

取材協力/康心会汐見台病院・眼科

白内障で完治を目指すなら、手術を！

目の中のレンズが白く濁り、視界が見えにくくなる「白内障」は、根本的に治すためには手術が必要な病気です。白内障手術を行なっている康心会汐見台病院の眼科を紹介します。

加齢で「レンズ」が濁る

最近、次のような症状はありませんか？
▽視界がかすんでみえる
▽光が眩しく感じる
▽暗い時と明るい時の見え方に差がある

これらに思い当たる人は、目の病気である「白内障」の可能性があります。

白内障は、目の中にある「水晶体」というレンズが、白く濁った状態になってしまう病気です。最も多い原因は加齢ですが、アトピー性皮膚炎や糖尿病による合併症、放射線の被ばくなどが原因になっているケースもあります。



手術は10〜20分程度
日常生活に支障を来たさない初期の段階では、点眼薬治療で進行を抑えていく方法もあります。

しかし、点眼薬はあくまで進行を抑制するだけであり、白内障を治すためには、手術が必要になります。

白内障の手術では、濁った水晶体の中身を超音波で吸い出し、眼内レンズに置き換えます。

「あつという間」に終了
白内障手術を年間約300件(2018年度実績)行なっている「康心会汐見台病院」の眼科担当スタッフは、次のように話しています。「加齢

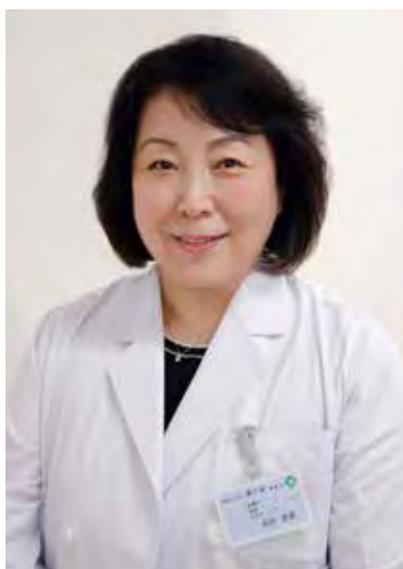
が主な原因の病気です。当然、患者さまは高齢の方が多く、手術を不安に思っている方もみられます。目の『手術』と聞くと、どうしても身構えてしまいがちですが、医療の進歩によって、今の白内障の手術は、10〜20分程度で終了することがほとんどです。まさに『あつという間』に終わってしまう手術とお考えいただければ、お気持ち少し楽になるのではないのでしょうか。

視界のかすみや光の異常な眩しさを、暗所と明所での見え方の違いなどの思い当たる症状のほか、治療の不安などを含めて、当院眼科(科長・金田英蘭医師)に一度、ご相談ください。そのほかの目の悩みも、お気軽に当院をご受診ください。

「目のお悩みから解放を」 純粋な思いとプロ意識で白内障手術

○：着任して丸4年が過ぎました。「当科は、看護師や検査技師の意識や目指す方向性がそろって、一体感があります。診療科の中でも眼科は特殊な機器を使用するの

この「人」に聞く



金田 英蘭 医師
(かねだ ひでか)
康心会汐見台病院
【眼科】
医学博士

必要としているか)や、検査結果を医師がどのように使用し、患者さまの診療に用いているか)といった具体的な

○：神経細胞に関する研究で医学論文の発表も行なってきた金田医師は、「臨床の現場にのぞむにあたり、眼科だけでなく、循環器などの内科も一通り勉強し直しました。眼科では目が対象ですが、その目の奥には血管があり、そこには血液が流れています。血液は全身を巡るので、目の症状一つでも、人間の全身的な病気に関係していることを念頭に置いて、臨床(治療)の現場に立たなければならぬ」と思っています。

○：手術も行ない、白内障では週に約20件を担当することもあり、患者に多い「目の手術の不安」を身をもって知るとともに、自ら手術台に身を委ねたこともあるそうです。「白内障では、年齢が若いほど回復の時間が短くすすみます。手術になかなか踏み出せず、80代になって受ける方が多いのですが、『70代までに行なう』というのを、一つの目安に

康心会汐見台病院 受診予約センター ☎045-761-3587 (月~土) 8:00~17:00

受付時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	予約制 金田 Dr.	金田 Dr.	金田 Dr.	伊藤 Dr.	金田 Dr.	-
午後 13:30~17:00	白内障手術日	予約制 金田 Dr.	予約制 金田 Dr. (白内障手術日)	-	予約制 金田 Dr.	-

無料チャトルバス 運行中! 磯子駅 徒歩10分

横浜市磯子区汐見台1-6-5

老人ホームの入居者が語る 見学時のポイントを伝授!

