健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2020年11月
No.44
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

34週目未満は重症化も！「妊娠高血圧症候群」に気をつけて

女性にとってナイーブな時期となる「周産期」には、発病に気をつけなければなりません。妊娠中に高血圧症を発症する「妊娠高血圧症候群」では、生命の危機に瀕するほどの重症化のリスクがあります。

妊娠中に高血圧症を発症することを、「妊娠高血圧症候群」といいます。

この病気は、妊婦のおよそ20人に1人の割合で発症し、特に「早発型」と呼ばれる妊娠34週目未満で起きた場合、重症化しやすいので、注意が必要です。

母子ともにリスクがある

重症になると、母体の血圧上昇、タンパク尿のほか、けいれん発作、脳出血、肝・腎機能障害などを引き起こす可能性があります。また、胎児では、発育不全、常位胎盤早期剥離、胎児機能不全、胎児死亡などのリスクがあり、母子ともに危険な状態に陥ってしまうこともあります。

この病気の原因については、さまざまな研究が進められていますが、残念ながらまだ結論は出ておらず、妊娠前から糖尿病や腎臓の病気などを抱えていたり、肥満や年齢が高い（40歳以上）と、発症の可能性が高まることは知られています。

医師の指導下で正しいケアを

治療には、安静が必要で、けいれん予防や重い高血圧に対しては、入院や投薬を行なうケースもあります。

自然分娩はリスクが高いと医師が判断した場合は、帝王切開の選択肢がとられることがあります。出産後に通常は、母体の症状が急速に改善していくからです。

しかし症状が重い場合は、出産後も高血圧やタンパク尿が持続することがあるので、フォローアップが大切になってきます。必ずかかりつけ医の下で、適切な周産期管理を受けるようにしましょう。水分摂取の制限や利尿剤の使用は血栓症のリスクを高めたり、過度の塩分制限は効果が懐疑的なため、しっかりと医師の診察を受け、正しくケアしていくことが必要です。

綾瀬厚生病院 産婦人科
IC認証システムの病棟で安心の分娩を
買い物ついでに相談可能！

綾瀬市の唯一の基幹病院である「綾瀬厚生病院」では、産婦人科棟に女医1名を含む常勤医3名と、16名のほとんどが分娩を専門にする助産師を配置し、安心感ある分娩環境を提供しています〈2020年11月現在〉。

開放感ある個室は多くのママに人気

■利便性と安心感

海老名・座間・大和・藤沢・横浜市瀬谷区などからのアクセスがよい「綾瀬厚生病院」（綾瀬市深谷中1の4の16）の産婦人科では、これまで5千を超える新生児が誕生しています。

分娩病院として支持される理由の一つは、安心感。母児同室で、各ベッドで新生児とのふれあいを大切にしています。各部屋には、ICカード認証システムを導入し、不安やストレスを感じさせない入院環境を整えています。

■個室も充実、会員料金も

個室は2タイプあります。タイプⅠは52万円、タイプⅡは54万円ですが、「ふれあい健康友の会」※1会員の場合は、タイプⅠが48万円、タイプⅡは50万円になります※2。

※1「ふれあい健康友の会」は当日入会が可能。詳細は同院へお問い合わせを。

※2 分娩料金の目安は、出産回数や処置内容などで変動する場合があります。

■好評！月1回の相談会

出産前後の新ママ、これから妊娠を考えている女性、育児に奮闘中のママなど、悩みを抱えながらも、病院での受診に抵抗がある人のために、同院の助産師が「綾瀬タウンヒルズ」で、毎月最終金曜日に「助産師なんでも相談会」を開催しています。買い物ついでに是非、お寄りください。

助産師なんでも相談会

自己流の腰痛体操で肝心なこと

腰痛の原因は、脊椎、椎体を取り巻く筋肉、骨盤の異常のほか、内臓の疾患が関係していたり、心因性のものもあると考えられています。

同じ姿勢が続く時は休憩を

正しくない姿勢や同じ姿勢で長くいることは、腰に大きな負担をかけ、腰痛が発生しやすくなります。腰痛の予防には、まずは「姿勢を良く（正しく）すること」から始めてみるとよいでしょう。

