健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2019年1月
No.25
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

動脈硬化で足の切断も！怖い「末梢動脈疾患」とは

心臓・脳の病気も併発

「末梢動脈疾患（以下、PAD）」とは、心臓の血管あるいは脳の血管を除く体中の血管「末梢血管」に生じた動脈硬化によって、主に足や手に十分な量の血液が行きわたらなくなってしまう疾患です。重度の動脈硬化がもたらすものです。

そのため、PADのうち、狭心症や脳血管障害を合併している確率は、およそ60～70％にものぼります。

足や手に十分な血液が行きわたらなくなると、しびれや冷感、間歇性跛行（少し歩くと足が痛くなる）、安静時疼痛（休息時でも足が痛む）などの症状が現れます。

さらに進行すると、壊疽（えそ）や潰瘍ができてしまい、足の切断に至る場合もあります。

治療は、血管が狭くなっている部分を広げる「カテーテル治療」が行なわれることが多くなってきています。

簡単な検査でわかる

PADの診断には、ABI検査が実施されます。この検査は、足首と腕の血圧を同時に測定する検査です。正常な数値は、腕と足首の血圧は同等、または足の方がやや高くなります。しかし動脈硬化によってその血管に狭窄や閉塞があれば、その部位（腕または足）が低い数値になります。

この簡便なABI検査は、残念ながら一般的な健康診断の項目には含まれていないことが多く、オプションや病院の外来で受ける必要があります。

動脈硬化は多くの病気を引き起こす病気の根源です。血液の状態や手足、歩行に不安をもつ人は、是非一度受けてみるとよいでしょう。

末梢動脈疾患（PAD）の治療法と予防

大和成和病院・循環器内科　土井尻 達紀 副部長

動脈硬化によって起きる病気の一つが「末梢動脈疾患」で、手足の血流が悪化して切断することがあります。大和成和病院の循環器内科・土井尻達紀医師に、この病気を解説していただきました。〈取材協力〉

大和成和病院
循環器内科 副部長
土井尻 達紀 医師

（以下、土井尻医師）「末梢動脈疾患（PAD）の治療は、大きく2つに分かれます。

▽非血行再建

薬物療法と運動療法があります。薬物療法では、服薬で足の血流の改善を促します。運動療法では、歩くことで手足の血流改善を目指します。

▽血行再建

詰まっている血管を広げたり、バイパスを用いて足の先に血液を流すといった〈血流の悪化を根本から治療する〉方法です。ここ数年でカテーテル治療に関する医療機器の開発が発達している背景もあり、当院では、このPADに対してカテーテル治療を積極的に実施しています。

◇具体的な治療内容

まず病変箇所（血管が狭くなっているところ）へ向けてカテーテルを挿入し、ガイドワイヤーで病変部の先まで通します。このワイヤーに乗っている『バルーン』で閉塞部を押し広げ、血液が流れやすい状態にします。場合によっては、これに加えて『ステント』を留置することもあります。この治療時間は、およそ30分～2時間程度です。

◇予防・再発防止のために

PADに限ったことではありませんが、人間の健康にとって〈動脈硬化を抑える〉ことはとても大切です。

このために重要なのは、生活習慣の改善です。塩分・脂質を控える／血圧を抑える／油物を控えるなどの健全な食生活や適度な運動が、動脈硬化を抑えるために有効であるとされています。喫煙もPADのリスクになります。ニコチンは末梢の血管、つまり手足の先の血管を収縮させて血流を低下させますので、たばこは控えましょう。

治療は大事ですが、それ以前にこの病気にならないための予防や、なってしまった方は再発を防ぐ重要性を認識しましょう。

治療や予防の相談などは、お気軽に大和成和病院をご受診ください」。（大和成和病院☎046・278・3911）

実はすごく怖い「四十肩・五十肩」！

「四十肩・五十肩」は正式には、「肩関節周囲炎」という病気です。40～60歳代で発症しやすく、肩が痛み、動きが制限されてしまいます。ひどくなると夜間に目が覚めてしまう程の痛みをともない、腕が上がらず、日常生活に大きな影響が出ます。

「肩関節周囲炎」を含めたリハビリテーションを行なっている理学療法士・栗澤高輝さん（さがみ野中央病院・リハビリテーション科所属）のお話を紹介します。〈取材協力〉

（栗澤さん）「**『四十肩・五十肩』と呼ばれる『肩関節周囲炎』で怖いのは、治るまでの長さです。**1年以上かかることは珍しくなく、その間の不自由さを想像するとゾっとしますよね。このように『四十肩・五十肩』といっても、甘くみてはいけません。

