電話(0467)58--0084 茅ヶ崎市円蔵370-20

# 4 月ー日から外来スタート

新しく「整形外科」「脳神経外科」など診療開

始

>スポーツ傷害・障害…十字

医療法人社団康心会「茅ケ崎中央病院」(神奈川県茅ヶ崎市茅ヶ崎2の2の3・JR

**整えて開院しました。地域に根差した医療機関として、湘南エリアだけでなく、 - 崎駅」北口から徒歩5分/国道1号「茅ケ崎駅前」交差点すぐ)が、リニューアルし、今月** わたって広く貢献していくために、最新鋭の機器などを導入しています。 月1日から診療を開始しています。従来の診療内容に加え、新しい診療科目や設備を 県内外

▽膝の疾患…半月板後角損

円板状半月 、内反膝、

平足、外反母趾など

診察 月~土 [午前の部]9:00から [午後の部]14:00から

疲労骨折など

フラン靭帯損傷、オスグッド 月板損傷、足関節捻挫、リス

開院しました。それから40年 | 盤としての確固たる役割を果 9 7 8年 「茅ケ崎中央病院」 以上にわたり、茅ヶ崎を中心 とする湘南エリアで、 たしてきましたが、これから

病院」として進化するために、 耐え得るように、建て替え工 そして建物では大規模災害に は新しい時代に向けた「新鋭 事を行なってきました。

# 新時代の医療環境

院」では、最新鋭の医療機器 ます。建物には、災害に対応 をそろえ、来院者に安らぎを オープンした「茅ケ崎中央病 構造を施しています。 提供する療養環境を整えてい 4月1日にリニューアル

行なってきた「総合診療科」 眼科」「耳鼻咽喉科」「皮膚科」 診療科は、これまで同院で 迅速な検査を進める

外来の「循環器腎臓内科」「中 ビリテーション科」や、専門 「消化器内科」 を引き続き設置し 「リハ

設しました。 ともない、新しい診療科目と ツ外来) と 「脳神経外科」 (サ イバーナイフセンター) して、「整形外科」(下肢スポー そしてこのリニューアルに 新しく設置された を開

T―CT)を導入し、各種の さらに新しい医療機器(PE 「整形外科」と「脳神経外科」



サイバーナイフ(M6シリーズ)

奇形など)

イバ ーナイフセンター

透析科

(腎臓内科)」

循環

足関節症、有痛性外脛骨、 断性骨軟骨炎など 障害、足根骨癒合症、

▽足の疾患…足関節不安定 (骨棘、三角骨)、距骨骨軟骨 症、インピンジメント症候群 特発性膝骨壊死、 変形性

半

離

①膝…靭帯再建術 半月板後角修復・再建術 半月板縫合術、

茅ケ崎中央病院 検索

扁 ②足…靭帯再建術・修復術、後足の別除、鏡視下関節固定術などは PGD&DasDe 変法、足根骨癒合は対する鏡視下 関骨筋腱脱臼に対する鏡視下 ののである。 ののでは、 ののでは

# 下肢スポ 1 ・ツ外来

て、

総合的に診断します。

24時間365日対応の救急外来

サイバーナイフでの 放射線治療(イメージ)

専門外来です。詳細な徒手検 RI、超音波など)と合わせ 査や理学所見をもとに、適確 障害を受けた人を対象とする スポーツが原因の外傷や C M

 >頭蓋内病変…悪性脳腫瘍
 ど)、脳血管障害(脳動静脈
 | 体幹部病変…肺がん、肝が

 対象疾患
 腫瘍(髄膜腫、下垂体腺腫な
 脊髄腫瘍、脊髄動静脈奇形など

 対象疾患
 腫瘍(髄膜腫、下垂体腺腫な
 脊髄腫瘍、脊髄動静脈奇形など

 で調頸部病変…頸部リンパ節

るように、リハビリを含めて ( 鏡を駆使した低侵襲手術を提 は。スポーツ活動へ復帰でき 手術が必要な場合は、関節 **| サポートしていきます。** 

# 

年間約2000件の手術数を 幅広く診る【総合診療科】、 央病院は、さまざまな疾患を

【皮膚科】、

【リハビリテーショ

期機能の充実と救急医療の再

まに適切に対応する救急医療

私どもは、これらの患者さ

の充実も図ります。

今後も

機器【サイバーナイフ】や【P

-CT]、【320列CT]

