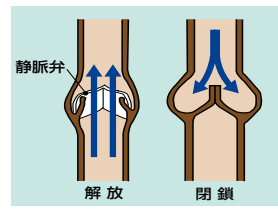
健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2017年8月
No.08

発行所　(有)エフ・アンド・ユアライフ　〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20　電話 (0467)58-5678

足の血管が浮き出たり、だるさやむくみが症状です
静脈弁のトラブル、下肢静脈瘤

足の血管が浮き出たり、足がむくんだり、だるくなったりする病気の一つが下肢静脈瘤です。足の静脈の弁がうまく働かなくなり、溜った血液が静脈に瘤をつくってしまいます。



静脈弁の働き（健康な状態）

それって下肢静脈瘤ではありませんか?

「足の血管がミミズのように浮き出ている。気になるけど、何ともないからいいか」と、そのままにしておられる方も多いのではないでしょうか?

下肢静脈瘤は命に関わることは少ない病気ですが、自然治癒する事もありません。最初は無症状ですが、次第に足のだるさやかゆみが出現し、足首あたりの色が変色していきます。また、怪我をした時も傷の治りも遅くなってしまいます。

自宅で簡単にわかります

静脈瘤の正体は、静脈の弁の機能不全による、血液の逆流です。下肢（足）の静脈は、重力に逆らって血液を上に送らなければなりません。このため、下肢の静脈には、逆流を防ぐための弁がついています。この弁のトラブルで血液がたまり、静脈瘤ができます。

下肢静脈瘤は40歳以上の男女10人に約1人の割合でみられる症状で、特に仕事で長時間立っている人や、両親が同様の状態になった人に多く、女性は産後に発症しやすい傾向があります。静脈瘤かな?と思ったら、仰向けになって足を高く上げてみてください。膨らんだ部分がなくなるようなら静脈瘤の可能性があります。何も変化がないようなら他の病気が考えられます。心配な場合は、医療機関の血管外科などを受診しましょう。

カテーテルによる治療

下肢静脈瘤は、生活習慣の改善など保存的な治療法で良くならない場合は、100年以上前から「ストリッピング手術」という外科手術が標準治療でした。

しかし近年、同等の効果が得られる上に、静脈の切除による体の負担を減らす治療法が開発され、普及しました。それがカテーテルを用いた血管内焼灼術です。

日帰り手術も可能な事があり、現在では先進諸国で第一選択の治療法として広く行われています。

「治療の選択肢が増えています」
動脈瘤、静脈瘤の低侵襲治療
大和成和病院　乗松　東吾　医師

動脈瘤、静脈瘤を根本的に治すには、以前は外科手術しか方法がありませんでした。しかし現在は治療の選択肢が増えてきています。大和成和病院の心臓血管外科専門医・乗松東吾医師にお話を聞きました。

大動脈瘤（丸印の内側）

「動脈瘤と静脈瘤はともに血管が瘤化してしまう病気で、以前は根本的に治療する方法は外科手術しかありませんでした。

しかし近年はいずれも『低侵襲』＝身体への負担を減らすことを目指した治療方法が開発され、主流になってきています」

動脈瘤の低侵襲治療

「ステントグラフトという人工血管を、透視装置を用いて体の中に植え込みます（『ステントグラフト内挿術』）。統計をとってみると、従来の開胸手術に比べて、痛みも少なくて回復も早く、リスクが低いということが証明されており、高齢の方でも行う事ができます」

静脈瘤の低侵襲治療

「静脈瘤の症状が顕著な場合は、生活の質に大きく関わってきます。静脈を切除しない、『画期的』とされるカテーテルによる治療法で、症状によっては日帰りの手術も可能です」

ステントグラフトでなくなった動脈瘤の跡

低侵襲か、従来の方法か

「治療方法は、体に負担が少ない方が良いのですが、最も大事なことは病気が治る事です。『低侵襲』にこだわって治療が不完全であれば意味がありません。患者様によって、病状によって、従来手術の方が好ましい場合もあります。

心臓や血管の病気で、治療方法が気になる方は、当院にご相談ください。当院はどちらの治療も行っていますので、話し合いながら納得できる治療方法をお選びいただきます」。

■取材協力／大和成和病院（大和市南林間9―8―2）☎046―278―3911

「治る認知症もあり、進行を遅らせる薬も」
認知症予防検診を実施しています
取材協力／ふれあい町田ホスピタル　市川　亮　医師

ふれあい町田ホスピタルでは、血液の成分や遺伝子の型を調べる認知症予防検診を実施しています。市川亮・精神保健指定医に話を伺いました。

「日本では2025年には5人に1人が認知症、または軽度認知症になると予測されています。

『家族に迷惑をかけたくない』『頼る身内が少なくて不安』などなど…ご自身の将来が不安な方は少なくないでしょう。しかし、早期診断と早期治療により治る認知症もあり、進行を遅らせる薬もあります。

市川　亮　医師
（いちかわ　まこと）
ふれあい町田ホスピタル【精神科】

当院では認知症対策として新たな検査（MCI・APOE）を導入しました。まだ保険外の検診で、費用は2万円ほどかかりますが、ご自分とご家族の将来のため、一度、認知症予防検診を受けてみませんか?

