

健康生活お役立ち新聞

町田・
県央版

2018年7月

No. 19

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



関 宏 (せき ひろし) 医師
【心臓血管外科】

循環器専門の「大和成和病院(☎046・278・3911)」で心臓血管外科を担当する関宏Dr.に、大動脈解離の治療や予防について伺いました。

Q. 大動脈解離では、どこで発症したかによって、治療方針が変わってくると聞きました。簡単に教えてください。

A. 発症部分によって、分けることができます。

◇脳へ行く血管の手前の心臓側の大動脈で解離が発生
↓スタンフォードA型

急死につながる合併症の発生率が高く、救命には緊急手術が必要です。

◇脳へ行く血管の手前では解離なし、その先で解離発生
↓スタンフォードB型

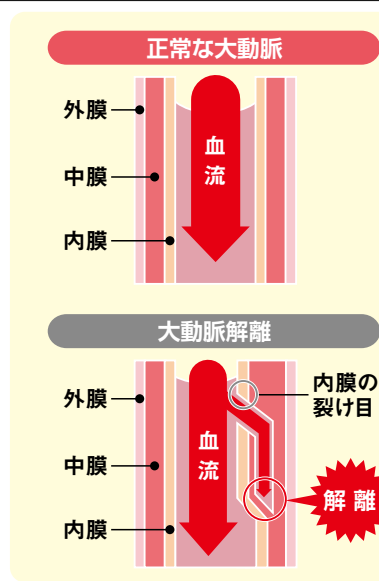
破裂の危険性が高くなる血流不全が起きていない場合は、血圧を下げて安静を保持します。

Q. 大動脈解離の主な治療法を教えてください。

A. まずは痛みを和らげ、破裂や大動脈の拡大を防ぐための薬物療法から始めます。裂け目が心臓に近い場合は緊急手術(人工血管置換術)が必要です。人工心肺を使用し、超低体温や脳分離と

発生箇所が異なる「大動脈解離」

大和成和病院・関宏ドクター(心臓血管外科)



心臓から拍出された血液を全身に供給する「導管」の役割を担っているのが「大動脈(だいどうみゃく)」です。大動脈の壁は3層構造(内膜/中膜/外膜)になっています。しかし、高血圧や糖尿病、高脂血症、喫煙などが原因で動脈硬化性の病変をもたらす、この壁が弾力性を失うと、構造の破綻をきたしやすくなってしまう。

よく知られている「大動脈解離(だいどうみゃく・かいり)」とは、この内膜に亀裂(エントリ)が入り、壁の3層構造の中に血液が入り込んでしまうことで発生します。外膜から内膜が外れ、内側に剥がれる「解離する」病気で、大動脈は人間の体の背中側に通っているため、突然背中を刃物で裂かれたような強い痛みが症状として知られています。

最も太い動脈が「解離」する!? 激痛・失神もある大動脈解離

体内に流れている最も太い血管である大動脈。喫煙などで動脈硬化を起こし、この血管の内部に亀裂が入ってしまう「大動脈解離」は、突き刺さるような強い痛みを起こし、治療法も一様ではありません。

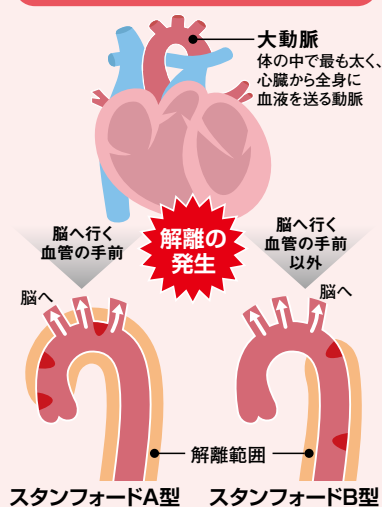
痛みが症状として知られています。心臓の弁に逆流を生じさせて血流不全となり、失神・痙攣・腹部や足部の痛みを発症することもあります。