「ナーシングローズヴィラ鎌倉」は温かい雰囲気、気が評判の介護付有料老人ホームです。春は4月10日(金)〜19日(日)に、個別見学会が開催されます。



毎年恒例のお花見会の様子

「私は神奈川県出身で、鎌倉にずっと憧れを抱いていました。このホームの環境は、古都・鎌倉ならではの風情があり、四季折々の外出レクはとて楽しいです。最寄りの湘南モノレール「湘南町屋駅」からここは近いです。娘夫婦が週末に鎌倉観光がてら寄ってくることも嬉しいですね。

「Bさん」 「医療グループが運営母体なので、小規模でも医療面がとてもしっかりしています。常駐している看護師さんに日々の健康管理をおまかせして、心配事はすぐに相談できます。入居が必要になっても、手厚くサポートしてくれる面倒見の良いスタッフばかりなので、気が楽ですよ。見学会では、スタッフさんとたくさん話すと良いと思います。」

「Aさん」 「リハビリテーションの種類が豊富で、グループ病院から定期的に理学療法士さんに来てもらって、希望を伝えて施術を受けています。見学時にはリハビリの様子が見られなくても、看護師さんには会える可能性は高いと思います。このホームは、入居者一人ひとりに沿った介助で、必要最低限のサポートを見極めてくれます。世間で問題になっている「過介護」とならず、日々、身体機能を自ら維持・向上しようという意欲で前向きになれますよ。」

■入居対象は、おおむね65歳以上の自立から要介護5まで。空室は、二人入居も可能な広めの個室1室(35.64㎡)となっております。(2020年見学会)

ナーシングローズヴィラ鎌倉
各日組様の限定企画!!
春の見学会
4/10(金)~19(日)
13:00から
時間はご相談
しっかりとお見学・ご質問いただくために181組棟で、たっぷりお時間を用意しております。希望のお日には先着順で決まっておりますので、お早めにご予約ください。

二人用居室

ナーシングローズヴィラ鎌倉
0467-42-8666
鎌倉市上町屋733-1

シニアホテル東戸塚 サウスウイングで快適なセカンドライフを!

ふれあいグループ

注目1 万全な医療連携
医療グループに属する老人ホームのため、連携医療機関が多くあります。特に「ふれあい東戸塚ホスピタル」とは、24時間365日の連携サポートを確立しています。

注目2 周囲に介護施設が密集
住宅型で多く心配されるのが、将来の介護サービスについてですが、当ホームは手厚い介護が必要になっても転居の必要はなく、原則として入居時のお部屋でお過ごしいただけます。

自宅介護サービスを受けるのと同様に、介護保険の自己負担分(1~3割)を使用し、介護サービスを受けることができます。

ホーム周辺は、ケアマネ、訪問看護、訪問介護、通所リハビリサービス、福祉用具レンタルなどの施設や事業所が集中しているエリアです。

注目3 十分な広さを確保した居室
100室設置している「タイプA」は、かなり広めな24.8㎡。人気の高い「夫婦部屋」もあります。全居室に、浴室・トイレを完備し、各フロアには「多目的ルーム」をご用意。囲碁・将棋やカラオケなどの娯楽の場にも活用されています。

月額利用料(食費込) 22万5,349円~
前払金 1,700万円~
タイプA (24.8㎡)

注目4 専門スタッフのケア
介護士
ホームに常駐し、緊急時・夜間を含めた24時間の介護サービスを提供

看護師
ホーム専属なので、健康相談・薬管理・通院付き添いなどに随時対応

理学療法士
ふれあい東戸塚ホスピタルの所属スタッフが来館し、週3回体操を実施(参加無料)