MCIとは、軽度認知障害の事で、認知症の前段階の状態です。軽度認知障害の段階では、まだ問題なく日常生活を送ることができますが、数年のうちに約半数の方が認知症になるかもしれない、とされる状態です。当院では、血液中の特殊なたんぱく質を調べることでMCIの可能性を調べます。

APOE遺伝子は『アルツハイマー病や認知機能低下に関与する』と言われている重要な遺伝子の1つで、アポリポたんぱくEを作り出しています。APOE遺伝子検査では、APOE遺伝子の型を調べて、認知症の発症リスクを推定します。

採血検査だけですみ、結果は専門医より分かりやすくご説明します。受診希望の方はお気軽にご相談下さい。

■ふれあい町田ホスピタル☎042―798―1121

循環器内科と心臓血管外科
大和成和病院の新たな診療体制
取材協力／大和成和病院　倉田　篤　院長

大和成和病院では常勤医が増えました。新たな診療体制について、倉田篤院長にお話を聞きました。

「当院は循環器疾患専門病院として、心臓手術、虚血性心疾患に関する冠動脈カテーテル治療（PCI）では、県内有数の実績を誇ります。

心臓血管外科の手術の総数は、2012～16年度の5年間で約2200件、同時期の循環器内科の手術の総数は約3200件です。末梢血管疾患でも、同じ時期に約600例のカテーテル血管内治療（EVT）を行いました。

さて現在、多大な侵襲を伴う大動脈の手術は、可能であれば開胸・開腹手術を要しない、大動脈内ステントグラフト留置術（EVAR、TEVAR）が主流となって来ております。

当院では、これまでEVTを手がけてきた循環器内科専門医の土井尻達紀医師に、本年7月よりEVAR、TEVARを得意とする血管外科専門医の乗松東吾医師が加わり、二人を中心に、循環器内科と心臓血管外科が協力して治療戦略を検討・考案し、提供できる体制を整えました。

不整脈治療については、本年5月より不整脈専門医の柴山健理医師が参画したことで、高周波アブレーションカテーテル治療が可能となり、不整脈治療の選択肢を増やしました。

今後も専門病院として、医療チームの拡充を進めて参ります」。

■大和成和病院☎046―278―3911

大和成和病院では大動脈の手術などで循環器内科と心臓血管外科が協力している

医学講座 8月30日(水)14:00～15:30
大和成和病院　講師：心臓血管外科 医師　倉田 篤 院長

手術を間近で見てみよう!!　～院長が手術を実践～

動物の心臓を使用して手術の解説を行います。医学の分野では「ウェットラボ」と呼ばれ、研究・手技の練習などに用いられます。普段見れない外科医が行う手術を生で見ることができる機会です。

■ 交通のご案内
南林間駅・中央林間駅・鶴間駅・さがみ野駅から無料シャトルバス

参加無料

◇次回の予告
9月27日(水)に開催予定

会場：**大和成和病院**　1階 ロビー
大和市南林間 9-8-2　お問合せ ☎046-278-3911（総務課）

医学講座 8月31日(木)11:00～12:30
ふれあい町田ホスピタル　講師：内科　月村 澄明 医師

そのイビキ、危険です　～睡眠時無呼吸症候群～

睡眠時無呼吸症候群は21世紀の「国民病」、あるいは「現代病」とも言われていますが、多くの方に見過ごされているのが現状です。症状の特徴と治療法について詳しくお話しします。

■ 交通のご案内
多摩境駅・南大沢駅から無料シャトルバス

参加無料

◇次回の予告
9月下旬に開催予定

会場：**ふれあい町田ホスピタル**　1階 会議室
町田市小山ヶ丘 1-3-8　お問合せ ☎042-798-1121（総務課）

正 非　看護師・保育士・総務事務・医療事務・薬剤師　小田急 南林間駅

全国有数の心臓・循環専門病院！

① 看護師　347,800円（夜勤含）　時給 1,500円～
② 保育士　時給 950円　（夜勤）1回 13,500円
③ 総務事務　242,500円（大卒）
④ 医療事務　198,500円
⑤ 薬剤師　282,400円
〈月給例は、経験10年〉

★ 保育所有り　★ 無料送迎バス有り　★ 車通勤可
★ 非常勤は勤務日数、勤務時間応相談

医療法人社団 公仁会 **大和成和病院**　☎046-278-3911
〒242-0006 大和市南林間 9-8-2
●問い合わせ：（総務課）七枝

正 非　看護師・看護補助・介護福祉士・薬剤師・PT/OT/ST・保育士　海老名駅 長後駅

綾瀬市の基幹病院！　車通勤可！

① 看護師 347,800円（夜勤含）　時給 1,500円～（夜勤）1回 24,000円～
② 看護補助 225,900円（夜勤含）
③ 介護福祉士 時給 1,200円　④介護士 時給 1,200円
⑤ 社会福祉士 249,500円
（有資格の場合は職務手当 5,000円含む）
⑥ 薬剤師 282,400円　⑦ PT/OT/ST 302, 400円
⑧ 保育士 213,400円　〈月給例は、経験10年〉

★ブランクある方も歓迎　★非常勤は勤務日数、勤務時間応相談　★通勤費全額支給（上限 50,000円）
★車通勤可　★保育施設有り　★海老名駅・長後駅より無料送迎バスあり

医療法人社団 柏綾会 **綾瀬厚生病院**　☎0467-77-5111
〒252-1103 綾瀬市深谷 3815　●問い合わせ：（総務課）久米田

「明るい笑顔で、家庭的な雰囲気を」

長期間の療養加療にも対応

病院探訪　綾瀬厚生病院　療養病棟

綾瀬厚生病院には、長期間の療養加療が必要な方のための療養病棟（60床）があります。今回は、綾瀬厚生病院の療養病棟について、木村看護部長にお話を聞きました。

木村　みさ子
綾瀬厚生病院 看護部長

Q．綾瀬厚生病院の入院受け入れ体制について教えてください。

A．当院は、一般病棟（急性期・産婦人科）、回復期リハビリテーション病棟の他、療養病棟を持つ、急性期から慢性期まで入院対応可能な病院です。

Q．入院する人には、比較的短期で在宅生活に戻られる方も、回復期リハビリを行って在宅生活に戻られる方もいると思います。しかし、入院が長引いてしまう場合があるのでしょうか？

慢性的な疾患に対応

A．そうです。療養病棟では、症状が比較的重い時期（急性期）を脱した後も、長期間の療養加療が必要な患者様のための病床で、療養上の管理、看護、医学的管理下での介護をご提供する、慢性疾患の患者様のための長期入院病床で、病状が安定するまでご入院いただけます。

Q．病気や病状によっては、入院生活が長くなってしまうのですね。入院費はどのくらいかかるのでしょうか？

A．後期高齢者など、健保の自己負担が1割の方ですと、入院費の目安は月に9～10万円となります。ただし、病状によってはやむを得ずオムツのご利用となることがあり、別に実費をご負担いただいております。

