリ（デイケア）』『訪問リハビリ』などがありますので、うまく併用してリハビリを続けて下さい。



関節運動を行い、栄養素を患部に送る

関節リウマチにおける運動は、関節可動域を維持/回復させ、筋肉増強を併せて試みます。一見すると痛んでいる関節に負荷を与えるのは悪化を招くと考えられがちですが、運動をさせずにいると関節が固まってしまい可動範囲が狭まっていってしまうのが関節リウマチです。しっかり関節部分に栄養を送る為には最低限の「関節運動」を行う必要があるので大切なリハビリとなります。

推奨される運動法

関節リウマチのリハビリ運動として推奨されるのは「温水プール」です。浮力によって負荷を軽減できる上に、水中歩行は末梢血管を開き、血圧を下げるすることができます。

安静と運動のバランスが大切 ●●●●

慢性関節リウマチの場合、関節が痛いからと言って安静ばかりしていると関節が固まってしまいます。そうすると日常生活に余計に支障を来たすことになりますので、無理のない範囲で関節に運動をさせる事が大切です。つまり、安静と運動の調和を図ることが非常に重要になってくるのです。



暮らしの中でのリウマチ対策

- 睡眠をとり、全身を安静にする
- 局所の安静をとる（痛み・腫れのひどい部位）
- 適度な運動を行なう（専門医・理学療法士に相談下さい）
- 1時間に1回は小休止をとる（家事・仕事どちらにしても休息は大切です）
- 気持ちを大きく持つ（ストレスを溜めない（感じない）ように心がけてください）
- 体を適度に暖め、冷やさない（天候などでもリウマチは影響を受けます）
- 脱ぎ着のしやすい衣服を用意する（袖・裾にゴムがついているなど）
- 立ちっぱなしの作業はその都度の小休止をとる（腰・膝の負担を軽減）
- 暮らしの便利な道具をどんどん導入する（ストレスの軽減になります）
- 寝る前に軽く体操・マッサージをする（朝のこわばりなどを防げます）
- 低下した関節機能の代替や関節疼痛の軽減、関節保護予防には装具を使用
- 自助具を用いて日常生活動作を改善、快適な生活を送れるようにします
- 一人で悩まず、早めに専門医（当院リウマチセンター）の受診をしましょう
- 運動や生活に対する悩みは、当院理学療法士、作業療法士に相談下さい

リハビリセンター 電話 0537-86-8519



院内学術発表会 2月24日

それぞれの職域から研究されてきた発表が行われました。



診療放射線技師 永田 剛
CRマンモグラフィシステム
の最適条件の推定



看護師 松井順子
病棟看護師が担う退院調整のあり方を考える
「退院調整経過表」 - 使用後の効果を分析して -



医事課 伊藤寿昭
電子カルテ導入に向けて



療養型介護員 森下武徳
療養型医療施設の介護員の満足感を探る
~アンケート・グループワークによる聞き取り調査を実施して~



理学療法士 西下卓美
当院における地域リハビリ
テーションへの取り組み



脳神経外科 酒井直人
脳血管性痴呆、多発梗塞性痴呆、Binswange 病、
脳アミロイド血管症の鑑別について

会場内の様子



看護師の仕事を「体験」してみませんか

21世紀の高齢社会を支えていくためには、看護の心・ケアの心・助け合いの心を私たち一人ひとりが分かち合うことが必要です。

現在、日本看護協会では、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日である5月12日にちなみ、この日を含む週の日曜日から土曜日までを「看護週間」と決めました。そしてこの期間は、「看護の心をみんなの心に」をテーマに、気軽に看護に触れていただける楽しい行事が全国各地で行われます。

その行事の一環として、毎年多くの方に看護を理解していただくことを目的に「ふれあい看護体験」を企画しています。当院看護部でも、看護師のユニホームを着て、看護師の仕事が見学・体験していただけるような内容を今年度も企画しました。

