

さくら

平成横浜病院広報誌

s a k u r a



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第7回：口腔外科って何？
口腔外科医 青山 繁

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 4月の入職者 ——— 05-06
 連載 健診のススメ ————— 07-08
 HOSPITAL NEWS ————— 09
 リハビリって何ですか？ ——— 10



院長ごあいさつ

最近1年中天候が不安定で日本の四季はどこに行ってしまったのかと考えることも多くなりました。体調を崩す方も多いのではないのでしょうか。

ところで「2025年問題」をご存知でしょうか。これは団塊の世代が2025年頃までに後期高齢者（75歳以上）に達する事により、介護・医療費等社会保障費の急増が懸念される問題です。これにより65歳以上の高齢者人口が約3500万人（人口比約30%）に達すると推計されています。それにより病気になる方も増え、入院病床が足りなくなることが予想されます。これを解決するためには、病気を予防するのはもちろんのこと、病気が悪化しないうちに病院を受診し、早く自宅で過ごせるように救急からリハビリを含めた治療を行う必要があります。これを担うのが地域の病院としての当院の役割であると考えています。これからもみなさんに満足していただける病院になれるよう職員全員で努力していきますのでよろしくお願い申し上げます。



院長 三輪 健

外来担当：総合診療科
外科・消化器科

New doctor greeting

新任医師ごあいさつ



内科
鈴木 攻
Suzuki Osamu

鈴木先生の
診療時間 内科 月曜 AM/PM
水曜 AM

いずみ中央病院より参りました鈴木攻（おさむ）と申します。私は大学病院で、腎・血液透析を中心に内科全般に携わっております。前医では療養病床のみで、なおかつ20年間も勤務しておりましたのですっかり療養職に染まってしまいました。今回は環境も全く変わり、又新しい分野（リハビリテーション）も勉強せねばならず、以前よりずっと大変ですが逆に新鮮でとても刺激的な毎日を過ごしております。今後は1日も早く皆様のお役に立てます様頑張りますので何卒よろしくお願ひ申し上げます。



皮膚科
高橋 ユエ
Takahashi Yue

高橋先生の
診療時間 皮膚科 火曜 AM/PM
水曜 AM
木曜 AM/PM
金曜 AM/PM

私はこれまで、大学病院、地域中核病院、地域密着の小規模病院と3つの病院で診療をしてきました。皮膚科はがんや天疱瘡などの重い病気から、アトピー性皮膚炎や乾癬などの慢性疾患・かぶれ・おでき・虫刺され・水いぼ・やけど・水虫・巻き爪……身近な困り事まで、幅の広い科です。大学病院よりも、地域密着の病院でやけどやかぶれの担当をし、アトピーの方と長く向き合っていくような、患者さんにとって身近な診療が続けたいと思っております。この病院とご縁がありました。どうぞよろしくお願いいたします。

院内敷地内に
new 新健診センター 建設中

詳しくはお気軽に病院スタッフへ
お問い合わせください

045-860-1888 (人間ドック)
 045-860-1753 (各種検診)

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

口腔外科と歯科の違いは？

口腔外科と歯科はどちらも口の中を見るから、何が違うのかわからない。歯が痛い時にはどちらへ行ったらいいのかなと迷われる方も多いかと思いますが、歯科医師の資格等に大きな違いはありませんが、この2つについて簡単に紹介します。

歯科は、虫歯や歯周病など口の中で起る病気の治療のほか、歯磨きの正しい方法や歯科検診など保健指導を行うことも大きな役割となっています。

口腔外科では口の中だけではなく、顎や顔の骨、口の周りで起る病気の診療を行います。名前に「外科」とついている通り、手術を行うこともあり、顎の骨折治療や顔の神経なども診ることができます。

口腔外科はなにを診るの？

口腔外科は、口のなか、顎、顔面やその周りに起る疾患をみる診療科です。この領域には、歯が原因となるものから癌、骨の異常などまでさまざまな病気が起ります。交通事故やスポーツなどの外傷、顎変形症や唾液腺疾患など、手術を必要とする外科的疾患の治療と口腔粘膜疾患・神経性疾患・口臭症などのお薬などで治療する内科的疾患の治療の両方を行い、さまざまな疾患に対応していきます。

