

# 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. 6

2016 May



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第3回：季節性アレルギー性結膜炎  
眼科医 土ヶ内 健史



■ 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 最先端リハビリ用  
ロボットスーツ ——— 05-06

連載 健診のススメ ————— 07-08

column 睡眠時無呼吸症候群 — 09

HOSPITAL NEWS ————— 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。

New doctor greeting

新任医師ごあいさつ

今年度から当院に勤務することとなりました。

日常診療では、一般外傷、膝疾患、スポーツ障害をはじめ、整形外科疾患を一般的に診療いたします。

診察におきましては、不安なことが多々あるかと思えます。出来る限り不安を解消することができるよう、分かりやすく丁寧に説明することを心掛けていきます。何卒よろしく願いたします。

Profile



整形外科  
**渡邊 順哉**  
Junya Watanabe

▽ 渡邊先生の担当診療時間

月・木曜	午前 8:30 ~ 11:30 午後 1:30 ~ 4:30 <small>※月曜午後は第2・4のみ</small>
火曜	午後 1:30 ~ 4:30
第2・4土曜	午前 8:30 ~ 11:30 <small>※土曜診療は月により担当医が変更になる場合もあります。</small>

整形外科外来表

(H28.5現在)		月	火	水	木	金	土
関節外科	AM	○	—	○(専門外来)	—	—	○
	PM	—	—	○(専門外来)	—	○	—
整形一般	AM	○	○	—	○	○	—
	PM	○(第2,4週)	○	(装具外来)	○	○	—
リウマチ外来	AM	—	○	○	○(専門外来)	—	—
	PM	○(第1,3,5週)	—	○	○(専門外来)	—	—

Profile



小児科外来  
**杉村 賢吾**  
Kengo Sugimura

▽ 杉村先生の担当診療時間

水・木曜	午前 9:00 ~ 11:30 午後 1:30 ~ 4:30
第2・4土曜	午前 9:00 ~ 11:30

当院小児科は、地域の方々に密着した総合小児科です。感冒・胃腸炎・インフルエンザといった一般疾患から、アレルギー・皮膚疾患など、幅広く診療しています。また予防接種・乳児健診も受け付けています。

昨年に新規開設したばかりのため、待ち時間は比較的短く、月曜から土曜まで連日診療しています。

子供たちは世界の宝です。子供たちの健康・生育をサポートし、お母さん・保護者の方々の支えとなるのが私たち小児科医の使命と考えております。何か心配事がありましたら、遠慮なく当科までお尋ねください。

小児科外来は、月曜から土曜まで毎日診療を行っています

MRI・CT・超音波検査等、特殊検査にも対応しています。お子さんに関する不安や心配ごとがありましたら、ぜひ一度当院へご相談ください。

☎045-860-1774  
(小児科専用ダイヤル)

院長ごあいさつ  
Director greeting



院長 三輪 健

外来担当：総合診療科  
外科・消化器科

今年もあつという間に桜が散ってしまいましたが、いつ見ても桜は心を穏やかにしてくれるものです。今回、表紙を桜にしてみました。実は当院の外壁の色は桜をイメージしています。この広報誌の名前の由来もここからきています。

当院は、地域に役立つ病院として何が必要か考え続けております。5月からは、年々増えつつある認知症患者にも早期に対応できるように物忘れ外来を開始します。また、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を行っています。今後はリハビリテーションをさらに充実させ、多くの人が在宅で療養できるような地域をつくり上げて行きたいと思えます。また、戸塚区での在宅医療が安心して行えるよう、後方支援もさらに充実させて行く予定です。

これから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として、横浜を代表する病院になれるよう努力いたします。今後とも地域のみなさんご支援・ご鞭撻をよろしくお願いいたします。



ドクターリレー特集

# 教えて！ドクター

第3回

## 季節性アレルギー性結膜炎

眼科医 土ヶ内健史

### アレルギーの現状

現在、アレルギー性結膜炎の患者さんは全国で二千万人とも推定されています。その大半はスギなどの花粉が原因の季節性アレルギー性結膜炎といわれています。花粉が眼の粘膜に接触することでアレルギー症状が現れ、毎年、樹木や草花の花粉が舞う季節に繰り返して起こります。