理学療法士と一緒にリハビリ体操の様子

春の無料見学会
開催日 4/11(日)~26(日)
5/2(日)~17(日)
●参加無料、事前申込制です
●希望のお時間をお伝えください

夏季の体験入居・ショートステイ(短期利用)
期間 6/15(日)~9/30(水)
●お一人様1泊3食付 税込11,000円
●ご利用期間はお相談ください

見学申込み ▶ どなたでもご参加可能!
入居対象 ▶ 65歳以上のすべての方

資料請求、無料!!
フリーダイヤル ☎0120-35-2240

交通アクセス
電車 JR「東戸塚駅」から無料シャトルバス5分(徒歩では駅から15分)
車 横浜新道「川上IC」または「今井IC」から5分(無料駐車場あり)

サウスウイング 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
横浜市戸塚区上品濃16-15

後遺症だけじゃない！ 元気な人にもリハビリが必要な理由



「リハビリテーション」と聞いて、脳卒中や大腸骨の骨折など、大きな病気やけがによる後遺症に対する訓練というイメージをもつ人が多い。しかし、加齢による身体機能の低下や、病気の発症による後遺症を抱える前に、予防として行なう「リハビリテーション」もあります。

適切なリハビリテーションの実施によって、起こり得る障害そのものの発生を防ぎ、仮に障害を抱えたとしても、その程度を最小限にする。これが、現代で求められることを目的としています。

人間の体は、動かさない状態が続くと、手足の筋力は下がり、関節が硬化したり、体力も低下して、すぐに身体機能が衰えていきます。社会の高齢化が進む中で、そのようなリハビリテーションに高齢者が取り組むことは、将来、「寝たきり」状態になることを自ら予防する行動にもなり、現代で求められている大切な意識の一つかもしれません。

通所リハビリや回復期病棟で実施 転倒予防に「二重課題トレーニング」

ふれあい横浜ホスピタル

リハビリテーションは、けがの予防にもなりま...
す。ふれあい横浜ホスピタルに所属する理学療法士...
(以下、PT)の福田周平さんのお話を紹介します。

「福田周平PT」現代では、65歳以上の高齢者の4人に1人が、一年間のうちに1回は転倒している、または転倒を繰り返しているという調査結果があります。高齢者の転倒の原因には、筋力低下・姿勢不良・バランス能力の低下などがあげられます。

「筋力を向上させて、姿勢を改善すれば大丈夫！」と考え、高年齢者は転倒しやすいという...
「筋力を向上させて、姿勢を改善すれば大丈夫！」と考え、高年齢者は転倒しやすいという...
「筋力を向上させて、姿勢を改善すれば大丈夫！」と考え、高年齢者は転倒しやすいという...



リハビリテーションの様子(担当は福田PT)

「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...

看護技術も体験可能 来春入学向けの説明会スタート

「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...

「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...
「看護士になりたい！」という高校生や、「看護系に転職を考えている」という社会人...

茅ヶ崎看護専門学校
春の学校説明会
4/25(土) 5/23(土)
両日とも13:00~16:00

今、注目のリハビリ専門職！ 3種の「セラピスト」を養成

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
「作業療法学科」では、作業を通して「ゴコロとカラダ」の分野に特化したリハビリのスペシャリスト・作業療法士のスキルを身につけます。

「言語聴覚学科」では、日常生活動作(話す/聴く/食べる等)を支える専門職である言語聴覚士を目指します。

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

「初任者研修」の受講生を募集！
ふれあい医療福祉研修センター

介護の基礎知識から応用技術までを学ぶ介護の入門的資格「介護職員初任者研修」をご存知ですか？
茅ヶ崎にある「ふれあい医療福祉研修センター」では、この研修を通信形式で受講できます。週1回・全17日間で資格が取得できるので、介護職を目指している人や、介護

介護職員初任者研修
期間 6月4日(木)~10月1日(木) 計17日間(週1回ペース)
茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 別館3階「演習室」(JR茅ヶ崎駅から徒歩18分)
定員 20名 (5月28日(木)までの申込み先着順) 受講料 60,000円 (税・テキスト代込)
特典 就職時のキャッシュバック制度、受講料ペア割など
申し込み 所定の申込書(HPからダウンロード)にご記入の上、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ださい。
FAX 0467-84-5966
メール fureai-kensyu@fureai-g.or.jp
郵送 〒253-0061 茅ヶ崎南湖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