転院を積極的に受け入れ

Q．綾瀬厚生病院の特色を教えてください。

A．当院の療養病棟は60床です。主に内科、脳神経外科、整形外科の患者様が入院されています。

一般病棟から移られる患者様の他、県央地区で不足している療養病棟へは、他院からの受け入れも積極的に行っております。

Q．ほかの病院から移られる方もいるのですね。

A．はい。当院の療養病棟は、病気やケガにより、長期療養を余儀なくされ、気分が沈みがちな患者様にアットホームな雰囲気を醸し出せるよう明るく笑顔で接し、安心して入院生活を送って頂けるよう心掛けております。

療養病棟へのご入院、他院からの転院相談は医療ソーシャルワーカー（MSW）が対応いたします。療養病棟の担当者は、モーガン純子です。お気軽にお問い合わせください。

ご家族の転院先が未定、などでお困りな点がございましたら、お気軽にお申し付けください。

■取材協力／綾瀬厚生病院 ☎0467－77－5111（代表）

ふれあいグループ 綾瀬厚生病院 ☎ 0467（77）5111 神奈川県綾瀬市深谷 3815

＊交通のご案内　入院のご案内：http://www.fureai-g.or.jp/ayase-hp/html/inpatients/ward.html

電車でお越しの方は、最寄り駅の小田急・相鉄・JR 相模線 海老名駅、小田急線 長後駅、相鉄線 さがみ野駅よりバス、もしくはタクシーをご利用ください。
海老名駅、長後駅からは無料の送迎バスも運行しております。
お車でお越しの方は、正面玄関前の駐車場をご利用ください。（無料）
面会時間（一般）平日 14：00 ～ 19：00 日曜・祝祭日 11：30 ～ 19：00

この「人」に聞く

連携を重視し、地域を見守る

伊藤 薫（いとう　かおる）

綾瀬厚生病院 副院長
【脳神経外科 診療科長】
医学博士　日本脳神経外科学会認定専門医　日本脳神経外科学会会員　日本脳神経外科コングレス会員

伊藤副院長は、綾瀬厚生病院に赴任してから20年がたったベテラン。脳神経外科の診療科長として、脳血管障害、脳腫瘍、頭部外傷などの様々な疾患を診ています。「脳神経疾患の中でも、脳出血や脳梗塞などの血管障害は、高血圧や高脂血症、糖尿病など、いわゆる生活習慣病があると、発症するリスクが増えます。また、脳疾患は一度発症すると、後遺障害のために生活に支障が出る可能性があります」と語ります。

「私が医師になったばかりの頃と比べて、脳出血や脳梗塞などで命を落とされる危険性は減ってきています。しかし、後遺症の残る方は少なくないので、地域でおのおのひとりを支えなければなりません。

そのため、医師だけでなく、ご家族、ご近所の方、ケアマネさん、薬剤師、看護師、介護の方々、行政…地域のみんなで輪になって患者様を支える必要がある、というイメージが強い。現代の医療は、連携なしではやって行けません」と力説します。

「国がすすめている『地域包括ケアシステムの姿』（※）という図が示すように、限られた医療資源を有効に活用し、患者様とその家族を地域という大きな輪の中で、多職種が総合的に診ていく必要があります」。

「脳血管障害などによる突然死は、無くなったわけではありません。脳疾患は、命を危険にさらし、後遺症は生活に支障を及ぼす可能性が低くありません。早期発見と一刻も早い治療が必要です。

しかし、発症の初期には重大な事態になる可能性を予見しにくい場合もあります。ご本人、ご家族はもちろん、周囲の人も『何かおかしい』と思ったらすぐに、脳神経外科専門医のところへ行かせてください」と、お話の最後に早期治療の重要性を改めて強調しました。

※ www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/chiiki-houkatsu/（厚生労働省）

終生、お気に入りの部屋をご利用可能

病院の上に住む「安心」

シニアレジデンス町田（有料老人ホーム）

有料老人ホームを選ぶ時「将来、介護が必要となったら、部屋や施設を変わる必要があるのでは」とお悩みではありませんか？

有料老人ホーム「シニアレジデンス町田」は、自立されている方の多い施設ですが、介護が必要になっても入居時に契約した部屋から移動する必要はありません。終生、お気に入りの部屋の利用が可能です。必要となった場合には、介護食や治療食の提供などを受けることもできます。

また、同じ建物の中には協力医療機関「ふれあい町田ホスピタル」が併設されています。同院には、一般外来の他、「透析センター」や回復期リハビリテーション病棟などもあります。

日々の通院や入院治療はもちろん、同院の外来休診日も含めて、緊急時には24時間の対応が可能です。

また、同院からは、理学療法士らが派遣され、希望者には集団リハビリテーション（無料）を提供しています。

スタッフは「最近は、ご夫婦での入居のご相談も増えております。空きは現在1室のみとなりますが、居住性にこだわった夫婦部屋には、お風呂やトイレはもちろん、キッチンも完備しており、現在の生活スタイルをそのまま持ち込むことができます。

見学や体験入居は随時お受けしております。ショートステイ等もお気軽にお問合せ下さい」と話します。

■シニアレジデンス町田 ☎0120－86－6534

同ホームの中庭

同ホームの外観

シニアレジデンス町田

セミナー「安心できる老人ホームの選び方」

8／24㈭ 多摩境で無料開催

有料老人ホーム「シニアレジデンス町田」はセミナー「安心できる老人ホームの選び方」を開催します。日時は8月24日㈭13時30分～14時30分（予定）、会場は、多摩境フォーシーズンメモリアル（JR京王相模原線・多摩境駅から徒歩5分）多目的ホール、定員は30名（要予約、参加無料）。希望者は、セミナー終了後に施設見学も可能です。

介護の現場をよく知る専門家が、老人ホームの「種類・特徴・違い」「施設選びのポイント」等をわかりやすく具体的に解説。「この機会に、ご家族もぜひお気軽に」と担当者は話します。ご予約はお早目に。