### アレルギーの原因

人間は外から異物が侵入したり、異常な細胞が発生したりすると体の中に抗体を作り、異物や異常細胞を排除する免疫という機能を持っています。免疫は本来プラスの働きをするはずなのに、場合によってはマイナスの働きをして病気を引き起こします。これがアレルギーです。もう少し詳しく説明しますと（図1参照）、まずアレルギーが出てきて結膜に侵入します。そこで肥満細胞という細胞からヒスタミンなどのメデイエーター（アレルギー症状を引き起こす物質）が放出されます。ヒスタミンは結膜表面に存在する神経を刺激して痒みを引き起こし、さらに血管に作用して充血や眼の腫れを引き起こします。

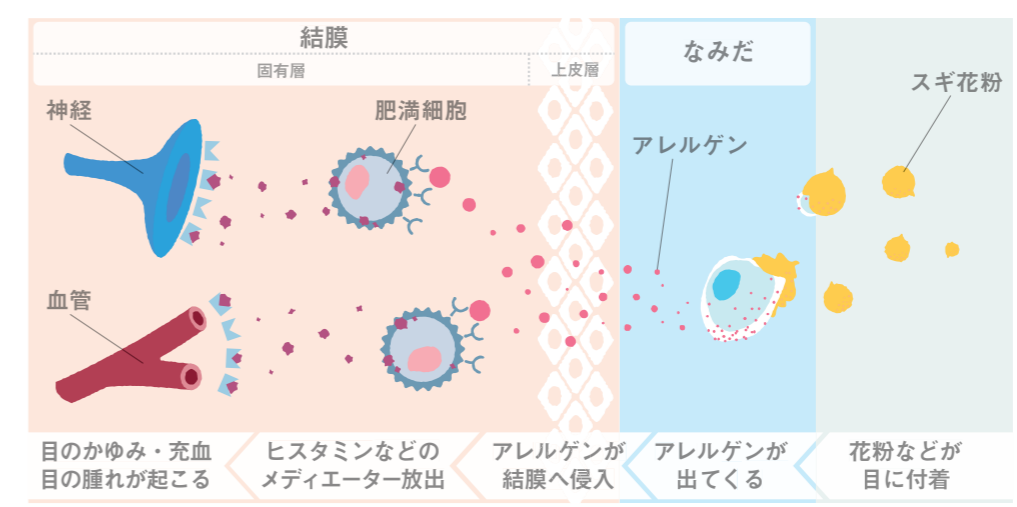


図1

### アレルギー治療

花粉が飛散する2週間ほど前からはじめる治療を初期療法と言います（図2参照）。初期療法を行うことにより、症状がでる期間を短くし、症状を軽くさせることができます。

もし、アレルギー性結膜炎の症状が出たら点眼薬を 사용합니다。点眼薬としては抗アレルギー点眼薬のヒスタミンH1受容体拮抗薬、メデイエーター遊離抑制薬、ステロイド点眼薬などがあります。抗アレルギー点眼薬の中のヒスタミンH1受容体拮抗薬は痒みを引き起こすヒスタミンの作用を直接阻止するので、主に痒みのある時に処方されます。メデイエーター遊離抑制薬はヒスタミンを増やさないようにする作用があります。ヒスタミンH1受容体拮抗薬とメデイエーター遊離抑制薬の両方の作用を持つ薬もあります。

