

さくら

平成横浜病院広報誌 sakura

vol. 5

2016 冬号



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第2回：ドライマウスの原因と治療
歯科口腔外科 品川隆

■ Contents

院長ごあいさつ ————— 01
 新任医師ごあいさつ ————— 02
 連載 教えて！ドクター ——— 03-04
 PickUp 消化器科・外科 ——— 05
 column 正しい手洗い ————— 06
 連載 健診のススメ ————— 07-08
 HOSPITAL NEWS ————— 09
 リハビリ体操 ————— 10



■ 理念

「信頼される優しい医療」

■ 基本方針

- 一 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。
- 二 安全な質の高い医療を提供します。
- 三 健康の維持増進をサポートします。
- 四 医療機関、保健・福祉機関と連携し地域医療に貢献します。
- 五 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。

新任医師ごあいさつ

症状の程度により、専用のストッキング着用から手術までさまざまな治療法があります。特に血管内焼灼術は従来の手術（ストリッピング術）に比べて傷はほとんど目立たず、また麻酔の工夫により手術の際の痛みも少なく、帰宅してすぐ日常生活や仕事を行うことが可能です。多くの患者さんに満足いただいております。

下肢静脈瘤とは？

下肢静脈瘤は体の深部に注ぐところの弁が壊れており、血液が表面の静脈に逆流・充満し、さまざまな皮膚症状（湿疹・かゆみ・色素沈着・潰瘍）やむくみ、こむら返りなどを引き起こします。

Profile



1月より開始
かしじょうみやくりゆう
下肢静脈瘤外来

許 吉起
Kyo Yoshiki

ごあいさつ

この度縁あって戸塚の地で下肢静脈瘤外来を担当させていただくこととなりました。静脈瘤によるだるさやむくみなどは適切な治療により改善します。長年お困りの症状でもぜひ一度ご相談ください。

Profile



皮膚科外来

岩永 とも子
Iwanaga Tomoko

ごあいさつ
皮膚科は皮膚に生じるあらゆる疾患を対象に診療を行っています。アレルギー、菌またはウイルスの感染、紫外線、虫刺され、加齢や季節の変化などが原因となって、皮膚にさまざまな症状をもたらすことがあります。皮膚に今までなかった変化が出て、かゆみや痛みを伴うことや急速に増大することがありましたら、どうぞお気軽に当院外来にお越しください。

Profile



小児科外来

青木 康之
Aoki Yasuyuki

ごあいさつ

当院小児科では、地域に密着した責任ある小児医療を提供するため昨年度より医師を増員し、月曜から土曜まで連日での診療体制となりました。お子さんの急な発熱や嘔吐・下痢、急性期疾患からアレルギー疾患・新生児疾患など、小児科全般に対応させていただきます。お子さんに関する不安や心配ごとがありましたら、ぜひ一度ご相談ください。



院長 三輪 健

外来担当：総合診療科
外科・消化器科

当院は、地域に役立つ病院として組織・経営改革を行っております。リウマチ外来、下肢静脈瘤外来の新設や予防医学をさらに充実させるために健診センターの建替え工事、ホームページの刷新など、さまざまな改革を行ってきました。その結果、組織改革も目に見えて成果が上がり、経営状態も徐々に安定してきました。今後は戸塚区での在宅医療が安心して行えるように後方支援もさらに充実させていく予定です。

今後も患者さんに満足していただき、職員が安心して働ける病院に生まれ変わり、横浜を代表する素晴らしい病院になれるよう努力いたします。ぜひ、地域のみなさんのご支援・ご鞭撻をよろしくお願いたします。地域のみなさんにも、平成横浜病院にも、今年も良い年でありますように心よりお祈り申し上げます。

ドライマウスの治療例

専門他科と連携して治療にあたります。

- 保湿剤、嗽含剤、唾液分泌促進剤
- 生活習慣の改善(栄養指導)
- カムカムウォーキング(ガム咀嚼・歩行・複式呼吸)
- カウンセリング
- リハビリテーション(唾液腺機能療法)
- 漢方