仕事で同じ姿勢が続く場合や、パソコン、読書、テレビ鑑賞などの長時間にわたるものは、適度に休憩をとることを意識して、ストレッチなどを心掛けましょう。

無鉄砲なやり方はNG

しかし、急激なストレッチや運動は、かえって体の多くの部分に負担をかけてしまう場合があります。むやみに行なうのではなく、正しい方法で実施していく必要があります。運動施設のトレーナーや、腰痛が専門の医師などの意見を取り入れると安全です。

"腰の時限爆弾"椎間板ヘルニアにご用心！
ふれあい町田ホスピタル　市原眞仁 名誉院長

ふれあい町田ホスピタルの整形外科では、市原眞仁名誉院長をはじめとする医師が、各種の専門治療を行なっています。市原名誉院長に伺いました。

ふれあい町田ホスピタル
整形外科
市原 眞仁 名誉院長

Q. 整形外科を受診する人に多い疾患は何ですか？

A. 多いものの一つに、「椎間板ヘルニア」があります。「ヘルニア」とは、何かが、本来あるはずの位置から、狭いところに出てきてしまうことをいいます。ヘルニアになる部位はさまざまですが、整形外科では「椎間板」のヘルニアを治療します。

Q. 椎間板とは、体のどのような部位なのですか？

A. 脊椎をつないでいる軟骨が「椎間板」です。

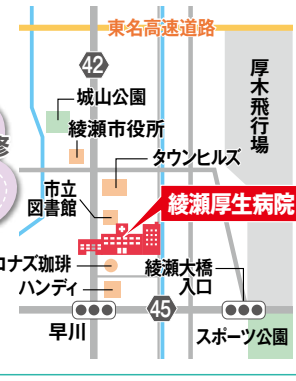
人間の脊椎には、頚椎・胸椎・腰椎・仙椎・尾椎があり、下肢の痛みや足に力が入らなくなるなどがあります。頚椎・胸椎では、痛みだけでなく、神経まひ、下半身まひなどがあります。

Q. 治療方法について、簡単に教えてください。

A. 症状によって異なるので、一概にはいえませんが、痛みが我慢できない場合などは、手術を行なうことになります。当院には、日本整形外科学会専門医・脊椎脊髄病医がおりますので、ご安心して治療をお受けいただけると思います。是非、当院へご相談ください。

また、当院にはリハビリで利用できる「メディカルフィットネスセンター」を併設しております。こちらは体験が可能ですので、お体のことで心配事がありましたら、お気軽にご来院ください。

〈取材協力〉
ふれあい町田ホスピタル
☎042・798・1121

相鉄線 海老名駅・かしわ台駅、小田急線 海老名駅・長後駅、JR 海老名駅　看護補助
正 パ 資
実務経験を積みながら専門資格の取得を支援！
綾瀬市の救急医療を担う中核病院！
募集職種 看護補助
資 介護職員初任者研修修了者または介護福祉士
正 月給▶22万5200円〈経験10年目・介護福祉士の場合〉 〈別途〉夜勤手当▶4000円～5000円
勤務時間▶日勤 8:30～17:30
夜勤 17:00～翌9:00
パ 時給▶1100円～1200円 勤務時間▶応相談
保育所隣接！仕事と子育てが両立しやすい環境です！
資格取得後、ブランク有・未経験でも安心！
院内講習会、全体研修会など看護補助職の教育に力を入れ、万全のフォローアップ体制
実務経験を積みながら
・介護福祉士実務者研修
・喀痰吸引等研修
の資格取得をサポート♪
受講費免除制度あり!


医療法人社団 柏綾会 綾瀬厚生病院
〒252-1107 神奈川県綾瀬市深谷中1-4-16
☎0467-77-5111
http://www.fureai-g.or.jp/ayase-hp/
応募 お気軽にお問合せください。エントリーは、当院ホームページからも可能です。
担当：総務課 南・橋本

今月オススメ 1・4面に掲載

求人
Recruit Information
夢、広がる。
仕事、見つかる。
私、頑張る。
正 正社員　パ パート　未 未経験OK
時 時間・日数相談可能　プ プライベート充実
スキルUP　保 保育所有　手 各種手当有
資 該当資格必須　ユニフォーム貸与

さがみ野中央病院

「かかりつけ」として利便性を第一に考えた診療体制

海老名市にある「さがみ野中央病院」では、地域住民の健康のために、地元のニーズに沿った診療に力を入れています。糖尿病や脂質異常症など、生活習慣に関わる疾患の治療のほか、救急医療（輪番制）にも貢献しています。

