

さくら

平成横浜病院広報誌

s a k u r a

平成横浜病院
HEISEI YOKOHAMA HOSPITAL

vol. 4

2015 秋号



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第1回：膝の人工関節置換術 整形外科医 大澤拓也

- リウマチ外来のご案内
- 回復期リハビリテーション病棟ってどんなところ？
- いつまでも健康を保ちたい！「腰痛」体操

リウマチ外来 を開始しました！

リウマチ外来とは？

ここ数年にわたる関節リウマチの診断、治療の進歩はめざましく、生物学的製剤といわれるサイトカイン療法が登場は、関節破壊、身体機能障害の予防に劇的な効果が期待できます。こうした薬物治療を基本軸に滑膜切除術や人工関節手術を効果的に取り入れ、内科的治療、外科的治療をバランスよく行うのがリウマチ外来です。

発症初期の薬物治療から、進行した関節再建術まで症状にあわせた治療を行います。リウマチかもしれないと心配の方も、ぜひ一度ご相談ください。

担当医師ごあいさつ

この10月からリウマチ外来を開設いたしました。リウマチばかりでなく股関節、膝関節などの関節疾患を専門にしております。手足がむくむ、腫れているなどの症状がみられたら、まずはリウマチを疑って検査することをお勧めします。また、外反母趾などの足の痛みでお困りの方も、ぜひご相談ください。



リウマチ外来
医師 伊藤 勝己

外来予定表	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	—	○	—	—
午後	—	—	—	○	—	—



理念・基本方針

理念

「信頼される優しい医療」

基本方針

1. 温かい心で、きめ細かく気配りあるサービスを提供します。
2. 安全な質の高い医療を提供します。
3. 健康の維持増進をサポートします。
4. 医療機関、保健・福祉機関と連携し地域医療に貢献します。
5. 職員が「やりがいのある・働きやすい・誇りをもてる」環境を整備します。

院長 ごあいさつ



院長 三輪 健

当院は新病院になり丸2年を迎えようとしています。地域のみなさんのための病院として当院をご理解いただき、地域に根ざした病院でありたいと考えております。

当院では消化管内視鏡治療、消化器外科手術、人工関節手術、眼科手術等を行う急性期一般病棟および、大病院で高度急性期治療を受けた患者さんが十分なりハビリ等の慢性期治療を行う地域包括ケア病床を併せ持っています。また、リハビリをさらに充実させるために8月からは回復期リハビリテーション病棟も新設しました。

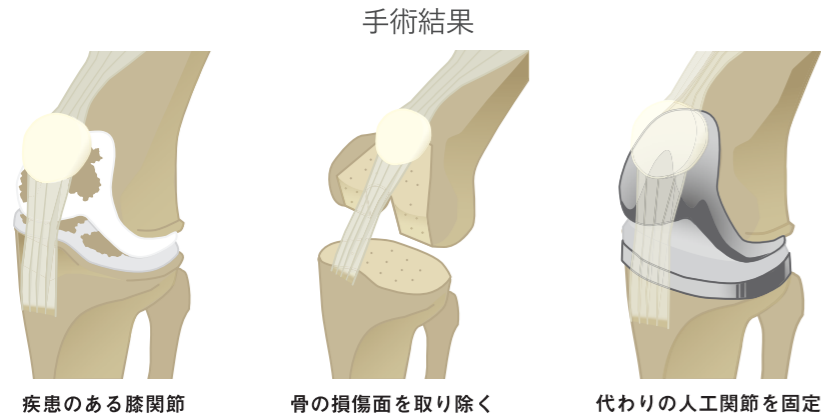
高齢化が進み、在宅療養をされる患者さんが増えていく中で、軽度から中等度の病気を発症する患者さんが増えています。当院では救急告示病院としてそのような患者さんの受け入れを24時間365日行っています。

