

健康生活お役立ち新聞

町田・
県央版

2022年10月

No.67

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370 電話(0467)58-5678



大和成和病院
心臓血管外科 主任部長
田畑 美弥子 医師

「心臓の病気の中で、手術が必要になるものには、心筋梗塞や狭心症の原因となる『冠状動脈疾患』、大動脈弁が狭窄したり、僧帽弁が閉鎖不全を起こす『心臓弁膜症』、心房中隔欠損や心室中隔欠損などの『先天性心疾患』、大動脈瘤や大動脈解離などの

『大動脈疾患』があります。そして手術の種類には、冠状動脈バイパス手術、弁形成術、弁置換術、人工血管置換術などがあります」

「心臓は、実際には胸のほぼ真ん中にあり、心臓の先端が左側の方を向いています。心臓と肺の周りには、体を守るために、肋骨や肋骨が配置されています。そのため、多くの心臓手術では、肋骨を

心臓病を専門的に扱っている大和成和病院の心臓血管外科・主任部長の田畑美弥子医師による心臓手術のお話を紹介します。

切開してから行ないます。

手術中は、心臓の動きを止めたり、一時的に血液の流れを止めたりする必要があります。

『人工心臓』が用いられます。

体の中で酸素を使用した血液(静脈血)が心臓に戻る手前で、静脈から血液を人工心臓装置に導き、機械で酸素を混ぜた血液(動脈血)を大動脈に送り、体内の臓器に送り届けるのです。

これらに加えて当院では、肋骨を切開せずに行なう手術のMICSや、人工心臓を使用しない手術も採用しています。

取材協力／大和成和病院

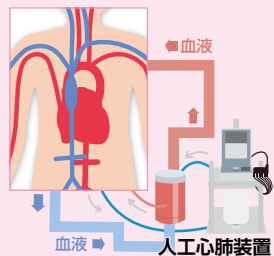
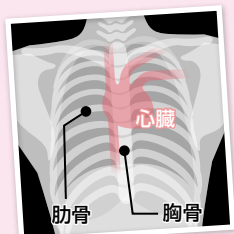
☎046・278・3911(代)

大和市南林間9の8の2

心臓病

手術が必要な病気の種類と人工心臓

大和成和病院 田畑 美弥子 医師



胸部の骨と人工心臓の使用(イメージ)

心臓手術では、心臓を守っている骨を切開し、さらに人工心肺装置を用いて行なうことが多く、人工心肺を使用した後は、体がむくみやすくなるので、塩分と水分の摂取を制限して、体内の余剰水分を

減らしたり、利尿剤を使用し、経過をみていきます。一方で「MICS」という手術方法では、骨(肋骨)を切らずに、肋骨の間のスペースから治療します。創は5cm程度になるので、出血や術後

低侵襲の方法は他にも、また、心臓病の中でも、狭心症などの冠状動脈疾患に対する手術では、人工心臓を使用せずに手術を行なうこともあります(心拍動下(オフポンプ)冠状動脈バイパス術)。狭義の意味でこちらも低侵襲な心臓手術といえます。

骨を切らない・人工心臓を使わない手術

専門治療の医療現場で実施

心臓手術も多様化!

多くの心臓手術では、心臓付近の骨を切開して実施しますが、切開せずに行なう低侵襲な手術方法のMICSなどもあります。

痛みが少なくすみやす

しかし全ての心臓病にこの治療が適用されるわけではなく、まず手術が可能な病気であること、そして大動脈弁や僧帽弁、または心房中隔欠損などの対象となる病気である必要があります。注・MICSを採用している病院であることが大前提。

五十肩の正体

関節周りの組織障害

腱や靱帯など

老化で炎症

関節を構成する骨・軟骨・靱帯・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、五十肩が発生します。

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)。

診断は、圧痛の部位や肩関節の動きの状態をみて行なわれ

ます。X線撮影やMRI検査、関節造影検査、超音波検

査、関節鏡検査などが実施されま

す。

「さがみ野中央病院」には、専門性の高い治療を

担当している整形外科医がおり

ます。このほかに、膝やリウマチ、股関節などの整形外科疾患を扱っておりますので、体につらさを感じたら早

めに当院をご受診ください。

■さがみ野中央病院

☎046・233・5110(代)

神奈川県海老名市東柏ヶ谷6

の20

無料駐車場あり

原因の一つとして、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

をしている方は、注意が必要

です。多くが、デスクワークや家事によ

って、無意識に猫背になっています。

意識的に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

と

「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

に支障をきたすことがあります。

「さがみ野中央病院」には、専門性の高い治療を

担当している整形外科医がおり

ます。このほかに、膝やリウマチ、股関節などの整形外科疾患を扱っておりますので、体につらさを感じたら早

めに当院をご受診ください。

■さがみ野中央病院

☎046・233・5110(代)

神奈川県海老名市東柏ヶ谷6

の20

無料駐車場あり

原因の一つとして、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

をしている方は、注意が必要

です。多くが、デスクワークや家事によ

「肩の違和感・痛み」お早めにご相談を!

