

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2018年11月

No.31

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



康心会汐見台病院
中田 裕信 医師
(産婦人科 科長)

「出生後の第1日目は、異

生後1日目から

(中田医師・以下同)「小児科は、実は産科にとって、なくてはならない重要な診療科目です。今回は、当院の産科と小児科の関わりについて紹介させていただきます」

康心会汐見台病院では、出産後、乳児の健康チェックは専門的な小児科の医師が行なっています。同院産婦人科で科長を務める中田裕信医師に、産科と小児科の連携体制についてお話をいただきました。

ママ(産科)も赤ちゃん(小児科)も安心の分娩病院

康心会汐見台病院

常の有無に関わらず、全乳児を対象に小児科医が診察をします。出生直後は助産師が診る病院が多いようですが、当院では翌日にも、もう一度小児科医によるチェックを実施しています。その際に、気になる内容があった場合は、さらに重ねて小児科医がチェックし、大切な赤ちゃんの異常を早期発見できる体制を敷いています」

「当院は24時間体制です。で、日中・夜間・休日など関係なく、出生直後から退院まで、緊急時を含めた迅速な対応が可能です。さらにお産を控えている妊婦さんが入院し、出生後の赤ちゃんの異常が予測できる場合には、事前情報共有し、必要があれば小児科医がお産に立ち会い、すぐに対応できるようにしています。小児科医の存在は、出産される妊婦さんやご家族さまに安心感を提供できる当

院の強みとなっています。第1日目の診察のみで終わる赤ちゃんもいますが、実際には黄疸の値が高くなった、心雑音が続くケースもあります。その場合は小児科へ入院して、治療を受けることになりますので、小児科医による診察はとても重要です」

フォロー体制もしっかり



ふれあい横浜ホスピタル
坂本 芳雄 院長

「本院院長／取材協力」『肺炎球菌感染症』とは、肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気を指します。この『肺炎球菌』は、主に上気道の分泌物に含まれているもので、咳やくしゃみで飛沫感染します。高齢者の約3割が、さらに当院では、ベビーマッサージやマタニティヨガ、母親教室なども好評です。で、ご出産の際にはぜひ汐見台病院をご検討ください。■取材協力／康心会汐見台病院 ☎045・761・3581 磯子区汐見台1の6の5



「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

医学講座 参加無料

日時 **11月28日(水) 14:00から**

会場 **ふれあい横浜ホスピタル 2階 会議室**

講師 **ふれあい横浜ホスピタル 長谷川 晃子 看護師 矢野 史子 臨床検査技師**

感染予防最前線 ～毎日の生活に潜む感染症とは～

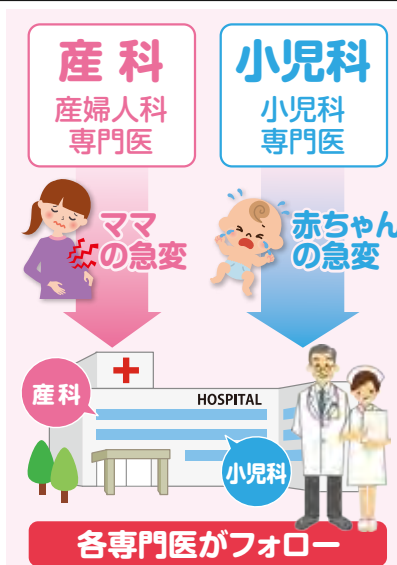
いよいよシーズン到来!インフルエンザとノロウイルスとはどのような感染症なのか、効果的な予防方法や対策についてお話しします。手洗いチェッカーで実演も行なうので、是非ご参加ください!