摂食嚥下障害がある場合は？

飲み込めない、喉に詰まる・・・こんな症状がある方は摂食嚥下機能の検査が必要です。摂食嚥下障害があり入院される場合、誤嚥性肺炎予防のため摂食嚥下リハビリテーション、口腔ケアを実施します。



嚥下内視鏡検査



嚥下造影検査

ドライマウスの原因例

- 薬剤の副作用
- 脱水
- ストレス
- 筋力の低下(基礎代謝の低下)
- シェーグレン症候群(自己免疫疾患)
- 放射線治療
- 糖尿病、腎臓病、高血圧などの内科疾患
- 心疾患、骨折などによる廃用症候群
- 脳血管障害
- 口呼吸
- 更年期障害

当院では各種診断機器を揃えています



口腔水分計



電気味覚計



口臭測定器

教えて！ドクター

ドクターリレー特集

第2回 ドライマウスの原因と治療

歯科口腔外科 品川 隆

「口がかわく」「口の中がネバネバする」「喉がかわく」「舌が痛む」

「味覚がおかしい」「口臭が気になる」・・・

こんな症状がある方は、ドライマウスかもしれません。

「どこで診てもらえばいいかわからない」「歳のせい」とあきらめていませんか？

当院のドライマウス外来では、口腔と全身の関係から原因を調べます。

近年、口腔免疫という口腔・咽頭を中心とした粘膜免疫システムの解明が進み、ドライマウスは単なる症状としてではなく、口腔環境が変化することで感染症や自己免疫疾患など、全身性の難治性疾患を引き起こす原因として対応する必要があります。

ドライマウス

になると、どんな症状が出るの??



唾液の作用

ってどうなってるの??



ゴッ君よりメッセージ



口腔の環境を整えて、食事を味わい、咀嚼し、ゴクンして、最後まで人生を味わえることは、QOLに深く関わります。

※ゴッ君：品川先生開発キャラクター

いかがでしたか？
次回のリレー特集も
お楽しみに！



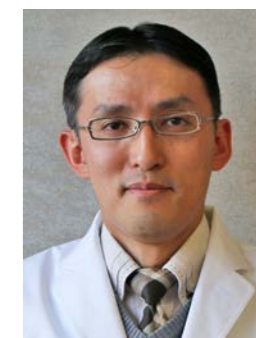
消化器科・外科

消化器科・外科は消化器疾患全般（食道、胃、大腸、肛門、肝臓、胆嚢、膵臓等）ならびに一般外傷（縫合処置が必要な怪我等）や体表疾患（皮下腫瘍、鼠径ヘルニア等）の治療を行っています。

検査としては最新の画像検査機器（CT、MRI等）を利用し診断に役立てています。また、消化管内視鏡検査も積極的に行っており、通常上部消化管検査（胃カメラ）は年間約6700件、下部消化管内視鏡検査（大腸カメラ）は年間約770件施行しており、上部内視鏡検査は県内屈指の施行症例数となっています。さらに胆道の内視鏡検査（内視鏡的逆行性胆管膵管造影・ERCP）やそれに伴う治療（胆道結石除去術等）も積極的に行っています。入院では手術治療も積極的に行っており、通常の開腹手術（胃癌、大腸癌、肝臓癌、



お話を聞いた先生



診療統括部長／外科医
森岡 研介

体表手術等）のほか、内視鏡手術（胃カメラによる胃癌手術、大腸ポリープ切除術）や腹腔鏡を使用した手術（腹腔鏡下胆嚢摘出術、腹腔鏡下大腸切除術等）を行っています。おなかの不調を自覚されている方は、消化器が原因か不明な場合でもまずは遠慮なく外来にてご相談ください。