この領域での異常は、食事や発音・会話がうまくできないなどの日常生活に必要な機能の問題に加えて、見た目などの審美的な問題も出てきます。治療により口腔・顔面全体の自然な形・機能を回復させることで、生活や表情に

ご協力をお願いいたします

当院では、外来診療で出来るだけお待たせしないよう、地域の医療機関との機能分担を推進しています。まずお近くの歯科医院・地域医療機関を受診していただき、当科での診療が必要と判断された場合には、紹介状をご持参のうえ受診されるようお願い申し上げます。

いきいきとした健康的な美しさを取り戻すことができると思っています。そのお手伝いをするのが口腔外科です。

口腔外科で多い病気と治療

口腔外科で多く対応する病気と治療についてご紹介します。心当たりのある方や、ご家族で該当するようの方はぜひご相談ください。

口腔がん

口の中にできるがんです。見た目は口内炎のように見えるものもありますが、触るとしこりがあったり、出血や痛みがある場合があります。早期に適切な治療を行えば5年生存率は90～95%と言われています。毎年約7000人が発症しており、3対2の割合で男性に多く、年齢的には60歳代に最も多いです。定期的な検診で早期発見に努めましょう。

！こんなとき注意

口腔がんは、直接肉眼で観察でき、手指で触診できるのが大きな特徴です。その中でも一見汚く、触って硬い感じをつけるものは要注意です。

顎関節症

口を開けようとするとあごが痛い・バキンと音がする・口が開かないというような症状があります。発症の原因はストレスやかみ合わせなど患者さんによってさまざまですが、発症する年代も性別も幅広い疾患です。飲み薬や、関節可動化訓練などで治療を行います。痛みみのコントロールができませんなど重度の場合には外科的な治療を行うこともあります。

！こんなとき注意

1週間ほど様子を見ても、症状が軽くならない、または強くなってくるようなら口腔外科を受診してみてください。

インプラント

欠損した天然歯の歯根部分の代わりとなるチタン製の人工歯根です。あごの骨に埋入された後、骨と結合新しい歯の支台となるので、入れ歯と違い、顎の骨が痩せることなく歯を取り戻すことができます。元々の歯と見た目の印象や、噛み心地に差異が少ないのが特徴です。外傷、疾患、虫歯などで1本または複数の歯を失った方であれば、どなたでも、インプラント治療の対象となります。

！ここに注意

健康保険が適応されない治療で比較的簡単ではありませんが手術が必要になります。

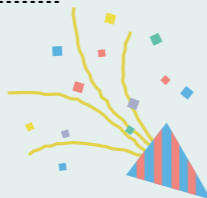


口腔外科はこんなところ！

青山先生のワンポイントアドバイス！

- ◎口腔外科でみれるのは口だけじゃない
- ◎治療だけでなく審美的な問題も解決する
- ◎気になったら医療機関へ相談しよう

いかがでしたか？ 次回のリレー特集もお楽しみに！



さくら満開、

新年度も

よろしく

お願いいたします。

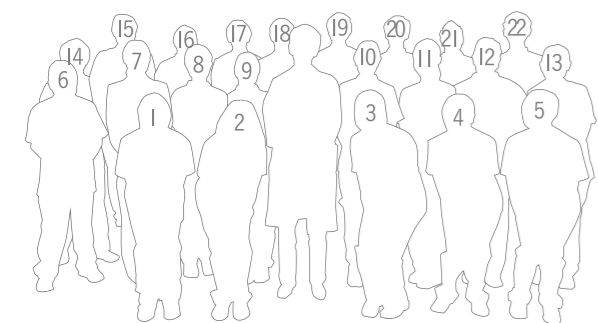


春の日差しが心地よい今日この頃。
あたたかな風とともに、
当院にも新しい仲間がやってきました。
働く場所はそれぞれ違えど、
「患者さんのために」
という気持ちは変わりません。
春の陽のような穏やかな気持ちと、
さくらのように和やかな笑顔で、
この春から頑張ります！