2駅（さがみ野駅、相模大塚駅）から徒歩圏内にある

さがみ野中央病院は、内科・外科・整形外科・皮膚科などの診療科目を揃えている地域病院です。同院で副院長を務める小熊利明医師（内科）＝今号「この人に聞く」で紹介＝に、病院の体制や内科の診療内容について、話を伺いました。

――県央地域は、隣合っている市が多く、貴院についても海老名市に所在していますが、座間市などからの来院者も多いのでしょうか？

（小熊副院長）「はい、そうです。

当院は、海老名市の中でも特に人口が密集した東柏ケ谷地区に位置しています。その立地から、座間市のほか、綾瀬市や大和市にも隣接し、幅広い地域の患者さまが、外来を受診されています。

入院を必要とする患者さまにつきましては、海老名医師会を中心に、各医師会の先生方との病診連携を大切にしていくように努めています。地域に根差した身近な存在であり、内容を含めて、患者さまのご様子を把握していくこと。「学会への参加で出張などもありますが、最善の調整を行なうようにしています。患者さまが体調の悪い時や、診察を望まれている際に、安心して受診できる体制を整えていくことは、〝頼れる地域医療〟の根幹の一つだと思っています」。現在、外来は㈪午前、㈫午後、㈭午後、㈮午前、㈯午前（第2・4週）を担当し、脂質異常や高血圧、不整脈、心不全、糖尿病をはじめとする診療を行なっています。

○…「実は私、一度は経済学部を卒業して、医学部は再受験したんです。最初の大学3年の時に、親族が大病を患い、病院へ付き添っていたのですが、その時、『医療の仕事ってなんて素晴らしいんだ』と感銘し、医師になる決意をしました」。東海大学医学部を卒業後、同大の付属病院や関連病院で経験を重ね、十数年前にさがみ野中央病院に着任しました。「当院はコンパクトにまとまっていて、スタッフのコミュニケーションがよくとれています。患者さまにとっては、気軽にかかれる病院でありながら、精密検査や入院治療のほか、専門病院との緊密な連携があり、利便性の良さも大きなメリットだと思います」と朗らかな笑顔で続けました。

「この日に行けば診てもらえる」頼れる医療の根幹を体現

この「人」に聞く

小熊 利明 医師

（おぐま としあき）

さがみ野中央病院 副院長

【内科】

日本内科学会 認定内科医
日本循環器学会 循環器専門医
ICD（インフェクションコントロールドクター）
日本医師会 認定産業医

○…「今は、お年を召した方もお一人で住んでいることが多く、女性に限らず男性もそのような住環境であった場合、食事は三食とっているのか、日課の農作業は天候に関係なくやるのかなど、普段の生活

――齢者施設にご入居されている方についても、積極的な救急の受け入れに努めております」

――救急時にも頼れる病院であることは、地域にとって重要な存在であると思います。

（小熊副院長）「当院では、そのような存在であり続けるために努力し、地域の皆さまが安心して健康な生活をお過ごしいただけるように、急性期病院としての役割も果たしております。

当地域の救急医療は、『輪番制』をとっており、夜間や休日など、担当医・当直医の専門によっては、一部、早期の専門的治療が求められるケースでは、専門病院や救急当番病院をおすすめするケースもございますが、当院は、可能な範囲で24時間体制で救急患者さまをお受けするように努めております」

――では、日頃お世話になる〝かかりつけ〟としての側面についても、簡単にお話いただけますか？

（小熊副院長）「内科疾患についてお話させていただくと、当院は、高血圧、糖尿病、脂質異常症、高尿酸血症などの生活習慣に関連した疾患を多く扱っております。

そのほか、上気道炎、肺炎、インフルエンザをはじめとする呼吸器系感染症や、胃腸炎、腎盂腎炎などの腸管、尿路感染症も診療しております。循環器系では、不整脈や虚血性冠動脈疾患（急性期除く）、心不全の入院治療も行なっております」