具体的な疾患例

逆流性食道炎、胃腸機能障害（胃もたれ、便秘等）、ヘリコバクター関連胃炎、胃・大腸炎（感染性腸炎、大腸憩室炎、虫垂炎等）、胃腫瘍（胃ポリープ、胃癌等）、大腸腫瘍（大腸ポリープ、大腸癌等）、肝炎、肝臓腫瘍、胆石症、膵炎、膵腫瘍、内痔核等の肛門疾患 等

正しい手洗い を实践しよう！

冬の手洗いは重要です

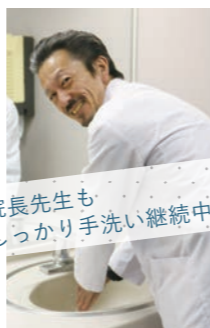
寒くなってくると流行するのが風邪やインフルエンザといった感染症です。

感染症予防で一番基本的なことが手洗いとされています。「手」は人間にとって便利な道具です。しかし同時に、ウイルスにとっても伝播のための便利な媒体となります。手はあらゆる場所で、さまざまなものに共通して使われるため、代表的なウイルスの経路となります。医療関連感染の多くも手を介して伝播されると言われています。

感染対策として、石けんと流水による手洗いや速乾性アルコール製剤による手指消毒などの手指衛生を日頃から徹底することが大切です。

正しい手洗いの仕方

- 手指を流水で濡らす。
- 石けん液を適量手の平に取り出す。
- 手のひら同士をすり合わせよく泡立てる。
- 手の甲をもう片方の手のひらでもみ洗う。
- 指を組んで両手の指の間をもみ洗う。
- 親指をもう片方の手で包みもみ洗う。
- 指先をもう片方の手のひらでもみ洗う。
- 必要の場合は爪ブラシを使って指先をもみ洗う。
- 両手首まで洗いぬいにもみ洗う。
- 流水でよくすすぐ。
- ペーパータオルでよく水気をふき取る。



院長先生も
しっかり手洗い継続中！



健康診断のススメ vol.1

乳がん検診

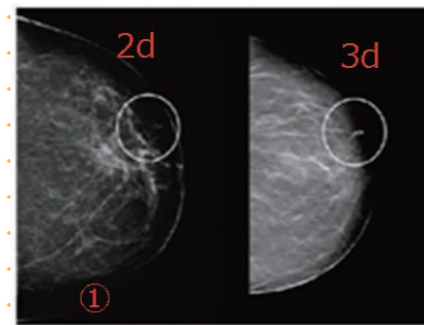
早期発見・早期治療が重要です

女性のがん第1位は乳がんです。
日本女性が乳がんを発症する割合は16人に1人と言われています。
乳がんの罹患率は30歳から増えはじめ、45歳以上から増加は顕著になります。
乳がんで亡くなっている人数は2013年と1980年を比べると約3倍。
乳がんは、早期発見、早期治療で治療率が高い「治るがん」です。

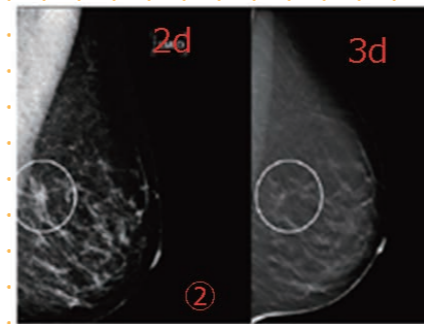
**当院では高性能な3Dマンモグラフィーによる
検診を実施しています**

従来のマンモグラフィー（二次元）では乳腺組織が重なり病変が抽出しにくいことも、
三次元画像では乳腺組織の重なりが少なく、より詳細な画像撮影が可能になりました。
このマンモグラフィーなら、病変の発見・診察能力の向上が期待できます。
乳腺が発達し組織抽出が難しかった若年層にも有効です。