解離した血管の一部は外膜だけになってしまうので、破裂や「瘤」になることがあります。また、血液が流れるべき空間が潰されてしまうので、様々な臓器の血流が悪くなり、脳梗塞などの引き金にもなりかねません。

大動脈解離の診断は、主として造影剤使用のCT検査で行われます。しかし、この病気の症状は様々ではないので、診断に時間を要することもあります。

大動脈解離は、直ちに治療を要する恐ろしいものです。発症した部分や発症の仕方でも分類され、治療方法や予後も異なるので、専門的な診察を受けるようにしましょう。

大動脈解離の治療



いった特殊な方法を併用しながら行ないます。人工血管に置換する範囲は、病状によって異なります。

Q. この病気の予防法はあるのでしょうか?

A. 大動脈解離の原因は、ほとんどが「動脈硬化」と「高血圧」です。ですから、動脈硬化の予防をしましょう。

第一に高血圧や糖尿病、高脂血症、肥満を是正します。激しい運動を控え、急激な寒冷にさらされたりしないようにすることも大事です。血圧を急に上げないためです。

当院では、お一人おひとりに適した治療法の提案を心掛けております。循環器疾患でご心配な方は、お気軽にご相談下さい。(取材協力)

大和成和病院

専門性を活かした地域包括医療に貢献

政府が打ち出している「地域包括ケアシステム」と地域医療について、神奈川県大和市にある循環器専門・大和成和病院の倉田篤院長Ⅱ写真Ⅱのお話を紹介します。

「地域包括ケアシステム」という言葉を知っていますか? 病院から在宅(自宅療養)へ医療の適正配備を推進する政策のことです。しかし、高齢化によって通院が困難になっている患者は年々増加しており、救急隊要請や出動件数の増加のほか、重症患者になる循環器専門病院ですが、地域医療を重視し、地元かかりつけ医と共に、地域住民の心臓病治療と二次予防を担う役割を果たしています。

倉田篤 院長(大和成和病院)

「地域包括ケアシステム」といふ言葉を知っていますか? 病院から在宅(自宅療養)へ医療の適正配備を推進する政策のことです。しかし、高齢化によって通院が困難になっている患者は年々増加しており、救急隊要請や出動件数の増加のほか、重症患者になる循環器専門病院ですが、地域医療を重視し、地元かかりつけ医と共に、地域住民の心臓病治療と二次予防を担う役割を果たしています。

施設たんぽう

回復期リハビリ+透析治療が可能! 綾瀬厚生病院(綾瀬市深谷中)

医療・介護施設を紹介する「施設探訪」。今回は開院から30年以上、綾瀬地域で基幹病院として活躍している綾瀬厚生病院を紹介します。



内科・整形外科・産婦人科・脳神経外科・人工透析 各種健康診断、救急患者の受け入れに積極的な同院。昨年5月には「回復期リハビリテーション病棟」(24床)を新設オープンしました。

ここでは、脳血管障害や骨折などでのリハビリテーションが必要な患者に対し、医師・看護師・リハビリテーション・スタッフ・フ・管理栄養士・薬剤師などが多職種間でチームを組み、早期の社会復帰をサポートしています。透析治療とリハビリテーションを並行してできることも特徴です。

近年、高いニーズがある在宅治療や看護(自宅療養生活しながら必要な医療を受ける)にも積極的に「訪問診療」「訪問看護」の支援サービスも提供している注目すべき病院です。

2017年回復期リハビリテーション病棟オープン!

東名高速道路 綾瀬大橋入口 45 早川 綾瀬市役所 城山公園 市立図書館 綾瀬市深谷中1-4-16 ☎0467-77-5111

医学講座 参加無料

日程 7月25日(水) 14:00~15:30

会場 大和成和病院 1階 ロビー

講師 大和成和病院 心臓血管外科 田畑 美弥子 医師



急性大動脈解離ってどんな病気? ~高血圧の人は要注意!~

私達がよく耳にする病気の一つ「急性大動脈解離」とはどんな症状なのか? 予防するにはどうしたらいいのか?