――小熊先生はどのような疾患を診ているのですか？

（小熊副院長）「私の専門は循環器内科ですので、当院におきましては、高血圧症、心不全、不整脈などの循環器疾患の診療を主に担当しております。

しかし外来では、地域の方々に寄り添った診療を行なうために、糖尿病、脂質異常症など、生活習慣病も診ております。

また、私は当院における院内感染対策の責任者も務めております。地域の感染症情報をいち早く収集して、院内の感染防止を徹底すべく、尽力していきます」。

――さまざまなお話、ありがとうございました。

■取材協力
さがみ野中央病院
☎046・233・5110
海老名市東柏ヶ谷6の20の20

さがみ野中央病院
☎046-233-5110

徒歩 さがみ野駅から5分 相模大塚駅から8分

内科外来

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	－

担当医

小熊 利明 副院長

反町 仁一 診療部長 ほか

湘南ふれあいの園
シニアレジデンス町田

安心感あるシニアLife（ライフ）を貴方に――。

介護と医療が一体化された暮らしがここにある

連携病院から週3回にわたって理学療法士や作業療法士が来館し、リハビリテーションを提供しています。楽しみながら行なうものが多く、毎回、大人気となっています。
毎日（土日祝を含む）当直医が同じ建物にいるため、夜間や緊急時においても、医療対応が万全な施設です。
定期通院・受診は階下におりるだけという環境に加えて、通院することが難しい場合には、病院から担当医が来館。
24時間介護スタッフが常駐し、医療と介護が密接に連携した安心感あるシニアライフをお送りいただけます。

急ぎの入居に、迅速対応！

早急にホームを探さなければならない方に対して、迅速な受け入れ体制を強化しています。

- 病院や老健などからの退院・退所後、自宅で生活することが困難な方
- 家族介護に限界を感じている方
- 一人住まいで在宅生活の継続が難しい方　など

短期利用（ショートステイ）や体験入居、施設見学は随時、受け付けているので、お気軽にお問合せください。

リハビリテーション

外観

中庭

ロビー

居室例

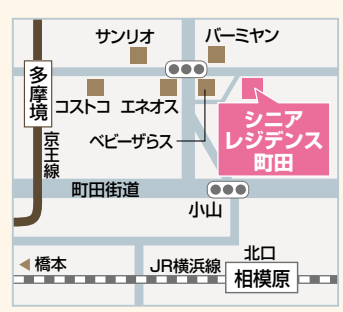
入居対象 65歳以上の全ての方（自立～要介護の方、認知症を抱えている方や、人工透析・胃ろう・在宅酸素が必要な方など、是非ご相談ください。）

医療サポート 病院担当医の往診、各種予防接種、緊急時や夜間の対応など

無料セミナー、好評開催中！

町田市・八王子市・相模原市などの会場で、無料セミナー「失敗しない老人ホームの選び方」「もしもの為の終活について」等を毎月開催しています。
詳しい開催スケジュールについては、シニアレジデンス町田へお問合せください。

●お申込み・施設についてのお問合せ
シニアレジデンス町田
フリーダイヤル 0120-86-6534
【受付】9:00～18:00
〒194-0215 東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
HP http://www.fureai-g.or.jp/s-residence/



介護老人保健施設 ふれあいの町田〈入所・通所〉
スタッフ全員が資格所有！ 安心のリハビリ環境

介護老人保健施設「ふれあいの町田」は、病気やけがで入院した人が、病院での（急性期）治療を終えた後、すぐに自宅に戻るにはまだ安定していない状態の時に、リハビリテーションを実施して、以前のADL（日常生活動作）まで回復することを目的としている高齢者専用施設です。

一人ひとりにあったリハビリ訓練を提供している

介護・看護部門の全スタッフが専門資格を有し、正しい知識と技術をもって、高齢者の生活をサポートし、身体機能が回復していくように、効果的な訓練やケアを行なっています。

多職種による総合サポート

看護師や介護福祉士、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士といった国家資格をもつ常勤スタッフが、他の職種と連携して、高齢者の健康についての多面的なサポートが提供できるのは、「ふれあいの町田」が医療グループに所属しているからです。

隣接している病院「ふれあい町田ホスピタル」からは、24時間365日にわたってバックアップがあり、医師が常駐しています。夜間の緊急時も、入所生活においては、大きな安心感となります。