今後も、温かい心できめ細かく気配りのあるサービスと安全で質の高い医療を目指し、職員一同、信頼される優しい医療を地域のみなさんに提供するために努力を続けてまいります。



ドクターリレー特集

教えて！ドクター



疾患のある膝関節 骨の損傷面を取り除く 代わりの人工関節を固定

実際の人工関節



第1回

膝の人工関節置換術

整形外科医 大澤拓也



術後、
どれくらいで
歩けるようになる？

通常の場合、術後翌日より歩行訓練を開始し、術後1週程度で歩行器や杖を使用した歩行形態、術後2週程度で杖を使用しない歩行形態を獲得します。入院期間は約3週間程度で、早い方は2週間程度で退院されます。
入院中に、入浴・階段昇降・畳での生活、またトイレ動作など、退院後の生活に困らないよう日常生活動作の訓練を行い、退院時には杖を使わずスムーズな歩行ができることを目指しています。

全人工膝関節置換術
のメリットは？

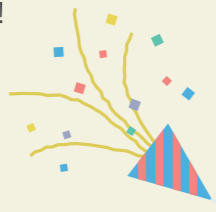
当院の全人工膝関節置換術の特長として、最先端技術である患者さん一人ひとりに合わせた「オーダーメイド」の器械を使用することで、正確な骨切り・人工関節の設置を可能にしています。従来、ミリ単位の手術技術・経験を必要とし、医師の経験で大きく左右される手術でした。患者さん一人ひとりにオーダーメイドの手術器械を使用することで、より正確・確実となりました。さらには手術時間の短縮、合併症リスクの軽減を目指しています。

全人工膝関節置換術
(TKA)
ってどんな手術？

全人工膝関節置換術(TKA)は、変形性膝関節症や関節リウマチなどにより変形した膝関節を、金属やセラミック、ポリエチレンなどでできた人工関節に入れ替えることで痛みがなくなり、歩行能力が改善され、痛みのない生活を送ることができる手術です。
手術は通常1〜2時間程度で、感染を予防するためクリーンルームを使用しています。



いかがでしたか？
次回のリレー特集も
お楽しみに！



回復期リハビリテーション病棟 って、どんなところ？

名前だけ聞いたら、リハビリテーションをする場所みただけで、
実際どんなことをしているのか、よくわからない。
今回はそんな回復期リハビリテーション病棟をご紹介します！



その1 入院の条件

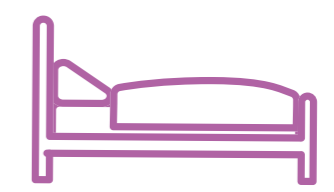
回復期リハビリテーション病棟に入院
する方の多くは、近隣の高度急性期病院
で治療を終えたものの、すぐに在宅へ
復帰するには不安があり、引き続きの治療
とリハビリテーションが必要な方です。
ほかにも、近隣の一般・急性期病院や診療
所からの紹介や、直接当院の外来で受診
をして入院の必要があると診断された方
などもいらっしゃいます。

この病棟では、入院する全ての方に、
疾患を発症する前の状態や生活の様子を
入院時にお伺いしています。そして、「発症
以前の状態まで回復」を目標として治療と
リハビリテーションを行います。もちろん、
疾患や障がいの程度、回復の程度などは個
人差がありますが、スタッフと患者さん、
そしてご家族と協力し合い、患者さんの
回復を全力でサポートします。

どういう条件で
入院になるの？

入院は、決まった疾患であることと、
発症・手術後の決められた期間内に限ら
れています。該当しない方でも、入院の
希望がある方は、ご相談ください。

- ① 脳血管疾患・脊髄損傷・頭部外傷・くも膜下出血
のシャント術後・脳腫瘍・脳炎・脊髄炎・多発性神
経炎・多発性硬化症の発症もしくは手術後
2ヶ月以内
- ② 大腿骨・骨盤・脊椎・股関節・膝関節の骨折
もしくは手術後
2ヶ月以内
- ③ 外科手術・肺炎などの治療時の安静による
廃用症候群
2ヶ月以内
- ④ 大腿骨・骨盤・脊椎・股関節の神経・筋・靭帯
損傷後
1ヶ月以内
- ⑤ 股・膝関節の
置換手術後の状態
1ヶ月以内