その他、症状が強いときはステロイド点眼薬を併用することもあります。

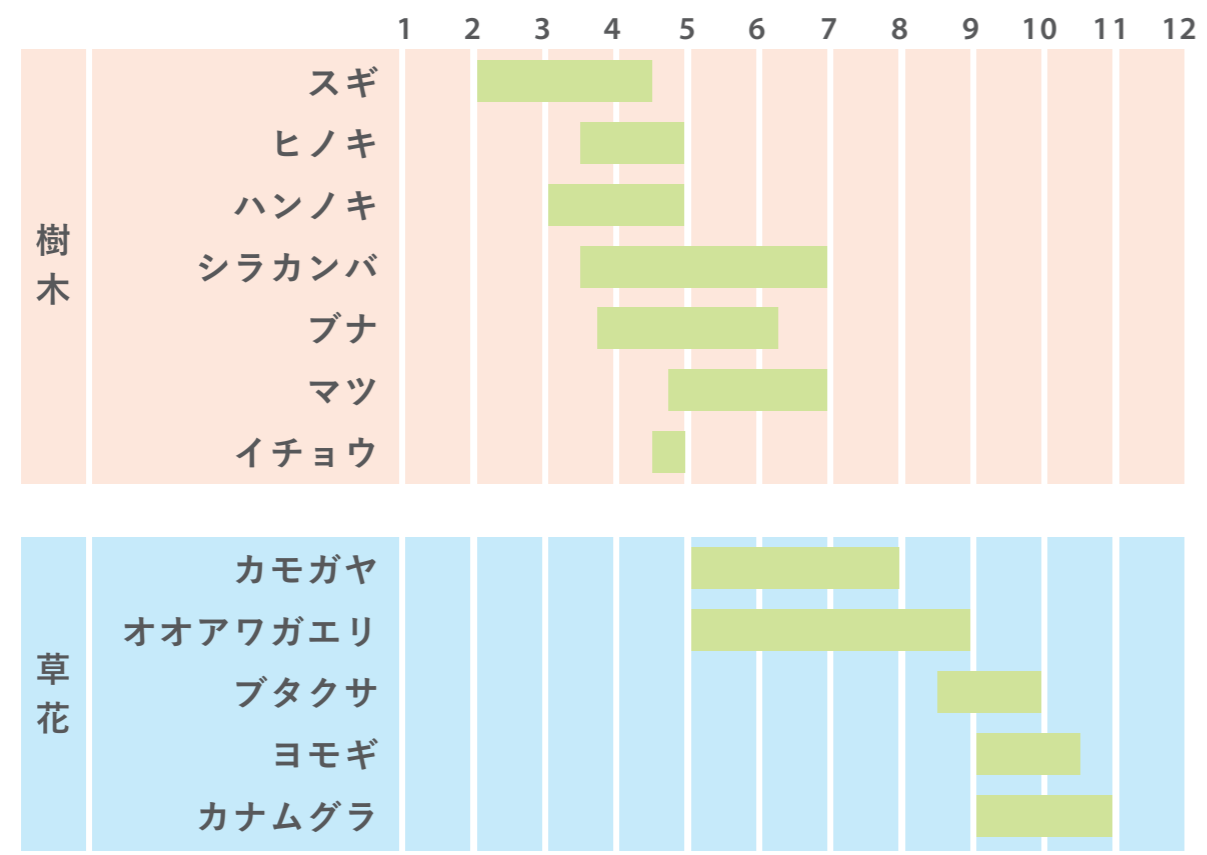


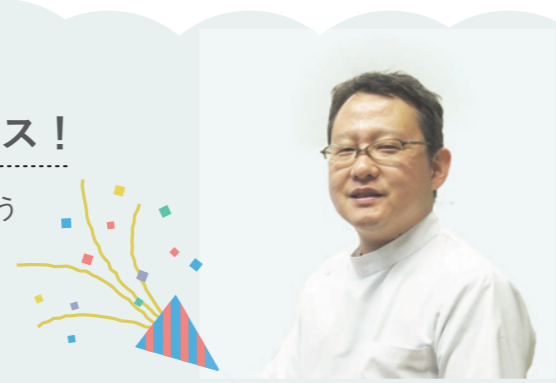
図2 <花粉の飛散時期>

アレルギーに負けない！

### 土ヶ内先生のワンポイントアドバイス！

- ◎早寝早起きをして生活のリズムを整えましょう
- ◎食事はバランス良く栄養をとりましょう
- ◎適度に運動しましょう

いかがでしたか？ 次回のリレー特集もお楽しみに！





# 最先端リハビリ用ロボットスーツ

CYBERDYNE 社ロボットスーツ「HAL®（下肢タイプ）」／Honda 歩行アシスト



近年、脳卒中や脊髄損傷に対して、ロボット機器を用いたリハビリテーションが注目されています。麻痺などの後遺症をお持ちの方に対し、より効果的に身体機能を改善する可能性を秘めています。

3月より、当院でもリハビリテーション業界における最先端のロボット機器である、CYBERDYNE 社ロボットスーツ HAL®（下肢タイプ）と Honda 歩行アシストを導入しました。

## ① CYBERDYNE 社ロボットスーツ「HAL®（下肢タイプ）」

HAL® は、人が筋肉を動かそうとしたときに皮膚に現れる微弱な生体電位信号を感じ、人の意思に従って動作支援を行う装置です。重度な麻痺の患者さんにも適応可能な歩行を支援するロボット機器です。

## ② Honda 歩行アシスト（上記写真参照）

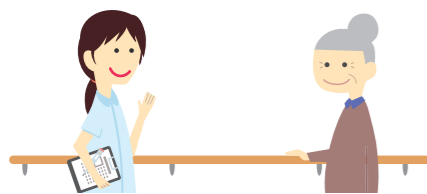
Honda 歩行アシストはシンプルな構成となっており、股関節の屈曲による下肢の振り出しと、伸展による蹴り出しの誘導を行い、効率的な歩行をサポートする、歩行訓練機器です。