発症の原因として、普段の姿勢や運動不足があげられます。いわゆる『猫背』である頭が体より前に出ている姿勢は、要注意！デスクワークや家事で、気づかないうちにあなたも猫背になっているかもしれません。意識してその都度、体の姿勢をなおすことが大切です。ラジオ体操などの運動習慣も予防になります。

治療の中心となるのは、私たち理学療法士も関わるリハビリテーションです。**肩の重さや違和感、痛みなど初期症状は様々**なので、おかしいと思ったら早めに整形外科を受診し、リハビリを受けましょう。

さがみ野中央病院では月～土曜日まで、整形外科の外来でリハビリテーションに関する受診が可能です。特にリハビリでは、私を含めた国家資格をもつセラピストが施術するので是非ご来院ください」。

さがみ野中央病院
☎046-233-5110
海老名市東柏ヶ谷6-20-20
栗澤 高輝 理学療法士

倉田院長連載②

病院へ直行すべき心臓病の症状

取材協力　大和成和病院

◇◇◇◇◇◇ 循環器専門病院・大和成和病院の院長・倉田篤医師が、心臓に関係する病気や症状で注意すべき内容を解説します。 ◇◇◇◇◇◇

※前号から続く連載記事

（前号から続く／以下、倉田院長）次の症状も重要です。

(3)呼吸困難

心臓は肺で酸素を得た血液を、全身に送る〝ポンプ〟です。ポンプ機能が低下すると、うっ滞した肺静脈が末梢気管支を圧迫し、気管支喘息によく似た「喘鳴（ぜんめい）」を生じるようになります。この心不全による呼吸困難を「心臓喘息」といいます。

肺血流のうっ帯により肺が拡張しにくくなると、頻呼吸になって息切れを自覚します。坐位になると静脈還流量が減少し、前負荷が軽減するので呼吸が楽になることから、心不全患者さまのこの坐位体勢を「起坐呼吸（きざこきゅう）」と呼んでいます。「臥位になると呼吸が苦しくなる」「息苦しくて眠れない」「就寝後、数時間で呼吸困難で目が覚める」などは、心不全を示唆する症状なので注意が必要です。

(4)めまい・失神

この原因は、心臓病（特に不整脈）／脳循環障害／内耳の病気／てんかんなど幅広く、症状や経過からだけでは確定診断ができません。

しかし「胸の中がドキドキする」「脈が飛ぶ・急にトクトクと速くなる」などは、不整脈の可能性があります。不整脈には、危険なものとあまり危険でないものがあり、これが原因で急に心拍出量が下がり、脳や内耳の血流低下が起こると、めまいや失神を生じます。めまいや失神は、心臓病が潜んでいる可能性があるので、その専門評価が必要です。〈前号より倉田院長談〉

倉田 篤 院長
（心臓血管外科）
大和成和病院
☎046-278-3911

医学講座 参加無料

日時 **1月30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 **辻 麻衣子 医師**

心臓にできる腫瘍について ～気になる症状とその治療法～

「腫瘍」と聞くと、何を思い浮かべますか？多くの方は「肺や胃にできるがん」をまず考える方も多く、また大きな病気として構えてしまうものではないでしょうか。

今回は、心臓の中に腫瘍ができる「心臓腫瘍」について、症状や治療法を分かりやすく説明します。

アクセス　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

次回予告
2月27日（水）開催

お問合せ　大和成和病院
☎046-278-3911（代表）
神奈川県大和市南林間9-8-2

医学講座 参加無料

日時 **1月25日（金）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 薬剤科 **宮田 由紀 薬剤師**

インフルエンザ対策 ～予防から治療までのお薬について知ろう！～

毎年冬に猛威を振るうインフルエンザウィルス。治療薬の種類も増えてきました。予防薬としてのワクチン接種から治療薬の使用方法まで、薬を使った有効なインフルエンザ対策について、当院の薬剤師がお話します。

アクセス　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

次回予告
2月下旬開催予定

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

「住み慣れた自宅・地元で過ごしたい」を叶える あやせ訪問看護ステーション

綾瀬を中心とする神奈川県の県央地域で、訪問看護サービスを提供している「あやせ訪問看護ステーション」。そのサービス内容や訪問対象、利用の仕方などについて、所長の塩原延子看護師にお話を聞きました。

――そもそも訪問看護とは、どのようなものですか？

（塩原所長）「病気や障害をもち、ご家庭で療養生活をされている方々のお宅に看護師が訪問し、主治医の指示の下で必要な医療処置や看護ケアを提供するものです」

――看護ケアの内容を教えてください。

（塩原所長）「主な看護の内容は、次の通りです」

▽病状の観察と助言
▽日常生活の援助（栄養・排泄・清潔など）
▽医師の指示に基づく医療的な処置（褥瘡・胃瘻・留置カテーテル・気管カニューレ・在宅酸素・人工肛門などの管理、リハビリ）
▽薬の飲み方と管理
▽精神的支援
▽終末期のケア