マンモグラフィーの画像比較



2Dだと見えなかった管状の乳がんが3Dだとみることができるようになった症例。



2Dで乳がんを疑った画像では、3Dだと限りなく良性に近い画像となった症例。



検査は女性放射線技師が担当します！



乳がん健診 Q & A

Q 検査内容と検査時間は？

A 触診、X線撮影（3Dマンモグラフィー）があります。
触診と3Dマンモグラフィー撮影を合わせ約15分かかります。

Q 検査をして、何がわかるの？

A しこりや石灰化、腫瘤の病変などから、
早期乳がんの発見に役立ちます。

Q 検査上で注意することは？

A マンモグラフィー撮影の場合、乳房を圧迫しますので痛みを伴います。
授乳中の方、豊胸術を受けた方、ペースメーカーを装着されている方は、乳がん検診は受けられません。

Q どれくらいの間隔で受診すればいいの？

A 乳がん発生率は近年上昇しています。
無症状の場合でも、乳がんが見つかりますので、
年に一度は受けるようにしましょう。

Q マンモグラフィーって痛いなの？

A 痛みは個人差があります。
年齢や乳腺の発達具合、生理前・生理中など、日によっても
痛みが違います。もし我慢できないくらい痛い場合は、
撮影担当の技師に伝えてください。
無理に撮影は行いませんので安心してください。

Q 3Dマンモグラフィーの特徴は？

A 一般的なマンモグラフィーと違い、多方向から撮影をするため、
乳腺の重なりで見えにくい病変部が見えやすくなります。

単独乳がん検診 (2015年11月より開始)

- ・料金：12,000円
- ・日時：毎週月曜日 13:00~15:00【予約制】
- ※検査報告書は2週間後に郵送いたします。
- ・お問合せ先：健診科

☎045-860-1753

人間ドックコース

- 人間ドックを受けられる方は、オプションで乳がん検診を8,500円で実施できます。
- ・お問合せ先：予約センター

☎045-860-1888

その他のお問合せ：総合健診センター

☎045-864-5851

いつまでも健康を保ちたい!

転倒予防運動



転倒を予防するには?

高齢者の転倒は骨折につながりやすく、重大な怪我となる恐れがあります。そのため、まずは転倒を予防することが大変重要です。今回は、その予防として3種類の運動を紹介します。足の筋肉・体幹、そして足の指を鍛え、転倒を予防しましょう!

転倒予防体操 3STEP

STEP 1 もも上げ運動



左右交互に10回ずつ行います。背中が丸まらないように注意!

STEP 2 四つ這い姿勢でできる運動



四つ這い運動は体幹を鍛えることができます。

POINT!!

出来る方は片手を挙げて、更に反対の足を挙げられると最高です!

STEP 3 足の指を使ったタオル体操



足の指を鍛えると転倒を予防できることは、科学的に証明されています。足の指でタオルを手前にたぐり寄せる運動で、鍛えることができます。

※運動には適応・不適応があります。
※運動後に鋭い痛みが生じた場合は、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

無料送迎バスのコースが追加になりました。追加コースは戸塚駅東口周辺を回る3コースです。

※3コースとも月々金曜の運行です。
※現在院内の駐車場が工事のため混雑しております。ぜひ無料送迎バスをご利用ください。

明治学院コース		9時台	11時台	13時台	15時台
1	平成横浜病院	9:00	11:00	13:00	15:00
2	コンフォール上倉田	9:04	11:04	13:04	15:04
3	アビタ前	9:10	11:10	13:10	15:10
4	和敬寮前	9:12	11:12	13:12	15:12
5	柳田商店	小田急分譲地 自由乗降区間			
6	ポスト前				
7	第1公園				
8	舞岡熊之堂	9:18	11:18	13:18	15:18
9	和敬寮前	9:19	11:19	13:19	15:19
10	アビタ前	9:21	11:21	13:21	15:21
11	コンフォール上倉田	9:26	11:26	13:26	15:26
12	平成横浜病院	9:30	11:30	13:30	15:30