次回予告

12月26日(水) 14:00から
【講師】鈴木幸枝 ケアマネジャー／増田美奈子 訪問介護員
「介護保険でなにができるの?」



交通のご案内 JR関内駅南口徒歩3分、横浜市営地下鉄伊勢佐木長者町駅徒歩3分
お問合わせ **ふれあい横浜ホスピタル ☎045-681-5101 (代表)**
横浜市中区万代町2-3-3



出産する病院を探す際に、あなたは何を重視して選びますか? 多くの人は、出産に直接関係がある「産科」の充実度をまず確認し、分娩施設としてほしいのが、「小児科」の存在です。産科と小児科は密接な関係にあります。例えば、出産後の乳児の状態確認などには、小児を専門的に診ている「小児科医師」が同じ病院に所属

「退院後の健診(2週間、1カ月、乳幼児など)でも、出産時の担当医師(小児科)がいるという安心感はとても大きいものではないでしょうか?さらに当院では、ベビーマッサージやマタニティヨガ、母親教室なども好評です。で、ご出産の際にはぜひ汐見台病院をご検討ください。■取材協力／康心会汐見台病院 ☎045・761・3581 磯子区汐見台1の6の5

「今年こそ、ワクチン接種で肺炎予防を!」

ふれあい横浜ホスピタル 坂本芳雄 院長

ふれあい横浜ホスピタルの院長・坂本芳雄医師に、高齢者の肺炎予防におけるワクチン接種の重要性について、お話をいただきました。

「5%が、鼻や喉の奥にこれを保菌していると考えられ、何らかのきっかけによって、気管支炎や肺炎、敗血症などの重い合併症を引き起こします」

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

医学講座 参加無料

日時 **11月28日(水) 14:00から**

会場 **康心会汐見台病院 地下2階 会議室**

講師 **康心会汐見台病院 検査科 本間 正史 臨床検査技師 感染制御認定 臨床微生物検査技師(ICMT)**

インフルエンザとノロウイルス ～感染症は予防が大事～

皆さん、インフルエンザやノロウイルスの予防対策はできていますか?流行の時期となり、特に高齢者のインフルエンザは重症化する恐れもあります。今回は、従来と新型のインフルエンザの違いや基本的な予防法のほか、ノロウイルス食中毒の予防法もお話ししますので、ぜひお越しください。



交通のご案内 JR磯子駅、京急屏風浦駅よりバスで「汐見台ストア前」バス停下車徒歩2分
お問合わせ **康心会汐見台病院 ☎045-761-3581 (代表)**
横浜市磯子区汐見台1-6-5

出産だけじゃない! 分娩病院のより良い選び方

女性はお産を終えても、育児という長い道のりが待っています。健診などを含め子育てにおいても、母子と病院は切り離せない関係です。そう考えると分娩病院を選ぶ際には、小児科の有無も確認すべきでしょう。

子育ての方が長い

出産する病院を探す際に、あなたは何を重視して選びますか?

多くの人は、出産に直接関係がある「産科」の充実度をまず確認し、分娩施設としてほしいのが、「小児科」の存在です。産科と小児科は密接な関係にあります。例えば、出産後の乳児の状態確認などには、小児を専門的に診ている「小児科医師」が同じ病院に所属

「退院後の健診(2週間、1カ月、乳幼児など)でも、出産時の担当医師(小児科)がいるという安心感はとても大きいものではないでしょうか?さらに当院では、ベビーマッサージやマタニティヨガ、母親教室なども好評です。で、ご出産の際にはぜひ汐見台病院をご検討ください。■取材協力／康心会汐見台病院 ☎045・761・3581 磯子区汐見台1の6の5

「本院院長／取材協力」『肺炎球菌感染症』とは、肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気を指します。この『肺炎球菌』は、主に上気道の分泌物に含まれているもので、咳やくしゃみで飛沫感染します。高齢者の約3割が、さらに当院では、ベビーマッサージやマタニティヨガ、母親教室なども好評です。で、ご出産の際にはぜひ汐見台病院をご検討ください。■取材協力／康心会汐見台病院 ☎045・761・3581 磯子区汐見台1の6の5

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

「本院院長」『肺炎球菌による感染症を防ぐために日本では、2014年から65歳以上を対象に、少ない自己負担額で『肺炎球菌ワクチン』の接種が受けられるようになりました(対象者は毎年異なる)。当院でも肺炎球菌ワクチンの接種を実施しておりますので、ご希望の方はお気軽にお問合せください。』