よく耳にするからこそ、詳しく知っておきたいと思う方も多いのではないのでしょうか。田畑医師が詳しく説明いたします。



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を運行

大和成和病院(総務課) ☎046-278-3911 神奈川県大和市南林間9-8-2

次回予告

8月29日(水)開催

医学講座 参加無料

日程 7月24日(火) 13:00から

会場 さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室

講師 さがみ野中央病院 放射線科 望月 紀広 放射線技師長



「レントゲンのなぜ?どうして?」~安心して検査が受けられるように~

高度化した医療機器の進歩により、検査も多様化して複雑になってきました。安全に新しい検査を受けて頂くため、各検査の注意点と、過去に質問が多かった内容をピックアップしてわかりやすく解説します。



交通のご案内 さがみ野駅南口から徒歩5分、相模大塚駅から無料シャトルバス

さがみ野中央病院(総務課) ☎046-233-5110 神奈川県海老名市東柏ヶ谷6-20-20

次回予告

8月下旬開催予定

専門医がアドバイス

「頭痛の悩みにサヨナラしませんか？」

ふれあい町田ホスピタル／池谷義守医師

誰もが一度は経験したことがある頭痛。今は「たかが、頭痛」と考える時代ではなく、専門的な資格「頭痛専門医」として頭痛に特化した外来診療を行なっている医師もいるのです。今回は、その頭痛専門医である池谷義守医師に今号「この人に聞く」で紹介し話を伺いました。

（池谷医師）「これまでの人生で、頭痛を一度も経験したことがない、という方は少ないのではないのでしょうか？」

日本で4029人（15歳以上）を対象にした頭痛の疫学調査では、『私は頭痛持ちである』と答えた方は、約40%にもものぼるという結果が明らかになりました」

——そんなに頭痛に悩む人がいるとは、びっくりです。

（池谷医師）「そうですね。まさに、日本人の4人に1人は『頭痛持ち』と言えるでしょう。繰り返し起こる慢性頭痛に悩まされている方は、意外に多くいらっしゃるのです。そこで私が患者様から頭痛対策を聞かれた際にお伝えしているものの一つに、『頭痛体操』があります。片頭痛の頻度を減らしたり、緊張型頭痛の軽減にも有効だとされる体操です。首・肩の筋肉緊張の緩和や脳の痛み調節によい



「頭痛体操」には、椅子に座って行なうことができるものもある

（池谷医師）「それは、頭痛持ちで悩まれている方のために、ぜひご相談ください。当院（ふれあい町田ホスピタル）では、MRIやCTの当日検査が可能です。神経学的検査や専門医だからこその診察や頭痛専門医だからこその診察をお受けいただけます。我慢せずに快適な日常生活を取り戻せるよう、お早めにご相談ください。」（取材協力）



「お気軽にご来院ください」と語る頭痛専門医の池谷ドクター

とされる刺激をおくるストレッチです。

しかし、ご自身でできることには限界があります。『頭痛体操もやった。色々な病院にかかった。だけどよくならない』。そのような時は専門性を有する『頭痛専門医』に是非ご相談ください。

池谷医師 診療日					
	月	火	水	木	金
午前 9:00~12:00	？ もの忘れ外来	—	脳神経外科	—	脳神経外科
午後 14:00~17:00	—	—	—	—	頭痛外来



ふれあい町田ホスピタル
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
☎042-798-1121

陽の当たらないリハビリや頭痛に焦点を当てた専門医

〇〇「当院は、医師と患者様との距離が近く、さらじたり、症状が改善していく過程をしつかりと確認できることで、医師として理想的な診療環境の一つである」と、やりがいを感じています。以前は大病院で長時間にわたる開頭手術や力

