

回生 ニュース

社会医療法人 峰和会

K a i s e i N e w s

66号

2012.9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1
TEL/059-375-4212
FAX/059-375-1717
URL/http://www.kaishp.com
編集協力/TCKnagoya

- 1 医療の現場から
「スポーツ医学センター」
- 2 あなたの街のお医者さん
「みその内科クリニック」
- 3 鈴鹿回生病院診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院専門外来担当医師一覧表
- 4 交通案内(三重交通バス・シャトルバス時刻表)
鈴鹿回生病院附属クリニック診療担当医師一覧表
鈴鹿回生病院附属クリニック専門外来担当医師一覧表
- 5 健康コーナー「医食動源」
・家庭介護シリーズ ～脱水の症状は・・・～
・茹で豚とキノコソース
- 6 回生.com
「最新アンギオ装置」
- 7 Information

ほっと smile 他

今年の夏祭り

7月21日(土)今年も入院患者さんや外来通院中の患者さんが少しでも楽しく明るい気持ちで過ごしていただけるように夏祭りを開催しました。当日は地域の皆さんもたくさんご参加いただき、みえ口琴研究協議会の皆さんによるハーモニカ演奏、バザー、健康相談、ワンコイン検査、レクリエーション、カラオケ大会を行い大変盛況でした。来年もたくさんの方のご来場をお待ちしております!



「レクリエーション」



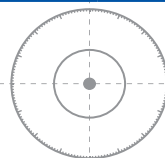
「ハーモニカ」

「回生キッズ」

「三味線」

「カラオケ大会」

「健康相談」



スポーツ医学センター

紹介!

sports medicine center



当院の研修医棟1階にある「スポーツ医学センター」は県下初の施設です。三重県のスポーツ医学発展のためのお手伝いをしている当施設のセンター長にお話をうかがいました。

■ ■ ■ スポーツ医学とは？

スポーツ医学とは、スポーツ選手の技術力向上や強化だけにとどまらず、人々の健康維持・増進、疾患の予防・治療など幅広い領域です。当院のスポーツ医学センターは、診療という部分ではなく主にスポーツ選手のサポートやスポーツ医学的な研究・教育をする施設で、運動あるいはスポーツ活動と医科学とが相互に深い連携を図ることができる特殊な機能を有しています。スポーツ医学においては、以前から三重県や鈴鹿市の体育協会などと連携したり、チームの帯同ドクターとしての活動で藤澤名誉院長をはじめ加藤先生などがスポーツ整形外科として行って参りましたが、今回、三

重大学と連携して本格的にセンターとして取り組むこととなりました。三重県全体のスポーツ医学を發展させていこうという試みです。

現段階では、競技団体と病院が契約し、トレーニングの指導や処方などのサポートをさせてもらっている状況で、個人の方はご利用いただけませんが、将来的には、個人の方もご利用いただけるような施設に向け、検討しています。

■ ■ ■ 役割

ケガなどをして治療するのは、病院でも行えます。当センターの役割は、治療だけでなく医学的な研究の拠点として、スポーツ選手のメディカルチェックなどコンディショニングをメインに行うことです。アスレチックトレーナーが常勤しており、スポーツ選手のサポートはもちろん、専門的なトレーニングの指導も行っていきます。

具体的には、よりパフォーマンスが上がる状態にし、定期的に体力測定などを行い競技力を向上させるお手伝いをします。



センター長 福田 亜紀

さらに個人個人にあったカスタマイズされたトレーニングも行います。

技術も大切ですが技術だけでは、スポーツは勝てません。体力を強化しケガをしないような体づくりを行い、競技力を向上させることが目的です。

今後もこの地域のスポーツ医学に貢献すべく、サポートを行って参ります。

サイバックス CYBEX



このマシンは、筋力測定やトレーニングを実施する際に使用される物で、患者さん個人の測定を行うだけでなく、メディカルチェックなど一度に10人~20人といった集団にも対応できるよう、当院には2台備えています。また、2台のマシンは共にLANでリンクされており、外来で測定したデータを病院側で見たり、追試することもできます。すなわち、外来で測定したデータは入院しても生かされますし、入院中に測定したデータは外来でも見ることができ、迅速にスポーツ整形外科へフィードバックすることが可能です。スポーツ医学センターでも活躍しているマシンです。