名前・職種・入職への意気込み

1. 高田 沙希・臨床検査技師・元気いっぱい頑張ります！ | 2. 福本 早紀・診療放射線技師・患者さんの笑顔のため、日々勉強に励みます | 3. 堀下 美樹・歯科衛生士・笑顔で明るく頑張ります！ | 4. 知元 あすみ・歯科衛生士・患者さんに寄り添うことのできる歯科衛生士になります | 5. 長谷川 菜・臨床検査技師・親切丁寧な検査を心がけます！ | 6. 中野 優・理学療法士・一生懸命頑張ります！ | 7. 中野 美希・社会福祉士・心は熱く、頭は冷静にがんばります！ | 8. 大谷 朋代・管理栄養士・みなさんに頼られる管理栄養士になれるよう頑張ります！ | 9. 山口 茜・管理栄養士・積極的な姿勢で頑張ります！ | 10. 塚本 紀子・理学療法士・先輩方を目指して頑張ります！ | 11. 樋口 幸乃・臨床検査技師・患者さんと向き合い正確な検査を行えるようになります | 12. 中塚 小町・介護福祉士・できること

からコツコツと頑張ります | 13. 小林 由佳・理学療法士・患者さんから頼られる思いやりのある理学療法士を目指します | 14. 小林 寿輝・理学療法士・少しでも力になれるよう頑張ります！ | 15. 柳川 大悟・理学療法士・何事も全力で頑張ります！ | 16. 中村 拓也・理学療法士・患者さんの役に立つよう努力します | 17. 長谷川 翔平・臨床検査技師・何事にも積極的に取り組んでいきます！ | 18. 山田 哲也・社会福祉士・1日でも早く仕事になれるよう頑張ります | 19. 村石 渉・理学療法士・何事もチャレンジし成長し続けたいです | 20. 山崎 智也・理学療法士・日々努力を忘れず頑張ります！ | 21. 川口 純生・理学療法士・チームで協力して頑張ります。 | 22. 田嶋 和也・理学療法士・患者さんの気持ちを考えられる理学療法士になります！ | 23. 山崎 航・理学療法士・早く先輩に追いつけるよう精一杯努力していきます | 24. 佐野 拳彬・作業療法士・何事も本気で取り組みます！





健康診断のススメ vol.6

肺がんはがん死亡原因ナンバー1!

肺がん検診

肺がん検診って?

肺がん検診は、肺がん検診とも呼ばれ、肺の中で起きている異常をレントゲン、CT装置を使って画像撮影をし、その画像から診断をする検査です。検査では臓器である肺だけでなく、肺周辺、血管、骨などの周囲臓器まで見ることが出来ます。そのため、肺がんだけでなく、胸部腫瘍や COPD (慢性閉塞性肺疾患)、胸部大動脈瘤、胸部周辺の血管の石灰化などが発見できます。また当センターでは、CTによる内臓脂肪面積も無料で同時測定しています。ぜひメタボ予防にお役立て下さい。

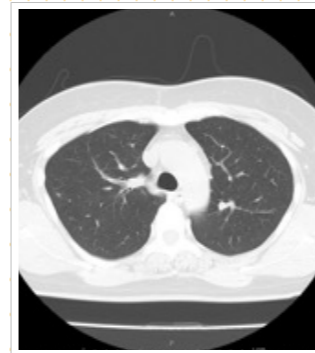
検査方法

胸部単純X線検査(以下単純検査)はX線を使用し、胸部全体の写真を正面と側面の2方向撮影します。被ばく線量が少なく胸部全体がすぐに見る事ができます。



X線画像

X線CT検査はX線を使用し、胸部の輪切りの写真を撮影します。被曝量が単純検査より高いですが、胸部局所をより精密に診断することができます。



CT画像

肺検診Q&A

何才頃から受けられる?

40歳以上の方は、年に1回受けることが望ましいと言われております。体調が心配な方は、年齢を問わずいつでも検査を受けてください。

CT検査での被曝が心配

当センターの装置では、高画質化と被曝低減を両立した技術「逐時近似再構成」の原理を応用した「Intelli IP」という画像処理技術を採用しています。そのため、従来のCT検査の被曝線量より少なく検査が可能です。

肺を健康に保つにはどうしたらいいの?