整形外科 井上 宏介 医師

さがみ野中央病院

☎046-233-5110

最寄駅/さがみ野駅または相模大塚駅

海老名市東柏ヶ谷6-20-20

「四十肩・五十肩(肩関節周囲炎)は、40〜60代に発症しやす

ふれあい健康友の会

入会金・年会費無料で、特別優待など各種サービスが受けられます

新規会員募集中

ふれあい健康友の会 検索

募集 地域病院(さがみ野中央病院)の看護師

募集・・・看護師または准看護師

人数・・・5名

勤務地・・・医療法人社団 **さがみ野中央病院**
(相鉄線「さがみ野駅」から徒歩5分)

保育園が無料! 車通勤もOK!

☎046-233-5110

医療事務スタッフ 大募集!

◆医療事務の経験者

◆常勤 月額 170,600円〜

◆非常勤 時間給 1,050円〜

◆給与はキャリアによって優遇あり

ふれあい町田ホスピタル
東京都町田市小山ヶ丘1-3-8
☎042(798)1121
✉machida-hosp@fureai-g.or.jp

積極的に業務に取り組める方々活躍の場が貴方を持っています。

医学講座

会場：さがみ野中央病院 1階 リハビリテーション室

日時 **11月30日(水) 13:00から**

講師 さがみ野中央病院 内科 **上出 辰弘 医師**

参加無料

冬こそ大事なお腹の健康 ～おいしく食べて健やかに～

たくさんのおいしい食べ物を、楽しむ季節になってきました。美味しく食べて、元気に冬を乗りきるポイントを解説します。冬に多い「胃腸炎」や、寒くて閉じこもりがちになると心配になる「脂肪肝」などについて、当院の内科担当医がお話いたします。

お問合せ・ご予約

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

会場(当院)にてお聞きいただく講座です

参加にはご予約が必要です。事前にお電話でお申込みを!

大和厚木バイパス 246

相模大塚駅

相鉄線

さがみ野駅

南口

東柏ヶ谷

マルエツ

さがみ野中央病院

会場周辺の地図

交通アクセス

・「さがみ野駅」南口から徒歩5分

・「相模大塚駅」南口から徒歩8分

オンライン 医学講座

視聴無料

PC/スマホ/タブレットを使ってネットでご自宅視聴を!

日時 **11月30日(水) 13:00から**

講師 大和成和病院 心臓血管外科 **早川 美奈子 医師**

大動脈解離を徹底解説 ～大動脈解離ってどんな病気?～

日々、当たり前のように動き続けている「心臓」という臓器と、そこからつながっている血管は、人間にどのくらい重要なものなのでしょうか。今回は、大動脈が解離する病気を取り上げて、心臓と血管の役割、そして病気について丁寧に解説します。

お問合せ

大和成和病院 総務課
☎046-278-3855(直通)
神奈川県大和市南林間9-8-2

視聴方法はホームページをご覧ください

事前に当院のホームページをご覧いただき、当日までに準備をしてご視聴ください。

不明点などは、お気軽にお電話(左記)でお問合せください。

健康生活お役立ち新聞

町田・
県央版

2022年10月

No.67

発行所 (有)エフ.アンド.ユアライフ 〒253-0084 茅ヶ崎市円蔵370 電話(0467)58-5678

手や指先の痛み・しびれ

手根管症候群の緩和する方法

手のしびれや痛みによって、指先で物をつまむ動作に困難を生じる「手根管症候群」という病気があります。神経が関係しています。

手のしびれや痛み、指先が不自由になる「手根管症候群」は、誘因される疾病があります。例えば、糖尿病や関節リウマチです。これらは、手根管の中の滑膜という組織の炎症や増殖に影響をもたらします。

また、仕事や趣味の場面でも無理な手首の角度を長時間続けて酷使することも、症状に



手根管症候群が疑われる状態



大きく影響します。同じ作業をする場合は、異なる手首の角度や動作を意識することで、症状の軽快につながることがあります。

ビタミンなどの処方も

医師の診察を受け、服薬の必要性がある場合には、神経の回復に必要なビタミンB12が処方されます。痛みには消炎鎮痛剤の併用も多く、さらに手のむくみに漢方薬の処方など、薬物療法には幅広い内容があります。

手の痛みや、つまみ動作に不自由を抱えている場合は、我慢をせずに専門の医師に診てもらいましょう。

手根管症候群

注射か手術か、治療の選択肢

ふれあい町田ホスピタル

ふれあい町田ホスピタルでは、手根管症候群の治療を行なっています。担当の小竹森医師（整形外科部長）のお話を紹介します。

（小竹森医師）「手根管症候群では、痛みやしびれが比較的に強い方には、注射を行なっています。局所麻酔薬とステロイドホルモンを混合した注射液を、正中神経の周囲に注入します。即効性があります。注射療法は、あまり頻回にはできません。