受診やお見舞いでしか入ることのできない病院の中で「看護」の仕事を経験していただき、皆様と交流ができればと考えております。

ぜひ多くの方のご参加をお待ちしております。

- ① 日 時 平成 21年 5月 27日(水) 9:30 ~ 15:00
- ② 場 所 市立御前崎総合病院
- ③ 参加者 性別や年齢は問いません。
但し、高校生の方は高校生一日体験ナース、中学生の方は福祉体験学習または職場体験学習の機会をご利用ください。
- ④ 内 容 各病棟において看護体験、院内・保健福祉センター見学 など



参加ご希望の方は、申し込み方法などのご連絡をいたしますので、下記にご連絡ください。

市立御前崎総合病院 看護部 担当:太田優子 電話 0537-86-8511 内線 2230

市立御前崎総合病院の救急医療体制について(お願い)

日頃から、市民の皆様には病院の運営にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、大学医局の人事により平成21年3月で脳神経外科医師2名が退職されました。受診等ご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

なお、一次救急医療体制(下記の表)につきましては、既に市からもご案内しておりますが、参考にさせていただきたくお願い申し上げます。

平成21年4月以降の一次救急医療体制表 (一次救急医療とは、入院を必要としない程度の急病。開業医院や救急診療所などが該当)

	昼間 (診療時間)	各医院の診療終了時間 ~ 20時	17時~19時	19時~22時	19時30分~ 23時30分	20時~
月	開業医院 御前崎総合病院	くわはた整形外科	榛原医師会 当番医	掛川医療センター (急患診療室) 受付は21:30まで	志太榛原地区 救急医療 センター	御前崎総合病院
火		小野澤医院				
水		丸尾内科医院				
木		阿部医院				
金		宮内診療所				
土		13時~19時 榛原医師会当番医				
日・祝 祭日	9時~17時 御前崎総合病院 掛川医療センター 榛原医師会当番医			御前崎総合病院		
					19時30分~23時 志太榛原地区救急医療センター	

お問い合わせ 掛川医療センター 掛川市御所原9-2 0537-61-1299
志太榛原地区救急医療センター 藤枝市瀬戸新屋362-1 054-644-0099
市立御前崎総合病院 御前崎市池新田2060 0537-86-8511

その他、詳細は市広報紙の「くらしのダイアリー」、榛原医師会ホームページをご覧ください。

健診センターがリニューアルしました

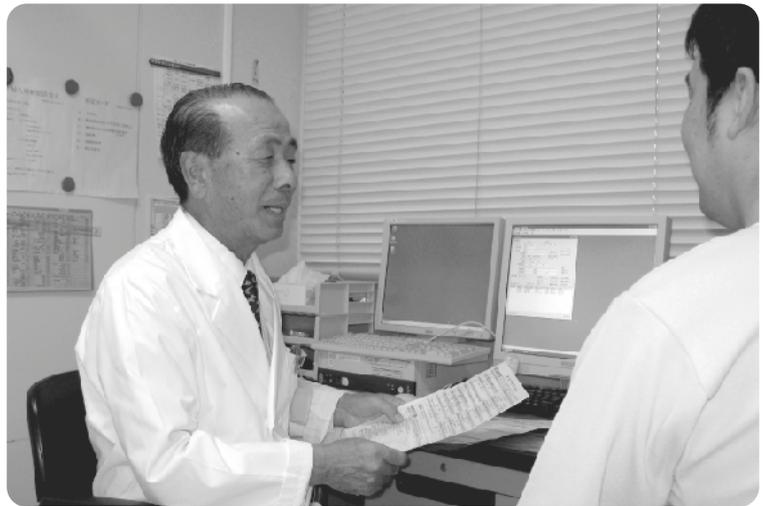
ドック特定健診を受診 しましょう。

健康診断の目的はご自分の健康状態を知り、病気を早期に発見して治療することにあります。定期的に総合的な健康診断を受けることをお勧めします。

当健診センターは生活習慣病予防健診・人間ドック・脳ドック・地域検診を手がけております。平成19年度よ

り専任医師を招き、従来1日かかっていた健診が半日程度で終了するようになりました。また、単独健診なども取り入れておりますので是非ご利用ください。

スタッフ一同心よりお待ちしております。



大川健診センター長

当センターでは **健康診断**、**人間ドック**、**脳ドック** のコースを用意しています。

特定 健診

2006年の健康保険法の改正によって、2008年4月より40～74歳の保険加入者を対象として、全国の市町村で導入された新しい健康診断のことです。特定健康診査は、糖尿病や高脂血症などの生活習慣病の発症や重症化を予防することを目的として行うものです。

