

回生ニュース

K a i s e i N e w s



社会医療法人 峰和会

116号

2021.7月発行

発行/社会医療法人 峰和会
編集/鈴鹿回生病院
所在地/鈴鹿市国府町112番地の1
TEL/059-375-1212
FAX/059-375-1717
URL/http://www.kaiseihp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「脳神経外科PART⑤脳動脈瘤・もやもや病」
- 2 医療の現場から
「臨床研修医紹介」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
交通案内(三重交通バス・シャトルバス時刻表)
- 4 鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・StayHome中の体力アップ Part1
・スパイシーチキンのトルティーヤ〜パプリカサルサ風ソース〜
- 6 回生.com
「回生Families List」
- 7 Information ほっとsmile

各種教室のお知らせ

腎臓病教室

「食事と運動こそすべての養生の基本」であるということを楽しんで学べる教室です。当院通院中の方だけでなく、ご家族の方や他院に通院中の方、腎臓病ではなくても関心のある方ならどなたでも参加していただけます。この機会に腎臓病について学びませんか？

7/20 (火)	14:00 ~ 15:00
8/17 (火)	14:00 ~ 15:00



教室の様子

糖尿病教室

糖尿病と上手につき合うために楽しく学べる教室です。当院通院中の方だけでなく、ご家族の方や他院に通院中の方、糖尿病ではない方でも関心のある方ならどなたでも参加していただけます。この機会に一緒に糖尿病について学びませんか？

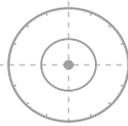
※日程を訂正させていただきます

7/30 (金)	14:00 ~ 15:00
8/27 (金)	14:00 ~ 15:00

お申し込みまたはお問合せ先

栄養管理課：059-375-1329 参加費：無料（食事療法に役立つサンプル付き）

※やむを得ず教室が中止になる場合があることをご了承下さい。



脳神経外科パート⑤



脳動脈瘤もやもや病

Neurosurgery

2021年4月、脳卒中専門医の芝 真人医師が赴任しました。「脳動脈瘤・もやもや病」の特殊外来を専門に診療をしています。今号は、この病気についてお伝えします。

脳動脈瘤とは

脳動脈瘤は、くも膜下出血の原因になる病気です。昔は爆弾を抱えています！などと脅されることもあったのですが、今では、脳動脈瘤がどれくらいの確率で見つかってどれくらいの方が破裂するかが分かっていて、脳ドックを受けた方の100人中5人くらいは脳動脈瘤が見つかるといわれています。その中のごく一部、1年で1%程度の方がくも膜下出血になるんです。逆に1年で99%の人がくも膜下出血にはならないので、過剰に心配することはないのですが、患者さんの年齢から一生の間でどのくらい破れる可能性があるかを、ある程度提示できますので、手術をした方がいいのか、様子を見たほうがいいかを患者さんごとに考えることが多いですね。また、この病気は自覚症状はほとんどないため、事前に知るためには脳ドックなどの健診が有用です。脳動脈瘤は日本人にできやすく、女性に多いといわれています。またくも膜下出血になりやすい原因としては、高血圧、飲酒、喫煙

だといわれています。動脈瘤の方が飲酒や喫煙をするとも膜下出血になりやすいので気をつけてもらった方がいいですね。

もやもや病とは

有名なアーティストが罹患したことでよく目にするようになった「もやもや病」。英語の名前でも「Moyamoya disease」といって世界的にも通用する病名です。日本人が名付けた病気でも日本人に多いです。名前はかわいらしいですが、患者さんにとってはすごくつらい病気なんです。生活習慣病で動脈硬化がおこって詰まるのとは違って、もやもや病は原因不明で脳の血管が詰まってしまう病気なので、気をつけようがないのです。発見される時は、脳梗塞や脳出血を起こしてから見つかることが多く若い方やお子さんでも発症します。発症してしまった場合は再発しないように手術をすることがあります。「もやもや病」にも程度があり、そのまま様子を見ても良い場合もあれば、なるべく早いうちに手術をしたほうがいい