この「人」に聞く



池谷 義守

（いけや よしもり）

ふれあい町田ホスピタル

【脳神経外科】

日本脳神経外科 専門医

日本頭痛学会 専門医

〇〇「幼少期に患った喘息をきっかけに医療に興味をもち小児科医を目指すも、母がくも膜下出血を発症。そこから脳神経外科の道へ進みました。東海大卒業後は、同大医学部付属八王子病院でキャリアを積み、2007年にふれあい町田ホスピタル開院と同時に脳神経外科医として着任しました。毎週（月）午前「もの忘れ」専門外来、毎週（金）午前「脳神経外科」、毎週（金）午後・（土）午前「頭痛」専門外来を担当しています。さらにはドクターヘリに搭乗していた経験をお持ちです。「患者様お一人おひとりの顔をきちんと見て、お話を十分に聞くことができることは、とても大事なことでと思います」。



階下の病院医師が往診

入居前には面談、健康相談も実施。入居後は、日々の診察や入院、人工透析などが建物内の移動だけで受診が可能となるので、通院の負担がなくなり、さらに急な体調の変化にも対応できる住環境が本人・家族ともども好評です。継続治療が必要でも安心「シニアレジデンス町田」の最大の特徴は、協力医療機関との連携体制。人工透析など左記へお問合わせください。

入居前から充実の相談

「お隣さん」はかかりつけ医
安心からうまれる
笑顔の生活
シニアレジデンス町田



清潔感のあるラウンジでは楽しい会話が

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田
☎0120-86-6534

見学・体験入居
随時受付中

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田

食事付き見学会

有料老人ホーム湘南ふれあいの園「シニアレジデンス町田」では、実際に施設で提供している食事が食べられる人気の施設見学会を開催します。この機会に、施設での暮らしをご覧ください。



7月16日月▶▶▶31日火
各日 11:00 から



見学当日にご入居者様に提供する食事が食べられます



施設の種類やそれぞれの特徴、違いについて解説します



施設を選ぶ際のポイントを分かりやすくご案内します

申し込み
問い合わせ

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田

☎0120-86-6534

東京都町田市小山ヶ丘1-3-8



新設保育所オープン！
保育士募集

常勤

184,600円～327,600円
(夜勤1回) 5,000円
(皆勤手当) 10,000円

非常勤

時給1,200円～1,300円
(夜勤1回) 5,000円～



勤務地

ふれあい東戸塚保育園	〒244-0806 神奈川県横浜市戸塚区上品濃16-15	☎045-827-2637
ふれあい大和保育園	〒242-0006 神奈川県大和市南林間9-4-14	☎046-278-3911
ふれあい町田保育園	〒194-0215 東京都町田市小山ヶ丘1-3-10	☎042-798-1121
ふれあい綾瀬保育園	〒252-1103 神奈川県綾瀬市深谷中1-4-13	☎0467-77-5111
ふれあいさがみ野保育園	〒243-0401 神奈川県海老名市東柏ヶ谷2-16-11 セトビル103	☎046-233-5110
ふれあい茅ヶ崎保育園	〒253-0041 神奈川県茅ヶ崎市茅ヶ崎2-1-38 茅ヶ崎ソシエ武蔵館205	☎0467-86-6530

- 夏期休暇（最大3日）の他、各種特別休暇あり
- 医療費補助制度あり（グループ指定の外来・入院・薬局）
- 入職後は充実した研修により、知識・技術の向上が図れます（常勤対象）

株式会社FMC

〒253-0083 神奈川県茅ヶ崎市西久保500番地
☎0467-88-1263

通所リハビリテーションには 介護家族にもメリットが

医療との連携が充実している介護老人保健施設「成和ナーシングプラザ」の通所リハビリテーションを見学し、通って受けるリハビリの効果とメリットについて話を聞きました。

Q.「通所リハビリテーション」(通所リハ)とは、どんな施設なのでしょう？
A. (施設担当者・以下同) 自宅などで在宅生活を送って



理学療法士によるリハビリテーション
＝成和ナーシングプラザにて

いる方が施設へ来所され、医師の指示のもとで理学療法や作業療法など必要とするリハビリテーションを受けます。日帰りで受けるサービスには、施設と自宅の間の送迎からはじまり、食事や入浴、機能訓練、レクリエーション、趣向を凝らした催事などがあり、本格的な身体訓練から楽しいイベントまで、幅広く提供されています。