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
春の学校説明会
4/25(土) 5/9(土)
作業療法学科 10:00~12:00
言語聴覚学科 13:30~15:30
理学療法学科
本校はリハビリ専門職の「セラピスト養成校」として高い実績をもちます。
▶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%!!
これからの社会でますます必要とされる医療職に興味のある方は、是非お越しください！教職員一同お待ちしております。

茅ヶ崎看護専門学校
春の学校説明会
4/25(土) 5/23(土)
両日とも13:00~16:00
看護技術の体験実習では、実際に授業を担当している教員が手取り足取り丁寧に説明します。
ホームページからお申し込みが可能です。

看護体験募集のお知らせ
ピン!と感じる
将来に出会うために
~学生さんが主人公です~
ふれあい鶴見ホスピタル
JR京急「新子安」
無料シャトルバス約5分
ふれあい東戸塚ホスピタル
JR「東戸塚」
無料シャトルバス約5分

対象:中学生・高校生 | 看護師・リハビリテーションセラピストの体験
医療法人社団 康心会
ふれあい鶴見ホスピタル
横浜市鶴見区東寺尾4-4-22
日時・人数は応相談!お気軽にお問合せください!
中学生が看護体験
高校生がセラピスト体験
レントゲン室を見学
リハビリテーションの実施体験
「今回の体験で、看護師さんの多くの仕事を知ることができました」(中2女子)
「いろいろな専門職で医療が成り立っていることがわかりました」(高2女子)
これまでのご体験校 ● 城郷高校 ● 白山高校 ● 元石川高校 ● 潮田中学校 ほか
問合せ・申込 ☎045-586-1717(担当:水野・梶田)
✉ tsurumi@fureai-g.or.jp

対象:中学生(高校生も可) | 看護師・リハビリテーションセラピストの体験
医療法人社団 健輪会
ふれあい東戸塚ホスピタル
横浜市戸塚区上品濃16-8
看護師やセラピスト(リハビリ療法士)を、本物の医療現場で模擬体験!近隣に老健・老人ホーム・医療大学が並び立つ「医療介護タウン」の上品濃で、充実した体験を!
主な体験内容
● 血圧・体温・脈拍・呼吸の測定
● 車椅子の介助
● ストレッチャー移送
● 洗髪・手浴・足浴・清拭の介助 など
問合せ・申込 ☎045-827-2637
✉ ht-hosp@fureai-g.or.jp

「家の中から始めよう」

花粉対策には、まずこれを試して

約60種の原因が存在

今年も、例年より早く暖かい春が訪れています。それと

同時に、花粉に悩まされている人が多く、現在、日本人のおよそ25%が花粉症であると考えられています(厚生省資料より)。

花粉症とは、スギやヒノキなどの植物の花粉が原因で、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を引き起こす「季節性アレルギー鼻炎」です。国内の約60種類の植物が原因と考えられています。

下痢までも引き起こす

花粉症の主な症状は、鼻と目のほかに、喉や皮膚のかゆみや、下痢、熱っぽさなどが現れる場合もあります。日常生活に支障が出る程度まで進んでしまうと、花粉の飛散量が多くなればなるほど、つらさが増すばかりです。そうならないためには、積極的に予防を行ない、つらいと思ったら我慢せずに、医療機関を受診しましょう。



対策1 外出を控えめに

花粉の飛散が多い日は、特に注意が必要です。天気予報をチェックしたり、1日のうちで飛散の最も多い時間帯(「昼過ぎ」など。地域や植生によって異なる)の外出を控えるなど、自分の行動を見直してみましょう。

対策4 掃除はこまめに

防いでいるつもりでも、室内に花粉は侵入しています。床は毎日、拭き掃除をすることが効果的です。ダニアレルギーの対策にもなります。

対策5 布団の外干しNG

布団乾燥機を活用したり、どうしても外干しが必要な時は、花粉の飛散量が比較的少ない午前中にしましょう。ただし取り込む際には、花粉をしっかりと叩いた上で、布団の表面を掃除機で吸うと、さらに良いでしょう。