《お申込み・お問合せ》
シニアレジデンス町田
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
0120-86-6534
シニアレジデンス町田　検索

毎回人気のセミナーです

～夏バテ予防の食事～

豚肉と旬のオクラで暑い夏を快適に

（1人分　総カロリー 640kcl）

今月のレシピ ＜煮豚の夏野菜添え＞

材料　（1人分）

豚肩ロース	40g
卵	1/2 個 (25g)
オクラ	8g
長ネギ	30g
生姜	1g
A 醤油	8cc
A 砂糖	4g
A 酢	0.5cc
A 酒	8cc

作り方

① 豚肩ロースを鍋に入れ、肉がかぶるくらい水を入れて火にかける。途中でアクを取りながら、約 10 分茹でて、油抜きをする
② オクラを茹でる。卵は、約 8 分間茹でて半熟卵にする
③ ①から肉を取り出し、水で洗う
④ ③で肉を取り出した茹で汁に、A を全て入れ火にかける。煮立ったら肉を鍋に戻し、刻んだネギと生姜を加えて落し蓋をして弱火で約 40 分間煮る
⑤ 40 分煮たら火を止め、半熟卵を入れて味をしみこませる
⑥ 半熟卵に味がしみこんだら完成

今月の注目食材　豚肉と夏野菜

夏バテ予防のために食べてほしい食材は「豚肉」「うなぎ」などビタミン B 群やカロテンが豊富な食材です。また、ビタミン C をふくんだ旬の食材「オクラ」「しそ」「枝豆」などもオススメです。
酸味をいかした料理をメニューに加え、胃酸の分泌をたかめて食欲増進に役立ててください。

監修・調理／管理栄養士　穴田律子

正 非 看護師・社会福祉士・総務事務・臨床工学技士　伊豆稲取駅

新しい病院で、新しいスタートを

① 看護師　347,800 円（夜勤含）
時給 1,500 円～ 夜勤 1 回 24,000 円～
② 社会福祉士　249,500 円
（有資格の場合は職務手当 5,000 円含む）
③ 総務事務　242,500 円（大卒）
④ 臨床工学技士　275,500 円
〈月給例は、経験 10 年〉

★平成 29 年 5 月新病院完成　★転居費用負担有り（応相談）
★女子寮有り　★美しい伊豆七島を望む、ロケーションです。

医療法人社団 康心会
康心会伊豆東部病院
☎ 0557-95-1151
〒 413-0411 静岡県賀茂郡東伊豆町稲取 17－2
●問い合わせ：（総務課）　星野・福田

正 介護支援専門員　南林間駅

グループ連携がとれる
働きやすい職場です

介護支援専門員
270,100 円
〈月給例は、経験 10 年〉

＊車通勤可　＊南林間駅から無料シャトルバス有
＊併設施設…介護老人保健施設「成和ナーシングプラザ」・成和訪問看護ステーション　＊協力医療機関…大和成和病院・さがみ野中央病院・成和クリニック　＊関連施設…サービス付き高齢者向け住宅「みどりの風大和」

医療法人社団
公仁会 せいわ居宅介護支援センター
〒 242-0006 大和市南林間 9 丁目 8 番 9 号 4 階
☎ 046-240-0149（総務課）田中

正 非 介護福祉士・介護士・看護師・准看護師・支援相談員　南林間駅

落ち着いた雰囲気の働きやすい職場です

① 介護福祉士 268,700 円（夜勤含）　時給 1,300 円
② 介護士 238,650 円（夜勤含）　時給 1,200 円
③ 看護師 347,800 円（夜勤含）
時給 1,500 円～　（夜勤）1 回 24,000 円～
④ 准看護師 298,600 円（夜勤含）
時給 1,200 円～　（夜勤）1 回 20,000 円～
⑤ 支援相談員 249,500 円（有資格の場合は職務手当 5,000 円含む）
〈月給例は、経験 10 年〉

＊車通勤可　＊南林間駅から無料シャトルバス有　＊併設施設…成和訪問看護ステーション・せいわ居宅介護支援センター　＊協力医療機関…大和成和病院・さがみ野中央病院・成和クリニック
＊関連施設…サービス付き高齢者向け住宅「みどりの風大和」

介護老人保健施設
成和ナーシングプラザ
☎ 046-272-1515
〒 242-0006 大和市南林間 9-8-9　（総務課）田中

個別メニューやゲームで身体機能を改善

成和ナーシングプラザ 通所リハビリテーション

Q．介護老人保健施設・成和ナーシングプラザでは、通所リハビリテーションも提供しているのですか？

A．（同院スタッフ）はい。通所リハビリは、高齢者が在宅生活を維持できるよう、介護保険によって提供されるサービスです。特に、リハビリテーションを通じた、心身の機能訓練を強化しています。

通所リハビリテーションのスタッフ

当施設では、リハビリスタッフがみなさまとマンツーマンで、一人ひとりに合わせた機能訓練メニューを提供しております。

また、その日の体調に合わせて訓練の量を変えたり、種類を変えたりすることができますので、無理なく訓練が行えます。

Q．さまざまな工夫をされているのですね。

A．はい。介護職員とのレクリエーションでは、順位を競いながら体を動かすゲームも行っています。

ゲームでは自然と体が動いてしまい、リハビリ訓練の時よりも体がよく動いている方もいらっしゃいます。まずリハビリ訓練で体を動かしやすくして、次にゲームを通じて自然に体が動かせるようになることを目指しています。

入浴も提供し、その際もリハビリ訓練を意識して、出来ない所をお手伝いしますが、出来るところはご自身で行っていただくように見守っています。

Q．どのようにすれば利用できますか？

A．お気軽にご相談ください。①介護保険の認定を受けられ、②病状が安定し入院治療の必要がなく、③当施設で適切なサービスが提供可能で、④リハビリが必要な方なら、利用できます。