リハビリテーションに特化した病棟だから、
入院するには、少し規定があるんです。

その2 入院中の生活

だれがサポートしてくれるの？

リハビリテーションスタッフとして理学療法士（PT）、作業療法士（OT）、言語聴覚士（ST）が、日々のサポートをします。
リハビリテーションは、長く小さな努力をコツコツと積み重ね、目標へと向かって進んでいくものです。その道のりは、ときにつらく苦しく感じることもあると思います。リハビリテーションスタッフはそんな患者さんのところと体の支えとなるよう明るく元気に、一緒に楽しみながらも真剣にリハビリテーションを行います。
患者さんのクセや個性、毎日の生活や趣味に合わせたリハビリテーションを提案し、患者さん一人ひとりの「生きること」を支えます。

どんなことをしているの？

当院では、歩行を補助し足の動きを鍛えるリフターや、筋力と持久力をつけるエアロバイク、つままり歩きをサポートする平行棒など、ご自身の力だけでなく器具の力を借りて、体や脳により多くの刺激を与えることを目的にさまざまな機械・器具をご用意しています。
身体状況に合わせたメニューのため、一人ひとりの内容は変わりますが、やってみたい・挑戦したいという意欲を大切に、目標へ向けたリハビリテーションを提案しています。

理学療法士（PT）
歩く・腕を曲げる・立ちあがるなど基本的な動作を担当

作業療法士（OT）
着替える・掃除機をかける・入浴するなどより生活に近い動作を担当

言語聴覚士（ST）
飲む・声を出す・文字を書くなど食事とコミュニケーションのための動作を担当



平行棒での訓練

その3 退院とその後のケア

退院はどうやって
決まるの？



回復期リハビリテーション病棟は、入院できる日数に期限があります。期限が近くなると事前にご本人、ご家族と退院先を相談することになります。また、期限日より前に希望や目標に到達していれば、その時点で退院の検討をすすめます。
退院後、ご自宅へ戻られた方には、スタッフが訪問したり、ご本人に病院へ通っていただいたりしてリハビリテーションの継続が可能です。施設に行く場合は施設内でリハビリテーションを継続します。退院後も一人ひとりの都合に合わせて、ふさわしいケアを提案します。

総合受付

「インフルエンザワクチン接種」を開始しました

今年もインフルエンザワクチン接種を開始しております。
各科の接種料金・注意事項をご参考に、ぜひお申し込みください。

小児科

- インフルエンザワクチン接種料金 2700円(税込)
(6ヶ月〜13歳未満までの方 2回接種 5400円(税込))
- 中学3年生(15歳)までの方は小児科にて摂取可能です。
- お子さまに同伴された方でインフルエンザワクチン接種ご希望の方は、小児科でお子さまと一緒に接種することが可能です。
- ※(同伴の大人の方は、3000円(税込))
- ※同伴の方でも65歳以上の方は小児科での接種はできません。

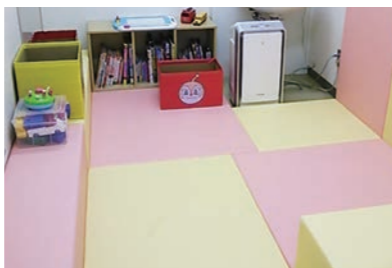
各科

- インフルエンザワクチン接種料金 3000円(税込)
(横浜市助成制度対象者以外で16歳以上の方)
- 予約なしで接種可能です。
- 当院受診中の方は受診されている科の窓口へ、初診の方または久しぶりに来院される方は総合受付までお声がけください。