さらに「ふれあいの町田」には、日帰りで利用できる「通所リハビリテーション」（デイケア）もあり、自宅から通いで日中だけのリハビリを受けることもできます。

スタッフは次のように話しています。「当施設は、スタッフ全員が有資格者であり、かつ国家資格所有者は95％以上の在籍を誇り、専門的で上質なサービスを、自信をもって提供しております。例えば、食事に関しては、美味しさだけでなく、彩りも楽しめるメニューを考えており、退院後から集中的に訓練される方〈入所〉と、家庭で生活しながら日中だけ通いで訓練を受ける方〈通所リハビリテーション〉の両面のサービスを充実させております。どちらも見学が可能ですので、お気軽にお問い合わせください」。

◆ふれあいの町田
☎042・798・2001

みどりの風 大和
居心地良く安心できる シニア専用につくられた「住まい」

神奈川県大和市西鶴間にある「みどりの風 大和」は、保健・医療・福祉・教育の「ふれあいグループ」に所属するサービス付き高齢者向け住宅です。

介護と医療の密接な連携

ここでは、同じグループの多くの医療機関との密接な連携体制があるので、介護と医療の効率的なサポートが提供でき、加えて居室には「見守りシステム」を導入。共有のリビングや人工温泉もあり、高齢者の居心地の良さを追求した住まいになっています。

見学や資料請求は随時受け付けているので、お気軽にお問い合わせを！（空室わずか）

介護スタッフを募集！

館内では、入居者の「安心・安全」な生活のために、高齢者に嬉しい多くのサービスを提供しながら、自由で朗らかな日常を送ってもらうことをモットーに、日々、スタッフが懸命に、そして楽しく働いています。

2階にあるリビングスペース

現在、「みどりの風 大和」では、介護士（正社員）を募集しています。グループ所属のため、『医療費全額補助制度』をはじめとする福利厚生が整えられている職場です。

「詳しい内容を知りたい」などの質問だけでも大丈夫なので、気になる人は、お電話でお気軽に「みどりの風 大和」へお問い合わせください。

外観
人工温泉「光明石温泉」
健康体操
見学・資料請求を随時受付中！
みどりの風 大和
介護スタッフ募集
業務 安否確認・排泄介助・入浴介助・歩行の介助 など
資格 介護福祉士/ホームヘルパー2級/介護職員初任者研修修了者のいずれか
月給 171,000円～
＊別途、夜勤手当あり
介護福祉士 7,000円／回
上記以外 5,500円／回
時間 8:00～17:00、8:30～17:30、17:00～翌9:00〈シフト制〉
0120-30-9113
大和市西鶴間6-30-24

学校説明会・入試説明会
来場者限定で過去問を配布！
茅ヶ崎看護専門学校

茅ヶ崎看護専門学校では、土日祝日のほか、平日にも各種の「説明会」を開催しています。この平日夕方の開催は、普段のありのままの学校生活が体感できるので、看護学生となった姿をイメージしやすく、人気があります。

「学校説明会」は12月8日㈫16時～18時、「入試説明会」は12月22日㈫16時～18時です。予定のつく日に、是非ご参加ください。特に同校の「入試説明会」は、毎年、参加した人のほとんどが受験する傾向にあり、学力試験や面接のポイントまで、丁寧な解説がある貴重なイベントです。

どちらの説明会でも、来場者に過去の入試問題集を限定配布しています。看護系を受験する人は、是非ご参加を！

貴重な場面に遭遇も！
「リハビリの現場を見学できます」
茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

リハビリの国家資格である「作業療法士」「言語聴覚士」「理学療法士」の仕事や、資格取得後の働き方、医療現場のイメージがつかめない人などに対し、茅ヶ崎リハビリテーション専門学校では、リハビリの現場を見学することができます。希望者は、同校へお電話で、①見学希望の日時②希望職種をお伝えください。同校が所属する「ふれあいグループ」の病院と調整して、見学日時が決定されます。

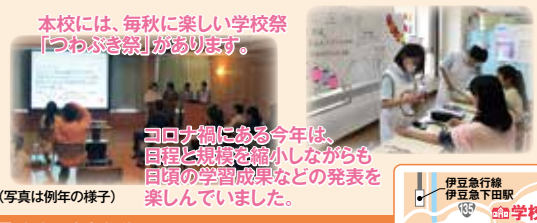
同校によると、「当グループのリハビリテーションスタッフは、650名を超え、その協力の下で、実際に働いている現場を見ることができる貴重な機会です。是非、ご参加ください」と話しています。