※主に延命を目的とするものではなく、医療的処置・緩和ケア・精神的な面を重視した支援。

朗らかな看護師が多く所属している

――訪問対象は、高齢者だけですか？

（塩原所長）「いえ、乳児から高齢者までが対象です。当ステーションの特徴は、幅広い年齢層の患者さまやそのご家族が、住み慣れたご自宅・地域で安心して在宅療養ができるように、24時間体制で支援していることです。経験豊富な看護師がご家庭を訪問し、看護ケアを提供します。

また、不安や心配ごとなども、看護師がご本人さま・ご家族さまと一緒に考え、より良い解決策を提供していきます。母体である『綾瀬厚生病院』を中心とする医療機関と連携しながら、在宅療養を継続できるようにお手伝いさせていただきます。

病院を退院する前から、在宅療養に不安を感じている方も、是非ご相談ください」

――綾瀬厚生病院から受けられる支援には、どのようなものがありますか？

（塩原所長）「訪問サービスのご利用者さまが、急な診察や治療、検査が必要になった場合に、綾瀬厚生病院で緊急受診（救急搬送）が可能です。

また、ご家族の都合による『レスパイト入院』も可能です。地域の基幹病院ですので、そのほかの手厚いバックアップが期待できます」

――訪問看護サービスを利用するには、まずはどうすればよいですか？

（塩原所長）「当ステーションに直接お電話などでご相談いただくか、かかりつけ医や担当ケアマネジャーにご相談ください。

当ステーションでは、医療保険・介護保険の両方に対応しておりますので、寝たきりや脳卒中後遺症などでリハビリが必要な方、認知症を抱えている方など、幅広い方を対象にした訪問サービスを提供しています。ご相談をお待ちしております」

――お話、ありがとうございました。

〈取材協力〉
あやせ訪問看護ステーション
☎0467・78・1132

ドイツでの豊富な経験を還元 「どんなことも的確に対応したい」

この「人」に聞く

関 宏 医師
（せき ひろし）

大和成和病院
【心臓血管外科】

外科専門医　麻酔科標榜医
心臓血管外科専門医
日本周術期経食道心エコー認定医
ドイツ医師免許（心臓外科専門医、集中治療専門医）

○…『悪いところを治す』ということに限った治療ではなく、年齢や持病、体質などもトータルに考えて、患者さまとご家族さまにとって、本当の意味での『適切な治療』を大切にしています。治療方針を一方的に示すのではなく、ご希望やお考えも十分に考慮したいと思っています」。

大和成和病院の心臓外科病棟長として、カンファレンスから回診などをはじめとする病棟内の全体調整役を担っています。そのほか、毎週㈭午前と第2・4㈭午後の外来診療や、冠動脈バイパス手術、人工血管置換術、僧帽弁形成術などを執刀。集中治療室室長でもあり、ICUで迅速な指示や対応も行なっています。

○…3年前までドイツの心臓病センターで〝武者修行〟をしていた関医師。「ドイツのライプチヒは、心臓病に関するあらゆる治療組織や機能、人材が集約されている地域で、心臓手術件数は年間3500件にも上ります。日本では少ない症例も担当する機会が多くなり、手術の腕をあげるだけでなく、幅広く対応できる外科医になるためのキャリアアップのために渡欧しました」。この7年間に、現地で専門医（心臓外科、集中治療）も取得。ドイツ帰りでも、この資格を有する医師はそう多くありません。

○…帰国後、多くの経験が役立っているといいます。「当院は循環器専門病院として、日本有数の手術件数をあげています。その中で、ドイツでの経験を活かして『どんなことが起きても冷静に対応する』という信念の下、日々治療にあたっています」。主な大病院では外来診察と執刀医、病棟担当医が異なりますが、同院では外来から執刀・病棟・退院後の診察まで、同じ医師が担当します。「チーム医療でも一人ひとりの意見を反映しやすく、患者さまにとってより良い医療環境だと思います」。頼れるしっかりとした言葉で話しました。

介護付有料老人ホーム
シニアレジデンス町田

老人ホームで実際のランチが食べられます♪

食事例

日時　1月19日㈯～31日㈭
各日午前11:00～（注）事前予約が必要です。

内容　シニアレジデンス町田の館内を見学しながら、高齢者施設の違いなどを学んでいただきます。その一環として当日、入居者に提供しているメニューと同じ食事を召し上がっていただきます。