ヒルズ東戸塚の通所リハビリテーション

自宅で抱える問題を実際に確認し スタッフがリハビリ立案

介護老人保健施設「ヒルズ東戸塚」の通所リハビリテーションでは、通いでリハビリテーションを受ける利用者に対して、在宅（自宅など）で充実した生活を送ることができるよう目標とした訓練を行なっています。

自然に囲まれた環境で

小高い丘の上に位置する



専門知識と技術を有したリハビリスタッフ

「ヒルズ東戸塚」は、紅葉の彩りが豊かな木々に囲まれた明るい環境にあります。景観を楽しみながらリハビリテーションに打ち込むことができ、さらに広々とした室内空間と、外を望める大きな窓で施設には開放感があります。

利用者ごとに異なるリハビリ施設スタッフは次のように話します。「在宅生活において、『自分でできることを増やしたい』『今の体力を維持したい』『家族の介助負担を減らしたい』とお考えの方またはそのご家族さまのご相談をお受けしています。例えば、杖を使用してお歩

ていただきます。施設スタッフは、送迎車にも同乗し、実際に自宅の問題点などもチェックするので、具体的な目標を設定したリハビリテーションの提供ができています。

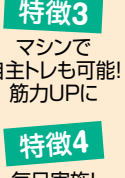
ヒルズ東戸塚 通所リハビリテーション



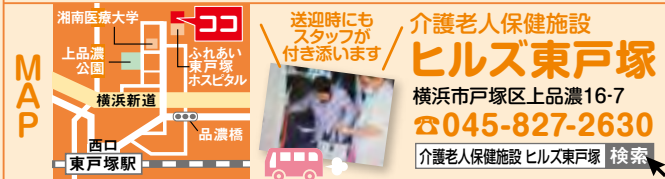
車椅子通行もゆったりの
広大なデイルーム



お一人おひとり完全個別の
リハビリテーション



毎日実施!
楽しい
レクリエーション



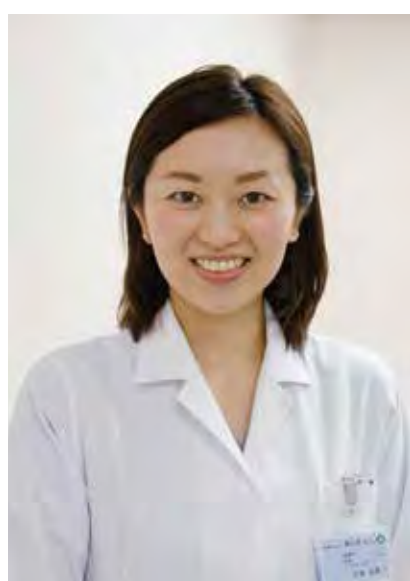
シニアホテル東戸塚サウスウイング 住宅型ホームでも、介護面の心配なし！

住宅型有料老人ホーム「シニアホテル東戸塚サウスウイング」は、JR東戸塚駅徒歩15分（戸塚区上品濃16の15／無料シャトルバス運行）の閑静な住宅地に建っています。

選べる生活空間・介護ケア
一人用居室（タイプA／24.8㎡、タイプB／27㎡）は月額利用料22万2017円（食費込）。夫婦部屋やコネクトルーム（タイプC／46.4㎡）もあり、全居室が浴室・トイレ付き。各フロアの「多目的ルーム（デイルーム）」で入居者同士でカラオケや麻雀、将棋などが楽しめる娯楽スペースがあります。

介護が必要になっても、退去や転居の必要はなく、原則的に入居時の部屋で生活を続けられます。専属の介護スタッフが365日24時間体制で常駐（日中は看護師も常駐）しているので安心です。介護サービスは、介護保険の自己負担分（1〜3割負担）を使っ

生活面も丁寧にアドバイス 優しく接する小児科医



小泉 友希 医師
(こいずみ ゆき)
康心会汐見台病院
【小児科】

〇…先月（2018年10月）、康心会汐見台病院に着任しました。「当院は、医師と看護師の連携が密接に行な

われています。看護師は医師の指示をもちろなく、その対応力やスキルも高いベテランスタッフが多いので、治療時以外にも細かく診て、考

て業務についてくれています。医療スタッフ間で理想的な『ギブ・アンド・テイク』が構築されている病院です。〇…父母ともに医師である環境で育ち、「医師という職業に、幼い頃から敬意を感じていました。やりがいをもつて両親が日々仕事に邁進している姿や、職務内容に誇りをもっていることに、『私もこうなりたい』と自然に思うようになりまし