禁煙と適度な運動を心がけてください。体の健康と同じく、バランスのとれた食事と規則正しい生活が大切です。

こんな人にオススメ!

次の条件に当てはまる方は、肺検診を受けることをお勧めしています。

- 50歳以上で喫煙指数(1日の喫煙本数×喫煙年数)が600以上の方
- 40歳以上で6カ月以内に血痰があった方
- その他、身近に喫煙者との接触が多い非喫煙者(受動喫煙)の方

肺がんといえば、タバコが原因とされています。もちろん、一番の原因はタバコですが、それ以外にも原因になり得るものは多くあります。タバコを吸っていないから大丈夫、吸っている人は周りにいないから大丈夫と油断をしがちですが、大気汚染や過去の肺疾患が原因となる場合もあります。喫煙者の方はもちろん、喫煙者が身近にいる方や、普段過ごす環境に不安がある方などお気軽にご相談ください。

当院の保健指導室・管理栄養士監修!

季節の

easy healthy Recipes that nutritionists teach!

レシピ

作り方

- ① 米を炊飯器で炊く。
- ② えびの背わたを取り、鍋に水とBを入れ茹でて殻をむく。
- ③ 菜の花は茹でて水気をきる。3cmくらいに切りCをまぶす。
- ④ にんじんは細切りにし、油でしんなりするまで炒めDで煮る。
- ⑤ レモンの皮はみじん切りにする。
- ⑥ 薄焼き卵を作り、錦糸卵にする。
- ⑦ ご飯が炊けたら飯台にあげ、Aをまぜる。
- ⑧ 粗熱がとれたら②～⑤とカニ缶をまぜ、錦糸卵とイクラをちらす。

コレがポイント!

菜の花は栄養価の高い緑黄色野菜です。免疫力を高めるβカロチンやビタミンC、塩分を外に排出する働きを持つカリウム等の栄養素をバランスよく含んでいます。鉄分も豊富ですので、貧血気味の方にもおすすめの食材です。

誰でも出来ちゃう簡単健康レシピ

メニュー (1人分あたり約450kcal)

菜の花のちらし寿司



材料 (5人分)

- 米 … 3合
- 菜の花 … 1束
- えび … 15尾
- レモンの皮 … 1個
- にんじん … 1/2個
- 卵(錦糸卵用) … 2個
- イクラ(しょうゆ漬け) … 適宜

A 合わせ酢		B えび用		D にんじん用	
酢	大さじ4	酒	大さじ2	酒	大さじ2
レモン汁	大さじ2	塩	少々	だし汁	100ml
砂糖	大さじ3	C 菜の花用		砂糖	小さじ3
しょうゆ	小さじ3	しょうゆ	大さじ1	塩	少々
塩	少々	みりん	小さじ2		

意外と知らないリハビリって、なんですか？



動作の専門家 理学療法士！

理学療法士は Physical Therapist (PT) とも呼ばれます。ケガや病気などで身体に障がいのある人や障がいの発生が予測される人に対して、自立した日常生活が送れるよう支援する医学的リハビリテーションの専門職です。

寝返る、起き上がる、立ち上がる、歩くなどの日常生活で基本となる動作の改善を目指します。

関節可動域の拡大・筋力強化・麻痺の回復・痛みの軽減など運動機能に直接働きかける治療から、動作練習、歩行練習などの能力向上を目指す治療まで、動作改善に必要な技術を用いて、日常生活の自立を目指します。

理学療法士がいるところ

訪問

リハビリテーション

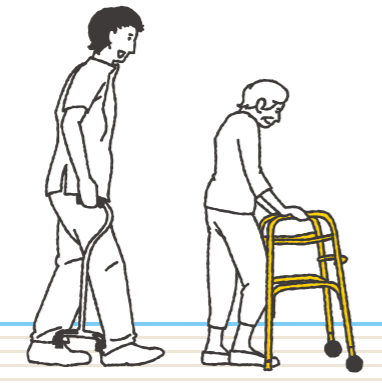
自宅での生活が中心となっている患者さんを対象に、理学療法士が患者さんのご自宅に伺い、リハビリテーションを提供します。自宅の環境を使って日常生活に必要な動作を練習したり、家の周りや近所の道を使って歩行の練習などを行っております。