どちらも事前の使用者講習を終え、今後の本格的な導入に向けて取り組んでいます。各セラピストが研鑽を積むことで、積極的なリハビリテーションを提供してまいります。

※使用条件があり、全ての患者さんに適応する訳ではありません。

※HAL®は医療用の導入ではありません。

## 外来リハビリテーション お問い合わせ



☎045-860-1777  
(代表番号)

□ 実施時間：9:00～11:40／13:40～16:40  
※要予約  
□ 休診日：土曜午後・日曜祝日・年末年始





## 健康診断のススメ vol.2

あなたの骨は、大丈夫？

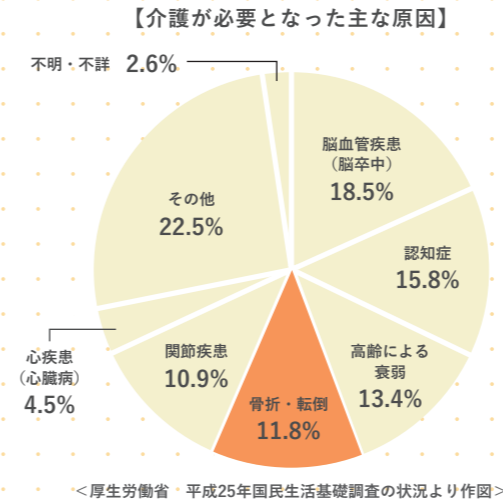
# 骨密度測定

### 「骨密度」とは

骨密度とは、骨に含まれるカルシウム・ミネラルなどの量を骨量といい骨の強度を表す検査で重要な指標です。20歳でピークを示し年齢とともに低下していきます。

骨密度が低下すると骨の中がスカスカになります。これが骨粗鬆症です。スカスカになると転倒などで骨折しやすくなります。また、骨粗鬆症になつて骨折すると寝たきりになる可能性もあります。

骨折、寝たきりになる前に定期的に測定し骨の状態を知ることが大切です。



<厚生労働省・平成25年国民生活基礎調査の状況より作成>

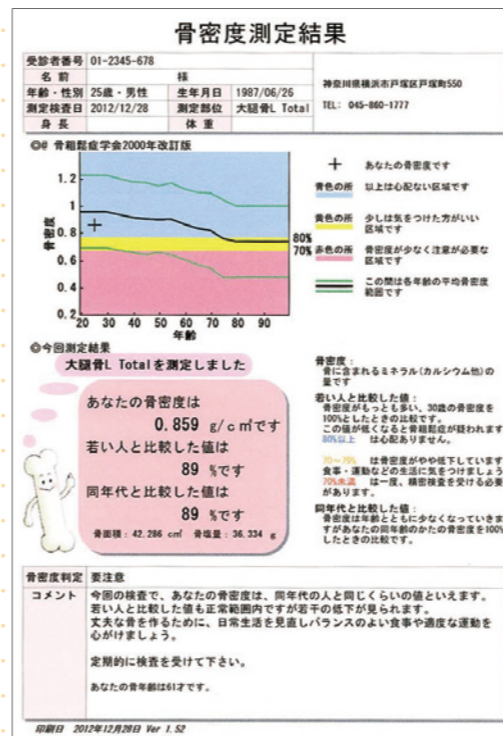
### 検査方法(DEXA法)

DEXA(デキサ)法とは、2種類のエネルギーのX線を測定部において、成分と他の組織を区別して測定する方法です。測定部位は大腿骨頸部で、極めて少ないX線を使用しているので、安心して正確な診断が行えます。