を構想に掲げ、最新治療

など、最新鋭の診断機器を備

新たに生ま

●医学博士

●日本外科学会特別会員 指導医·認定医

●日本胸部外科学会 専門医·指導医

日本消化器病学会 専門医 指導医日本消化器外科学会 指導医日本癌治療学会功労会員日本臨床外科学会特別会員

日本電流パーテムトが日本食道学会特別会員日本胃癌学会特別会員

れ変わりました。 えた病院として、

今後、高齢化が急速に進み、

ます。

よろしくお願いいたし

けられることを目指していき での医療・介護を安心して受 期・慢性期医療、そして在字 質の高い急性期医療から回復 皆さまが住み慣れた地域で、

心臓病、

スの技術を有する【耳鼻咽喉 科】、さらに【透析センター】、

誇る【眼科】、県内トップクラ

合わせた診療を行ない、

地域

増加することが予想されてい の処置・治療を要する疾患も や転倒による骨折など、 どの生活習慣病に加え、

医療に貢献してまいりました。

これらに加え『急性

健診から高度な専門医療に至

緊急

方向からビームを照射

を行なうセンターです。

を追尾する装置と、多 患者のわずかな動き

できるロボットアーム

患者さまのニーズに

ン科】など、一般的な治療や

Ø)

(今田敏夫院長) 「茅ケ崎中

(FDG) を静

査が可能になりました。

2020年

※受診は、紹介状が必要です。 高いエネルギーを集中する とで、より効果的な専門治 療を行なうことが可能です る被曝を極力減らし、病巣 病巣周囲の正常組織に対 療こにす 医療法人社団 康心会

◆ふれあいグループ

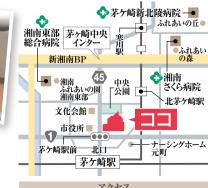
患部を切らずに治療す

**゙**サイバーナイフ」は、

によって、高精度な放射線

射線治療装置です。 ることができる定位放

茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3 20467-86-6530(代)



JR茅ケ崎駅北口から徒歩5分

国道1号の信号「茅ケ崎駅前」 交差点すぐ

診療科目 ■総合診療科

■消化器内科

■循環器内科 **呼吸器内科** ■消化器外科 ■人工透析内科

■整形外科 <NEW 脳神経外科 NEW

耳鼻咽喉科 ■眼科 ■皮膚科 放射線科 ■リハビリテーション科 設置機関等

■「サイバーナイフセンター」

■「聴覚・人工内耳センター」 ■「腫瘍検査センター」

■「内視鏡センター」 (上部・下部)ほか

(PET-CT)