た。〇…現在は、熱性痙攣や胃腸炎、喘息、肺炎、川崎病などで入院中の小児患者を診療する「病棟医」のほか、月5回程度の「当直医」として日々尽力しています。「夜間の救急外来（小児科）のほか、分（産婦人科）にも「小児科医」として立会うことがありますが、意外と小児科医は体力勝負なので、休みの日には大好きなお肉を食べて、体力を維持しています」とニコリ笑いました。

入居は、概ね65歳以上の「自立」から「要介護5」の方まで。病院（東戸塚ホスピタル）や老健（ヒルズ東戸塚）が隣接しているので、医療・介護においても専門性の高い内容（人工透析治療、理学療法士による身体機能回復のリハビリテーションなど）を、必要

医療の心配も不要

身体機能の向上に専門スタッフ

医療グループが運営する老人ホームなので、リハビリの国家資格をもつ理学療法士などがホームに来て、病院と同じようなリハビリを実施します。

さらに常駐する看護師は、起床・歯みがき・食事・歩行などの日常生活における全ての動作を評価し、できる範囲でご自身で行なってもらい、「行き過ぎた介護」をさせて入居者の身体機能を維持・向上させるスキルがあるスタッフがそろっています。まずは、1日1組限定の「個別見学会」で施設の雰囲気を感じてみてください。

朗報！有料老人ホーム「ナーシングローズヴィラ鎌倉」 大人気だった見学会を11月も開催！

小規模の利点を活かし“いつも誰かがそばにいる”という安心の雰囲気
に定評がある介護付老人ホーム「ナーシングローズヴィラ鎌倉」は、
10月に大好評だった「個別見学会」を11月にも開催を決定しました。



2室空きあり!
(19.12㎡・33.62㎡)
*2018.10月時点

入居
対象

おおむね65歳以上の「自立」～「要介護5」の方まで
体験入居は最大14泊まで
…現在、1泊8,640円(3食付)のキャンペーン中!

申し込み・問い合わせ

介護付有料老人ホーム
ナーシングローズヴィラ鎌倉
☎0467-42-8666



ACCESS
鎌倉市上町屋733-1
湘南モノレール「湘南町屋駅」
から近い、歴史と自然の街・
古都鎌倉ならではの環境

個別見学会 事前申込み券

※お電話申込み専用券です
※11/23(金・祝)～12/9(日)まで
※各日13時から
※先着1組様限定のため、定数に
達した時はご了承下さい



ふれあい鶴見ホスピタルで// 看護師、リハビリ・セラピスト「職場体験」

看護師やリハビリテーションセラピストに興味のある中高生を対象に、「一日職場体験」を実施しています。

体験の様子



将来の夢に向けて考える
良い機会になります!
職場体験は随時受付中です。
日時・人数など、お気軽に
ご相談ください!

病院内の各部署の見学や患者さんの
疑似体験、看護師・リハビリテーション
セラピストに同行して業務の体験を
実施しました。

参加した生徒さんはとても一生懸命に
取り組み、「今回の体験で看護師さんや
セラピストさんの重要な役割を知ること
ができました」「多くの医療スタッフで
患者さんを支えていることがわかりまし
た」などの感想をいただきました。

体験参加校様 ● 城郷高等学校 ● 白山高等学校 ● 元石川高等学校 ● 鶴見中学校
ふれあい鶴見ホスピタル
鶴見区東寺尾4-4-22
☎045-586-1717(担当:牛島・畑山)
http://www.fureai-g.or.jp/tsu/

介護保険制度を本当に理解してますか？

誰もが安心の老後のために
現在、急速に高齢化が進んでいます。日本では介護を必要とする人は増加していく一方で、少子化・核家族化などによって家族だけで介護を行うことは困難な状況です。

こうした時代背景から、2000年に「介護保険制度」は誕生しました。介護が必要なたくさんな状態になっても、誰もが安心して生活できるように、社会全体で「日本の介護」を支えることになったのです。