申込　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

シニアレジデンス町田

医療・プライベート充実の老人ホーム

食事付き見学会で体感を

高齢者に「住みやすい」と人気の介護付有料老人ホーム・シニアレジデンス町田。入居者にその理由を聞きました。※感想には個人差があります。

予防接種もホームで受けられる

「階下に病院」という安心感

（入居者Aさん）「なんといっても、入居を決めた理由は、階下に協力病院『ふれあい町田ホスピタル』があること。日々の診察にこの病院を利用するほか、急な入院や体調変化にも、同じ建物内を移動するだけなので安心です。人工透析を続けている他の入居者さんもいるし、病院からはリハビリ専門の療法士さんが来て、本格的なリハビリテーションも受けられるので、とても楽です」。

集団リハビリは楽しく実施されている

入居前から相談対応

（入居者Bさん）「そうよね、私は今はおかげさまで日常的な通院はしていないけれど、必要に応じて老人ホームの担当医が往診してくれるので、常に安心感があります。入居前にも面談や健康相談があって『頼りになるなぁ』と思っていました」。

暮らしやすい生活空間

（入居者Cさん）「私はこの広大な多摩丘陵地帯に立っていることが気に入っています。近くには有名珈琲店や大型ホームセンターもあり、私たちは夫婦で入居しているので、一緒に出かけて以前と変わらない暮らしを維持できる環境がいいです。敷地内には大小3つの庭園があるので、季節の移ろいを感じながら、夫婦部屋に完備されているお風呂やトイレ、キッチンでプライベートな空間も守られていることが幸せです」。

＊　＊　＊

シニアレジデンス町田では、食事付き見学会を開催します＝**左広告参照**。提供する食事は、当日ご入居者が召し上がるメニューをご用意。実際の老人ホームでの生活が体感できます。館内の案内は専門職が行なうので、老人ホームを見るのが初めてでもわかりやすく「種類・特徴・違い」を説明し、「施設選びのポイント」なども解説します。毎回好評の見学会なので、予約は必須。個別の相談もできるので、お申し込みはお早めに。

大和市　最寄駅は便利な小田急線、東急線、相鉄線の全4駅!

4駅（中央林間・南林間・鶴間・相模大塚）からの無料シャトルバスで通勤楽々♪

「医療グループで働く」ということ。

職種
① 看護師……25万7,000円※～＋夜勤手当1万4,000円/回
② 准看護師……22万1,100円※～＋夜勤手当1万2,000円/回
③ 介護福祉士……20万3,500円※～＋夜勤手当　7,000円/回
（介護職員初任者研修終了、ヘルパー2級などの資格保有者は優遇）　※経験5年の例

時間　日勤／8:30～17:30
夜勤／17:00～9:00　この他、早番・遅番あり

休日　年間休日121日＋夏季休暇3日・グループ規程による月間シフト制、有給休暇（入職6カ月後から10日分付与）

待遇　昇給年1回（4月）、賞与年3回（基本給の4.0カ月分※2017年度実績）、交通費全額支給（50,000円迄/月）、社会保険完備、ユニフォーム貸与、車通勤可

神奈川を中心に17病院、大学、高齢者施設などを有する医療・介護・福祉・教育の「ふれあいグループ」――。
医療法人社団 公仁会
介護老人保健施設
成和ナーシングプラザ
神奈川県大和市南林間9-8-9　（採用担当:藤中）
☎046-272-1515
http://www.fureai-g.or.jp/seiwa-np/

応募　まずはお気軽にお電話ください。履歴書（写真貼付）と資格証コピーをご用意の上、面接の日程を決定いたします。

今月のイチオシ
求人
Recruit Information

夢、広がる。
仕事、見つかる。
私、頑張る。

正社員　託児所有　車通勤可
経験者優遇　キャリアアップ制度有

成和ナーシングプラザ・通所リハビリテーション

リハビリだけじゃない 同世代と楽しく過ごせる6時間

「通所リハビリテーション」とは、文字通り「通い」で「リハビリテーション」を受けることです。住み慣れた自宅で生活しながら、日中は高齢者施設などで身体機能改善のためにリハビリテーションを行ない、一日を通してリハビリ以外のサービス（レクリエーション、昼食など）も受けて過ごすことができます。