がんを的確にとらえる ▶ PET-CT

# 崎市にあり、近隣からのアク 2018年春にオープンし の利用もできます。 今回は、リハビリの国家資 が専門リハビリを実施

ふれあいの百合の専属スタッ 言語聴覚士」と

どのような分 を担当してい 野のリハビリ 百合の言語聴 むことが多く 最近、むせ込 士)「例え (ふれあいの お食事で

は、どのようなものですか? うまく働かない場合を例にあ 善プログラム』を立案します」 がお抱えになっている課題を 「舌や喉の運動能力が低下 プログラムの内容

門性を発揮したリハビリを行 がする (むせる)』という不 嚥下機能評価の全般に力を

のを使用して、飲み込みやむ せ込み対策の訓練を行ないま やティッシュなどの身近なも 【呼吸訓練】は、ストロー

飲み込みの訓練では指先で酸素飽和度を確認する

という現実ですが、連日外来 なっている病院自体、少ない ○…「血液内科の診療を行

医療にとって、とても大事な ことだと思っています」。隣 接する湘南東部クリニックの

日の毎日、外来診療を開設し、

組み込んだプログラムも、

や日常生活の指導内容などを

ご自宅生活における注意点

す。また、地域によってはご 変好評をいただいておりま

目宅まで無料送迎も行なって

藤原医師は火曜日午前と水曜

日午前を担当。

受けているご本人さまが、。意 ができるかをみる訓練です」 ながら、

安全に飲み込むこと タッフも一緒に訓練に取り組 援が提供できるように、ス めとする個々に合った生活支 ていると、現場の療法士とし ふれあいの百合では、

いることが、





実際に当施設でこのような

入れており、日常生活の食事

単に教えてもらえますか? 各訓練の内容を簡

に進めていくための体操で 動かして飲み込みをスムーズ 行なうもので、肩や首、口を 【嚥下体操】は、食事の前に

秒に3回、壁を飲み込む訓練【反復唾液嚥下訓練】は30

きる医療の提供ができている す。地域の皆さまが、安心で 血液内科で患者さまを長期的 時間がかかるのは当然のこと

活意欲の向上などをサポート

しております

献してきたキャリアをもちま り得るもので、生活習慣や、 扱う「血液内科」の道に進ん 気(再生不良性貧血など)を 性リンパ腫など)や良性の病 ける急性骨髄性白血病の遺伝 **入学病院や離島での医療に貢** ○…大学では、高齢者にお な返答に、笑顔も加わります ことで安心感もうまれると思 して、その患者さまにとって うと思ったからです」と明確 の丁寧かつ責任感あるサポー ていることは「医療のプロと 「担当していく。「総合診療科。

思いますので、是非、

利用しやすい身近な施設だと 平塚・大磯方面などからもご

軽にご連絡ください。お待ち お電話相談も可能です。 か、隣接する寒川町や藤沢市、 ているため、茅ヶ崎市内のほ

国道1号に面し

湘南東部総合病院 【血液内科】 日本内科学会 認定内科医 日本血液学会 血液専門医

**☎**0467·84·6501 茅ヶ崎市南湖1の6の14 **ございました**。 - ふれあいの百合

> 気な方から 護が必要な方まで

日常的な医療サポートが受けられる環境と、茅ケ崎駅から

完成イメージ (上層階「湘南ふれあいの園」)

新・湘南ふれあいの園を 徹底解説

各日最大3組様まで 222 (お電話にて要事前申込み)

階下に新しい茅ケ崎中央病院が開院 ★透析室も完備!! 通院、健康診断、予防接種がとても便利に! グループ独自の医療連携で ご利用者様の健康をサポート。

市役所や公園、商業施設等/

人気の湘南・茅ヶ崎を是非

楽々アクセス。

ご体感ください。

洗濯機スペースも確保した 女性に嬉しい間取り。

> 全室に「生活リズムセンサー」 「カードキー」システムを採用。 お身体にハンデのある方も 安心です。

IIHキッチン・浴室・トイレを完備。

茅ケ崎駅 電車·······JR東海道線「茅ケ崎駅」北口から徒歩5分 ・・・・・国道1号の信号「茅ケ崎駅前」交差点を曲がり、

茅ヶ崎中央 インター

◆ 中央 中央 和南東部総合病院 公園 • 45

文化会館 市役所

茅ケ崎駅前 北口

新湘南バイパス

寒川方面(北方向)すぐ 有料道路…新湘南バイバスで「茅ヶ崎中央インター」から 県道45号を南進して国道1号の交差点の手前左方向

-相模線

説明会のお申し込み 新ホームのお問合せ

◆湘南ふれあいの園 **20467-86-6534**  類型:介護付有料老人ホーム/所在地:神奈川県茅ヶ崎市 茅ヶ崎2-2-3/事業主体:(有)湘南ぶれあいの園/開設: 1986年12月1日/アクセス:JR東海道線茅ケ崎駅徒歩5 分/入居対象:65歳以上の自立または要支援・要介護の方

心不全看護認定看護師(ベッド左宍戸看護師)が所属チームには、呼吸器専門の医師(右奥・大貫医師)や慢性

軽減や、

互いが相談・

連携すること

リスクの

キルを出し合 職が知識やス れぞれの専門

い、また、お

# ム医療」を実施しています。「呼吸サポートチーム」では、呼吸器を 湘南東部総合病院では、より質の高い医療を提供するために、「チー

111111111111111

取材協力/湘南東部総合病院

専門とする大貫恭正医師などがメンバーとして参加しています

回診時も連携を大切にしている

「チーム医療」とい 注目を集めていま

ができます 状態の改善を目指すこと

勉強会の実施や 専門的な分析

の教育にも力を入れてい 強会を通して、スタッフ ベッドサイドへの回診 チームは、 ーム主催の定期的な勉 行なうことのほかに、 院の呼吸サポート 毎週火曜日に に関して、 とっても、