小児科

小児科外来の診療日を 月々土曜に拡大しました

小児科外来の診療日を月々土曜日
(土曜は午後休診)に拡大しました。
お子さんたちの急な発熱・嘔吐下痢
などの急性期疾患から、近年増加してきて
いるアレルギー疾患等をMRI・CT・
超音波検査・血液検査を駆使して、新生
児から幅広く対応させていただきます。
ぜひ一度当院小児科へご相談ください。



小さなお子さんが退屈せず過ごせるように、プレールームを完備しています。

健診科

「巡回バス健診」のご案内

当院では、巡回バス健診を行っております。巡回バス健診を利用することで、健診機関に行くための時間が削減でき、従業員さまの健診受診率アップにもつながります。
企業団体さまからのご希望の健診内容・ご利用人数や日時など、さまざまなお要望にお応えしてまいります。お気軽にご相談ください。



こちらの健診バスは胃部X線(バリウム検査)および胸部レントゲン撮影が可能です。

横浜市助成制度(2015年10月1日〜12月末日)

- インフルエンザワクチン接種料金 2000円(税込)
(生活保護・市民税非課税の方・中国残留邦人の方で支援給付を受けている方は確認書類をお持ちになると無料になります。)
- 横浜市在住65歳以上の方
- 横浜市在住の60〜65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器・免疫機能に1級相当の障害をお持ちの方(障害者手帳をお持ちください)

注意事項

- ワクチンの入荷状況によっては接種できない時もあります。
- ワクチンが無くなり次第終了とさせていただきますのでご了承ください。
- 接種希望の方は、診察室へお入りになる前に総合受付または各科受付へお声がけください。問診表記入後、医師の診察のうえ接種させていただきます。



健診センター

新健診センターの 起工式が行われました

平成27年10月1日、当院敷地内の新健診センター(平成28年度夏頃完成予定)建設場所において起工式が行われ、工事の安全祈願をいたしました。
工事期間中はみなさんにご不便やご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが、安全第一で進めてまいりますので、ご理解ご協力をよろしくお願いいたします。



総務課

救急車を導入しました

みなさんに安心の医療を提供し、また近隣医療機関や福祉施設との連携を深めるため救急車を導入しました。当院では救急搬送された患者さんに対し、当直医の指示のもと、オンコールにて検査科・放射線科が対応しています。
今後より一層、救急医療に力を入れてまいります。



いつまでも健康を保ちたい!

「腰痛」体操



腰痛の原因はなに？

多くの方が抱えている腰痛。その原因はさまざまです。長時間のデスクワークや自動車の運転、中腰姿勢などなど・・・腰の筋肉に負担がかかることが、腰痛やコリにつながると言われています。今回は、腰痛の予防になる「3つの腰痛体操」をご紹介します！

腰痛体操 3STEP

STEP 1 猫のポーズ



背中側のストレッチです！
四つ這いから腰を落とし、腰～お尻を伸ばします。

STEP 2 腰ひねり



仰向けになり、腰を左右にひねります。

POINT!!
ひねり過ぎには注意！

STEP 3 ドローイン



息を吐きながら、腰のタオルを押し付けましょう。

POINT!!
同時にお腹を凹ませると効果的！



凹ませる前のお腹



凹ませたあとのお腹

※運動には適応・不応があります。
※これらの運動をして鋭い痛みが出現する方は、専門の医師やリハビリスタッフに相談し、お身体にあった運動を指導してもらいましょう。

HOSPITAL NEWS

2015 夏～秋
イベント・研修会のご報告

地域交流祭開催



電気メスを使っての手術体験は大好評でした。



院長がつくる焼きそばは絶品！

7月25日、1階リニョールを記念した地域交流祭を開催しました。地域のみなさんへ日頃の感謝の気持ちを込め、出店、ゲームコーナー、キッズ病院体験などの催し物をご用意し、交流を深めることができました。なかでも大好評いただいたキッズ病院体験では、実際の手術室での電気メスの体験や内視鏡(胃カメラ)の操作体験、血液の白血球を顕微鏡で観察する体験など、さまざまな体験ができるコーナーを設けました。実際に白衣やナース服を着用して体験している子供たちはとても活き活きしており、楽しそうに参加しているのが印象的でした。