「身体機能を改善したいけど、どうしたらいいかわからない」などのご要望も、成和ナーシングプラザの通所リハビリテーションにお問い合わせください。

■取材協力／成和ナーシングプラザ☎046―272―1515

高齢化に対応した整形外科 骨折予防のため、多職種が連携

取材協力／成和クリニック

高齢化により、変形性膝関節症、脊柱管狭窄症や骨粗鬆症など、整形外科の診療を受ける人が増えています。骨粗鬆症には生活習慣病由来のものもあります。さまざまな取組みを行っている成瀬康治医師（成和クリニック）にお話を聞きました。

成瀬　康治　医師
（なるせ　こうじ）
成和クリニック
【整形外科】

（成瀬医師）「私は、北里大学メディカルセンターで、主に膝関節疾患、股関節疾患、骨軟骨代謝疾患（骨粗鬆症など）等、関節外科医として専門性の高い手術治療を行っています。

また、当・成和クリニックでは変形性膝関節症、脊柱管狭窄症や骨粗鬆症などの保存療法を主に行っており、毎週火曜日の診察では、一日に130～160名の患者様がお越しになります」（2017年6月実績）

――保存療法とはどのようなものですか？

（同）「手術以外の治療方法を保存療法と言います。運動療法や、コルセットなどの装具をつける装具訓練、注射や内服薬の服用などが保存療法です。

当院の特徴として、重症の骨粗鬆症の患者様が多く、また疾患関連骨粗鬆症が多いことです。

心疾患、慢性腎不全、呼吸器疾患、糖尿病などを背景に持つ疾患関連骨粗鬆症は、骨密度が保たれていても骨折リスクが高いことが、各種の調査で明らかになっています。このため、精力的に『骨粗鬆症リエゾンサービス』を取り入れて治療を行っています」

――どのようなサービスなのですか？

「医師を中心に多職種が連携し、患者様の新たな骨折などを予防します。

管理栄養士と協力し個別栄養指導を行い、また薬剤師は服薬指導はもとより、骨折のリスクの高い疾患を持つ方には、骨粗鬆症検査をご案内しています。

さらに、当院が毎月第4金曜日に開催している糖尿病教室（写真）では、骨粗鬆症、骨折リスク、転倒リスクの回避についてなど、私が講演しております。

これらの取り組みで、大病院では実現しにくいきめ細やかな、良質で安全性の高い医療の提供を目指したい、と思っております。

お困りの際は、ぜひ当院にご相談ください」。

■取材協力／成和クリニック☎046―264―3911

実践力養う院内インターン

医療ビジネス観光情報専門学校

医療ビジネス観光情報専門学校・医療ビジネス学科の最大の魅力は、ふれあいグループの各病院への就職が可能なことです。

学生は、2年次に4週間「院内インターンシップ実習」をふれあいグループ病院の医事課や総務課で行います＝写真。医療の現場で即戦力として働けるように病院受付窓口、会計窓口そしてレセプト入力業務などを職員指導のもとで習得。またクラーク業務や総務・施設管理を通じて、チーム医療に欠かせない多職種連携やコミュニケーション能力を身に付けます。

仕事の厳しさや、やりがいを体験した学生は、自信を深め就職への大きな一歩を踏み出しています。

夏のオープンキャンパスでは、「病院見学会」をはじめ、現場で働く卒業生や在校生から話が聞ける座談会も開催されます。詳細は、医療ビジネス観光情報専門学校☎042―744―9711へ。

技能の向上目指す大学編入試験

湘南医療大学

湘南医療大学は、編入学試験を実施します。今年度看護専門学校・短期大学を卒業見込みの人や、看護専門学校を卒業後、さらにキャリアアップを目指す人が対象です。

受験資格や試験の詳細については、同大学のホームページ「編入試験要項」で確認できます。また、左記連絡先で資料請求をすることもできます。

大学のQRコード

湘南医療大学　看護学科　3年次編入学試験

	Ⅰ期	Ⅱ期
募集人数	10名	
試験日	平成29年9月9日（土）	平成29年10月21日（土）
出願期間	平成29年8月15日(火)～9月5日(火)当日消印有効	平成29年10月2日(月)～10月17日(火)当日消印有効
合格発表日	平成29年9月20日(水)	平成29年10月31日(火)
手続期間	平成29年9月20日(水)～10月3日(火)必着	平成29年10月31日(火)～11月15日(水)必着
選抜方法	書類選考／学力試験（英語・専門科目）／小論文／面接	

お問い合わせ先：湘南医療大学 入試事務室 ☎045-821-0115

介護福祉士試験 国試の対策講座を開講！

ふれあい医療福祉研修センター

ふれあい医療福祉研修センターでは、介護福祉士の国家試験（2018年1月）の受験を予定している人を対象とした「筆記試験対策講座」を開講します。

国家試験科目の中で、とくに得点率が低い科目をピックアップして、短時間で効率良く学べる講座です。過去4年間の該当科目の国家試験問題を解いた後、専門の講師がわかりやすく解説します。

随時申込みを受け付けています。詳細は、ふれあい医療福祉研修センター☎0467―84―0576へお問い合わせください。

介護福祉士 試験対策講座

11月 2日 医学分野
11月13日 障害者自立支援制度
11月20日 介護保険制度

時間 12:30~16:30
受講料 3回セットで3,800円
申し込み ふれあい医療福祉研修センター
☎0467-84-0576

夏のオープンキャンパス ＆ 学校説明会

AO入試エントリー開始のご案内

湘南医療大学
体験実習 模擬講義 あり
●オープンキャンパス 9/2（土） 10:00~15:00
AO入試エントリー 8/15(火)~9/4(月)まで受付中
☎045-821-0115

茅ヶ崎看護専門学校
体験実習 あり
●学校説明会 9/9（土） 13:00~16:00
AO入試エントリー 12/11(月)~1/12(金)まで受付中
☎0467-86-6011

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
体験実習 あり
●学校見学会 理学療法学科 作業療法学科 9/9（土） 10:00~12:00
●学校説明会 言語聴覚学科 9/9（土） 10:00~12:00
☎0467-88-6611