皆さまが健康で明るく、楽しく生活できるように―。

成和ナーシングプラザ 通所リハビリテーション

一日の主なスケジュール

9:00	自宅にお迎え
10:00	●健康チェック（体温・血圧など）●朝のあいさつ ●本日のプログラムを紹介 ●体操（身体、口腔）
11:00	午前のレクリエーション
12:00	●昼食 ●休憩・自由時間 ●口腔ケア
13:30	●入浴（希望者のみ）●自主活動（テーブルゲーム・読書・運動・ぬり絵・工作など）●音楽活動（合唱・カラオケ）
15:00	●おやつ ●午後のレクリエーション
16:00	●帰りのあいさつ ●自宅にお送り

理学療法士・作業療法士による個別リハビリ訓練

お問合せ ☎046-272-1515（日祝を除く9:00～17:00）

期待できるレクやランチ

リハビリテーションの種類を大別すると、「集団リハビリ」（グループなど団体で一斉にリハビリテーションを実施）と、「個別リハビリ」（一人ひとり別々にリハビリテーションを実施）に分かれます。

大和市にある「成和ナーシングプラザ」の通所リハビリテーション（利用時間／朝10時～夕方16時）は、特に個別リハビリに力を入れている施設です。その利用者の一人ひとりの症状や体力に合わせた「個別メニュー」を作成し、リハビリの国家資格をもつ理学療法士や作業療法士が、それぞれの専門的な知識と技術を活かして、利用者へ1対1でリハビリテーションを提供しています。

自宅から施設までの送迎サービスもあり、家族が毎回送らなくてはならない負担や、公共交通機関の時刻表を確認する手間もなく、気軽に通えます。車椅子対応のバスもあるので、安心です。

施設では、管理栄養士がバランスを第一に考えながらも美味しさを追求した昼食が提供されます。「外出先での楽しいランチ」との感覚で毎食期待している利用者も多くいます。

希望者には入浴サービスもあります。手すりやスロープの設置がある安全性が高い浴室で、スタッフが付き添い介助もするので、自宅で入浴が困難な人でもここの施設なら、安心して入ることができます。

さらに、レクリエーションでは、クイズや頭の体操のほか、雑学を楽しく学んだりと、毎日異なる内容を提供しているので飽きることなく、ここは「リハビリの訓練所」というよりも、「日中の数時間、同世代と楽しんで過ごせる場所」と考えて通っている人が多い施設です。

成和ナーシングプラザ・通所リハビリテーションのスタッフは「まずは、見学だけでもお気軽にお越しください。お待ちしております」と話しています。〈取材協力〉

神奈川県大和市南林間9-8-9

「日々の診療だけでなく、透析〈通院 入院〉もお受けいただけます」

成和クリニック　熊田稔也 医師

成和クリニックは「地域のかかりつけ医」としてだけでなく、血液透析や入院の設備もあるクリニックです。透析（腎）センター長を務める熊田稔也医師に、同クリニックの透析治療についてご紹介いただきました。

成和クリニック
透析（腎）センター長
熊田 稔也 医師

透析専用ベッドも充実

（熊田医師）「地域の〝かかりつけ（医）〟として認知されている当クリニック（成和クリニック）は、19床の入院設備も有する『有床診療所』として運営しています。

クリニックの3階の大部分を使って設置している『透析（腎）センター』では、現在25床の透析ベッドを稼働させ、人工透析治療を行なっています」

専門スタッフを配置

（熊田医師）「透析（腎）センターでは、私・熊田がセンター長を務めさせていただいております。さらに、聖マリアンナ医科大学病院と北里大学病院からも専門医師を招き、患者さまに人工透析治療を提供しています。そのほか、看護師6名、臨床工学技士3名、看護助手1名の専門スタッフを配置しております」

重大疾患にも迅速に

（熊田医師）「人工透析治療を受けている患者さまは、動脈硬化の進行が早い特徴があるので、『急性心筋梗塞』や『下肢動脈閉塞症』を起こしやすくなります。当クリニックでは、循環器専門病院として名高い大和成和病院と親密な診医療連携をとっているので、そのような重大な疾患に対しても、迅速な内科的・外科的治療に対応できる体制を築いております」