手術を決定するポイント

「親指のつまみ力が低下したり、箸がつかえない状態は、母指球筋の筋萎縮をともなう症状の場合があります。この症状は、手術をするかどうか



ふれあい町田ホスピタル 整形外科 部長 小竹森 一浩 医師

決めるポイントになりま

ふれあい町田ホスピタル
☎042-798-1121
町田市小山ヶ丘1の3の8

産後ケア

妊産婦の孤立を防ぐ取り組み

女性は、ライフステージによって、環境や体の状態が大きく変わります。特に妊娠中から産後は、身体症状や心理状態、生活サイクルが激変す



この期間には、腰痛、骨盤痛、筋の損傷、手根管症候群などの運動器系の症状を抱える女性は多く、慢性的なものへ移行していく可能性があるため、適切な予防や、早め

療法士による産後ボディケア

心身トラブルの予防のために

綾瀬市の唯一の分娩施設である「綾瀬厚生病院」で、出産や妊婦ケアについて、担当スタッフにお話を聞きました。〈取材協力〉

Q. 綾瀬厚生病院の分娩数を教えてください。

A. 2005年に産科の専門病棟を開設してから今夏（2022年8月末）までに、6013件の分娩を取り扱っています。綾瀬市内の唯一の分娩施設として、地域の皆さまのために、365日24時間の対応ができる体制を整えています。産科には、常勤医師3名と助産師16名が所属しています。2022年10月現在、Q. 産科だけの施設ではな



骨盤の仕組みを説明(右・理学療法士)

の治療が望まれます。また、尿失禁などの泌尿器系のほか、性腺ホルモンの増減の影響による心の病気に、注意を要します。

現在、分娩を扱っている病院で、「産前・産後ケア」というものが多く実施されています。これは、女性の心身を回復させるためだけでなく、育児に関するサポートにもつながり、妊産婦を孤立させることなく、地域社会で子育てを支援する取り組みの一つと考えることができます。

また、妊婦の方に関わらず、近隣にお住まいの方の健康と心の拠り所の病院となるように、スタッフ一同で尽力しております。

Q. 貴院で行なっている産前・産後ケアについて、もう少し詳しく教えてください。

A. 「母親学級」では、助産師が妊娠中の体調管理や、出産後の赤ちゃんのお世話の仕方などを、丁寧に指導しております。

「産後のボディケア教室」では、国家資格をもつ理学療法士が、肩こり・腰痛・尿漏れ・腱鞘炎などの産後トラブルを予防するための専門ケアを提供しています。抱っこ・授乳・オムツ交換といったママさんの日常動作のコツと、より良い育児環境を提案し、安心して子育てを進めていただけるように支援しております。

綾瀬厚生病院
☎0467-77-5111(代)
綾瀬市深谷中1の4の16
無料駐車場あり

募集1名

訪問介護スタッフ

非常勤

車あるいは自転車で、茅ヶ崎市・寒川町に在住の要介護（または要支援）者を訪問し、介護を提供するお仕事（ヘルパー職務）です。

募集施設 湘南東部総合病院
所在地：神奈川県茅ヶ崎市西久保 500

必要資格 ホームヘルパー2級または介護職員初任者研修修了

応募先 ☎0467-83-9111（総務課・欠畑宛て）
こちらからエントリーも可能！

看護師 綾瀬市唯一の病院
(准看護師も可)
免許をお持ちの方へ

綾瀬厚生病院 で働きませんか？

必須資格は
看護師免許 または
准看護師免許
(キャリアは問いません)

常勤... 月給 21万2000円～
非常勤... 月給 15000円+加算給
(勤務スタイルを選べるので現場復帰に最適)

今回の募集は
4名の大チャンス!!
(期間が短いと安心感UP)

ご応募・お問合せ お気軽にご連絡を
お電話 **0467-77-5111**
担当/南・今嵐

医学講座 **会場：綾瀬厚生病院 産婦人科棟4階 多目的室**

日時 11月29日(火) 14:00～15:00

講師 綾瀬厚生病院 桑原 典子 管理栄養士

参加無料

体の良い食べ物って何？～栄養疫学の観点から証明する体に良い食品～

人間にとって「体に良い食品」とは、どのようなものでしょうか。確かな情報には、裏付けとなる証拠が必要です。科学的根拠だけではなく、栄養疫学の観点から、現時点で明らかになっている体に良い食品について、当院の管理栄養士が紹介します。

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

会場への入場参加もできます(事前予約制)

事前にお電話で
ご予約された方は
会場入場が可能です。

オンライン参加
は、ホームページ
をご覧ください。

会場周辺の地図

オンライン **PC/スマホ/タブレットを使ってネットでご自宅視聴を！**

医学講座

日時 11月30日(水) 15:00～15:30

講師 ふれあい町田ホスピタル リハビリテーション科 米山 貴紘 作業療法士

視聴無料

自宅で行うリハビリテーション～訪問リハビリテーションの紹介～

療法士がお住まいに伺い、身体機能の訓練(リハビリ)を提供する介護サービス「訪問リハビリテーション」の詳しい内容をご紹介します。ご自宅で日常生活を自立したい方や、社会参加を目指す方を支援するためのセラピーも実施する介護サービスです。

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

詳細はHP、または電話でお問合せを！

インターネットによって
ご自宅で視聴できる講座です。

視聴方法は
当院のホームページを参照、
またはお電話でお問合せください。