外来

リハビリテーション

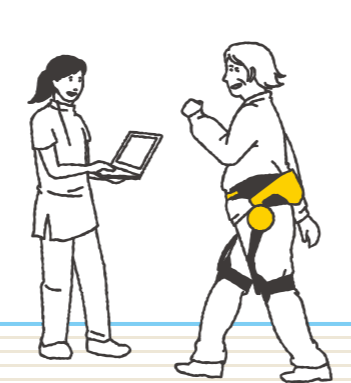
腰・膝・股関節など関節痛や人工関節の手術を行った患者さんの退院後のリハビリテーションを行っております。ストレッチや筋力トレーニングなどの指導を行い、自宅で行うことのできる運動を患者さんの状態に合わせて提供しております。



入院

リハビリテーション

脳卒中や大腿骨骨折など病気やケガが原因により自宅で生活することが難しい患者さんの身体機能を評価・治療を行い自宅へ帰るサポートをしています。365日のリハビリテーションの提供や「Honda 歩行アシスト」「HAL®」を使用したロボットリハビリを行っています。



HOSPITAL NEWS

2017 春
イベント・研修会のご報告

感染対策研修会 基礎講座「標準予防策」を開催



インフルエンザやノロウイルスが流行する季節も終わり、暖かく過ごしやすい季節になってきました。暖かい季節になると、心配になってくるのが、不衛生からなるカビの増殖や細菌の増殖による感染症です。新年度になり、今年も新社会人が当院にも大勢入職してきましたが、勤務年数を問わず、病院の職員に共通して必要な知識として「感染対策」があります。そこで、新入職者も現職者も、新たな気持ちでスタートするこの4月に、感染対策



の基礎講座「標準予防策について」を開催いたしました。講師は当院外科の森岡 研介医師が担当しました。2日間にわたって、職員150人が研修を受け、正しい手洗いや清掃、適切な手術室の管理方法などたくさんの方の事を学び、気持ちを改める良い機会となりました。これからも患者さんを第一に考え、研修会で学んだことを職員の一人ひとりがしっかりと徹底し、感染予防をきちんと行っていく予定です。

第9回・第10回 ヘルスケアセミナーのご報告



許 吉起 医師

第9回のセミナーは「下肢静脈瘤の治療」について下肢静脈瘤外来/総合診療科の許先生がお話しされました。

下肢静脈瘤の重症度やそれらに対する適切な治療などわかりやすく解説してくださいました。また、ご参加頂いた方から治療に関しての積極的なご質問も飛び交い有意義なセミナーとなりました。

セミナー後早速入院治療を受ける方もいるようです。



澁谷 智明医師

第10回のセミナーは「歯と体の健康」口腔の病気と生活習慣病との関連」と題し口腔外科医の澁谷先生がお話しされました。

受講された方からは、「歯は日頃のケアが大事なことがよくわかり、とても勉強になりました。参加して本当によかったわ!」というお声をいただきました。

また次回のヘルスケアセミナーを楽しみにしていただきたいと思います。

【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。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。