一時的な入院透析も

（熊田医師）「また、当クリニックでは、在宅介護が困難な場合、入院しながら透析治療を受けることが可能です。

ご家族が春に帰郷された際など、ご都合に合わせた一時的な入院透析の受け入れをはじめとする柔軟な対応が可能なことも、地域のクリニックとしての長所です。

患者さまのニーズにそった個別的相談もお受けしていますので、お困りの際はお気軽に成和クリニックをお頼りください」。〈取材協力〉

成和クリニック　046-264-3911
神奈川県大和市西鶴間5-3488-7　http://www.fureai-g.or.jp/seiwa-clinic/

新設大学院の入試スタート！

湘南医療大学

横浜市戸塚区にある湘南医療大学では、今春開設する大学院「保健医療学研究科」〈修士課程〉の入試が始まります。

受験区分は「一般入試」「推薦入試」「社会人特別入試」に分かれ、入学希望者はそれぞれⅠ期（1月）とⅡ期（2月）とⅢ期（3月）の3回、受験できます。

湘南医療大学・大学院
横浜市戸塚区上品濃 16-48
JR 東戸塚駅から徒歩12分

Ⅰ期試験日／1月16日(水)
▽一般入試
▽推薦入試
▽社会人特別入試

Ⅱ期試験日／2月26日(火)
▽一般入試
▽推薦入試
▽社会人特別入試

Ⅲ期試験日／3月18日(月)
▽一般入試
▽推薦入試
▽社会人特別入試

募集要項（ダウンロード可）や試験科目、出願などは大学公式HPで確認を。事前相談は入試事務室☎045・821・0115へお電話下さい。

受験希望者の願書受付開始

下田看護専門学校

下田看護専門学校は、段階を踏んだ着実なカリキュラムによって、専門知識と豊かな人間性を育む看護師育成の専門学校です。国家試験に対する独自のサポートプログラムがあり、入学時から長期にわたるフルサポートに定評があります。

25病院・49施設を有する「ふれあいグループ」に所属しているので、医療機関（病院）での実習のほか、幼稚園や介護老人保健施設、訪問看護ステーションなど、幅広い実習体験も可能です。同校卒業生は、グループ施設をはじめとする全国の病院・施設で活躍しています。開校以来、安定した就職を実現し、奨学金制度も充実している堅実な専門学校です。同校のスタッフは「ぜひ一度、学校説明会や見学にお越しください。個別訪問も大歓迎です」と話しています。

一般入試の日程は、上表のとおり。詳細はHPで確認を。

一般入試日程

	出願期間（必着）	試験日	合格発表
1回目	1/4(金)～1/22(火)	1/26(土)	2/5(火)
2回目	1/29(火)～2/12(火)	2/16(土)	2/26(火)

下田看護専門学校 静岡県下田市柿崎289
お問合せ：☎0558-25-2211

通信教育で国試の受験資格を

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の社会福祉専攻科は通信課程の学科です。次年度の入学生を募集しています。

働きながら勉強したい人などのために、通信教育の方法で学習を進めていくため、学習の柱となるのは「自宅学習・レポート作成」と「スクーリング」です。福祉系実務の未経験者には、同校指定施設で24日間程度の実習（「相談援助」に関するもの）を受けることが可能です。

「厚労省教育訓練給付制度指定講座」のため、各種補助などもあります。詳細は同校社会福祉専攻科へお電話を。

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
社会福祉専攻科

出願	【第6回】1／24(木)～2／13(水) 【第7回】2／14(木)～2／28(木)
選考	小論文（800字以内）
結果	出願最終日より10日以内
授業料	355,000円（実習費含む、教材費別）
修業年限	1年6カ月
特典	厚労省教育訓練給付制度指定講座

問合せ　茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 社会福祉専攻科　☎0467(88)6725　JR茅ヶ崎駅 徒歩18分

入試のご案内 ―2019年度生募集―

看護・リハビリ・医療事務のスペシャリストになろう！

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 ☎0467-88-6611
一般入試（理学療法学科、作業療法学科、言語聴覚学科）
出願期間 1／28(月)～2／7(木)
試験日 2／14(木)
試験科目 理学療法学科、作業療法学科▶面接、小論文、英語
言語聴覚学科▶面接、作文

湘南医療大学 ☎045-821-0115
一般入試Ⅰ期
出願期間 1／7(月)～1／24(木)
試験日 1／31(木)
試験科目 看護学科▶面接、英語、国語、選択科目(1科目)
リハ学科▶面接、英語、選択科目(1科目)

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

医療ビジネス観光情報専門学校 ☎042-744-9711
指定校推薦
出願期間 12／17(月)～1／31(木)
面接、学科試験ともに免除
（選考を全て在学校校長に一任し、書類受理と同時に入学許可となります）

下田看護専門学校 ☎0558-25-2211
一般入試
出願期間 1／4(金)～1／22(火)
試験日 1／26(土)
試験科目 面接、国語総合、作文、基礎学力(計算)

茅ヶ崎看護専門学校 ☎0467-86-6011
一般入試
出願期間 2／1(金)～2／22(金)
試験日 3／2(土)
試験科目 面接、国語総合、数学、小論文

今春4月より「医療ビジネス観光情報専門学校」が医療ビジネス観光福祉専門学校に名称変更します。

管理栄養士が監修
今月の絶品ごはん

＼胃腸の消化を促進／
鶏肉の治部煮風

材料（1人分） 1人分カロリー:215kcal／塩分:1.4g

- 鶏もも肉 …… 70g
- 生しいたけ …… 20g
- かぼちゃ …… 30g
- にんじん …… 30g
- 小松菜 …… 15g
- 大根 …… 70g
- 片栗粉 …… 2g
- わさび …… 適量
- 塩 …… 適量