い医療を提供することをいい

湘南東部総合病院の

呼吸サポートチーム

者の状況に合ったより質の高

れぞれの高い専門性を活かし

お互いに連携し、

患

フが治療やケアにあたり、そ

者に複数のメディカルスタッ

チーム医療とは、一人の患

吸器を装着して患者の気持ち く、リハビリによる呼吸状態 的な内容が中心になっていま に寄ってみる、といった実践 ものを知ることだけでな 勉強会では、 実際に人工呼 人工呼吸器そ

不全看護認定看護師」が所属 多くの専門職が入院早期 またチームには、「慢性心



どの感染症に かかりやすく

たり、肺炎な 筋力が低下し 呼吸に必要な

こ存知ですか?

中央公園

JR茅ケ崎駅北口および

きます。週1回・全17日間で この研修を通信形式で受講で 療福祉研修センター」では、

な介護実習もカバーし、就職

6月4日(木)

茅ヶ崎にある「ふれあい医

職を目指している人や、

にお問い合わせください。 ります。詳しくは、同センタ 受講料「ペア割引」などもあ 時のキャッシュバック制度や

資格が取得できるので、

術までを学ぶ介護の入門的資

「介護職員初任者研修」を

護に迫られている人などに

とっても、お勧めの講座です

現場での即戦力として必要

介護の基礎知識から応用技

業界に転職を考えている社会

・ション専門学校 (JR茅ケ崎駅から徒歩18分)

fureai-kensyu@fureai-g.or.jp 〒253-0061 茅ヶ崎市南湖1-6-11 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校内 学校法人 湘南ふれあい学園「ふれあい医療福祉研修センター」宛

人のほか、今まさに家族の介

茅ヶ崎市西久保500 **☎**0467-83-9111

初任者研修」の受講生を募集

# 要なものになっています。

れに対し、そ

なります。こ

救急受付

# 6月からの通信講座

校説明会へ是非ご参加を!

難しい患者に、このチームが

です

入院生活の

人工呼吸器を着けている

患者は、自力

疾患)など、自力での呼吸が

「人工呼吸器からの早期離脱」

サポートチームがあり、心不 南東部総合病院」には、呼吸 トチーム」があげられます。

その一つに、「呼吸サポ

効果を上げています。

同院の呼吸サポートチー

向上と、早期退院への支援に、

茅ヶ崎市西久保にある「湘

看護師、臨床工学技士、 のメンバーは、医師、薬剤師

理学

療法士などから構成されてい

全やCOPD

(慢性閉塞性肺

ます。

チームの主な目的は、

# 呼吸器からの早期離脱を推進 フは、「この結果、人工呼吸 できるようになります 湘南東部総合病院のスタッ 改善率が向上 が、 験実習」 いう高校生や、「看護系に転 来春入学向けの説明会スター

同院の「呼吸サポートチーム」 看護技術も体験可能

非ご参加を」と話しています 校を知る良い機会ですので是

# 職を考えている」という社会 の授業や生活のほか、学費や 入試などを含めて解説。 から開催が始まります 人を対象とした学校説明会 に看護技術が体験できる「体 春の説明会では、看護学校 茅ヶ崎看護専門学校で春 注目のリハビリ専門職! 実際に授業を さら

決して楽なものではありませ

教職員は「夢への道のりは

お支えするのが本校です!学

頑張る皆さまを全力で

説明会の特徴です

解消できるのが、 く学びながら、 やすく丁寧に教えます。 担当している教員が、

楽し

不安や疑問も 同校の学校

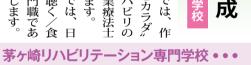
# 「看護師になりたい!」と

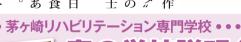
ム医療」の役割は、現場で重 患者さまやご家族さまを支援 ポートチームが、しっかりと ながる取り組みになります。 術向上や医療安全の推進につ 医療費の削減となり、当院に 前年度から改善しています 器の装着期間、離脱率ともに、 チームをはじめとする「チー してまいります」と話します にとっては、入院期間の短縮・ (2020年3月現在)。 患者さま 呼吸器に関する疾患、 医療スタッフの技 当院では、 治療 手厚いフォロー体制により、 率100%を誇る学校です。 国家試験の高い合格率と就職 法士/作業療法士/言語聴覚 います。きめ細やかな授業と 茅ヶ崎リハビリテーション 3種の「セラピスト」を養成