新コース
①
明治学院コース

飯島団地コース		9時台	11時台	13時台	15時台
1	平成横浜病院	9:40	11:40	13:40	15:40
2	岡田商店	9:43	11:43	13:43	15:43
3	郷和台(南第二公園)	9:44	11:44	13:44	15:44
4	ユキストア	9:46	11:46	13:46	15:46
5	セブンイレブン前	9:47	11:47	13:47	15:47
6	環3 柏尾川大橋	9:48	11:48	13:48	15:48
7	長沼ストア前	9:50	11:50	13:50	15:50
8	飯島郵便局前	自由乗降区間			
9	飯島団地(3-3電話BOX)				
10	飯島保育園前				
11	久保跨線橋	9:55	11:55	13:55	15:55
12	長沼ストア	9:56	11:56	13:56	15:56
13	サントク前	9:57	11:57	13:57	15:57
14	南谷	10:02	12:02	14:02	16:02
15	コンフォール上倉田	10:06	12:06	14:06	16:06
16	平成横浜病院	10:10	12:10	14:10	16:10

新コース
②
飯島団地コース

本郷台3丁目コース		10時台	12時台	14時台	16時台
1	平成横浜病院	10:20	12:20	14:20	16:20
2	コンフォール上倉田	10:24	12:24	14:24	16:24
3	下倉田町内会館	10:28	12:28	14:28	16:28
4	コンフォール小松ヶ丘	10:29	12:29	14:29	16:29
5	貝殻坂	10:31	12:31	14:31	16:31
6	みどり野ハイツ	10:32	12:32	14:32	16:32
7	本郷台3丁目	10:33	12:33	14:33	16:33
8	本郷台3丁目公園	10:34	12:34	14:34	16:34
9	富士ヶ丘	10:36	12:36	14:36	16:36
10	豊田中学校	10:39	12:39	14:39	16:39
11	ポスト前	10:40	12:40	14:40	16:40
12	パーキング前	10:41	12:41	14:41	16:41
13	コンフォール上倉田	10:46	12:46	14:46	16:46
14	平成横浜病院	10:50	12:50	14:50	16:50