ベッドに横になるだけで痛みもなく簡単に測定できます。

### 検査結果

基準となるのは同年齢の骨密度の平均値と骨量が最大となる20歳〜歳の若年成人の平均値(YAM)です。



実際の検査結果報告書

結果指標	説明
○ 正常	YAM 80%以上
○ 骨量減少	YAM 70~80%
○ 骨粗鬆症	YAM 70%以下

## 骨密度測定 Q & A

**Q 何歳頃から受ければいいのか？**

**A** 女性は40歳頃から検査を受けましょう。40歳〜70歳までの女性を対象に、5年ごとの節目の検査として全国的に勧められています。

**Q 検査時間はどれくらいかかるの？**

**A** 撮影室へ入室後、5分程度で終わります。

**Q 男性も骨粗鬆症にかかることはある？**

**A** 骨粗鬆症は女性に多い病気ですが、男性でも加齢に伴い60歳後半から徐々に増え始めています。糖尿病・胃切除・関節リウマチなど、ステロイド薬を長期服用している方など、若年男性もかかることがあります。

**Q 食事療法だけで骨粗鬆症を治すことはできる？**

**A** 食事・運動療法は大切ですが、日光浴も必要です。骨粗鬆症の方が骨折予防するには、薬物治療が必要となる場合もあります。整形外科の専門医にご相談ください。



次の条件に当てはまる方は、骨密度測定をお勧めいたします。

- 50歳以上の女性
- 閉経後で体重の軽い方
- 両親に大腿骨骨折の既往歴がある方
- 喫煙者
- ステロイド薬を使用中的方
- アルコール・カフェインを多量に摂取する方
- 糖尿病と診断された方
- 過激な食事制限によるダイエットをした経験がある方

## information

### <オプション検査>

当院で人間ドックを受けられる方は、オプションでX線(DEXA法)による大腿骨の骨密度測定を4,000円で検査することができます。ぜひ、ご利用ください。

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**

ホームページから簡単に  
 健診予約ができるようになりました!

インターネット予約なら  
 Tポイントが貯まります。

詳しくはホームページをcheck!!





## その症状、「睡眠時無呼吸症候群」かも!?

睡眠時無呼吸症候群とは？

睡眠中に呼吸が止まった状態（無呼吸）を断続的に繰り返し、その結果十分な睡眠がとれず、居眠り運転や記憶力・集中力の低下など、日常生活にさまざまな障害を引き起こす疾患です。

こんな症状があれば要注意！

- ・ 大きないびき
- ・ 昼間に強い眠気
- ・ 熟睡感がない
- ・ 集中力の低下
- ・ 起床時に頭痛やだるさがある
- ・ 夜中に何度もトイレに行く
- ・ 口が渴いている
- ・ 頭や体が重いと感ずる
- ・ 寝汗をかく



当院では、睡眠時無呼吸症候群の検査を行っています

### 簡易検査

酸素飽和度、気流、いびきを測定します。呼吸の状態や血中の酸素の状態などを測定し、睡眠呼吸障害の程度（以下AHI）を求めることができます。AHIが40以上で眠気など睡眠時無呼吸症候群の症状が明らかな場合、CPAP療法の対象となります。AHIが40未満であれば、さらに精密検査（PSG検査）が必要です。

### PSG検査（ポリソムノグラフィー）精密検査

呼吸状態、脳波、体位、心電図、睡眠の深さ、酸素飽和度、いびきの状態など睡眠中の状態を詳しく調べることで、総合的に睡眠時無呼吸症候群の判定をする専門的な検査です。脳波、筋電図、眼球の動き等を測定することにより睡眠段階、覚醒反応の有無などの睡眠の状態をみます。また、エアフローセンサー、腹部胸部センサーなどで無呼吸の程度、中枢型、閉塞型の判別をします。専門の検査担当者がさまざまなセンサーを装着していくこともあり、入院して検査を行います。痛みはなく、いつも通りに寝ている間に検査は終了します。



いびきや眠気が気になる方、もしかしたら睡眠時無呼吸症候群かもしれないと不安を感じる方は健康維持のためにもお早めにご相談ください。

### 災害医療研修会 「熊本地震後、当院の災害対策は？」

4月14日・16日の深夜、熊本県熊本地方を震源とする2度の巨大地震が発生しました。最大震度7が観測され60名以上が亡くなり、1300名以上が負傷されました。被災された皆様には心よりお見舞い申し上げます。

今回の地震を鑑み、4月21日に大規模災害が発生した際の病院職員としての対応を今一度確認する目的で、日本DMAT※隊員でもある当院総合診療科・血管外科の許吉起医師に研修をお願いしました。東日本大震災・広島土砂災害など許医師



が活動された災害現場のお話、私たちが想像する以上のものではないかと。現行の病院マニュアルは災害時に本当に対応可能なのか？ 特定のメンバーだけではなく全職員が把握できており、また休日や夜間等でも役割分担をすることができるのか？ ライフライン消失時の対応方法は検討されているのか？ など再認識する研修会となりました。

みなさんも日頃から防災・避難・連絡方法等を家族やご近所としてしっかり確認・準備しておきましょう。

※DMAT（ディーマット）  
災害発生直後の急性期に活動が開始できる機動性を持った、専門的な研修・訓練を受けた災害派遣医療チーム

### 第2回ヘルスケアセミナーのご報告

4月23日（土）当院の講義室で『第2回ヘルスケアセミナー』を行いました。

今回は、整形外科部長大澤拓也医師が『変形性膝関節症』をテーマに、膝関節の解剖（骨や筋肉の名前や使われ方）や膝の役割について、「変形性膝関節症とはどんな病気?」「人工関節の手術と明していただきました。