Q. 要介護のご本人が、成和ナーシングプラザの通所リハを利用することによるメリットを教えてください。
A. 当施設へ通われている時間帯は、常時介護から解放され、時間的余裕の確保につながります。ご家族様が担っている内容の一部にすぎない

ハを利用することによるメリットを教えてください。

A. 理学療法士や作業療法士などをはじめとする有資格者からリハビリテーションを受けることで、体力や日常生活動作能力、身体機能の維持や改善が期待できます。

また、目標を持って訓練に取り組むことで、生活意欲の向上や閉じこもりの防止、人間関係の充実など、社会性の回復も望めます。

Q. ご家族にとつてのメリットはありますか？

A. 当施設へ通われている時間帯は、常時介護から解放され、時間的余裕の確保につながります。ご家族様が担っている内容の一部にすぎない

糖尿病と骨粗しょう症の関係について

成和クリニック・整形外科 成瀬康治 医師

骨粗しょう症に罹患すると骨折しやすくなり、寝たきり率が高くなることが知られています。さらに女性に多い一方、糖尿病患者の多くが骨粗しょう症であることもわかっています。糖尿病と骨粗しょう症について、成和クリニックの成瀬医師のお話を紹介します。

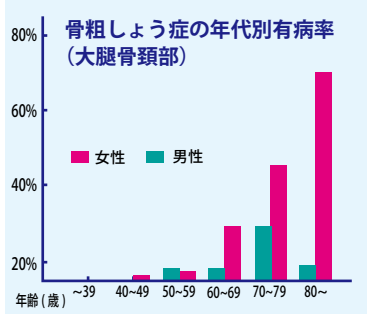
3人に2人が罹患

(成瀬医師)「国民の8人に1人は75歳以上という超高齢化社会を迎え、骨粗しょう症



成瀬 康治 医師

また、男性と女性の骨粗しょう症罹患率は、1…2と女性が高く、60歳以上の3人に2人は骨粗しょう症であると報告されています。骨粗しょう症に罹患すると骨折しやすくなり、寝たきりになるリスクが高まることが知られ、乳がんや食道がんと同等



「骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン」(2015年版)より

の死亡相対リスクが示されています」

糖尿病との関係性

(成瀬医師)「疾患関連性骨粗しょう症としては、生活習慣病をあげることができま

のかもしれませんが、ご家族様のためにも貢献できればと思っています。

Q. 成和ナーシングプラザは、どのような人に適していると思いますか？施設の特徴と一緒に教えてください。

A. 当施設は、医療との連携が充実しているのが特徴です。身体機能の維持や改善のためのリハビリを継続される方や、病院からの退院直後でリハビリが必要な方のほか、家に閉じこもりがちな方のご利用をおすすめしています。

連携医療機関は、大和成和病院(心臓・循環器疾患)、さがみ野中央病院・綾瀬厚生病院(整形・内科・外科系疾患)、成和クリニック(人工透析療法)など。

ぜひ一度、見学にご来所ください。詳細は、下記連絡先へお気軽にお問い合わせください。お待ちしております。

指摘され、その特徴としては、骨密度が比較的高いにも関わらず骨折しやすいたことがあげられます」

高血糖が招く障害

(成瀬医師)「高血糖が続くと、多くのたんぱく質が非酵索性糖化を起して変性し、変性したたんぱく質(最終糖化産物)により多くの病気が起こります。骨組織は多量のI型コラーゲンを含むことによ