調味料

- しょうゆ …… 8ml
- 酒 …… 5ml
- 砂糖 …… 2g
- みりん …… 6ml
- 出汁 …… 80ml

金沢の郷土料理「治部煮」に大根おろしを加えることで、大根の消化酵素「ジアスターゼ」の効果によって胃液の分泌が促されます。胃腸の消化を促進し、健胃効果が期待できます。　管理栄養士：穴田律子

健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2019年1月
No.25

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

病床で異なる入院期間や診療料金

病院の病床には種類があります。今回は、一般病床と療養病床の違いを紹介します。

◇一般病床

主に急性期症状の治療や検査を行なう病床です。治療や検査の費用は、診療と連動する出来高払い（「診療連動制」）となり、健康保険などで国から大部分が支払われます。

しかし、入院が3カ月を経過すると、急性期の終了とみなされ、国から決められた一定額で診療を行なう「包括支払制度」に移行します。この制度によって治療や検査が制限されるので、一般病棟に入院する期間はおおむね3カ月となり、退院になるのです。

◇療養病床

それに対し、療養病棟は、急性期治療を終えた長期療養を目的とした専門病床が用意された病棟です。入院時から「包括支払制度」であるため、一般病床のような検査や治療は多くできません。しかし、入院期間に制限がなく、長期も可能であるため、安心して療養生活が送れます。

医療・介護施設における病床イメージ（厚労省資料参照）

入院料の区分と治療体制

国は、急性期を過ぎた「慢性期」の患者に対しては、厚労省の規定に従い、医療の必要度に応じた【医療区分】、およびADL（日常生活動作）の自立度の視点による【ADL区分】での包括評価を行なうこととしています。

療養病床は、主に医療必要度の高い患者【医療区分2～3】が対象です。医療必要度が低い患者【医療区分1】に対しては、医療保険ではなく介護保険が適用される施設（老健や介護医療院など）での対応となります。

療養病床の対象となる患者は、簡単に言うと「自宅療養では不安で大変な人」となります。長期療養を必要とする人が多く、医療・看護・介護・リハビリなど多岐にわたるケアの実施が必要となるため、多くの病院では、医師や看護師、介護士のほか、理学療法士・作業療法士・言語聴覚士、管理栄養士、医療ソーシャルワーカー、メディカルソーシャルワーカーなどのチームが組まれています。

綾瀬厚生病院・療養病棟スタッフより
「看護疲れ、入院準備…。ご家族の不安も払拭する病棟です」

綾瀬厚生病院は、「一般病床」108床（急性期72床、回復期24床、産科12床）に加えて、長期のケアを必要としている慢性期患者のための「療養病床」60床を有している病院です。

綾瀬厚生病院 療養病棟看護スタッフ

綾瀬厚生病院☎ 0467-77-5111
神奈川県綾瀬市深谷中 1-4-16

綾瀬厚生病院で療養病棟を担当している看護スタッフにお話を聞きました。

――療養病床の入院対象をおしえてください。

（看護スタッフ）「急性期治療の終了後、長期にわたる疾病のケアが必要である方や、病状は安定しているが自宅復帰・在宅介護にはまだ不安がある方などです。そのほか、頻回の喀痰吸引や人工呼吸器、酸素投与（酸素療法）、24時間の点滴が必要な方などもご入院いただけます。

最近では、『レスパイト入院』（介護に疲れた家族の休息のための一時的な介護者の入院など）で当院をご利用される方もいらっしゃいます」

――療養病棟は、どのような病棟なのですか？

（同）「安全・清潔・安心な療養生活を第一に考えた環境作りをしています。病室には各種アメニティをそろえ、タオル・オムツセット（有料）もありますので、ご多忙でも入院準備はご安心ください」

――退院後の在宅生活での支援はありますか？

（同）「まず、ご入院中から在宅生活に備えて、ご家族を対象にした喀痰吸引などのアドバイスを実施します。退院して他の施設へ入所を希望する方に対しては、国家資格を持つ相談員が円滑に進むように支援をしています。在宅生活では、当院隣接の『あやせ訪問看護ステーション』＝2面に掲載＝がありますので、ご希望により引き続き看護ケアをお受けいただけます」。