講演終盤には、術前術後の歩行比較の映像が流れ、手術を通じて映像に映る患者さんが大幅に回復

している様子を目の当たりにし、お越しいただいたみなさんが大変驚かれており、とても興味深い様子でした。お忙しい中、たくさんの方にご聴講いただき、大変うれしく思います。  
次回は5月21日（土）14時からリウマチ科伊藤勝己医師が「足のトラブル大丈夫?」と題しセミナーを行います。伊藤医師が足のトラブルについて、わかりやすくご説明いたします。次号広報誌のセミナー報告も、お楽しみに!



### 【公開講座のご案内】

当院では、月一回の公開講座を開催しています。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。ぜひ、お誘い合わせのうえお越しください。

<http://www.yokohamahp.jp/>  
045-860-1777

外来担当表 (H28.5現在)			月	火	水	木	金	土
内科	一般内科	AM	山崎 望	松山 直美	松平 慎一	武久 洋三(隔週)	室橋 祐子	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	—	田中 耕平	森岡 研介	田中 耕平	—
		PM	—	前田 知世	小田切 千里	澤田 成彦	新井 典岳	—
	糖尿病内科	AM	新井 正法	—	—	山崎 俊介	—	—
		PM	—	京原 麻由	中口 裕達	—	—	—
	循環器内科	AM	—	乳井 伸夫	堀 真規/小村 直弘	—	—	—
		PM	山田 なお	乳井 伸夫(第2.4週)	堀 真規	—	成川 雅俊	—
神経内科	AM	鈴木 丈司(予約制)	中澤 謙介(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	—	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	—	—	前村 啓太	—	
	PM	—	渡邊 直人(第1.3.5週)	—	—	前村 啓太	—	
総合診療科	AM	—	—	三輪 健	許 吉起	許 吉起	—	
	PM	三輪 健	許 吉起	森岡 研介	許 吉起	森岡 研介	—	
外科	□一般外科 ●物忘れ外来 ●脳神経外科	AM	□森岡 研介/□加地 利雄	—	□富永 治	■石井 映幸	□三輪 健	□担当医
		PM	—	□森岡 研介	□加地 利雄	◎石井 映幸	—	—
	○大腸肛門科 ●下肢静脈瘤外来	AM	—	○鮫島 伸一	—	—	—	—
		PM	●許 吉起	—	—	—	—	—
乳腺外来 ※乳がん検診のみ予約制	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	—	—	—	—	—	
	PM	岩永 とも子	—	—	—	—	—	
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	関節外科	AM	大澤 拓也	—	大澤 拓也(専門外来)	—	—	担当医
		PM	—	—	大澤 拓也(専門外来)	—	大澤 拓也	—
	整形一般	AM	渡邊 順哉	大門 憲史	—	渡邊 順哉	藤田 順之	—
リウマチ外来	PM	渡邊 順哉(第2.4週)	渡邊 順哉/大門 憲史	(装具外来)	渡邊 順哉	藤田 順之	—	
	AM	—	伊藤 勝己	伊藤 勝己	伊藤 勝己(専門外来)	—	—	
PM	伊藤 勝己(第1.3.5週)	—	伊藤 勝己	伊藤 勝己(専門外来)	—	—		
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)	(手術検査)	土ヶ内 健史(予約診療)	—	
小児科 ※13:30~14:30 予防接種/乳児検診	AM	青木 康之	青木 康之	杉村 賢吾	杉村 賢吾	熊澤 健介	担当医	
	PM	青木 康之	青木 康之	杉村 賢吾	杉村 賢吾	熊澤 健介	—	
歯科・歯科口腔外科	一般外来	AM	品川 隆/菅 省吾	—	品川 隆/菅 省吾	品川 隆/菅 省吾	品川 隆/菅 省吾	担当医
		PM	品川 隆/菅 省吾	品川 隆/菅 省吾	—	品川 隆/菅 省吾	—	—
	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	—	品川 隆/菅 省吾	—	
内視鏡 (予約検査)	AM	三輪 健/佐藤 晋二	前田/向井/松清	小田切/加地/瀧之上	澤田/石井/瀧之上/田中	中野/新井/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。

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  
 ※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