学校説明会
看護師目指す気持ちを最優先
湘南医療大学附属 下田看護専門学校

下田看護専門学校では、12月5日㈯に学校説明会を開催します。時間は13時からで、当日は最寄りの伊豆急下田駅から送迎バスがあります。詳しい内容については、ホームページ参照または同校へお電話でお問い合わせください。

同校は、「看護師になりたい」という気持ちを大切にしている専門学校です。学校内では、在校生が看護師を目指してお互いに協力し、励まし合い、頑張っている姿が多く見られます。

同校スタッフは、次のように話しています。「本校は、なりたい気持ちをまず第一に考えている学校です。『看護師になりたい・興味がある』という方は、是非一度、説明会にご参加ください」。

来春入学のための 下田看護専門学校
学校説明会
12／5（土）13:00開始
※学校見学や説明会は、感染予防対策を講じて実施しております。
HPからお申込みを！
本校には、毎秋に楽しい学校祭「つわぶき祭」があります。

コロナ禍にある今年は、日程と規模を縮小しながらも日頃の学習成果などの発表を楽しんでいました。
（写真は例年の様子）
問合せ 湘南医療大学附属 下田看護専門学校
静岡県下田市柿崎289
☎0558-25-2211
学生寮（女子）あり

伊豆急下田駅からバス停「上の山」下車（徒歩では駅から30分）

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校

グループ部会
650名を超えるリハビリ療法士が所属（セラピスト）
病院現場の見学会に協力！現役のセラピストに会い、質問も可能!!
見学会を開催

リハビリ現場を見学できます。下記の内容をご連絡ください！
・「病院見学を希望」の旨
・希望の日時
・見学希望の職種
作業療法士・言語聴覚士・理学療法士は、どんなところで、どんな仕事をしているのでしょうか？働いている姿を見て、将来の自分と重ねてみてください♪
グループ病院と調整の上、日程を決定させていただきます。
申込み 茅ヶ崎リハビリテーション専門学校
神奈川県茅ヶ崎市南湖1-6-11
☎0467-88-6611
茅ヶ崎駅北口から徒歩18分

大好評！ みんなが行きやすい平日夕方からの説明会
茅ヶ崎看護専門学校

学校説明会 12／8㈫16:00～18:00
実際に教わる教員（授業の先生）から、「看護体験」が受けられます
入試説明会 12／22㈫16:00～18:00
受験を検討中の方、必見！「学力試験」「面接」のポイントを解説！
一般入試の日程について 詳しくは
第1回 12／12（土） 第2回 1／23（土） 第3回 2／27（土）
問合せ 茅ヶ崎看護専門学校
神奈川県茅ヶ崎市今宿390
☎0467-86-6011
茅ヶ崎駅北口からバスで「辻東」停歩5分

湘南医療大学
Shonan University of Medical Sciences
2021年4月開設
薬学部 医療薬学科
グループ病院とコラボレート

ロケーション
●横浜・都心からアクセス良好
●医療施設や「保健医療学部」が隣接し、連携した学習が可能
●首都圏・県西部からも通いやすい
●最寄駅から徒歩圏内
●緑豊かで静かな環境
施設・設備
●"未来型"薬学教育に最適な新校舎を設立
●複合的な研究が可能な設備
●多様な医療施設を活用
●学生寮から安心の通学
教育・研究
●経験豊富な教員が指導
●医療系教育スタッフが充実
●早期の体験実習から後期にわたる徹底した臨床教育
●基礎と臨床がコラボレートした研究の実現へ！
進路
臨床に強い薬剤師に育てます
●臨床現場で活躍できる実力ある薬剤師を育成
●病院、薬局などの就職希望の完全実現化へ
●薬を創る仕事に進む進路も視野に
●研究・指導者への道も！
●国際的に活躍できる医療人を養成

個別相談を受付中！
☎045-821-0115
（湘南医療大学 入試事務室）
詳しくはホームページをご確認ください
湘南医療大学 検索
「東戸塚」駅西口より徒歩12分
（JR横須賀線・湘南新宿ライン）