検査項目

問診・診察 / 身体測定（身長、体重、腹囲、肥満度、BMI）

尿糖、尿タンパクの有無の検査 / 血圧測定

血液検査（中性脂肪、HDL・LDLコレステロール、GOT・GPT、 γ -GTP、
血糖又HbA1c）

人間 ドック

成人病の早期発見を目的として全身にわたり検査を行い、総合的な健康のチェックをするものです。

病気は少しずつ体を蝕み、知らないうちにとり返しのつかない状態になってしまっているかも知れません。人間ドックで病気が早期に発見されたことによって一命をとりとめたということはよくあることです。

脳 ドック

脳に異常がないかMR装置を使って調べる検査です。

MR検査は放射線の被ばくが無く、被験者は安静にしているだけです。脳が詳細に抽出され、コンピューターによりどのような方向からも画像を組み立てる事ができます。

従来、困難であった脳の検診が脳血管も含めて可能となりました。

オプション 検査

当センターはさまざまなオプション検査をご用意しています。通常のドックには含まれていない検査を追加していただくことができます。又、セットでお申し込みいただくと通常料金より安い金額で検査を受けられます。よりいっそうの健康維持のため、人間ドックとセットでお受けいただくことをお勧めします。

前立腺癌検診 (PSA)

前立腺は男性だけにある臓器で、精液の一部をつくる臓器です。直腸に隣接し、栗の実のような形をしています。前立腺がんは、欧米では頻度の高いがんですが、わが国では比較的頻度の少ないがんです。しかし、食事の欧米化および高齢化にともない年々増加傾向にあります。また前立腺肥大症も年齢の上昇にともない、頻度が多くなります。これら前立腺の疾患の診断には直腸診が有用ですが、これと並んで特に前立腺ガンの診断に有用なのがPSAという腫瘍マーカーで血液をとるだけで検査できます。

骨密度検診

骨粗しょう症とはカルシウムの低下により骨がスカスカになってしまう状態をいいます。そのため骨はもろくなりちょっとした衝撃で骨折しやすくなります。男性にくらべ圧倒的に女性に多く、とくに閉経期を迎えた中年期以降の女性に多くみられるのが特徴です。また最近では若い女性の極端なダイエットも要因の1つとして考えられています。この病気は自覚症状のないまま進行するので、「骨密度」を定期的に測定し、普段からの予防を心がけることが極めて重要なこととなります。今年から装置が新しくなります。

胸部低線量CT検査

最新のマルチスライスCT装置を用いて、胸部X線では縦隔や横隔膜との重なりで見落とされていた小さな病変も発見し、肺癌の早期発見、予後改善を目的とした検査です。また、低線量での撮影のため、被ばく線量は通常撮影の1/10程度と軽減されており、被ばく量を心配する必要はありません。(CT検診認定技師の基に行なっています)

動脈硬化検査

血管の硬さ(CAV)と詰まりの程度(AB)を知る検査です。両腕と両足首に血圧帯を巻いて行います。心臓の拍動が動脈を通じて手や足に届くまでの速度で血管の硬さを調べ、上腕と足首の血圧の比から血管の詰まりの程度を調べます。

脳MR・MRA検査

わが国は今や世界一の長寿国となり、かつ急速に高齢化が進んでいます。その一方で脳卒中の発生率は依然として高く、常に死亡原因の上位を占めております。脳の健康状態を知り、これから発生するかもしれない脳の変調を予防するために行う検査です。