私たちが競技力向上の

お手伝いをしています

連携医療機関紹介

みその内科クリニック



▲ 院長の三谷英嗣先生

開院4年目の新しいクリニック

みその内科クリニックは鈴鹿市南部に位置する御園町にあります。

落ち着いたシックな雰囲気の院内は、バリアフリーで、畳コーナーや低めの手すりなど、腰や膝の弱い高齢の方への配慮が感じられます。



院長の三谷英嗣先生は、平成5年（1993年）三重大学医学部をご卒業後、第二内科入局。松阪中央総合病院、日下病院、松阪市民病院、鈴鹿中央総合病院などの医療機関にて血液内科医として研鑽を積まれました。

この地域には診療所が少なく、ここでの開業を考えておられた先生は土地探しには時間がかかったのだとか。「みその地区に診療所ができるなら！」と地元の方の協力の下、平成21年（2009年）5月11日この地に開業されました。クリニックの名称にこの地域「みその」が使われて

いるのも、地域の皆さんに愛される診療所でありたいとお考えからだそうです。また、血液内科医である先生は、診療科目にも「血液内科」を標榜されました。実際、血液内科を標榜している診療所は、鈴鹿市内には数件しかありません。需要は少ないかもしれないが必要だとお考えから標榜されたそうです。血液疾患のイメージとして、白血病、悪性リンパ腫などの悪性疾患が浮かんでしまいますが、実際には貧血ひとつにしても鉄欠乏症貧血／ビタミン不足に伴う貧血などもあり、悪性疾患ばかりではありません。そのため内科診療はもちろんのこと、血液疾患全般を含め診断・治療に当たっておられます。

血液検査は院内で実施

基本的な血液検査は、院内でまかなえる機器を導入しております。「白血球数・赤血球数・血小板数・肝機能・腎機能・電解質などは、当日結果が出ますので、採血後30分ほどお待ちいただければその日に説明させていただきます」と先生。血糖値・ヘモグロビンA1c・コレステロール・中性脂肪の基本的検査結果も当日分かるそうです。（但し、特殊項目は後日に結果説明となります。）「特に高コレステロール血症・糖尿病などの方は、結果が当日分かるためにそのままお薬の調整が行え、結果を聞きに再来院していただく必要はありません。また、必要あれば血液疾患に十分対応できる設備を兼ね備えている鈴鹿回生病院や鈴鹿中央総合病院に紹介させていただきます」と病診連携にも積極的です。

患者さんへのメッセージ

～月並みではありますが、何か心配事があれば、何でも相談していただきたいですね。高齢者率も高い地区ですので、お近くの方であれば往診も対応し

DATA

TEL 059-372-8778

住所

鈴鹿市御園町5328-1

診療科目

●内科一般 ●血液内科

診療時間

午前／9時00分～12時00分

午後／3時00分～7時00分

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	×
午後	○	○	○	○	○	×	×

土曜日のみ午前9:00～午後2:00

休診日

日曜、祝日

ホームページ

<http://misono-naika.ecgo.jp>

ています。患者さんに安心して受診していただき、職員一同「ここに受診してよかった」と思われる満足ゆくクリニックを目指しております～

オレンジ色が好きな先生。ホームページやクリニックのロゴにもオレンジ色が使われています。車を見たら「あ、みその内科クリニックの車だ」と分かっていたかのように往診用の車もオレンジ色にされたのだとか。

今後もこの地域の医療充実に向け、ご活躍されること

縁起が良いとされるツバメの巣が玄関先に!



脱水症は、炎天下の野外で激しい運動や労働をしたときだけに起こるものではありません。



リハビリテーション課
作業療法士
鈴木 江美

脱水症はさまざまな状況で起こり、多くは実は屋内で起こります。では、初期症状にはどんなものがあるでしょう？

初期
症状

- ①なんとなく元気がなくなる
- ②微熱がでる
- ③皮膚が乾燥する
- ④唾液分泌が減少し、
口乾感をおぼえる
などがあげられます。



point

高齢者は脱水症になりやすく自覚症状がないことが多く、周囲の人が注意することが大切です。
脱水症にならないためには、食事以外で1日約1500ml以上の水分摂取が必要だと言われています。また、飲み物だけでは飽きてしまう可能性もあります。ゼリーなどの水分量の多いものをおやつに取り入れることも効果的です。



発信@
栄養管理室

管理栄養士
村上 清香



豚ピックアップ食材
豚バラ肉
茹で豚とキノコソース



暑かった夏の疲れにスタミナ食!