www.yokohamahp.jp
045-860-1777

外来担当表 (H29.1 現在)		月	火	水	木	金	土	
内科	一般内科	AM 鈴木 攻 PM 鈴木 攻	松山 直美 —	鈴木 攻 松平 慎一	武久 洋三(隔週) 松山 直美	南 太一 担当医	担当医 —	
	消化器内科	AM 田中 耕平 PM —	— 向井 俊平	田中 耕平 小田切 千里	森岡 研介 —	田中 耕平 —	— —	
	糖尿病内科	AM 新井 正法 PM —	— 京原 麻由	— 中口 裕達	青木 一孝 —	— —	— —	
	循環器内科	AM — PM 東丸 貴信	乳井 伸夫 乳井 伸夫(第2,4週)	小村 直弘 堀 真規	— —	山田 亘 成川 雅俊	— —	
	神経内科	AM 鈴木 丈司(予約制) PM —	多賀須 むつき(予約制) 鈴木 丈司(予約制)	鈴木 丈司(予約制) —	鈴木 丈司(予約制) 西山 毅彦(予約制)	鈴木 丈司(予約制) —	鈴木 丈司(予約制) —	
	腎臓内科	AM — PM 菊池 英弥	— —	— 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 — PM —	渡邊 直人 渡邊 直人(第1,3,5週)	— —	— —	— —	前村 啓太 前村 啓太	— —
総合診療科	AM — PM 三輪 健	— 許 吉起	三輪 健 森岡 研介	許 吉起 許 吉起	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 PM —	— □森岡 研介	— □富永 治 □加地 利雄	— ■石井 映幸 ○石井 映幸	— □三輪 健	□担当医 —	
	○大腸肛門科 ●下肢静脈瘤外来	AM — PM ●許 吉起	— —	— —	— —	— —	— —	
乳腺外来 ※乳がん検診のみ予約制	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 岩永 とも子 PM 岩永 とも子	高橋 ユエ 高橋 ユエ	高橋 ユエ —	高橋 ユエ 高橋 ユエ(予約制)	高橋 ユエ 高橋 ユエ	高橋 ユエ 高橋 ユエ	— —	
耳鼻咽喉科	AM — PM —	— —	— —	— —	— —	— —	— —	
整形外科	整形一般	AM 大澤 拓也 渡邊 順哉 PM 伊藤 勝己(第1,3,5週) 渡邊 順哉(第2,4週)	稲葉 尚人 稲葉 尚人 渡邊 順哉	大澤 拓也 伊藤 勝己 (装具外来)	— —	渡邊 順哉 渡邊 順哉	武田 和樹 武田 和樹 大澤 拓也	担当医 —
	関節外科	AM — PM —	— —	— 大澤 拓也(専門外来)	— —	— —	— —	— —
	リウマチ外来	AM — PM —	— 伊藤 勝己(専門外来)	— —	— 伊藤 勝己(専門外来)	伊藤 勝己(専門外来) 伊藤 勝己(専門外来)	— —	— —
眼科	AM 土ヶ内 健史(予約制) PM 土ヶ内 健史(予約制)	— —	— —	— —	— —	土ヶ内 健史(予約制) 土ヶ内 健史(予約制)	— —	
小児科 ※13:30~14:30 予防接種/乳児検診	AM 青木 康之 PM 青木 康之	青木 康之 青木 康之	— —	— —	杉村 賢吾 杉村 賢吾	沼田 遥 沼田 遥	担当医 —	
歯科・歯科口腔外科	一般外来	AM 品川 隆/菅 省吾 PM 品川 隆/菅 省吾	菅 省吾 品川 隆/菅 省吾	品川 隆/菅 省吾 菅 省吾	品川 隆/菅 省吾 品川 隆/菅 省吾	品川 隆/菅 省吾 菅 省吾	品川 隆/菅 省吾 菅 省吾	担当医 —
	口腔外来	AM 青山 繁 PM —	青山 繁 —	青山(手術)/澁谷 智明 青山(予約)/澁谷 智明	青山 繁 青山 繁(予約)	青山 繁 青山 繁(予約)	青山 繁 青山 繁(予約)	担当医 —
	ドライマウス外来 インプラント外来	AM — PM 青山 繁(予約)	品川 隆 青山 繁(予約)	— —	— —	— —	— —	— —
	顎関節外来 口腔ケア 摂食・嚥下外来	AM — PM —	— —	— 品川 隆	— —	青山 繁 —	青山 繁 品川 隆	— —
	内視鏡 (予約検査)	AM 三輪 / 吉峰 / 越智 PM 田中 耕平	向井 / 前田 / 吉本 / 清水 鮫島 伸一	小田切 / 吉峰 / 松平 / 加地 三輪 健 / 石田 文生	— —	— —	— —	— —



〈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、戸塚パルク出口「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
 ※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