介護保険の実施主体は、各市町村です。各市町村は保険者として、保険料と公費を財源に介護保険事業を運営しています。介護保険で受けられるサービスは、大きく「施設サービス」と「居宅サービス」に分かれ、さらに2006年からは「介護予防サービス」なども加わりました。

申請から始まる

介護サービスの利用には、保険者である各市町村の窓口で、「要介護認定」申請の手続きを行わなければなりません。申請には「居宅介護支援事業所」や

納得のいくケアプランを自分で作成するのもよいですが、専門家（ケアマネジャーなど）への相談や、アドバイスを受けることはとても重要です。居宅介護支援事業所などにいるケアマネジャーのお話を、一度は聞いてみることをおすすめします。

専門的な助言は大事

医療ビジネス観光情報専門学校相模原市は、来年（2019年）4月に新しく「介護福祉学科」を開校します。介護福祉士の育成を目指すこの新学科では、「進学したいけれど学費が…」といった経済的な不安を抱える入学者に対して、「介護福祉士修学資金立替制度」を設けています。これは同校が所属する

医療・福祉に特化した「ふれあいグループ」が、最大187万円（学費2年間分全額）を立て替えるもので、卒業後にグループ系列の病院や施設に就職することで、5年間に返済（給与天引き・無利子）する機会を設け、学費を心配せずに学業に専念できる環境を提供する制度です。

同校では12月15日（土）にオープンキャンパスを開催（年内ラスト）。介護福祉や医療事務に興味のある方は、一度足を運んでみて！
■医療ビジネス観光情報専門学校 042-744-9711
■下田看護専門学校 0558-25-2211

「介護のことは私たちプロにお任せを」

ふれあい横浜居宅介護支援センター

区内にある「ふれあい横浜居宅介護支援センター」では、医療に詳しいケアマネジャーが、介護の相談を受けたり、介護サービスの利用についての申請代行や内容の提案などを行なっています。

|||||

（ふれあい横浜居宅介護支援センター所属のケアマネジャー）「介護保険を使って介護サービスを受けたい方

は、当センター（ふれあい横浜居宅介護支援センター）にご相談ください。

・家族に介護が必要
・介護保険を利用したい等
このようなご相談（ご本人またはご家族から）をお受けし、提案やアドバイスで在宅支援を行なっております。

また、ご利用者さまの心身状態やご家庭状況に応じて、次に代表されるサービスが適切にお受けできるケアプランを、総合的な観点から作成し、ご希望にそった内容を提供しています。

ケアマネジャーは『介護支援専門員』ともいい、介護の専門家です。介護スタッフだけでなく、医療従事者や福祉用具専門相談員などが介護を

実施するチームにおいて、ケアマネジャーはリーダー的な役割を果たします。

|||||

訪問看護
訪問介護
通所リハビリテーション
ショートステイ等

医療に強いケアマネが所属（同ケアマネジャー）「当センターに在籍しているケアマネジャー（3名）は、上記にあげた内容のほか、要介護認定の申請代行なども行なっています。

ケアマネジャーは『介護支援専門員』ともいい、介護の専門家です。介護スタッフだけでなく、医療従事者や福祉用具専門相談員などが介護を

実施するチームにおいて、ケアマネジャーはリーダー的な役割を果たします。

ケアマネジャーは『介護支援専門員』ともいい、介護の専門家です。介護スタッフだけでなく、医療従事者や福祉用具専門相談員などが介護を

|||||



同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

同センターのケアマネジャー

健康生活お役立ち新聞

横浜版

2018年11月

No.31

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



股関節のX線写真
赤丸のところに骨折がみられる

ふれあい鶴見ホスピタル
「整形外科」外来は、坂巻副院長と田口医師のほか、非常勤医師4名が担当し、日曜・祝日を除く毎日、診療を行っています。

慢性疾患から専門治療まで幅広く対応

ふれあい鶴見ホスピタル（整形外科）では、関節痛や骨粗鬆症などの慢性疾患、脊椎に関するトラブルなど、整形外科疾患全般の診療を行っています。さらに副院長が担当する股関節の専門外来もあります。