●豚バラ肉

豚バラ肉は豚肉の中で脂が一番多いですが、茹でることで10～15%の脂質をカットすることができます。また、今回はスライス肉ではなく、ブロック肉を使用することでスライスとは違う旨みを味わえます。栄養面ではビタミンB群が豊富に含まれていますが、生活習慣病予防に必要なビタミンCや食物繊維が不足するため、緑黄色野菜やきのこなどを組み合わせると良いでしょう。今回は「トマト」「豆みょう」「エリンギ」を組み合わせることでバランスのとれる1品に仕上げました。

●アレンジ

このレシピの他に、仕上がった肉を冷やしてスライスにしてわさび醤油でいただく「たたき風」や、スライスした肉を甘辛く炒めると「即席煮豚」にもなります。また、煮汁ごと残せば冷蔵庫で1週間程度持つので、色々アレンジしてみてください。

【材料】4人分

豚バラブロック	約350g
酒	80cc
水	200cc
生姜	一片(スライス)
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ1
酒	大さじ1.5
酢	小さじ4
玉葱	半分
ニンニク	一片
生姜	少々
エリンギ	1人1本
トマト	1個
豆みょう	1袋

栄養成分1人分

エネルギー	290kcal
たんぱく質	15.2g
脂質	23.5g
食物繊維	2.9g
塩分	1.3g

- ① Aを鍋に入れて火にかけ、煮立ったらアクをとり、弱火にしてじっくりと(約40分)火を入れる。
- ② エリンギはカサの部分はみじん切りにしておく。軸の部分は太めの拍子切りにし、油を引いていないフライパンで火を入れる。
- ③ 玉葱、にんにく、生姜をみじん切りにし、酢以外のBを全てまぜ、②のみじん切りのエリンギも入れ火にかける。玉葱に火が通ったら火を止め、酢を入れる。
※酢が苦手な方は最初から酢を入れてください。また、トマトを角切りにして、ソースの中に入れ、火を通しておいしい。
- ④ ①を薄くスライスし、②と豆みょうを軸にして巻く。
- ⑤ トマトを添えて、④にソースをかけたらできあがり。

最新アンギオ装置

当院では、2012年7月より最新のアンギオ装置(シーメンス社)が導入されました。

アンギオ装置を用いて、動脈から細い管(カテーテル)を挿入し、造影剤を流すことによって目的血管を撮影します。それにより動脈瘤やがん細胞、血管の狭窄等の大きさや位置を確認することができ、これらの病変に対して血管を拡張させる治療や抗がん剤を入れる治療等が行えます。

最新のアンギオ装置は従来のI・I(イメージインテンシファイア)と呼ばれる検出器からFPD(フラットパネルディテクタ)の検出器に変わりました。FPDはI・Iと比べ、軽量かつ小型で高画質、被曝軽減可能な検出器です。また、シーメンス社のDynaCTと呼ばれる、CTで撮影したような3D画像を作成することが可能な機能が搭載されています。その為、頭頸部・腹部領域の血管治療における病変部の把握、組織中への出血の有無、塞栓治療後の効果を確認することが可能です。最新の機能を用いることによって、頭部・心臓・腹部・四肢領域において、より安全で鮮明な画像、より被曝の少ない検査及び治療が行えます。今後は、脳神経外科・循環器内科・放射線科等の専門医と連携し、より高度で低侵襲な患者さんにやさしい検査及び治療をめざします。



脳

脳にできた動脈瘤(血管のこぶ)にコイルを挿入して治療しています。これによりくも膜下出血の発症を防ぎます。写真を3Dに再構成して立体的に血管と治療したコイルの位置(水色の部分)が確認できます。