下田看護専門学校
体験実習 あり
●学校説明会 8/29（火） 13:00~16:00
AO入試エントリー 9/25(月)~10/17(火)まで受付中
☎0558-25-2211

医療ビジネス観光情報専門学校
体験実習 あり
●オープンキャンパス 8/26（土） 10:00~12:00
AO入試エントリー 随時 受付中
☎042-744-9711

学校説明会・オープンキャンパス・入試についての詳細は、各校へお問い合わせください。
医療・保健・福祉・教育の「ふれあいグループ」 学校法人 湘南ふれあい学園

医学講座 8月30日(水)14:00～15:30

さがみ野中央病院

講師：望月 紀広 放射線技師

レントゲンなんて怖くない！ ～医療の放射線～

福島の原発事故や、最近おこった大洗での体内被曝事故など、放射線に係る事故が続いていますが、はたして医療で使われる放射線は安全なのか？と思われていませんか？医療の被曝についてお話しします。

■ 交通のご案内
さがみ野駅から無料シャトルバス
または相模大塚駅南口より徒歩8分

参加無料

◇次回の予告
9月下旬に開催予定

会場：さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室
海老名市東柏ヶ谷6-20-20 お問合せ ☎046-233-5110（総務課）

ちょっと教えてよドクター！

内視鏡の検査や治療

症状が出てからでは遅いことも

お話を聞いたのは
反町 仁一（そりまち　じんいち）ドクター【診療部長】
さがみ野中央病院　☎046-233-5110
（相鉄線さがみ野駅より無料シャトルバス有）

食道・胃・十二指腸・大腸（直腸）の良性のポリープや直1㎝位までの早期の癌はポリペクトリーまたは内視鏡的粘膜切除術という内視鏡的手術で切除可能です。

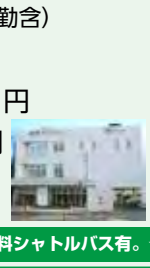
しかしながら喉、胸のつかえ感、腹痛、張り感、出血、便性異常などの症状が出現した時には既にがんは進行していることがあります。がんはある程度以上の大きさになると内視鏡的治療は出来なくなります。胆管結石も1㎝を超えると内視鏡的摘出は困難になります。

最近の内視鏡検査は患者様の苦痛が少なく出来るようになってきていますので、症状が無くても年1回の定期的な検査をお勧めします。職場や自治体の健診なども活用して下さい。

正 看護師・医療事務・臨床検査技師・理学療法士 鶴間駅

地域も職員も大切にサポートします。

①看護師 347,800円（夜勤含）
②医療事務 198,500円
③臨床検査技師 260,700円
④理学療法士 302,400円
〈月給例は、経験10年〉



★ マイカー通勤可。 ★ 鶴間駅から無料シャトルバス有。★ 交通費全支給（上限5万円）

医療法人社団 公仁会 成和クリニック ☎046-264-3911
〒242-0005 神奈川県大和市西鶴間5-3488-7
●問い合わせ：（総務課）渕上

正 看護師・作業療法士・精神保健福祉士 下田駅

Iターン・Uターン大歓迎！

①看護師 347,800円（夜勤含む）
②作業療法士 302,400円
③精神保健福祉士 249,500円
〈月給例は、経験10年〉

★職員寮有ります ※1ルームから一軒屋の古民家までご希望の生活スタイルに合わせた物件有り ★無農薬自家菜園、釣り（磯、ルアー）、サーフィンなど趣味を満喫し仕事も充実したい方に最適な職場です ★車通勤可 ★研修制度も充実しています

医療法人社団 辰五会 ふれあい南伊豆ホスピタル
〒415-0151 静岡県賀茂郡南伊豆町青市848
☎0558-62-1461（総務課）西川・寺嶋

正 非 看護師・介護福祉士・介護士・保育士・歯科衛生士 茅ヶ崎駅

茅ヶ崎駅前からシャトルバスあり。

① 看護師 347,800円（夜勤含）
時給 1,500円～（夜勤）1回 24,000円～
② 介護福祉士 時給 1,200円
③ 介護士 時給 1,200円
④ 保育士 時給 950円
⑤ 歯科衛生士 時給 1,000円～1,300円
〈月給例は、経験10年〉

★ 茅ヶ崎駅より無料シャトルバスあり ★ブランクのあるかたでも大歓迎 ★車通勤可能 ★院内保育所あり

医療法人社団 康心会 湘南東部総合病院 ☎0467-83-9111
〒253-0083 茅ヶ崎市西久保500
看護部：露木 事務コメディカル：飯田

健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2017年8月
No.08

発行所　(有)エフ・アンド・ユアライフ　〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20　電話 (0467)58-5678

自治体などの健診を活用して
食道や胃などの病気は、早期発見を

◇◇◇◇◇◇ 食道や胃、大腸など消化器の病気は、早期発見と早期治療が大切です。自治体や職場の健診などを有効に活用しましょう。 ◇◇◇◇◇◇

逆流性食道炎

食欲不振、胸やけ、胃もたれ、口の中が何となく酸っぱい感じがするなどの症状が続く場合は、逆流性食道炎かもしれません。

胃からの逆流は、下部食道括約筋が防いでいます。しかし、老化などでこの筋肉の働きが弱ると逆流がおきてしまい、胃酸が食道を痛めてしまう病気が逆流性食道炎です。内視鏡による検査などが必要になるので、早めに受診しましょう。

胃潰瘍、十二指腸潰瘍など

ピロリ菌の感染でおきる病気に、慢性胃炎や胃潰瘍、十二指腸潰瘍があり、職場や自治体の健診で見つかることがあります。懸念を指摘されたら病院の消化器科を受診しましょう。

定期的に薬を飲んで治る場合と、内視鏡による手術が必要になる場合があります。再発する可能性は低く、殆どの場合でがんには移行しない、とされています。

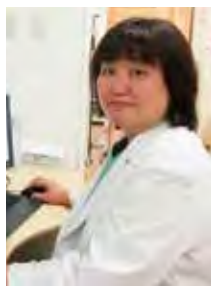
胃などのがん　早期発見を

ピロリ菌は、胃がんもおこしやすくすると考えられています。がんの性質にもよりますが、統計的には胃がんの方の余命は伸びていて、早めに見つけて治療を行えばQOL（生活の質）を、よい状態で長い間保てる、とされています。