◇代表的な疾患
脊柱管狭窄症／変形性膝関節症／腰椎すべり症／腰椎圧迫骨折／骨粗鬆症*1／股関節脱臼など*2
◇主な治療内容
痛み止めの内服治療／湿布薬での治療処置／膝関節内の注射治療など
*1：骨粗鬆症
定期的な骨質を強くする注射治療を行ない、骨密度測定にX線検査を実施。

転倒や運動などによる軽度の骨折や捻挫は、X線のほかMRIなどを含めた検査により確実な診断・治療を行います。
*2：「股関節」専門外来
木曜日13時30分～15時
同院で副院長を務める坂巻豊教医師が担当し、股関節脱臼／ペルチス病／大腿骨頭壊死症などの疾患を、専門的に診察。対象は、小児から高齢者まで。

整形外科 担当医(常勤)

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～12:00	●	●	●	●	●	●
午後 13:30～16:30	—	—	—	● [股関節]専門外来	●	—

坂巻 豊教 副院長
さかまき とよのり
田口 英 医師
たぐち えい

ふれあい鶴見ホスピタル 横浜市鶴見区東寺尾4-4-22 ☎045-586-1717(代)

完全予約制 ふれあい東戸塚ホスピタル **インフルエンザ予防接種**

大人(高校生以上)*1	一般	友の会会員*2	65歳以上*3
	3,200円	2,500円	2,300円

*1 接種日時：月～土曜日 10:00～11:00、15:00～16:00 (火曜日のみ11:00～12:00、15:00～16:00)
*2 ふれあい健康友の会 入会資格6歳以上・当日即日入会可能・現在、入会金無料キャンペーン中!
*3 横浜市在住の方 (各自治体で公費負担額などが異なります。)

予約・問合せ
ふれあい東戸塚ホスピタル
☎045-827-2637
(日祝除く 8:30～16:30)

当院ではインフルエンザワクチンの接種を開始しました。II上表参照。予約制ですので、お電話(☎045・827・2637)、または当院HP(<http://www.fureai-g.or.jp/h-hosp/>)、あるいは受付窓口でお申込みください」と話しています。〈取材協力〉

戸塚区上品濃にある「ふれあい東戸塚ホスピタル」で11月27日(火)13時30分から、一般向けのインフルエンザ講座「インフルエンザ予防について～どうすれば防げる!?～」が開催されます。参加無料(事前申込み不要)。講師は松井稔医師(ふれあい東戸塚ホスピタル・総合診療科)。

この医学講座は毎月、現役の医師が医療や医学について市民向けにわかりやすく解説している人気の無料講座です。11月の内容は、流行シーズンが到来する「インフルエンザ」について、毎年患者を診察している松井医師が、予防対策などを紹介します。松井医師は「医学講座で詳しくお話しますが、一般的なインフルエンザの予防には、手洗い・うがい・マスクの着用などがごさいいます。しかし、最も有効なのはワクチン接種です。抗体をつけることで、インフルエンザにかかりにくくなり、発病率や死亡率を下げるができます。」

現場の医師が生解説
「インフルエンザ、どうすれば防げる!?」
11月27日、東戸塚ホスピタルで

医学講座 参加無料

日時 **11月27日(火)13:30～14:30**
会場 **ふれあい東戸塚ホスピタル 2階 会議室**
講師 **松井 稔 医師**

インフルエンザ予防について ～どうすれば防げる!?～

高齢になればなるほど、インフルエンザは重症化する傾向にある恐ろしい疾患です。さらに合併症を招くと、最悪の場合、死に至ります。そんなインフルエンザの予防方法を、当院の松井医師が分かりやすく説明いたします。

次回予告
12月19日(水) 13:30～14:30
【講師】総合診療科 織本健司 医師
「再生医療の過去・現在・未来」

交通のご案内
東戸塚駅西口より無料シャトルバス運行(13時00分、15分、30分)
お問合わせ **ふれあい東戸塚ホスピタル ☎045-827-2637(代表)**
横浜市戸塚区上品濃16-8

転倒骨折の場合

原因
神経系の加齢変化
筋力・筋肉量の低下 など

診察
整形外科で
●X線
●CT、MRI検査 など

治療
手術療法
または保存療法
↓
長期固定で「寝たきり」になる人も!