対策6 枕元をチェック

床の上と同様、ベッドにも花粉はたまっています。就寝中に花粉を吸い込まないように、枕周り約1mを水で濡らしたティッシュなどで簡単に拭きましょう。

「知っていますか？」

実は多い！整形外科の各専門分野

子どもから大人まで、一度はお世話になったことがある「整形外科」。実は細かい専門分野があるのをご存知ですか？

「整形外科」は、人間の体の中でも「運動器」の疾患を扱う診療科です。運動器とは、体の芯になる骨・関節などの骨格系と、骨・

関節を取り囲んでいる筋肉や、それらを支配する神経系からなります。

整形外科では、運動器の機能的改善を重視して、外科的治療が行なわれます。それゆえに、体の土台骨である背骨と骨盤、四肢が主な対象になります。

このように整形外科は、幅広い世代が対象になる診療科です。

整形外科は、分野によってさらに細かく分けられます。下表参照。

- ▽脊椎外科
 - 主に骨髄と脊髄を扱う
- ▽手のひら外科
 - 主に手や腕を扱う
- ▽股関節外科
 - 主に股関節を扱う
- ▽膝関節外科
 - 主に膝関節を扱う
- ▽足の外科
 - 主に脚(足)を扱う
- ▽スポーツ医学科
 - スポーツによるけがや障害を扱う
- ▽骨・軟部腫瘍外科
 - 骨・軟部腫瘍を扱う
- ▽骨代謝外来
 - 主に骨粗鬆症を扱う

ふれあい鶴見ホスピタル(取材協力)

股関節の専門外来もある整形外科

新子安駅から徒歩無料バスあり

横浜市鶴見区にある「ふれあい鶴見ホスピタル」の整形外科の診療(月・土の午前)について、同院スタッフに話を聞きました。

Q. 整形外科を担当している医師を教えてください。

A. 外来では、坂巻豊教副院長を筆頭に、常勤医である田口英医師のほか、数名の医師(非常勤を含む)が担当しております。

Q. 受診する人は、どのような疾患が多いのですか？

A. 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、骨粗鬆症などをはじめとする慢性疾患の方が多くなります。

Q. 画像検査は、どのような場合に行なうのですか？

A. 転倒や運動などによる軽度の骨折・捻挫の疑いがある時にX線撮影や、場合によってはMRI撮影を行ない治療を実施しています。

Q. 股関節専門外来について教えてください。

A. 毎週木曜午後(13時30分~15時)に設置しています。坂巻副院長が直接、股関節専門の診療を行ないます。小児から高齢の方までを対象とし、患者さまのサイズに合わせたギプスの固定や装具の作成(専門業者による)にも対応しております。

当院では、患者さまの悩みを解決するために、いくつかの内容を提案していきま。是非ご相談ください。



ふれあい東戸塚ホスピタル 総合診療科 本間 和夫 副院長

「本間副院長」花粉症の症状は、体の中に花粉が入ってきて、肥満細胞からヒスタミンが放出されるので、多くの場合、この「ヒスタミン」と

「ふれあい東戸塚ホスピタル」では、血液検査などでアレルギーを特定し、その人の症状にあった治療と薬の処方を行なっています。同院で副院長を務める本間和夫医師のお話を紹介します。

「ふれあい東戸塚ホスピタル」では、花粉症のアレルギー検査(血液検査)によって原因である「アレルギー」(何の花かなど)を特定します。ですから、そのアレルギーに

「自身の症状の出方と程度な薬を使用していますか？また、使っている薬でお悩みはありませんか？」

「ふれあい東戸塚ホスピタル」では、花粉症のアレルギー検査(血液検査)によって原因である「アレルギー」(何の花かなど)を特定します。ですから、そのアレルギーに



ふれあい鶴見ホスピタル 整形外科 坂巻 豊教 副院長

「ふれあい鶴見ホスピタル」では、花粉症のアレルギー検査(血液検査)によって原因である「アレルギー」(何の花かなど)を特定します。ですから、そのアレルギーに

「自身の症状の出方と程度な薬を使用していますか？また、使っている薬でお悩みはありませんか？」

「ふれあい東戸塚ホスピタル」では、花粉症のアレルギー検査(血液検査)によって原因である「アレルギー」(何の花かなど)を特定します。ですから、そのアレルギーに

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

整形外科/外来診療表

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	●	●	●	●	●	●
午後 13:30~16:30	●	●	●	●	●	●

受付時間: 午前 8:30~12:00 (11:45) 午後 13:30~16:30 (15:00) 小児・股関節専門外来

Access: 病院ココ、バス停岸谷、シャトルバス乗り場、新子安公園、JR 新子安駅、池谷、京急線