法士を育成しています 復させる専門家である理学療 活の基本となる体の動きを回 理学療法学科」では、

のセラピストを養成して (理学療 べる等)を支える専門職であ スペシャリスト・作業療法 業を通して、ココロとカラダ、 に興味がある人は、同校の学 る言語聴覚士を目指します。 のスキルを身につけます の分野に特化したリハビリの 「言語聴覚学科」では、 「作業療法学科」では、 医療の専門職・セラピスト

(話す/聴く/食





13:30~15:30

▶きめ細かい授業とサポート ▶手厚いフォロー体制 ▶国家試験で高い合格率 毎年、就職率は100%!!



\_\_\_http://www.crc.ac.j

茅ケ崎駅



思募!





所定の申込書(HPからダウンロード)にご記入 次のいずれかの方法でご送付ください。 または、HP入力フォームからお申し込みくた

0467-84-5966

🄛 手当もしっかりした職場 1 看護師 Ⅲ 月給222,000円~376,900円 【夜勤手当】14,000円

【皆勤手当】10,000円

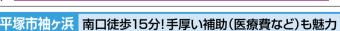
夏休み3日! (2)介護士〈入所〉〈通所〉 〒 月給171,800円∼303,200円 /【 時給 【夜勤手当(入所のみ)】5,500円~7,000円/回 1,300円~

【皆勤手当】10,000円 17:30

10:30~19:30,17:00~9:00



年間休日121日



# Pottps あなたの力を活かしませんか

●看護師

※経験考慮 Ⅲ 月給220,000円~376,900円 【夜勤手当】14,000円/回

**戊**時給1,500円~1,800円 【夜勤手当】24,000円~ 32,000円/回

Ⅲ 月給157,000円~291,200円 【夜勤手当】 4,000円 5,000円/回

パ 時給1,100円~ 【夜勤給与】 17,000円/回

時間 正 パ 1 2 勤務シフトによる 休日 正 1 2 年間124日(夏休含む) パ 1 2 勤務日数は応相談

社会保険完備、交通費全額支給、制服貸与、医療費補助制度 12 昇給1回・賞与3回(前年実績4カ月分)/年、退職金制度 医療法人社団 ふれあい平塚ホス 〒254-0813 神奈川県平塚市袖ヶ浜1-12

**☎0463-22-4105 ▼hrt-gad@fureai-g.or.jp** 

お電話または左記メールで お申し込みください。提出 書類などお伝えいたします。 〈総務課 盛・廣田〉



夢、広がる。 仕事、見つかる。

私、頑張る。

正正正社員 パパート 優年齢不問 

〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370-20 電話(0467)58-5678

潜在する「拡張不全」の心不全

CG) で心臓の収縮機能を調

働き盛

ŋ

が

|抱える|

腰痛

は

共

通

み

していく傾向にあります。

しかし、このタイ

痛さは指標にならない

さらに心臓超音波検査

 $\widehat{\mathbf{U}}$ 

値が認められます

べることにより、

収縮機能が

「心不全」病名でなく病態

の名前ではないことをご存知 全」という言葉。実は、

病気

111111111111111

生活習慣病の多くは、

自覚症状がないため、気づかないう

ちに悪化しています。心不全の中でも特に高齢者に多いとい

.....