健康生活お役立ち新聞

町田・県央版
2020年11月
No.44

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

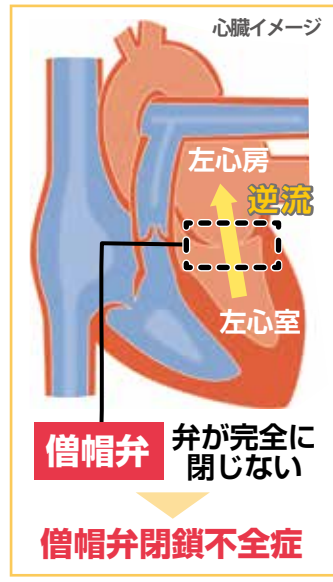
高齢者に増えている弁膜症

僧帽弁が閉じない「閉鎖不全」が多発

心臓の各部屋（左心房／左心室／右心房／右心室）の中でも、全身に血液を送り出す左心室の入口の弁・僧帽弁では、閉鎖不全症（僧帽弁逆流）が多く発症しています。

心臓にある弁の病気「弁膜症」の中でも、「閉鎖不全症」は、僧帽弁で多く発症します（僧帽弁逆流）。

慢性的なものでは、無症状から次第に息切れや呼吸困難の症状が現れます。急性の場合は、急激な肺高血圧、肺うっ血による呼吸困難を生じます。



不整脈の合併も

僧帽弁逆流の原因は、退行変性による弁逸脱、感染性心内膜炎、リウマチ性、先天性、心筋梗塞あるいは心筋症による左心室の形態変化や収縮異常などがあります。

僧帽弁は「弁輪」「弁葉」「腱索」「乳頭筋」で構成されていて、これらが障害されると、弁が閉鎖できずに逆流を起こします。退行変性による弁逸脱では、弁葉と乳頭筋をつなぐ腱索が、切れたり伸びることで、弁の閉鎖線がずれて逆流します。

逆流が高度になると、肺と心臓を往復する血液量によって、左心室・左心房に負担（容量負荷）がかかり、心拡大や左室機能低下、不整脈（心房細動）などの病気に進行していきます。

タイミングを逃さないで

病気の診断は主に「心エコー検査」で行なわれます。

息切れなどの症状が出る頃には、心室機能障害が進み、手術後の回復に大きく影響することが多いので、外科治療のタイミングがとても重要になってきます。

息切れや呼吸困難などに対しては、利尿剤などの内科的治療が行なわれますが、長期的には病態の進行は止められず、高度逆流の場合は、至適時期の外科治療が必要です。

体の不調は、すぐに病院へ行きましょう。

僧帽弁形成術の実績は700症例以上

「弁膜症の治療は当院へお任せを」

大和成和病院　倉田 篤 院長

僧帽弁の閉鎖不全症（僧帽弁逆流）の治療で「僧帽弁形成術」を行なっている大和成和病院〈神奈川県大和市南林間9の8の2〉の倉田篤院長に、手術内容について解説いただきました。〈取材協力〉

大和成和病院
心臓血管外科
倉田 篤 院長

僧帽弁形成術の特徴

「僧帽弁閉鎖不全の手術には、【僧帽弁置換術】と【僧帽弁形成術】があります。

前者の僧帽弁置換術は、機械弁、あるいは生体弁による人工弁置換術に分かれます。

後者の僧帽弁形成術は、逆流する障害された弁葉を切除し、人工腱索で再建を行ない、人工弁輪などで弁輪形態を整え、逆流を止める手術です。

人工弁置換術に比べて手術死亡率が低く、左心室機能の回復や術後合併症の回避などで、優位性が認められています。治療ガイドラインでも、技術的に可能であれば、形成術の施行を推奨しています」

大和成和病院での手術実績

「私が執刀した僧帽弁形成術は、これまで700症例を超え、循環器専門の当院（大和成和病院）では、年間60症例以上の実施があります。

〈2019年度実績〉

中等度以上、単独僧帽弁閉鎖不全の保存的治療（手術未施行）の経過を追った医療報告〈Mayo Clinic〉によると、10年で全体の半数弱（43％）の死亡が確認されていますが、当院での形成術後の10年生存率は90％以上を誇っています。一般的にも、左室駆出率が60％までに手術を受けた方が、生存率が高いことが知られています。