――お話ありがとうございました。

〈取材協力〉

意外と多い「潰瘍性大腸炎」診察内容を紹介

血便や下痢、腹痛などの症状がある場合、大腸の粘膜に慢性のただれなどができる「潰瘍性大腸炎」の可能性があります。この病気の診断には、問診のほか、血液・便潜血・内視鏡の検査などが行なわれます。

▽問診…

便の性状／排便回数／腹部の症状について、重点がおかれます。また、海外渡航歴や薬物治療歴などは、発病初期にポイントとなります。腹痛や排便については、日頃から回数や下血の有無を記録しておくと、いざ診察という時に役立ちます。

▽血液検査…

血沈／CRP／α2グロブリン／血清総タンパク／アルブミン／ヘモグロビンなどを、炎症や栄養状態の指標として測定します。

▽便潜血検査…

正常な便にも、見えない程の少量の血液が混ざっていることがあります。便潜血検査の結果、血液反応が認められた場合は、内視鏡検査を行ないます。

▽内視鏡検査…

炎症の程度や範囲が確認できるので、症状がない「寛解期」であっても、治療内容や服薬の中止について判断するための重要な材料となります。また、かつて潰瘍性大腸炎の全大腸炎型を発症した人は、7～8年でがん化することもあるので、1～2年に1回は検査を受ける必要があります。

内視鏡で炎症チェックからがん防止も
ふれあい町田ホスピタル・消化器内科　津田信吾 医師

大腸の病気は多いですが、内視鏡検査によってがんなどの重大疾患も、初期対応で完治できるケースが多くなってきています。町田ホスピタルの津田医師にお話を聞きました。〈取材協力〉

ふれあい町田ホスピタル
消化器内科
津田 信吾 医師

Q.「潰瘍性大腸炎」はどのような病気ですか？

A. 大腸の粘膜に、慢性の炎症や潰瘍、びらん（ただれ）ができる原因不明の病気です。主な症状は、血便、粘血便、下痢や腹痛などです。

Q. どこに炎症などが起きるのですか？

A. 直腸を中心として始まり、大腸全体にまで広がることがあります。

潰瘍をおこしている大腸粘膜には、多くの白血球が集まって炎症が続いています。すなわち、免疫システムの異常によって、自分自身の腸管粘膜を〝外敵〟と認識して攻撃破壊する状態が続いているのです。ですので、粘血便や血便が出て、ほかに下痢、腹痛、発熱、体重減少、嘔気・嘔吐、貧血なども起こります。

Q. 主な治療法を教えてください。

A. 薬物療法のほか、外科的治療などもあります。

薬物療法では、炎症を抑えて症状を鎮め、寛解に導くことと、そして炎症のない状態の維持が治療の目標です。

Q. 外科的治療についても教えてください。

A. 多くの場合、内科的治療で症状が改善しますが、十分な効果が得られない重症例や大出血、穿孔、中毒性巨大結腸症、がん化などの重大な合併症には、手術が適用されます。

潰瘍性大腸炎は基本的に病変が大腸に限局するので、大腸全摘出が基本となります。現在は自分の肛門で自然に排便できるように肛門を温存する手術方法が主流です。

早期発見が、がんなどの重大疾患のリスクを抑える有効な手立てです。ぜひ定期的に内視鏡検査を受けましょう。

■ふれあい町田ホスピタル
☎042・798・1121

医学講座 参加無料

日時 1月28日(月)11:00～12:00
会場 ふれあい町田ホスピタル 1階 会議室
講師 ふれあい町田ホスピタル 整形外科 市原 眞仁 院長代行

骨の一大事!骨粗しょう症の治療と対策 ～ぴんぴんころりは骨から～

「骨粗しょう症」は女性に多いといわれていますが、男性にも起こり得るもので、食事や運動が重要です。今できる対策について、当院の市原眞仁院長代行がわかりやすく説明いたします。

是非、この機会にお聞きください。

アクセス　多摩境駅・南大沢駅・相模原駅から無料シャトルバス

次回予告
2月下旬開催予定

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

医学講座 参加無料

日時 1月31日(木)14:00～15:00
会場 綾瀬厚生病院 産婦人科棟 4階 多目的室
講師 綾瀬厚生病院 薬剤科 科長 渡邉 哲也 薬剤師

インフルエンザについて ～治療薬を中心に～

インフルエンザは、「インフルエンザウイルス」を病原体とする急性の呼吸器感染症で、毎年冬季を中心に多数の患者発生が問題になっています。風邪との違いや治療方法などについて、当院の薬剤師がお話します。

アクセス　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

次回予告
2月下旬開催予定

お問合せ　綾瀬厚生病院
☎0467-77-5111(代表)
神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16