って、骨強度を保っており、高血糖条件下ではコラーゲン架橋たんぱく質が変性して骨強度が著しく低下することがわかっています。

また、糖尿病合併症の網膜症や神経障害によって転倒の危険性が高まり、骨折しやす

いことも報告されています」

骨粗しょう症の診断



成和クリニック(大和市西鶴間)
☎046-264-3911

認知症サポーター養成講座

認知症との付き合い方と対処法

湘南医療大学

湘南医療大学は7月28日(土)、第二回公開講座「認知機能の低下とつきあい方」を開催します。時間は午前10時から11時。講師は、同大学・看護学科の牛田貴子教授が務めます。



講師の牛田貴子教授

加齢に伴う認知機能の低下で生じるさまざまな不都合に

手がかりにして、認知機能の低下を感じている本人の立場と家族や周囲の人の立場の両面から考えていく講座です。この公開講座は「認知症サポーター養成講座」を兼ねているので、参加者には認知症サポーターの「オレンジリング」が配布されます。講座のお問い合わせやお申し込み、詳細は湘南医療大学 ☎045・821・0109 (地域連携室) へご連絡ください。

在校生インタビュー

学校の魅力は「指導力」

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校で学ぶ片岡菜さん(作業療法学科)に、同校で作業療法について学ぶ理由について聞きました。

Q. この学科を選んだ理由を教えてください。

A. 母が受けたリハビリを間近で見ても、リハビリの仕事に興味を持ちました。理学療法士と作業療法士でとても迷いましたが、自分が得意とする「ものづくり」が活かせる作業療法士を選びました。

高校2年生までは、違う分野への進学を考えていましたが、資格をしっかりと身につけられることも理由の一つでした。



Q. 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校の魅力を教えてください。

介護福祉士の国家試験対策講座 苦手の筆記試験を克服しよう！

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、2019年1月実施の国家試験「介護福祉士」の受験者(予定含む)を対象とした「筆記試験対策講座」を今秋に開講します。

詳細な内容や個別の質問などは、ふれあい医療福祉研修センターにお電話でお問い合わせください。

介護福祉士 筆記対策講座

日時 10月22日(月)
10月29日(月)
11月5日(月)
各日 12:30~16:30

費用 4,000円 税込
(3回分・テキストは別途)

申込 ふれあい医療福祉研修センター
☎0467-84-0576

月) 12月30分
日) 11月5日
日) 10月29日
日) 10月22日

オープンキャンパスのご案内

夏は湘南から始めよう！

湘南医療大学

■AO入試対策説明会
7月28日(土) 14:00~16:00
■夏のオープンキャンパス
8月10日(金)・11日(土)
10:00~15:00
お問い合わせ ☎045-821-0115

下田看護専門学校

■学校説明会 体験実習あり
7月28日(土) 13:00~16:00
8月28日(火) 13:00~16:00
お問い合わせ ☎0558-25-2211

茅ヶ崎看護専門学校

■学校説明会 模擬授業あり
7月21日(土) 13:00~16:00
■オープンキャンパス
8月4日(土) 13:00~16:00
お問い合わせ ☎0467-86-6011

医療ビジネス観光情報専門学校

■オープンキャンパス
模擬授業
7月14日(土) 10:00~11:30
模擬授業・AOエントリー説明会
7月21日(土) 10:00~12:00

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

■学校説明会
*理学療法学科・作業療法学科
7月21日(土) 14:00~16:30
*言語聴覚学科
7月21日(土) 10:00~12:00
お問い合わせ ☎0467-88-6611

医療ビジネス学科限定・スペシャルオープンキャンパス

7月28日(土) 10:00~12:30
保護者対象説明会
7月29日(日) 10:00~11:30
観光学科限定・お仕事見学会
7月31日(火) 10:00~12:30
お問い合わせ ☎042-744-9711

夏バテ防止に ~夏野菜カレー~



材料

■夏野菜カレー
米(精白米) 70g
豚肉 30g
玉ねぎ 30g
油 5g
ホールトマト 20g
カレールー 15g
ウスターソース 30g
水 80ml
パプリカ(赤) 8g
パプリカ(黄) 8g
オクラ 10g
かぼちゃ 15g
スッキーニ 20g
オリーブオイル 5g