高齢者の骨折は、骨強度の低下によって起こる「脆弱性骨折」が多く、大腿骨頸部や胸腰椎、上腕骨頸部などの骨が原因で転倒しやすくなっているのです。

転倒の原因

- 運動神経細胞数の減少などによって次の内容を招き、転倒の危険性が高まります。
- ▽神経系の加齢変化
- ▽筋力・筋肉量の低下
- ▽視力の衰え
- ▽薬の副作用 など

骨折の診断

転倒などで痛みや変形をうったえた場合、多くは整形外科でレントゲン(X線)撮

骨折治療では、病変部を長期固定する必要があるため、日常生活に大きな支障が出ます。特に下半身の骨折をきっかけにして、寝たきり生活になる高齢者が増えています。

生活への影響

手術をした場合(手術療法)には、術後早期からリハビリを実施することで、機能回復の回復をはかります。手術をしない場合(保存療法)、骨折部が安定するまで安静を保つ必要があります。

花粉症(アレルギー性鼻炎)の人の場合

花粉

普通の人の場合
防御力

インフルエンザウイルス
防御力低下

花粉症などの「アレルギー性鼻炎」を持つ人にもつ人は、そうでない人に比べてウイルスの防御力が低下しているため、インフルエンザウイルスにも感染しやすく、さらに感染するウイルスの量も多くなるので重症化しやすいと考えられています。

アレルギー性鼻炎をもつ人がこれからの時期に38度以上の高熱が出たら、インフルエンザをまず疑い、速やかに医療機関を受診しましょう。

医学講座 参加無料

日時 **11月21日(水)13:00～14:00**
会場 **ふれあい鶴見ホスピタル 1階 会議室**
講師 **石井 映幸 副院長**
日本脳神経外科学会専門医

認知症予防の基礎知識 ～転ばぬ先の杖～

皆さん、本当に効果のある認知症の予防法をご存知ですか?今回は、当院で「物忘れ」専門外来を担当している副院長の石井映幸医師(脳神経外科専門医)が、認知症予防の基礎知識についてわかりやすく解説します。

次回予告
12月20日(木) 13:00～14:00
【講師】検査科 大道寺桂子 臨床検査技師
「インフルエンザ対策～インフルエンザウイルスの正体と予防法～」

交通のご案内
JR(京浜急行)新子安駅より無料シャトルバス運行(約5分)
お問合わせ **ふれあい鶴見ホスピタル ☎045-586-1717(代表)**
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22

高齢者の骨折は突発的ではない! 原因を知って対策を

高齢者が骨折すると、その治療によって日常生活に支障がでるだけでなく、骨折をきっかけとして「寝たきり」になってしまう恐れがあります。骨の状態や転倒リスクを知り、骨折を注意していきましょう。

しかし、「変形が軽度」「転倒をとまなわれない」「認知症により、疼痛の有無がはっきりしない」など、診断が困難な症例では、CTやMRI検査で確定診断を行なうこともあります。

骨折の治療

手術をした場合(手術療法)には、術後早期からリハビリを実施することで、機能回復の回復をはかります。手術をしない場合(保存療法)、骨折部が安定するまで安静を保つ必要があります。

花粉症の人は、インフル嚴重注意!!

インフルエンザの流行ピークである1～3月は、花粉が飛び交う時期でもあります。花粉症を抱える人は、この時期の体調不良は、インフルエンザによるものなのか、それとも花粉症なのか、または、ただの風邪なのか、ということが毎年悩んでいるのではないのでしょうか。

実は、花粉症を抱えている人は、一般の人よりもインフルエンザにかかりやすいという報告があります。

インフルエンザ予防の基本

- 1 予防接種を受けましょう
- 2 うがい・手洗い・マスクの着用をしましょう
- 3 規則正しい食事で腸内環境を整えましょう
- 4 十分な睡眠をとりましょう
- 5 日頃から適度な運動を心掛けましょう