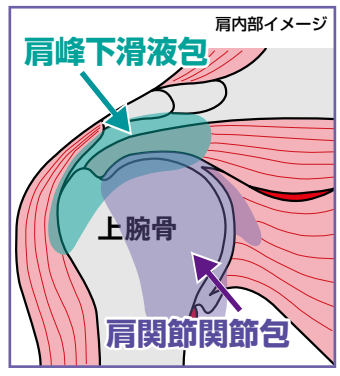
手術前左室駆出率65％、左室収縮期内径38㎜までに形成術を受けていただくと、約75％が左室機能の正常域化が可能ですが、左室機能低下例では半数程の患者さまにしか改善がみられません。

手術のタイミングは極めて重要です。心エコー診断の進歩にともない、比較的早期に手術を検討できる症例が増えておりますので、心臓の不安は当院へご相談ください」。

■大和成和病院
☎046・278・3911

「五十肩」の正体は、関節周りの炎症！

髪を結ったり、服を着替える時に、肩が痛み、動きが不自由になっていませんか？そのような症状は、「肩関節周囲炎」（いわゆる「五十肩」）の可能性があります。寝返りだけでも痛み、眠れず、不眠に悩む人もいるほどです。



腱や靭帯の老化

関節を構成する骨・軟骨・靭帯・腱などが老化して、肩関節の周囲の組織に炎症が起きることで、痛みが発生します。

肩関節の動きをよくする袋である「肩峰下滑液包」や、関節を包む袋「肩関節関節包」が癒着すると、さらに動きが悪くなります（拘縮または凍結肩）。

圧痛の部位や肩関節の動きの状態をみて、診断が行なわれます。X線撮影やMRI検査、関節造影検査、超音波検査などで、石灰（沈着）性腱炎や腱板断裂、上腕二頭筋長頭腱損傷といった他の病態の有無を鑑別して、具体的な治療方法が定められていきます。多くは、三角巾で安静をはかったり、内服薬治療のほか、運動療法などのリハビリテーションが実施されます。

さがみ野中央病院　リハビリテーション科

40代からは猫背に注意！「五十肩」発症で一年以上苦しむことも

「四十肩・五十肩」（肩関節周囲炎）は、40～60代に発症しやすく、肩が痛み、動きが制限されます。夜間に目が覚める程の痛みに発展することもあり、腕が上がらず、生活に大きな支障が出ます。これについて、さがみ野中央病院所属の理学療法士・栗澤高輝さんのお話を紹介します。

長期間にわたる不自由さ

（栗澤理学療法士）「『四十肩・五十肩』と呼ばれる『肩関節周囲炎』で怖いのは、治るまでの時間の長さです。発症から1年以上かかることは珍しくなく、その間の不自由さと痛みの悩みは計り知れません。『四十肩・五十肩』を甘くみてはならないのです。

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』といわれ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、気づかないうちに猫背になっている可能性があります。意識してその都度、体の姿勢をなおしていくことが大切です。ラジオ体操などの運動習慣も、予防に効果的でしょう」

療法士による専門リハビリ

「治療では、手術が用いられることもありますが、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、初期症状の様子はさまざまですので、おかしいと思ったら早めに整形外科を受診しましょう。

さがみ野中央病院のリハビリテーションは、私を含めた国家資格をもつ療法士が専門性をもって実施しております。是非、ご来院ください」。

取材協力／さがみ野中央病院

小田急線 中央林間駅・南林間駅・鶴間駅、東急線 中央林間駅　看護師

正 資 手

心臓・血管治療の専門病院

循環器の『エキスパート・ナース』を目指しませんか?

看護師募集！

◆看護師　急性期一般病棟　ICU担当
月給　経験10年目の場合 284,800円
※別途、夜勤手当@14,000円
時間　8:30～17:30、17:00～翌9:00

■休日　年間124日(夏期休暇含む)　■賞与　年3回(7・12・4月)
■福利厚生　医療費補助、保育園利用など

当院で働く3つのメリット

1．仕事と子育ての両立がしやすい
ママナース率21%！近隣に保育所があり、出産・育児によって退職するナースはほとんどいません。

2．定期的なメンタルヘルスケアを実施！
1・3カ月目の定期面談で、入職後の悩みをしっかりフォロー。

3．スキルアップが可能！
グループ内教育機関にて、「認定看護師」や「実習指導者」の養成研修を実施。資格取得支援制度が利用できます。

まずはお気軽にお電話ください♪

医療法人社団 公仁会　大和成和病院　〒242-0006 神奈川県大和市南林間9-8-2
☎046-278-3911　担当 馬場・山田