オプションの一部です。

問い合わせ AM 9:00 ~ PM 4:00 (土日・祭日は除く)

直通 TEL 0537-86-8867 FAX 0537-86-8803

E-mail: kenshin.omhp@maotv.ne.jp

受診は完全予約制となっております。当健診センター受付に直接来院、またはお電話にてお申し込み下さい。

3月7日 菜の花摘み&コンサート

2階花畑を開放して菜の花摘みと地元の『ささゆりの会』によるコンサートが催されました。
“どこかで春が”から“わがまち御前崎”まで10曲を歌っていただき、患者様や参加者も一緒に大きな声で合唱しました。



1月29日 医療安全講演会

テーマ：安全生活

講師：菊川警察署生活安全課長 藤宮貴世志先生
院内暴力に関するニュースが増え、当院でも対応マニュアルを作成準備しています。今回の研修は一般的な犯罪、防犯から安全な生活について講演していただきました。

今後の病院のあり方について
今後の取組課題
経営改善に向けた具体的取組目標
経営改善の実現に向けて
等の内容の研修会が行われました。

平成20年度 経営研修会



2月21日 クリーン作戦

市内のボランティアの皆さんと新野公民館周辺やけやき広場のゴミ拾い・草取りを行いました。

これは、昨年末、御前崎市花の会の皆さんが植えてくれ、病院ボランティアの皆さんが管理してくれているものです。

病院玄関のパンジーが綺麗に咲いています。





おまえさき 3月27日 福祉センター 落語会

瀧川鯉昇さんをお迎えし、
大きな声で笑い楽しい時間を
過ごしました。



新年度辞令交付式 & 対面式 4月1日



院長から、気持ちも新たにこの地域に住む人に
役立つようまい進していただきたいとの激励の言
葉がありました。

新任 医師



よし むら むぎ
専門科長 吉村 麦
泌尿器科



うち やま り え
内科医長 内山理恵

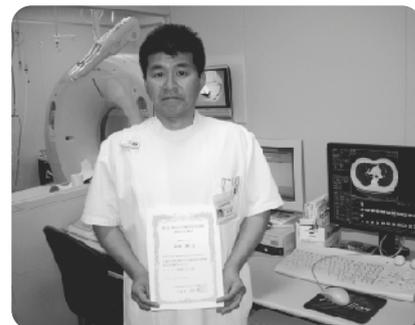


う し ろ し ん ご
リハビリ科 宇城信吾
医師

肺がんCT検診認定技師取得

診療放射線技師 永田 剛

肺がん死の増加に伴い、低線量肺がんCT検診（以下CT検診）の受診者数の増加とそのニーズに応じて国民がいつ、どこの施設でも、安全で精度の高いCT検診を受けることができる体制の構築が求められています。この課題に対してCT検診認定制度合同検討会（関係6学会、日本肺癌学会、日本呼吸器外科学会、日本呼吸器学会、日本医学放射線学会、日本放射線技術学会、日本CT検診学会で構成）において、肺がんCT検診認定医と肺がんCT検診認定技師制度が検討されてきました。肺がんCT検診認定技師の業務とは診療放射線技師が専門的なトレーニングと認定試験を受けることで、CT検診における被曝低減と最適スキャン条件の設定、装置の安全管理に関する技術を身に付け、また検診CT画像に対して異常所見の検出を行うことで読影医の支援を行うことにあります。今後も、皆様が安心してCT検査を受診できるように努めてまいります。