ことができます

縮する力が落ち、

心臓から全

神経

腰

椎

椎間

仙骨

腰周辺のイメージ

現実的な

また、デスクワークの腰痛

休職事態も

います。

械的不調によるものです。

発展するという性質をもっ

腰

が求められ 早急な解決 る腰痛は、 仕事に関わ 問題として、

から数週間で痛みがおさま いるものの、ほとんどは数

り す。 H 痛の、土壌作り、はなされ

長時間座り続けることで、 も大きな問題です。この場合、

から、正しいセルフケア

収縮不全の場合、

心室の収

みの程度には差があるもの する」といわれています。

よるものもあれば、仕事に起

因するもの もあります。

得なくなる人もいて、腰痛は

疾患」ばかりではなく、

そして腰痛は、「特異的

大多数が、腰部の椎骨、

社会的・経済的な損失にま

痛

腰痛の原因は、

体の老化に

く、これは年齢に関係なく発

ありません。

事に起因するものは最も多

生します。仕事を休まざるを

という2つのタイプに分ける

の人が、「一度は腰痛を経験

はありません。

| 生のうちで、およそ8割

の、男女における痛みの違い

ます。肉体労働をともなる

縮機能が保たれた「拡張不全」

下した「収縮不全」と、収

われている「拡張不全」も同じような特徴があります。

普段、 よく耳にする「心不

軽度の身体活動の制限がある。安静 時には無症状。日常的な身体活動 で疲労、動悸、呼吸困難あるいは狭 心痛を生じる。

心不全とは、

心臓に何らか

高度な身体活動の制限がある。安静 時には無症状。日常的な身体活動 以下の労作で疲労、動悸、呼吸困 難あるいは狭心痛を生じる。

心疾患のためにいかなる 身体活動も制限される。 心不全症状や狭心痛が 安静時にも存在する。わず かな労作でこれらの症状 は増悪する。

心疾患はあるが身体活動に制限は

ない。日常的な身体活動では、著し

い疲労、動悸、呼吸困難あるいは狭

は「心拡大」が認められるほ 検査すると、胸部X線検査で NP」という検査項目で高い 「不整脈」が、血液検査では「B これらを発症している人を 同様に、心電図検査では

郁

実行

腰痛

予

防

0 4

大ポ

イント

茅ケ崎新北陵病院 整形外科

豊原益隆

医師

低下した病態をいいます。症 れ=上表参照=、進行すると、 の異常があり、 疲労、動悸、呼吸困難、 状によってⅠ~Ⅳ度に分類さ 痛などが生じます。 ポンプ機能が 狭心

「収縮不全」と 拡張不全

全の場合、

ます。 ら心臓へ血液が戻れなくなり ていることが原因で、全身か は、 身へ血液が送り出せなくなり 心臓が膨らみにくくなっ 一方、拡張不全の場合

ことがわかってきています。 化していることがあります。 全が、高齢者に潜在している 近年ではこの拡張不全の心不 いため、気づかないうちに悪 であるといえますが、拡張不 2つのタイプを比較する 収縮不全の方がより重症 自覚症状が出にく

早期発見・早期治療を

腰痛予防をご紹介いただきました。

〈取材協力/同院・整形外科〉

で整形外科を担当している豊原益隆医師に、日頃から自分でできる

腰痛予防には、正しいセルフケアが大切です。茅ケ崎新北陵病院

波検査が可能です。 図検査、血液検査、 診でき、 ります。お気軽にお問い合わ れあいグループの連携医療機 病院や大和成和病院など、ふ 要な場合には、湘南東部総合 受診をお勧めします 気になる方は、ふれあい平塚 動悸、むくみといった症状が 関を紹介させていただいてお ホスピタル『循環器内科』 また、高度な専門治療が必 (続く) 胸部X線検査、 「息切れ、 紹介状なしでも受 心臓超音 疲労感、 心電 0) 防に有効なセルフケアで、

JR平塚駅南口から徒歩15分 時間続けて座ることや、

茅ケ崎新北陵病院 整形外科 豊原 益隆 医師

平塚市袖ヶ浜1の12 ふれあい平塚ホスピタル **20463.22.4105** 

脚を組んで座る癖がついてい る方は、とても多いです。長 難しいものです。例えば、 なのは【姿勢】です ▽正しい姿勢で歩く ▽正しい姿勢で立つ ▽正しい姿勢で座る 簡単そうに見えて、 なんといっても、 1 姿勢 まず重要 意外と 両 き、 しょう。 と良いでしょう。 就寝時は、