出店では、たこ焼き・焼きそば・ポテトフライなど、6種類のメニューをご用意し、ゲームコーナーでは、風船・ヨーヨー釣りの射的・わなげ・スーパーボールすくいを行い、すべて10円で販売したところ、大変ご好評いただきました。救急車見学や体力測定、健康相談(一般・歯科)コーナーでは、病気にに対する不安やお悩みをお聞きし、対応させていただきました。来年も地域のみなさんに当院が身近に感じてもらえるような交流祭を開催する予定です。お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。お待ちしております。

HIV研修会



9月17日(木)横浜市市民病院の感染症内科専門医吉村幸治先生、看護師の栗下宏子氏、ソーシャルワーカーの佐々木麻理氏をお招きして、HIV研修会を開催しました。職員をはじめ、戸塚区の方など多数の方にご参加いただきました。HIVは「不治の病」「他の人に感染する」などのイメージがありますが、今回の研修で、HIVは「慢性の病気」「寿命の危険リスクは煙草より低い」「特別な感染力が高いわけではない」ということ、またHIVの治療法や患者さんとの接し方、支援の必要性を学びました。今後も研修会等を通し感染症に関する知見を深めていきたいと考えています。

公開講座のご案内

当院では、来年1月より月1回の公開講座を開催いたします。お誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

- 1月 消化器科 医師 田中耕平
 - 2月 整形外科 整形外科部長 医師 大澤拓也
 - 3月 整形外科 医師 伊藤克己
 - 4月 歯科口腔外科 歯科医師 品川隆
 - 5月 歯科口腔外科 歯科医師 青山繁
 - 6月 消化器科 診療統括部長 医師 森岡研介
 - 7月 消化器科 院長 医師 三輪健
 - 8月 眼科 医師 土ヶ内健史
- ※参加費無料
※場所：当院講義室(予定)
※その他、詳細が決まり次第ホームページにてお知らせいたします。
- <http://www.yokohamahp.jp/>
(045)860-1777