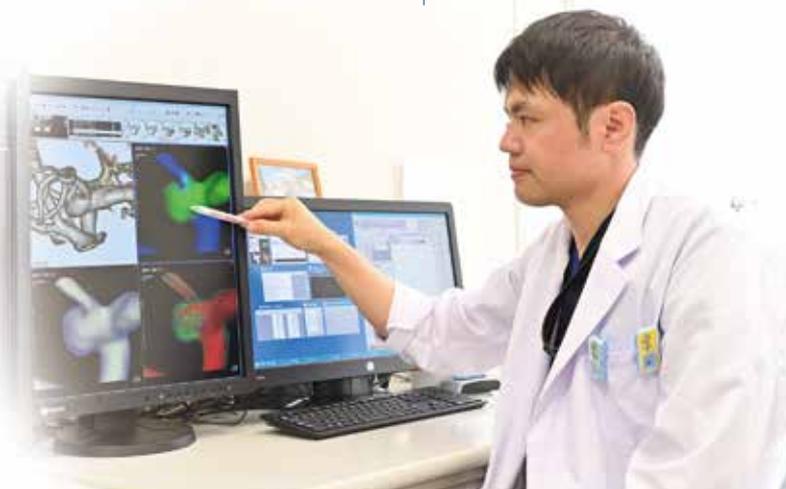
脳神経外科・芝 真人医師

- ◆出身大学／三重大学
- ◆主な専攻分野／脳血管外科、脳血管内治療、脳神経外科一般
- ◆所属学会・資格等／日本脳神経外科学会 専門医・指導医、日本脳卒中の外科学会技術指導医、日本脳卒中学会専門医・指導医、日本脳神経血管内治療学会専門医、日本神経内視鏡学会技術認定医

場合もあります。まずは専門施設で検査をうけて、どれくらい危ない状態なのかを調べてから、治療を考えた方がいいでしょう。

メッセージ

私は脳血管外科の専門医として直接病気に触ることで根治に繋がる直達手術（開頭手術）をメインに行っています。また、低侵襲治療である脳血管内治療も行っています。開頭手術に抵抗のある方や長期で休みを取れないなど、患者さんのQOLを重視し、メリットデメリットをお話しして、ご希望に添った形で治療法を提案させていただきます。また「脳動脈瘤」でも「もやもや病」でもみつかると皆さん悩むんですね。なので、手術を受ける受けないにかかわらず、患者さんがベストな選択ができるよう相談にのってあげたいと思っています。



初期臨床研修医

「臨床研修指定病院」として、今年も新たに7名を迎えました。希望に胸を膨らませた、明日を担う若い医師たちを紹介します。

QUESTION 2

Q.1 医師を目指したきっかけ

Q.2 研修病院に回生病院を選んだ理由



稲本 誠也
(いなもと せいや)

Q.1 幼い頃から人に必要とされる職業に就きたいと考えていました。医師は人からの感謝を実感しやすい職業だと思い、目指すようになりました。

Q.2 病院見学の際に、様々な先生が非常に優しく接していただき、病院全体としての雰囲気がとても良いと感じたからです。



岡 寛二郎
(おか かんじろう)

Q.1 テレビで医療現場に携わる医師の姿を見て憧れを持ちました。また、一生の仕事としてやりがいがあると思ったからです。

Q.2 上級医の先生方や1つ上の先輩方をはじめ、病院全体の雰囲気がよく、じっくり患者さんのことを診ることが出来ると感じたからです。



三田 遼太郎
(さんだりょうたろう)

Q.1 幼い頃、購読していた科学の本を読んで医学・生理学に興味を持ちました。自分の好きなことを学びつつ人の役に立てるならと思い、医師を志すようになりました。

Q.2 自分の志望科である神経の分野に強く、また病院見学の際に上級医や先輩方の雰囲気が良かったことに惹かれました。



竹野 成太郎
(たけの じょうたろう)

Q.1 中学生の時、尊敬している先輩を亡くしました。また、成長に伴う貧血に悩まされていた時に、かかりつけ医の先生に心身共に助けていただきました。この2点がきっかけで医師になりたいと強く思いました。

Q.2 医療スタッフ同士の挨拶がきちんとされていて、病院全体に活気があり、雰囲気がとても良いと感じました。また、指導医の先生方が熱心にご指導していただき、自分の力を高めていけると思ったからです。



松尾 宗賢
(まつお たくま)

Q.1 将来、人に役立ち、やりがいのある仕事を続けていきたいと思い、医師を目指しました。

Q.2 病院見学に行った時に上級医の先生や研修医の先生の働く姿を見て当院で頑張りたいと思ったからです。



野呂 朱里
(のろ あかり)

Q.1 新聞で交通外傷を負った男児の命がドクターヘリによって助かったという記事を読み、感銘を受けたことがきっかけです。自分も人の一生に医療という形で携わることができる医師になりたいと、志しました。

Q.2 スタッフ同士の距離が近く、雰囲気が良いのはもちろんのこと、目標にしたいと思える先生方の下で、自分のやりたいことにどんどん挑戦できる環境に惹かれました。



田中 瑞季
(たなか みずき)

Q.1 幼い頃から健康番組が好きで身体の仕組みや病気に興味がありました。好きなことを勉強することで誰かの役に立てるならと思い医師を志しました。

Q.2 見学の際に先生方が熱心に指導して下さる環境と、先生方・メディカルの方々など病院全体の雰囲気の良さに惹かれました。

Part1 StayHome中の体力アップ

現在、新型コロナウイルスの影響により自宅で過ごす時間が多いと思われます。そのため、外出機会の減少などによる運動不足から全身の筋力低下が起こることが予測されます。今回より「Stay Home中の体力アップ」をテーマに筋力訓練やストレッチを紹介していきますので、無理のない範囲で身体を動かして筋力低下を予防していきましょう。