2 運動

同じ

関節の柔軟性を保つことがで 運動によって、筋力強化と 2つ目に、【運動】です。 体幹の強化・維持になり

切なポイントを解説します。 豊原医師) 「腰痛予 姿勢を長く続けることも、 意義に活用して、 くありません。 を保ちましょう。 休憩時間を有

力任せではなく、 とだけでも違ってきます。 い靴で足に合ったものを履 かけないように意識をするこ 女性は、ヒールが高すぎな 重い物を持ち上げる時は、 胸を張るようにして歩く 腰に負担を す。

向けで寝ま ▽睡眠中に、

腰痛で目が覚

仰

が予後を決定するため、

救急

弁膜症』があげられます。

因となります の心房細動は、

心臓弁膜症には、

弁の開き

可能であれば、抗不整脈薬

せください」

■取材協力

をいかに早く再開通できるか カテーテル治療により冠動脈

表的な疾患としては、『心臓

慢性心不全の原因となる代

動も注意が必要です。

頻脈性

拡張不全の原

また、高齢者に多い心房細

治療が必要です

方で、

慢性心不全であっ

が悪くなって血流が妨げられ

『弁狭窄』と、

弁の閉じ方

正常な調律に戻す)を行ない で除細動(心房細動を抑え、

ふれあい平塚ホスピタル 循環器内科 兼坂 茂 副院長

多く起こります。

これらは、

なるため、

抗凝固療法を行な

の中でも大動脈弁と僧帽弁に する『閉鎖不全』があり、 が不完全なために血流が逆流

弁

が持続すると左心房内に血栓

を生じ、多発脳塞栓の原因に

ますが、

除細動できない状態

どによる急性心不全の場合、

り組む必要があります。

(兼坂副院長)「心筋梗塞な

心不全の原因疾患

どん悪化してしまうため、 ても、放置していれば、どん

か

や血管拡張薬による治療が有

中等症までであれば、

利尿薬

かりつけ医とともに治療に取

効です。

111111111111111

タルで循環器専門医として地域医療を支えてきた兼坂茂副院

**高齢者に多い心不全の治療について、ふれあい平塚ホスピ** 

ふれあい平塚ホスピタル

兼坂

茂

副院長

(以 下、

ととも

治療

を

長にお話いただきました。

▽一晩中、寝返りをうって ▽朝、目が覚めた時に、 があるか?

腰

ないか?

院整形外科まで。

正しい姿勢 良 ます。次のような運動習慣 ん、禁煙は必須です。 もつと良いでしょう。 キングなど 体操▽ヨガ▽水泳▽ウォ もち

データもあります。

11. 6%になるという

3 寝具

NG

古く変形

こともあります。次の点を われていたり、変形してい り返ってみましょう。 よい弾力性と硬さが必要 敷布団やマットレスは、 3つ目は、**【寝具】です** 古いものは、弾力性が 魚や鶏肉、健康に良い ない『タンパク質』に 多く取り、脂肪分の少 事が必要です。野菜を やオリーブオイル、適 か、バランスの良い食 には、適度な運動のほ 度な果物から『ビタミ 『脂肪』としてナッツ

ています。詳細は、 ンC』を摂取しましょ は、腰痛治療を行なっ 茅ケ崎新北陵病院で 適正体重を保つため

ウォ

18

Good

Good

さらに36以上の人では 26~30では5.9%、 対し、やや『肥満』の なる確率が2. 9%に うち2~2では腰痛に 患者に「礼儀」を尽くした診療を 大切にしている整形外科専門医

適正な体重 の維持 Good

茅ケ崎新北陵病院 公0467(53)4111 茅ヶ崎市行谷583-1 

(身長m×身長m))が、 BMI値(体重㎏: 『普通体重』の範囲の

肥満防止 【肥満防止】

バランスよい食事

続していくことが大切で の指導や治療を受け、継 めには、整形外科医など その機械的不調を防ぐた 靭帯、筋、神経などの機 な病状」というわけでは プの2割程度は、慢性化 腰痛は、「激痛=深刻 查結果 自覚症状は? 男女別あなたが抱えている (人) 120十 (人) 120十 女性 「腰痛」が 上位に なっている 100 -80 -60 -100-80-60 40 40 20-20 0 関手 節足 痛の づ鼻 まり 肩こり 咳·痰 肩こり だ体 るの さ 頭痛 痛 痛 厚生労働省「国民生活基礎調査」 (2016年)より作成