外来担当表

平成 27 年 12 月 1 日～		月	火	水	木	金	土	
内科	一般内科	AM PM	篠原 舞 富永 治	林 学 富永 治	松平 慎一 松平 慎一	富永 治／武久 洋三 松山 直美	折目 和基 山崎 望	担当医 —
	消化器内科	AM PM	田中 耕平 —	金 良一 山口 紀子	田中 耕平 小田切 千里	森岡 研介 澤田 成彦	田中 耕平 岩崎 将	— —
	糖尿病外来	AM PM	中口 裕達 —	— 山崎 俊介	— 國下 梨枝子	— —	— —	— —
	循環器内科	AM PM	— 土肥 宏志	— 乳井 伸夫	— 堀 真規／矢野 英人	— —	— 木野 旅人	— —
	神経内科	AM PM	鈴木 文司(予約制) —	浅野 徹也(予約制) 鈴木 文司(予約制)	鈴木 文司(予約制) —	鈴木 文司(予約制) 西山 毅彦(予約制)	鈴木 文司(予約制) —	— —
	腎臓内科	AM PM	— 菊池 英弥	— 吉村 吾志夫(第1.3.5)	— 菊池 英弥	— —	— —	— —
	慢性肝炎外来	AM PM	— —	— —	— —	— —	— 中野 敦史	— —
	呼吸器内科	AM PM	— —	渡邊 直人 —	— —	— —	— 前村 啓太 前村 啓太	— —
	総合診療科	AM PM	金 良一 三輪 健	— 森岡 研介	— 森岡 研介	金 良一 金 良一	金 良一 森岡 研介	— —
	外科	外科・消化器科	AM PM	森岡 研介／加地 利雄 —	— 担当医	富永 治 加地 利雄	— 富永 治	三輪 健 富永 治
大腸肛門科		AM PM	— —	— 鮫島 伸一	— —	— —	— —	— —
乳腺外来 <small>※乳がん検診のみ予約制</small>	AM PM	— —	— 内田 恵博	— 内田 恵博	— —	— —	— —	— —
	泌尿器科	AM PM	— —	— —	— —	— 板谷 直 板谷 直	— —	— —
皮膚科	AM PM	岩永 とも子 岩永 とも子	— —	— —	— 岩崎 沙絵 岩崎 沙絵	— —	— —	— —
	耳鼻咽喉科	AM PM	— 小幡 和史 小幡 和史	— —	— —	— —	— —	— —
リハビリテーション科 <small>整形外科</small>	関節外科	AM PM	— 大澤 拓也	— —	— 大澤 拓也 (装具外来)	— —	— 大澤 拓也	担当医(第2土曜休診) —
	整形一般	AM PM	— 武久 敬洋	— 山口 さやか	— 篠田 圭介	— 篠田 圭介	— 藤田 順之	— —
	リウマチ外来	AM PM	— 伊藤 勝己	— 伊藤 勝己	— —	— 伊藤 勝己	— —	— —
眼科	AM PM	— 土ヶ内 健史	— —	— 土ヶ内 健史 (手術)	— 土ヶ内 健史 (予約検査)	— 土ヶ内 健史(予約診療)	— —	— 土ヶ内 健史
	小児科 <small>※13:30～14:00予約接種／乳児健診</small>	AM PM	— 青山 康之	— 青山 康之	— 担当医	— 担当医	— 熊澤 健介	— 担当医
歯科・歯科口腔外科	一般外来	AM PM	品川／青山／新木 品川 隆／新木 敏之	青山 繁／新木 敏之 品川 隆／新木 敏之	品川／菅／青山・澁谷(手術)／新木 青山・澁谷(予約制)／新木	品川／菅／新木 品川／菅／青山(予約制)	品川／菅／青山／新木 青山(予約制)／新木	担当医 —
	ドライマウス外来	AM PM	— —	— 品川 隆／菅 省吾	— —	— —	— —	— —
	インプラント外来	AM PM	— 青山 繁	— 青山 繁	— —	— —	— —	— —
	顎関節外来	AM PM	— —	— —	— —	— —	— 青山 繁	— —
	口腔ケア 摂食・嚥下外来	AM PM	— —	— —	— —	— 品川 隆／菅 省吾	— —	— —
	内視鏡 (予約検査)	AM PM	富永／三輪／金沢 田中 耕平	山口／松清／担当医 鮫島 伸一	小田切／加地／瀧之上 三輪 健／石田 文生	澤田／石井／瀧之上／田中 齋藤 晋祐	中野／岩崎／五藤 五藤 哲	池永 貴洋 —



〈無料送迎バスのご案内〉



・無料送迎バスをご利用の場合は、バス待合所「くるくる」をご利用ください。
 ・バス待合所「くるくる」は、戸塚パルソ出口「モリフルーツ」さん横付近になります。
 ・雨でも駅から濡れずに乗降場にお越しいただけます。

※バス停留所はございません。
 ※土曜日は13時以降は運休、日祝は終日運休となります。

医療法人 横浜平成会
平成横浜病院
 HEISEI YOKOHAMA HOSPITAL

■受付時間 8:30～11:30 / 12:00～16:30
※乳腺外来は15:30まで

■休診 土曜午後・日曜・祝日

〒244-0003 神奈川県横浜市戸塚区戸塚町550番地

総合受付 ☎ **045-860-1777**
info@yokohamahp.jp / www.yokohamahp.jp

■健診受付時間 月～金 10:00～16:00

人間ドック ☎ **045-860-1888**

各種健診 ☎ **045-860-1753**