夏野菜の抗酸化作用

パプリカやトマト、オクラなど色の濃い野菜には抗酸化力があります。体内で発生した活性酸素を除去し、病気の原因や身体の老化を防ぐ働きがあります。

監修・調理/管理栄養士 六田律子



健康生活お役立ち新聞

町田・
県央版

2018年7月

No. 19

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



瀬戸口 雅彦 医師
(ふれあい町田ホスピタル)

「心不全で亡くなる人は多い印象があります。」
(瀬戸口医師)「国内の死亡数(循環器疾患)において、癌の次に多いのは心不全です(国内第2位)。心不全の『5年生生存率』は約50%であり、予後についても決して良いものではありません。」

心不全にかかると、治療に長時間を要し、その間の生活にも支障をきたします」
——心不全になったら、QOL(生活の質)の低下は避けられないのですね。
(同医師)「心不全は心臓機能が低下している状態であることは否めません。しかし状態にそった治療は可能です。例えば、当院(ふれあい町田ホスピタル)には専門資格保有のスタッフ『健康運動指導士』がおり、患者様お一人

おひとりに適切な運動療法を提供しております。かつては心不全の患者様には、運動を避ける指導もありました。確かに、心不全の発症直後や、心機能の著しい低下などの不安定な状態で、運動することは大変危険です。しかし、うつ血が改善し、状態が安定した『慢性心不全』を抱える患者様においては、適切な運動療法は効果的であると考えられています」
——心不全の診断と治療

とです。この時、心臓は無理して血液を送り出そうと頑張りますが、こうした状態が続くと心臓はやがて疲れ果ててしまいます。それが原因となって心臓が止まるので、「死因・心不全」とされるケースが多いのです。
予防対策には
このように心不全は一つの病名ではなく、病気(心筋梗塞/弁膜症/心筋症など)や高血圧などで心臓に負担がかかった状態を示す「症候群」なのです。
では、心不全に至らないために、元気なうちから何をしていた方がいいのでしょうか? その一つに「運動療法」があります。運動療法では、心臓の機能改善などの効果が期待できます(上表参照)。必ず正しい方法で効果的な運動を実践するようにしましょう。

について教えてください。
(同医師)「まず、心不全での特有の症状(息切れや動悸など)の問診を実施します。さらに聴診のほか、胸部X線・心電図・心エコー・血液などの検査を行ない、総合的に診断します。
当院では、循環器専門医が患者様それぞれに必要な検査を行ない、各病態にそった治療の提案をしております。
心不全は、何かの原因によって心臓の働きが低下している状態ですので、治療の原則は、この低下させた原因を明確にして、その原因となっている病気を治療することです。お悩みは当院へお越し下さい。」
——お話ありがとうございます。取材協力／ふれあい町田ホスピタル ☎042-798-1121

帯状疱疹などの皮膚疾患はもちろん、目に見える部位すべては、幼児から高齢者まで二一ズに合わせた診療を行なっています。その内容は、日常のスキンケアから入院治療にいたるまで、それぞれの症状に適した医療の提供です。
目に見える部位すべて
皮膚の病気を診察して治療するのが「皮膚科」と認識している人が多いと思いますが、実は「皮膚科」では、顔・体・手足・爪・髪といった「肉眼で見ることができるところ」が対象となります。皮膚は全身の表面を包んでいるので、身体の内側に生じている変化や病気が、表面皮膚に現れている場合も多いのです。それゆえに、皮膚は「全身の鏡」とも言えます。必要に応じた連携(形成外科や他病院など)にも力をいれている同院・皮膚科の外來診療は、月々土曜日にわたって