外来診療担当表 平成 21年 4月

		月	火	水	木	金	
内科	午前	初診・総合外来	木佐森 優美	木佐森 優美	近藤 玉樹	(下山久美子)	澤田 仁
		循環器外来	大谷 速人	間遠 文貴	内山 理恵	間遠 文貴	白木 克典
		呼吸器外来	内山 啓				内山 啓
		腎臓内科外来		高橋 聡		高橋 聡	
		一般内科			木佐森 優美	木佐森 優美	
	午後	消化器外来				二見 肇(予約)	
リウマチ科	午前	リウマチ・内分泌	近藤 玉樹	大橋 弘幸	大橋 弘幸	下山久美子	大橋弘幸 4/24休
	午後	リウマチ・内分泌		大橋弘幸(予約のみ)	大橋弘幸(予約のみ)		大橋弘幸(予約のみ)
小児科	午前	外来	佐野伸 一朗	佐野伸 一朗	坂上 政則	松下理恵 4/23休	三枝弘和(第1) 坂倉雄二(第2) 坂上政則(第3,4)
	午後	特殊外来 (予約制)	第2・4予防接種 予約制 直通電話 0537-86-8514 月1回 大関武彦 第1・3神経外来 平野浩一 内分泌外来		坂上 政則 乳児健診 4,7,10ヶ月 13:30~(予約制) 予防接種 15:00~(予約制)		
外科	午前	外来	齋藤 孝晶 杉澤 良太	小泉 貴弘 杉澤 良太	大石 俊明 杉澤 良太	齋藤 孝晶 杉澤 良太	小泉 貴弘 杉澤 良太
		血管外科外来				山本尚人 4/23休 第2,4	
	午後			乳腺外来 (予約のみ)			
		内視鏡検査	小泉貴弘 9:30~	齋藤 孝晶	小泉 貴弘	山本真義 4/2,16休 直通電話 0537 86-8513	澤柳 智樹 86-8513
整形外科	午前	外来	診察は全て予約制です。整形外科外来にて予約を受け付けております。				
脳神経外科	午前	外来	猿川 潤一郎		山本 和史		宮城道人 4/17休
	午前	外来	横山 徹夫	酒井 直人	横山 徹夫	北浜義博 4/23休	(パーキンソン外来) 横山 徹夫 杉山 憲嗣
産婦人科	午前	外来		佐倉 東武	佐倉 東武	佐倉 東武	佐倉 東武
眼科	午前	外来		根岸貴志(第1,3) 彦谷明子(第2,4)			浅井竜彦(隔週) 東芝孝敏(隔週)
耳鼻咽喉科	午前	外来	大和 谷 崇	峯田 周幸 (予約・紹介状)		竹下 有	
泌尿器科 透析	午前	外来	吉村 麦	吉村 麦	吉村 麦	吉村 麦	吉村 麦 4/17休
			高橋 聡		高橋 聡		高橋 聡
皮膚科	午前	外来	飯田 晴康	飯田 晴康	飯田 晴康	飯田 晴康	飯田 晴康
	午後			予約外来		橋爪 秀夫 予約外来のみ 14:00~16:00第3	
形成外科	午前			深水秀一 4/22休			
リハビリテーション科	午前	外来	宇城 信吾 9:30~10:30 予約のみ	宇城 信吾 9:30~10:30 予約のみ	宇城 信吾 9:30~10:30 予約のみ	宇城 信吾 9:30~10:30 予約のみ	宇城信吾(予約のみ) 9:30~10:30 田中 博 (第2・4・5)
	午後						リハビリ・スポーツ外来 (受付13:30~16:30) 初診受付可 第1,3
健診センター			大川 力	大川 力	大川 力	大川 力	大川 力 杉山 憲嗣
外科系時間内救急当番			外科	外科	外科	泌尿器科	外科

* 外来の受付時間は8:15~11:00です。ただし、スポーツ外来受付時間は13:30~16:30となります。

* 都合により、担当医師・診療時間等が変更される場合があります。詳しくは各科へご確認下さい。

編集後記

桜がちょうど見頃となった1日、新年度辞令交付式に立会いました。様々な職種の採用者の、緊張の中にも希望に満ちた表情が印象的でした。回復期リハビリテーション病棟開設ということもあり、注目される中で、御前崎病院の特色を生かしたリハビリが期待されています。

広報委員も新しいメンバーが加わり、さらに皆様に親しまれる広報誌にしていきたいと思っています。今後ともよろしくお願い致します。

(隆)