新コース
③
本郷台3丁目コース

無料送迎バスに新コースが加わりました



外来担当表 (H28.2現在)			月	火	水	木	金	土
内科	一般内科	AM	山崎 望	林 学	松平 慎一	武久 洋三(隔週)	折目 和基	担当医
		PM	—	—	松平 慎一	松山 直美	山崎 望	—
	消化器内科	AM	田中 耕平	金 良一	田中 耕平	森岡 研介	田中 耕平	—
		PM	—	山口 紀子	小田切 千里	澤田 成彦	岩崎 将	—
	糖尿病外来	AM	中口 裕達	—	—	山崎 俊介	—	—
		PM	—	山崎 俊介	國下 梨枝子	—	—	—
	循環器内科	AM	—	乳井 伸夫	堀 真規/矢野 英人	—	—	—
		PM	土肥 宏志	乳井 伸夫(第2,4週)	堀 真規	—	木野 旅人	—
	神経内科	AM	鈴木 丈司(予約制)	浅野 徹也(予約制)	鈴木 丈司(予約制)	鈴木 丈司(予約制)	鈴木 丈司(予約制)	—
		PM	—	鈴木 丈司(予約制)	—	西山 毅彦(予約制)	—	—
腎臓内科	AM	—	—	—	菊池 英弥	—	—	
	PM	菊池 英弥	吉村 吾志夫(第1,3,5週)	菊池 英弥	—	—	—	
慢性肝炎外来	AM	—	—	—	—	—	—	
	PM	—	—	—	—	中野 敦史	—	
呼吸器内科	AM	—	渡邊 直人	—	—	—	—	
	PM	—	—	—	—	前村 啓太	—	
総合診療科	AM	金 良一	—	三輪 健	許 吉起	金 良一	—	
	PM	三輪 健	許 吉起	森岡 研介	許 吉起	森岡 研介	—	
外科	一般外科	AM	森岡 研介/加地 利雄	—	富永 治	—	三輪 健	担当医
		PM	—	森岡 研介	加地 利雄	—	—	—
	○大腸肛門科	AM	—	○鮫島 伸一	—	—	—	—
	●下肢静脈瘤外来	PM	●許 吉起	—	—	—	—	—
乳腺外来 <small>※乳がん検診のみ予約制</small>	AM	—	内田 恵博	—	—	—	—	
	PM	—	内田 恵博	—	—	—	—	
泌尿器科	AM	—	—	—	板谷 直	—	—	
	PM	—	—	—	板谷 直	—	—	
皮膚科	AM	岩永 とも子	—	岩崎 沙絵	—	—	—	
	PM	岩永 とも子	—	岩崎 沙絵	—	—	—	
耳鼻咽喉科	AM	小幡 和史	—	—	—	—	—	
	PM	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	大澤 拓也	—	大澤 拓也	—	—	担当医(第2土曜休診)
		PM	—	—	(装具外来)	—	大澤 拓也	—
	整形一般	AM	武久 敬洋	山口 さやか	篠田 圭介	篠田 圭介	藤田 順之	—
		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	伊藤 勝己	伊藤 勝己	—	伊藤 勝己	—	—	
	PM	—	—	—	伊藤 勝己	—	—	
眼科	AM	土ヶ内 健史	—	土ヶ内 健史	土ヶ内 健史	土ヶ内 健史	土ヶ内 健史	
	PM	土ヶ内 健史	—	(手術)	(予約検査)	土ヶ内 健史(予約診療)	—	
小児科 <small>※13:30~14:30 予防接種/乳児検診</small>	AM	青木 康之	青木 康之	担当医	担当医	熊澤 健介	担当医	
	PM	青木 康之	青木 康之	担当医	担当医	熊澤 健介	—	
歯科・歯科口腔外科	一般外来	AM	品川/菅/新木	新木 敏之	品川/菅/新木	品川/菅/新木	品川/菅/新木	担当医
		PM	品川/菅/新木	品川/菅/新木	新木 敏之	品川 隆/菅 省吾	新木 敏之	—
	口腔外来	AM	青山 繁	青山 繁	青山(手術)/澁谷 智明	青山 繁	青山 繁	担当医
		PM	—	—	青山(手術)/澁谷 智明	青山 繁(予約)	青山 繁(予約)	—
	ドライマウス外来	AM	—	品川 隆/菅 省吾	—	—	—	—
		PM	—	—	—	—	—	—
	インプラント外来	AM	—	—	—	—	—	—
		PM	青山 繁(予約)	青山 繁(予約)	—	—	—	—
顎関節外来	AM	—	—	—	青山 繁	青山 繁	—	
	PM	—	—	—	—	—	—	
口腔ケア 摂食・嚥下外来	AM	—	—	—	—	—	—	
	PM	—	—	品川 隆/菅 省吾	新木 敏之	品川 隆/菅 省吾	—	
内視鏡 (予約検査)	AM	三輪 健/金沢 恵由	山口/松清/担当医	小田切/加地/測之上	澤田/石井/測之上/田中	中野/岩崎/五藤	池永 貴洋	
	PM	田中 耕平	鮫島 伸一	三輪 健/石田 文生	斎藤 晋祐	五藤 哲	—	



〈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。

※土曜は13:00以降は連休、日祝は終日連休となります。



■受付時間 8:30~11:30/12:00~16:30
 ※土曜日は午前のみ
 ※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~金曜 10:00~16:00

人間ドック ☎045-860-1888

各種健診 ☎045-860-1753