気をつけたいのは、定年退職後。65歳を過ぎたら、胃など消化器に限らず、がんの発症などは増えるのですが、お勤めを辞めたり働き方が変わるなどの理由で、健診受診率は落ちてしまうことが統計では明らかです。病気は早期発見が重要です。自治体の健診などを活用しましょう。

胃もたれや胸やけ、口の中が酸っぱい感じ・・・・
逆流性食道炎
「内視鏡検査を受けましょう」

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ ゲップ、胃もたれ、胸やけ、口の中が酸っぱい感じなどの不快な症状が続いた場合、逆流性食道炎の疑いがあります。日本消化器外科学会などの指導医資格を持つ、ふれあい町田ホスピタルの長谷川小百合医師（消化器外科）にお話を聞きました。 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

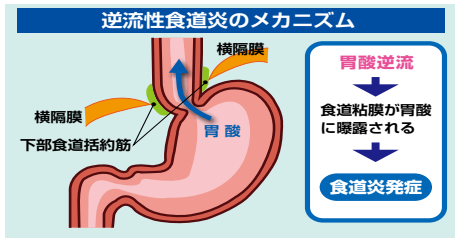


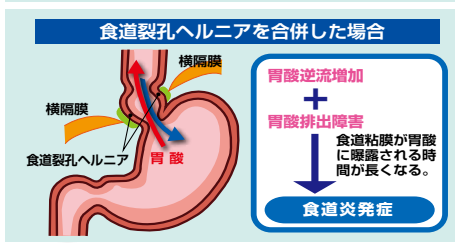
長谷川　小百合　医師
（はせがわ　さゆり）
ふれあい町田ホスピタル
【消化器外科】

胃から食道へと逆流が

「酸性度の強い塩酸（胃酸とも呼ばれます）を含む、胃の内容物が食道に逆流することで、食道の粘膜に炎症が起きた状態を、『逆流性食道炎』といいます。胃からの逆流を防ぐ下部食道括約筋の働きが、食べ過ぎや飲み過ぎ、喫煙、肥満、老化などで鈍ると、逆流がおきます。最近は若い方にも増えています。

食道には、胃酸に対する防御機能がないため、酸に繰り返しさらされることで炎症を起こし、粘膜のただれや潰瘍が生じたり、胸やけや呑酸（どんさん・口の中に酸っぱい感じが拡がります）などの原因となります」





内視鏡検査を

「不快な症状の代表例はゲップ、胃もたれ、胸やけなどで、医師の問診である程度予測をつけますが、がんなどの異常を鑑別するため、可能な限り胃カメラ（上部消化管内視鏡）検査を行うのが診察の基本です。内視鏡検査により、びらんや潰瘍がみられるか、重症度はどれ位かを調べます。

また、食道の病変が逆流性食道炎によるものか、がんなど他の病気によるものかの区別が難しい場合は、内視鏡検査の時に病変部分の組織をとって、組織学的検査をする必要があります。

当院では食道から肛門まで各消化器官それぞれの専門医・指導医が在籍し、検査から治療までトータルで診療いたします。逆流性食道炎だけでなく、消化器疾患でお困りの方はお気軽にお問合わせください」。

■取材協力／ふれあい町田ホスピタル☎042―798―1121

「40歳を過ぎたら受けてみましょう」
がんを早期に発見しやすい内視鏡検査
取材協力／ふれあい町田ホスピタル

◇◇◇◇◇◇ 胃がん、大腸がんの早期発見と早期治療のためには、「内視鏡検査が有効」とされています。日本消化管学会胃腸科認定医などの資格を持つ、ふれあい町田ホスピタルの消化器外科、宇田周司医師にお話を聞きました。 ◇◇◇◇◇◇

胃がんや大腸がんは多い

「国や市区町村の啓発が効を奏してか、当院でも内視鏡検査を受けられる方が増えてきています。2017年の当院の検査数は、前年同月比で約2割増の状態が続いています。胃がん、大腸がんの多い死亡者数がみなさまに周知されてきているからだ、と考えています。

胃がんは、がんの部位別の死亡者数で、男性で第2位、女性で第3位と報告されています。また、大腸がんの死亡者数も、男性で第2位、女性で第1位と報告されています（『がん情報サービス』国立がん研究センター）」

早期発見が重要です

「胃がん、大腸がんの原因はストレスや喫煙、食事内容、飲酒、運動不足などが挙げられ、初期症状としては胃痛や便に現れます。

ただし、無症状のまま進行する方も多く、気づいた頃には『かなり進行していた』ということも少なくありません。手遅れになるのを防ぐには、年に一度は内視鏡検査を受けていただきたいものです。

最近は、鼻からカメラを挿入する経鼻内視鏡検査も普及しておりますが、鼻腔が狭い方の場合、カメラの挿入が困難だったり、鼻からの出血をおこすこともあります。

当院では、口からカメラを挿入する方法で行っており、鎮静剤・鎮痛剤をあわせて使う事で、口からカメラを挿入するつらさなどを和らげて、検査を受けていただいております。

40歳を過ぎて、まだ一度も内視鏡検査を受けたことのない方は、一度検査を受けられることをご検討されてみてはいかがでしょうか。お気軽にお問い合わせください」。

■取材協力／ふれあい町田ホスピタル☎042―798―1121

「地元での出産を応援します」
産科のサービスを改定
取材協力／綾瀬厚生病院

綾瀬厚生病院は、今年7月から産科病棟での各種サービスを改定しました。「地元でのご出産を応援したく、新たな内容に改定しました」と同院スタッフ。

同院生まれの赤ちゃん

面会時間の延長や宿泊

面会時間は、6月までは14～19時でしたが、7月より14～21時に。同院スタッフは「お仕事帰りのご主人も、お子様との楽しいひと時をお過ごしください。また、お子様やご主人、家族の宿泊もご希望に沿える場合があるので、ご相談ください」と話します。