作業療法士
坂 尚樹

Step 1 >>

足を肩幅に広げて立つ



1セット
5~6回×1日3セット

Step 2 >>

お尻を後ろに引き、2~3秒かけてゆっくり膝を曲げ、ゆっくり元に戻す。



*スクワットができない場合は椅子に腰かけ、机に手をつき、立ち座りの動作を繰り返す。



Point

- 動作時、息は止めない。
- 膝の曲がり方は90°を超さない
- 支えが必要な人は十分注意して机に手をつくなど安定した状態でこなう。
- 楽にできる人は回数を増やしていく。

発信@ 栄養管理室



管理栄養士
大河内晴花

●パプリカ
苦味がほとんどなく甘く、さわやかな味わいとジューシーな食感が特徴のパプリカは緑色のピーマンと比べ約2倍のビタミンCを含みます。特に赤パプリカには約7倍のβ-カロテンが含まれており、油を使用すると吸収率が高まるので合わせて摂るようにすると良いでしょう。彩りが鮮やかなのでいつものサラダにプラスするのもおすすめです。

●ケイジャンスパイス
アメリカ南部の料理で使われるピリッと辛いミックススパイスで魚・肉料理など幅広い料理と相性が良いです。本格的な暑さを迎えるこれからの時期にぜひお試しください。

●おすすめの組み合わせ
もち麦サラダ(もち麦大さじ2、和風ドレッシング1、水煮ツナ10g、好みの野菜→もち麦を15分ほど茹でて他の材料と和える)と合わせると不足する食物繊維が上手に補えます。

ピックアップ食材 パプリカ



スパイシーチキンのトルティーヤ ~パプリカサルサ風ソース~

【材料】2人分

- スパイシーチキン
- 鶏もも肉(皮なし) 140g
 - ケイジャンスパイス 大さじ1
 - 黒こしょう 適宜
 - オリーブ油 小さじ1
- パプリカソース
- 赤パプリカ 2/3個
 - 黄パプリカ 2/3個
 - 玉ねぎ(みじん切り) 小さじ2
 - すりおろしにんにく チューブ1cm分
 - ケチャップ 大さじ1・小さじ2
 - オリーブ油 小さじ2
 - レモン汁 小さじ1
- (お好みでタバスコ、チリパウダーなど)
- トルティーヤ(市販品) 2枚
- レタス 葉2枚量

【作り方】

- チキン
- ①鶏肉を食べやすい大きさに切りスパイス、こしょうをもみ込んで下味をつける
 - ②油を熱したフライパンで①を焼く
- ソース
- ①パプリカをみじん切りにし、調味料と合わせよく混ぜる
- トルティーヤ
- ①フライパンを熱し、両面を温めて生地を半分に分ける
 - ②レタス、チキン、ソースを包んで完成

【栄養成分】1人分

エネルギー	306kcal
たんぱく質	19.1g
脂質	12.4g
炭水化物	29.7g
塩分	1.7g

Families List

このコーナーでは毎号当院の
コメディカルを紹介してまいります。

管理栄養士



田川 久美子 *Kumiko Tagawa*

資格/認定:日本糖尿病療養指導士



日本糖尿病
療養指導士

Q1. なぜこの職種を めざしたのですか?

父が糖尿病で、母が食事の管理に苦勞していたこともあり、糖尿病などの疾患の治療や予防を担う臨床栄養学の知識が最も生かせる病院栄養士を目指しました。管理栄養士にとって病院への就職は狭き門で、医療従事者としての誇りをもって働いております。

Q2. この認定資格はどんなことに いかされていますか?

取得前は正しい知識習得してもらうことを意識していましたが、取得後は治療にもっとも大切な自己管理能力を向上させるためにどうすればよいかを考えるようになりました。

Q3. 回生病院のいいところを教えてください。

誰とでも分け隔てなく話せるスタッフが多いところ。

Q4. 趣味や好きな事は何ですか?

そば打ちは藤澤名誉院長に声をかけていただき、師匠である北澤立男先生のもと、そば打ちの技術習得に励んでいます。捏工程の菊練りも、それっぽくなってきました。登山は自然環境や歴史、マナーなど学びの場であり、仕事で難局に直面しても厳しい山行を思い出して「やり切ろう」という気になります。雄大な景色を眺めながら歩く標高差の少ない稜線歩きも好きですが、全身を使って登る岩場や鎖場の方がスリリングでアドレナリン全開になります(笑)。最近は山ごはんに挑戦中です。



薬剤師



近藤 智彦 *Tomohiko Kondo*

資格/認定:日本糖尿病療養指導士



日本糖尿病
療養指導士

Q1. なぜこの職種をめざしたのですか?