心臓

心筋梗塞発症時



心筋梗塞治療後



心筋梗塞の症例です。患部(赤い丸で囲ってある箇所)に対してステントを挿入して治療しています。治療後は血流が回復しています。

肝臓

肝臓の血管画像です。

複雑に入り組んだ肝臓の細かい血管まで明瞭に描出できます。さらに3D画像でより詳細にイメージすることが可能です。



いしそつう 医志蘇通

C o l u m n

ご意見にお答えします。

Q 予約診察の受診において、医師の都合で予定時間に診察ができない時は、受付担当者は、予約時間に診察が受けられない旨を伝えるようにしていただきたい。

A ご指摘ありがとうございます。ご案内の不備が無いように、各受付スタッフに周知いたします。

◆◆ お褒めの言葉をいただきました ◆◆

5日間、お世話になりました。先生はじめ看護師の方たちに心から感謝しています。患者の方々への細心の配慮、接し方、お心遣いなど、回生病院が信頼されている理由をそこに感じました。本当にありがとうございました。しっかりと治して、また仕事に励もうと思います。

A お褒めの言葉ありがとうございます。そのお言葉に甘んじることなく、私どもも、少しでも入院生活を快適に過ごしていただけるよう患者さんのケアに励んで参ります。

2名の認定看護師誕生!

新たな2名の認定看護師が誕生しました。

当院での皮膚・排泄ケア認定看護師、脳卒中リハビリテーション看護認定看護師と共に協力してよりよい医療・看護ができるように活動していきます。



講演の様子



感染管理認定看護師
横田 和美

コメント

感染対策チーム (ICN) の一員として感染防止対策に努め、必要なシステムづくり、啓蒙活動など実践してまいります。



緩和ケア認定看護師
家城 朋子

コメント

患者さん、ご家族の希望に添いつつ、最善の選択ができるように緩和チームと共にサポートしていきたいと思います。

亀山市

第4回 脳卒中市民講座開催します

11月11日(日)13:00より、今年で4回目となる亀山市脳卒中市民講座を開催します。今回は「脳卒中、四十歳を過ぎたら要注意」をテーマに4人の医師が講演いたします。入場無料ですので、お問い合わせの上ご参加ください。詳細は、次号回生ニュースにてお知らせいたします。

かいせいきっず info

今月は身近にあるプチプチの素材を利用してオバケを作りました。1歳、2歳の子供はこの手作りオバケが大好きで「オバケ～」と言いながら真似もよくしています。オバケを作る時に、どの子供も興味を示し喜んで作る姿が見られました。



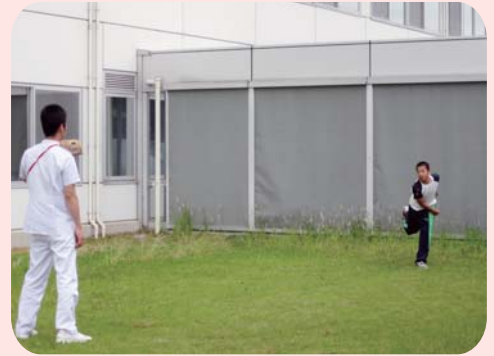
ほっと smile



理学療法士の佐久間
当院に通う大輝くん

小学校4年生の時、学校のスポーツ少年団に入り、野球を始めた大輝くん。野球肘で当院を受診されました。

野球肘(やきゅうひじ)とは、投球動作を重ねることで生じる痛みの総称で、その痛みを引き起こす原因はさまざまです。特に投球動作の不良によって痛みが生じることが多く、投球動作を見直すことが再発の予防につながります。大輝君もリハビリ当初は肘への負担が大きい動作でありましたが、リハビリを重ねるごとにフォームが変化し、現在では良好なフォームを獲得し、野球に復帰しています。今後は県大会出場を目指して、頑張っています。



編集後記

今回は「スポーツ医学センター」を中心に、医療連携紹介などを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。



病院のボランティアの方へ毎週美しく生けていただいております。(病院長)

開設の理念

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医療の質を向上させます
- ▶ より安全で高度な医療を提供します
- ▶ 働きやすく健全な病院運営に努めます

鈴鹿回生病院 広報委員会

〒513-8505 三重県鈴鹿市国府町112番地

TEL059-375-1212 mailinfo@kaiseihp.com