助産師外来や母乳ケア

新たなサービスとして、助産師による外来や、母乳ケア、産後のケアも開始。

助産師外来は、火曜・金曜・土曜の14～16時（予約制）で、4Dエコー検査、母乳についての相談、着帯指導などを行います。

出産後1年間（原則）は、助産師による乳腺炎症状への対応、赤ちゃんの体重チェックにも対応します。

普通分娩時の目安費用

同院産科病棟は、今年4月から費用を改訂しています。普通分娩時の目安費用として、3月までは55万円（同院個室タイプⅠ・税込）だったのが、4月からは48万円（同タイプ・税込・健康友の会会員価格）になりました。また、3月までは57万円（同院個室タイプⅡ・税込）だったものは、4月から50万円（同タイプ・税込・健康友の会会員価格）に（一般料金は下表参照）。

分娩費用の改訂（4月から）	個室タイプⅠ 旧料金（税込550,000円）	個室タイプⅡ 旧料金（税込570,000円）
一般の方	新料金　520,000円	新料金　540,000円
健康友の会 会員	新料金　480,000円	新料金　500,000円

※ すべて、普通分娩時の費用の目安です。
※ 健康友の会（http://www.furetomo.jp/）は、6歳以上の方なら、どなたでも入会できます。

綾瀬厚生病院　☎0467-77-5111　神奈川県綾瀬市深谷3815

旅行や帰省、入院透析、リハビリなどに対応
1階にある「透析センター」
綾瀬厚生病院

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇ 綾瀬厚生病院の「透析センター」は、通院、入院に加えて、旅行や帰省の際の臨時透析にも対応しています。全身管理を担当する、常勤の上杉成人医師（透析センター長）にお話を聞きました。 ◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

上杉　成人　医師
（うえすぎ　なりひと）
綾瀬厚生病院
【内科、透析センター長】

Q．綾瀬厚生病院は6月7日に、新たに「透析センター」を開設しましたね。

A．（上杉医師、以下同）当院では、地域に不足している透析治療のニーズに応えるべく、自宅送迎や入院、臨時（旅行や帰省）にも対応する「透析センター」を開設いたしました。

当院透析センターでは、①通院透析（ご自宅まで送迎可能です）、②入院透析（透析中適応患者様の回復期リハビリ病棟への入院も対応可能です）、③臨時透析（ご旅行・帰省等での臨時透析も対応します）を行っています。

また、各種の特殊血液浄化療法も施行可能です（血液濾過透析、B2―MGを選択的に吸着するリクセル、LDL吸着法、腹水濃縮再注入法、白血球除去療法、L―CAPなど）。

Q．診療体制はどうなっていますか？

A．患者様お一人おひとりの全身管理を担当する私（上杉成人医師）と、非常勤の透析専門医2名が連携して対応いたします。透析専門医を中心に、経験豊富な透析看護師、臨床工学士が連携し対応いたします。

また、その他の疾患をお持ちの方へは、当院他診療科の医師によるバックアップ体制を採っています。

入院透析患者様へのリハビリも可能です。これは綾瀬厚生病院「透析センター」の特色の一つです。

透析をご希望される方は、受付窓口に申し出いただくか、お電話でも結構です。当センターは、エントランスからの移動を極力短縮させるため、建物1階に位置し、みなさまに快適な透析を受けていただける環境を整えております。透析治療でお困りの際は、ぜひ当院にご相談ください。

■取材協力／綾瀬厚生病院☎0467―77―5111

正 非　看護師・准看護師・看護補助・PT/OT・検査技師・薬剤師・医療事務　相鉄線 さがみ野駅

さがみ野駅から徒歩５分、車通勤可で通勤に便利

① 看護師　347,800円（夜勤含）時給1,500円～
② 准看護師　298,600円（夜勤含）時給1,200円～
③ 看護補助　207,900円（日勤のみ）時給　1,100円
④ 理学療法士・作業療法士　302,400円
⑤ 検査技師　260,700円　⑥ 薬剤師　282,400円
⑦ 医療事務　198,500円
〈月給例は、経験10年〉

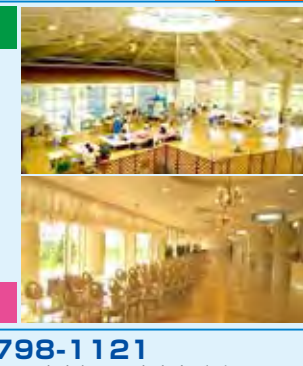
★ブランクのある方も歓迎
★院内保育所有り、車通勤可、交通費全額支給（上限５万円まで）
非常勤は勤務日、勤務時間応相談

医療法人社団
さがみ野中央病院
☎ 046-233-5110
〒243-0401 海老名市東柏ケ谷 6-20-20
●問い合わせ：（総務課）阿部

正 非　薬剤師・看護師・准看護師・介護福祉士・PT/OT/ST・管理栄養士・臨床検査技師　京王線 多摩境駅

「あなたの技術を待っている人たちがいる」

① 薬剤師　282,400円　時給2,000円～
② 看護師　347,800円（夜勤含）時給1,500円～　（夜勤）1回24,000円～
③ 准看護師　298,600円（夜勤含）時給1,200円～　（夜勤）1回20,000円～
④ 介護福祉士　247,700円　時給1,200円
⑤ PT/OT/ST　302,400円　時給1400円～2,500円
⑥ 管理栄養士　230,500円
⑦ 臨床検査技師　時給1,300円～1,500円
〈月給例は、経験10年〉



★未経験、ブランクのある方も歓迎　★非常勤は勤務日数、勤務時間応相談
★通勤費全額支給（上限50,000円）　★車通勤可　★施設内保育施設・医療費補助制度有り

医療法人
康心会 ふれあい町田ホスピタル
☎ 042-798-1121
〒194-0215　東京都町田市小山が丘 1-3-8
●問い合わせ：（総務課）　井田