二 皮膚科のご案内

	月	火	水	木	金	土
担当医 向野 哲	○	○	○	○	特別診察	○
特別診察医 天羽 康之	○	—	○	—	特別診察	—

綾瀬厚生病院 神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16 ☎0467-77-5111

医学講座 参加無料

日程 **7月26日(木) 14:00から**

会場 **綾瀬厚生病院 4階 産・婦人科棟 多目的室**

講師 **向野 哲 医師**

高齢者の皮膚疾患 湿疹から皮膚癌まで

皮膚のトラブルは年齢とともに変化していきます。今回は湿疹皮膚炎、床ずれ、帯状疱疹、皮膚癌など、高齢者に多い皮膚疾患を中心にお話します。皮膚科に通院されている方はもちろん、皮膚疾患が市販薬では治らないとお悩みの方、何かの参考になるかもしれません。

次回予告
8月下旬開催予定

交通のご案内
海老名駅・長後駅・さがみ野駅、相模大塚駅、かしわ台駅より路線バス
綾瀬厚生病院(総務課)
☎0467-77-5111
神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16

慢性心不全に「効果的な運動療法を」

ふれあい町田ホスピタル／瀬戸口 雅彦 医師

生死に直結する「心不全」。慢性心不全の治療に、健康運動指導士による運動療法をとりいれている「ふれあい町田ホスピタル」の循環器内科・瀬戸口雅彦医師に、心不全についてお聞きしました。

心不全にならないための運動療法

その効果とは?

- 運動耐容能の改善
(以前より運動ができるようになる)
- 心臓のポンプ機能などの改善
- 筋肉の機能と筋肉に栄養を送る血管機能の改善
- リラックスした状態をつくる副交感神経の活性化
- 生活の質(QOL)の改善
- 入院が減り、心臓死も減少



死因に多い「心不全」って病名? 不治の病なの??

「心不全」とは病気の名前ではなく、心臓の機能が低下している状態を示す症候群のことです。死因として「心不全」が有名なのは、機能低下後も心臓が血液を送り出そうとして死につながるからです。

ポンプが疲れ果てる

ではないことは、意外と知られていないようです。「心不全」という言葉が示しているのは、心臓に何らかの異常があつて心臓のポンプ機能が低下し、全身の臓器が必要としている血液を十分に送り出せなくなった状態のことです。

帯状疱疹はできるだけ早く 抗ウイルス剤の投与を!

水疱瘡(水痘)にかかったことがある人には、神経に「水痘・帯状疱疹ウイルス」が残っています。これが「帯状疱疹」の発症につながります。
ウイルスが再び活性化
「水痘・帯状疱疹ウイルス」は、加齢やストレス、基礎疾患、過労などで再び活性化すると「帯状疱疹」になります。

ウィルスが再び活性化

帯状疱疹で多い症状は、痛みと発疹です。多くの場合、痛みが先行します。その程度は、かゆみ程度の人もいれば睡眠障害を伴う重度の人もいます。数日後に、痛みと同じ神経に沿って赤い斑点が出現し、初期は蚊に刺されたように見えることもあります。これが次第に小さな水ぶくれとなる

帯状疱疹の症状と経過

- 1 痛み
- 2 赤い斑点(発疹)
- 3 水ぶくれ
- 4 ただれ

出現後、3日以内に抗ウイルス剤を!

痛みのピーク

治療には「抗ウイルス剤」の全身投与(内服または点滴)が行なわれます。外用剤や鎮痛剤を併用することもあります。発疹出現後3日以内が効果的と考えられているので、早期に治療を開始することが重要です。気になる痛みや発疹は放っておかず、医師に診てもらいましょう。

医学講座 参加無料

日程 **7月31日(火) 11:00~12:30**

会場 **ふれあい町田ホスピタル 1階 会議室**

講師 **張 益商 医師**

心臓疾患ってリハビリやっても大丈夫?

心臓の機能が低下した患者様に対して、社会生活を送ることができるように運動療法を施すことが「心臓リハビリテーション」です。心臓に負担を抱えながら運動をしても良いのか?不安をお持ちの方は専門医の話を聞いてみませんか。

次回予告
8月下旬開催予定

交通のご案内
多摩境駅・南大沢駅・相模原駅から無料シャトルバスを運行
ふれあい町田ホスピタル
☎042-798-1121
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8