学生の頃に入院したときの経験や医療系テレビ番組等の影響を受けて、将来は医療に携わって病気の人たちを支援する仕事をしたいと思いました。また、日々進歩する薬物療法に興味を持ったため、医療を支えることができるこの職種を志しました。

Q2. この認定を取得するのに苦勞したことなど

糖尿病患者さんへの療養指導は幅広い知識をもち合わせる必要があるため、認定試験では薬物療法に加え食事療法や運動療法、検査値に関すること等の様々な領域から問題が出題され、初めて学ぶ専門外の知識も多くあり、苦勞しました。そのおかげで様々な視点をもって、患者さんの日々の糖尿病療養指導を行うことに活かされています。

Q3. 回生病院のいいところを教えてください。

他職種とも相談や連携がしやすく、患者さんを中心としたチーム医療が実践しやすい環境です。そのような環境の中で、糖尿病療養指導をはじめ、糖尿病教室や世界糖尿病デーの啓発イベント等も他職種の療養指導士たちと協力し、意欲的にアイデアを出し合って開催をしています。

Q4. 趣味や好きな事は、 何ですか?

国内外問わず、旅行をするのが好きです。現在のコロナ禍が落ち着いたら、また色々な場所へ行きたいです。



生命の駅伝

癌研究の支援を目的とする生命の駅伝が5月から6月にかけて県内各地で開催されました。この地域では5月26日に鈴鹿市役所をスタートし各協力施設をまわり鈴鹿回生病院にゴールする予定でしたが、鈴鹿市が「三重県まん延防止等重点措置」の対象地域となった為、残念ながら駅伝が中止となりました。駅伝は中止となりましたが、当日は院内で募金活動をして集めた募金を「生命の駅伝実行委員会」代表の上村氏に当院事務長北川より贈呈する事ができました。



日本医療薬学会の地域薬学ケア専門薬剤師研修施設に認定されました

薬物療法における高度な知識と技術を有するスペシャリストとして、他職種と連携しながら地域医療と介護領域の現場で活躍できる専門薬剤師を育成する目的で、当院は学会から研修施設に認定されました。2021年4月から保険調剤薬局の薬剤師を受け入れており、カンファレンスなどに参加していただき研鑽を積んでいただいています。今後も当院は専門薬剤師の育成に努めてまいります。



トランスファー講習会開催

看護部とリハビリテーション課で新人看護師を対象とした「トランスファー講習会」を共同開催致しました。寝返りから起居動作、座位保持、車椅子移乗といった基本的な介助動作を確認することで、患者さんの安心・安全を確保すると共に、スタッフの腰痛予防にも期待できます。



研修医手帳の評価表彰

初期研修医は2年間で身に付けるべき「基本的な診療能力」が医師法で定められており、研修医手帳はその法的根拠です。研修医が経験した項目を確実に記録し、指導医が丁寧に評価、指導したことが認められました。



ほっと smile 公衆衛生功労者・会長賞受賞



放射線科 落合 嘉平
オチアイ ヨシヒラ

コメント

この度、三重県放射線技師会・三重県知事の推薦を受け、令和2年度公衆衛生功労者表彰の会長賞を受賞しました。本来であれば厚生労働大臣出席のもと東京での表彰式でしたが、コロナの影響で郵送となりました。副賞として、金沢400年の歴史ある金箔箱をいただきました。三重県からは医師2名、保健師1名、理学療法士1名、放射線技師1名の計5名の受賞でした。この賞を頂いたことを感謝し、もう少し頑張ろうと思っています。

接遇委員会接遇大賞



令和3年4月21日に職員接遇大賞表彰式を行いました。職員の中から接遇が優れている者の投票を行い、各部署から医師1名、看護師3名、看護補助者1名、事務員1名の計6名に接遇委員長の斎藤副院長から表彰が行われました。

編集後記

今回は「脳神経外科 PART⑤」を中心にお送りいたしました。皆さんから本誌へのご意見・ご感想・ご要望等ございましたら、広報委員会までお寄せください。

鈴鹿回生病院 広報委員会
〒513-0836 三重県鈴鹿市国府町112番地の1
TEL059-375-1212 mail:info@kaiseihp.com

病院の理念

生命への奉仕

病院の方針

- ▶ 地域の基幹病院として医療と健康の増進に貢献します
- ▶ 個人の尊厳を守ります
- ▶ チーム医療を推進し安全で高度な医療を提供します
- ▶ 将来を担う有能な医療従事者の育成に努めます
- ▶ 地域と連携し災害時救援活動を行います
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます