

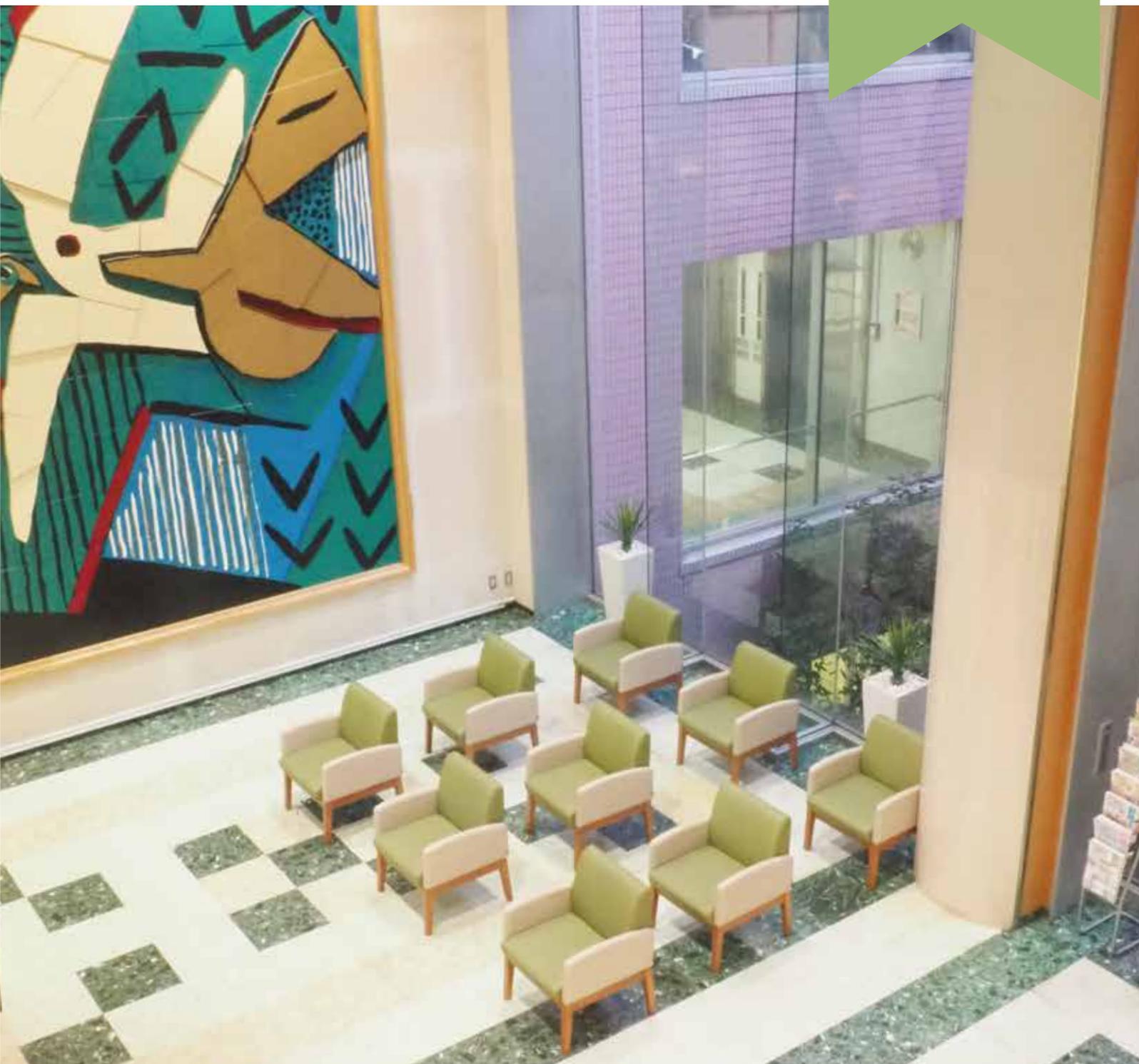
さくら

平成横浜病院広報誌 sakura

平成横浜病院
HEISEI YOKOHAMA HOSPITAL

vol.24

2021 New Year



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第21回：口腔内科について
口腔外科医 青山 繁先生

■ Contents

新任医師ごあいさつ ——— 03
連載 教えてドクター！ ——— 04-05
PickUp
今年の抱負 ——— 06-07
連載 健診のススメ ——— 08-09
HOSPITAL NEWS ——— 10
リハビリテーション便り ——— 11



■ 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。

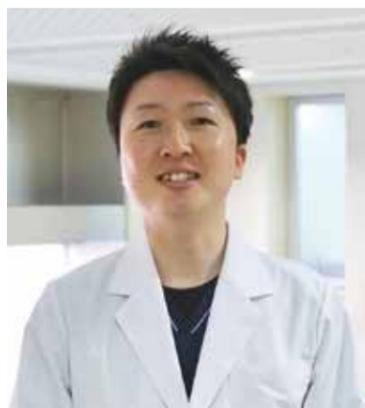
New doctor greeting

新任医師ごあいさつ

診療内容

総合内科
訪問診療（施設）

平成横浜病院に赴任いたしました、天辰優太と申します。
私は、高校卒業までは大分県と鹿児島県で過ごし、大学は岐阜大学を卒業しました。その後、岐阜市民病院での勤務を経たのち、厚生労働省で6年半、医系技官として勤務を行いました。
厚生労働省では、新型コロナウイルス感染症の対応のほか、要介護認定やリハビリテーション等の介護保険、急性期入院料や地域包括ケア病棟の診療報酬、自治体における災害医療や救急医療体制整備などの業務に従事しました。
これらの臨床・行政経験を活かし、地域のかかりつけ医として患者さんのニーズにきめ細かく応えられるよう、スタッフと力を合わせて診療をさせていただきます。どうぞよろしくお願ひいたします。



あまたつ ゆうた
天辰 優太
総合内科

診療内容

消化器内科・総合内科・
内視鏡（上部・下部）

この度、平成横浜病院にて勤務スタートいたしました石ヶ坪と申します。
主に横浜市内の病院にて一般内科・消化器系疾患・内視鏡診療に携わって参りました。当院におきましても、入院患者さんは多疾患併存高齢者がほとんどであり、今後もなお一層高齢者を対象とした総合診療に邁進したいと考えております。また外来や健診におきましては、若年層の患者さんも多数おられますので、今後も内視鏡や画像診断による早期発見・早期治療につながるよう努めたいと存じます。
ご高齢の患者さんに関しましては、患者さんご本人やそのご家族、生活状況や尊厳などへの配慮が重要であると痛感して参りました。当院でもそのような意識を持って診療を行いたいと考えております。よろしくお願ひいたします。



いしがつぼ あゆみ
石ヶ坪 愛由美
消化器内科・総合内科

電話診療とオンライン診療のお知らせ

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、感染予防の目的で電話・オンライン診療を行っています。

※診察は、原則として同一疾患で複数回受診している外来主治医が担当いたします。

※外来主治医が対応できない場合や主治医が決まっていない場合にはほかの医師が対応します。

電話診療・オンライン診療をお考えの方は、
Web サイトをご確認ください！

平成横浜病院 オンライン診療



新年あけましておめでとうございます
本年が明るい一年となりますよう
心よりお祈りいたします

平成横浜病院 職員一同

旧年中は格別のご愛顧を賜り、厚く御礼申し上げます。

本年も地域のみなさんの健康のために努めて参りますので、

より一層のご支援、お引立てを賜りますようお願い申し上げます。

皆様のご健康と新型コロナウイルス感染症の一日も早い収束をお祈りし、

新年のご挨拶とさせていただきます。





ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第21回

口腔内科について

日本口腔外科学会認定専門医
日本口腔内科学会認定指導医
日本顎関節学会認定専門医、指導医

青山 繁

口腔内科とは？

口腔内科は、お口の中（口腔内）で起きる疾患のほかに全身疾患からなるお口の中での症状（口腔症状）について診断し、外科的なアプローチ（手術）を行わずに治療を行う分野です。また、患者さんの口腔だけでなく、全身状態を評価したうえで診断や治療を行います。内科的アプローチと外科的アプローチを併用することで、より治療の質を高めることが期待できます。

口腔内科は我が国ではあまり馴染みのない名称ですが、欧米では75年前から歯学の一分野として確立しています。

口腔内科で扱う主な病気

炎症

歯周組織の炎症 智歯周囲炎、辺縁性歯周炎など顎骨の炎症、歯槽骨炎、顎骨骨髓炎など顎骨周囲の炎症、頬部や口底部の蜂窩織炎、特異性炎、顎放線菌症、口腔結核、口腔梅毒、菌性全身感染症、菌血症、敗血症 など

口腔粘膜疾患

色素沈着症、白板症、口腔扁平苔癬、口腔カンジダ症、多形紅斑、紅板症、単純ヘルペス、帯状疱疹、天疱瘡、類天疱瘡、再発性アフタ、ベーチェット病、口唇炎 など

唾液腺疾患

口腔乾燥症（ドライマウス）、シェーグレン症候群唾液腺炎、唾石症、粘液嚢胞（粘液瘤、ガマ腫）、唾液腺良性腫瘍、唾液腺悪性腫瘍 など

神経疾患

三叉神経痛、舌咽神経痛、非定型顔面痛、顔面神経麻痺、三叉神経麻痺 など

口腔（歯科）心身症

舌痛症、口腔乾燥症、口腔セネストパシー、咬合異常感症、歯科治療恐怖症 など

顎関節疾患

顎関節炎、顎関節症、顎関節強直症、顎関節腫瘍 など

その他の疾患

摂食嚥下障害、味覚障害、睡眠時無呼吸症候群、血液疾患・循環器疾患・呼吸器疾患・消化器疾患・腎臓疾患・内分泌代謝疾患・自己免疫疾患・脳血管疾患などの全身的疾患を有している患者さんの口腔疾患の治療 など

当科 受診の際のお願い

受診に関して

患者さんをでき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、当科での診察が必要と診断された場合は、紹介状をご持参のうえ、当科を受診されますようお願いいたします。

治療についてのご注意

う蝕（むし歯）、義歯などの治療に関しては、基本的に対応していません。当科受診後、地域歯科医院での治療が妥当と判断した患者さんには、適切に紹介させていただきます。

口腔内科的アプローチのメリット

全身疾患と関連の深い口腔疾患として最も有名なのが、日本人の40歳以上の8割が罹患していると言われる「歯周病」です。歯周病になると血糖値のコントロールが難しくなることがわかっており、糖尿病の悪化へとつながります。健康を維持するうえで、歯周病対策は欠かせません。とはいえ、多くの歯周病患者さんがいることから、歯周病予防が簡単ではないことは明らかです。ですが、通常の歯周病予防に加えて口腔内科的アプローチを行うことで、歯周病を治療・予防できる可能性を上げることができます。これは歯周病に限らず、他の口腔疾患においても同じことが言えます。

特に、当科におけるインプラント治療では、術前から各種検査を行い全身状態の精査を行っています。インプラントの成功率や、生存率に影響する因子の有無を確認したうえで、

口腔内科のニーズ

処置の可否の決定や、経過を見据えた治療方針を提案します。このように、インプラントや抜歯等の口腔外科処置などの治療を行うときにも口腔内科は重要な役割を果たしており、治療の成功率を高めることが期待できるのです。

口腔内だけの症状に捉われず、患者さんの全身を見て口腔疾患にアプローチする口腔内科は、今後さらに必要とされると考えられています。なぜなら、日本は今までにない超高齢化社会を迎えており、高齢者は口腔疾患だけではなく、他の全身疾患も抱えていることが多いからです。これからは口腔疾患と全身疾患のつながりを考慮し、予防および治療を進めていく必要が高まっていくと考えられています。

Webサイトに掲載している「広報紙さくら」からVOL.10「口腔外科ってなに？」もぜひご覧ください！

こんな人はご相談を！

- ◎口の中に水泡や湿疹があり、痛みや発熱がある
 - ◎頬や顎の下が腫れ、発熱がある
- 今回のリレー特集もお楽しみに！

院内で見かけたらお声がけください





丑年の目標

何事も一生懸命
がんばります！

理学療法士 望月 美玖



丑年の目標

初心を
忘れずに

理学療法士 秋山 侑輝



抱負

今年が丑年の
スタッフが
総勢13人揃いました。
より良い医療を
提供するために
2021年も
目標を持って
がんばります！

丑年の目標

初心を忘れずに！

理学療法士 菅原 祥也

今年の



丑年の目標

克己心！

理学療法士 菅林 由梨



丑年の目標

突破！

歯科医師 品川 隆



丑年の目標

信頼される
理学療法士に！

理学療法士 竹内 柚奈



丑年の目標

向上心を忘れずに

管理栄養士 佐々木 有



丑年の目標

根拠を持って
リハビリテーションを
します！

作業療法士 荒井 由佳



丑年の目標

寄りそった指導を
心がけます！

管理栄養士 山口 美稀



丑年の目標

計画的に行動

理学療法士 山崎 康平



丑年の目標

患者さんに寄りそった
リハビリテーションを
目指します！

理学療法士 鏑塚 亜耶



丑年の目標

何事にも全力で
がんばります！

理学療法士 高田 誠



丑年の目標

丁寧な仕事を
心がけて！

作業療法士 竹下 絢子

総合健診センター 感染症対策のご紹介

安心して受診ができるよう
徹底した感染予防対策を行っています。

- ・待合室などでのソーシャルディスタンスの確保
- ・全館自動換気
- ・職員の健康管理の徹底
- ・職員全員が消毒液を携帯し手指消毒を徹底しています
- ・健診室への入室人数制限
- ・各フロア、各部屋で自由に使える消毒液の設置
- ・すべての机や椅子、ベッドなどの消毒

受診される方へ
お願いしていること

- ①マスク着用②体温計測③手指消毒④新型コロナウイルス感染症対策用問診表への記入など対策へのご協力をお願いしています。

人間ドックに関するお問い合わせ

045-860-1888

受付時間 月～金曜 9:00～17:00



総合健診センターに関する情報はこちら

平成横浜 健診センター



心とからだにしあわせレシピ

おうちで健康レストラン



鶏とキノコのグラタン～山芋のホワイトソース～

材料 (4人分)

鶏肉……………	150g	コンソメ……………	小さじ ½
タマネギ……………	1/2 玉	A みそ……………	大さじ 1
アスパラガス……………	5 本	こしょう……………	少々
シメジ……………	1 パック	* オープンを 200℃ に余熱しておく	
長芋……………	400g		
オリーブオイル……………	大さじ 1½		
牛乳……………	50cc		
ミックスチーズ……………	100g		

作り方

- ①鶏肉は一口大に切り、酒・塩・こしょう（分量外）を振り下味をつける。
- ②タマネギは薄くスライスし、アスパラガスは長さ3～4cm程度の斜め切り、シメジは食べやすい大きさにほぐす。
- ③長芋の皮をむき、おろし金ですりおろす。
- ④フライパンにオリーブオイルをひき、①の鶏肉を焼く。中まで火が通ったら一旦取り出す。
- ⑥鶏肉を焼いたフライパンにタマネギを入れ、しんなりするまで炒めたら、アスパラガス、シメジを加えてさらに炒める。
- ⑧全体的に火が通ったらフライパンへ鶏肉を戻し、Aを加えて軽く炒める。
- ⑨③と牛乳を入れ、とろみがつくまで弱火で馴染ませる。
- ⑩⑨を耐熱皿に盛り、チーズをのせてオーブンで焼き色が付くまで15～20分程度加熱する。（1人分 290kcal / たんぱく質 16.8g、脂質 16.5g、炭水化物 20.5g、塩分 1.5g）

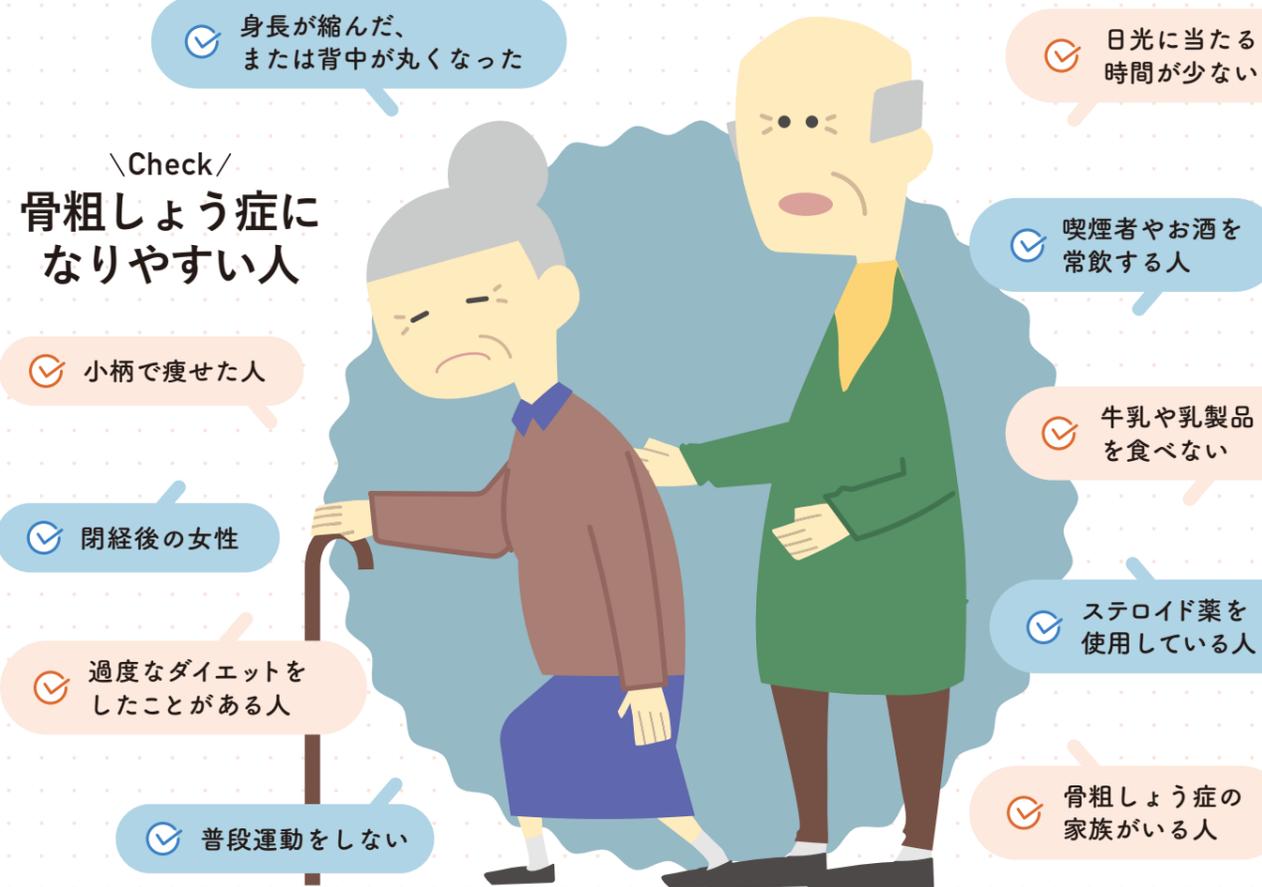
健康レストランではコンセプトの1つに「植物性たんぱく質や鶏、魚を中心としたメニュー」を掲げており、今回は【鶏】を中心としたメニューです。クリーミーな長芋ソースは、たんぱく質が不足しがちな女性やご年配の方も食べやすい料理となっております。

健康診断の ススメ

vol.19

骨粗しょう症を予防しよう 骨密度測定

これらの症状は**骨粗しょう症のサイン**かもしれません



Check/
骨粗しょう症になりやすい人



骨密度とは骨の強さを判定するための代表的な指標で、骨に含まれるカルシウムなどのミネラルがどの程度あるかを測定することでわかります。

骨密度が低下すると骨がもろくなり、転倒などで骨折しやすくなります（骨粗しょう症）。骨密度は40歳頃をピークに低下すると言われていまして、定期的に骨密度の測定を行うことで骨粗しょう症の予防や早期発見につながることができます。

当健診センターではDEXA（デキサ）法という撮影法で微量なX線を照射して骨密度を測定します。かかとで行う超音波法や、手や腕の骨で行う簡易的な測定よりも、骨折を起こしやすい大腿骨頸部を直接測ることで、正確に骨密度を評価することができます。ベッドに横になり5分程度で痛みなく測定できますので、気になる方はぜひ検査されてみてはいかがでしょうか。

リハビリ テーション 便り no.2



今回は
**腰痛
予防**
の体操

【セルフケアのすすめ】

第2回目は、辛い腰の痛みを予防する簡単エクササイズをご紹介します。
毎日少しの時間でも継続して、腰痛悪化を未然に防ぎましょう。

ドローイン



1 仰向けになり、背中全体を床に押しつけたまま、おへそを持ち上げるように大きく息を吸い込み、お腹に空気を入れましょう。
腰が反らないよう注意!



2 1と同じ要領で床へ背中を押しつけ、おへそを凹ませるイメージで、お腹の空気をゆっくりと吐き出しましょう。
おへそを凹ませて息を吐く

膝の抱え込み



1 仰向けの姿勢で膝を抱え込み、胸に近づけましょう。背中全体が丸くなり、反った腰やお尻が伸びるイメージで抱えこんで下さい。
膝を抱えて丸くなる
腰や背中がぐ〜と伸びるイメージ

回旋 エクササイズ

仰向けのまま、背中や肩が床から浮かないようにしっかり固定し、両足を左右に大きく10回ずつ倒しましょう。



1 2
腰が反ったり肩や背中が浮かないよう注意

注意●体操は痛みの強くない範囲で無理なく取り組んで下さい。

CVポルト^{せんし}穿刺^{せんし}研修を行いました!

2020年秋、医療安全研修会として、許医師指導のもと「CVポルト穿刺研修」を行いました。コウイディエンジャパン株式会社協賛で行われたこの研修会は、感染防止対策のため例年より規模を縮小し、6回に分けて開催しました。

CVポルト（皮下埋め込み型中心静脈ポルト）とは、前胸部などの皮膚の下に埋め込み、皮膚の上からこのCVポルトに専用の針を刺すことによって、薬剤を中心静脈とよばれる太い静脈内に確実に注入することのできる医療機器です。在宅での高カロリー輸液による栄養管理や、悪性腫



実際の研修の様子

瘍に対する抗がん剤治療等、長時間や頻回に点滴治療を必要とする患者さんにとって、CVポルトは大変有用なものとなっています。

今回の研修では、専用のシミュレーション機材を用いて、CVポルト穿刺の手法のトレーニングを行いました。CVポルトに専用の針を刺す際の感触を実際に体験することができ、また、刺した針から流した液がCVポルトに接続留置されているカテーテル先端スリットを通して中心静脈に注入される様子など、普段は見ることができない内部構造もシミュレーターで確認することができて、とても有益な研修会となりました。今後とも定期的に開催して、スタッフの技術の向上を図っていく予定です。

瑞宝双光章 受章 おめでとーございます

当院の放射線科技師・草柳伸彦氏が神奈川県放射線技師会の推薦をいただき、公務等に長年にわたり従事し、成績を挙げた方に贈られる瑞宝双光章を受章されました。長年の功績が認められ受章された

コロナ禍における 健康診断の重要性

今年度の人間ドックや健康診断はお済みですか？ 新型コロナウイルスの感染症を恐れて受診を控えている方もいらっしゃるかもしれません。



健診センターでは入館の際に検温を実施しています

しかし、受診しないことでがんや心疾患、脳血管疾患など、命にかかわる他の病気の発見が遅れてしまうリスクがあります。完治できるはずだった疾患が、発見が遅れることで治療の負荷が大きくなる場合や、治療の選択肢が減ってしまう場合もあります。健診センターでは、全員が安心して受診できるように、徹底した感染症対策を行っています。ご自身の健康を良好に保つために、定期的な受診を心がけてください。



健診センターで取り組んでいる感染症対策は9ページでくわしくご紹介しています



受賞した草柳伸彦放射線技師

外来担当表 (2021年2月現在)		月	火	水	木	金	土	
総合内科	AM	東丸 / 森岡	東丸 / 松山	東丸 / 程塚	矢野(隔週) / 荏原	宮下 / 鈴木	担当医	
	PM	程塚 明	天辰 / 松山	小山 / 加地	荏原 / 松山	古屋 / 石ヶ坪	—	
消化器内科	AM	田中 耕平	森岡 研介	田中 耕平	—	—	—	
	PM	—	—	小田切 千里	森岡 研介	—	—	
糖尿病内科	AM	新井 正法	—	—	青木 一孝	—	—	
	PM	—	佐川 尚子	中口 裕達	—	—	—	
循環器内科	AM	大倉 武	乳井 伸夫	井上 満徳	小山 信彌	山田 亘	—	
	PM	大倉 武	乳井 伸夫(第2,4週)	堀 真規	東丸 貴信 14:00~	内田 浩太郎	—	
神経内科	AM	—	—	—	—	—	—	
	PM	—	萩原 真斗(予約制)	—	西山 毅彦(予約制)	—	—	
呼吸器内科	AM	—	—	—	—	松本 容子 / 清水 英治	—	
	PM	—	—	—	—	松本 容子 / 清水 英治	—	
専門外来	一般外科	AM	許 吉起(下肢静脈瘤)	鮫島 伸一	富永 治	—	—	
	頭痛・物忘れ外来	AM	—	—	—	石井 映幸	—	
		PM	—	—	—	石井 映幸	—	
	乳腺外来 (予約制:乳がん検診)	AM	—	内田 恵博	—	—	—	
	泌尿器科	AM	—	—	—	金 宇鎮	—	
PM		—	—	—	金 宇鎮	—		
皮膚科	AM	岩永 とも子	高橋 ユエ	高橋 ユエ	高橋 ユエ	高橋 ユエ	—	
	PM	岩永 とも子	高橋 ユエ	—	高橋 ユエ(予約制)	高橋 ユエ	—	
整形外科	AM	関 / 大澤	水上 / 山口	関 / 大澤	関 / 大澤	水上 / 吾郷	担当医	
	PM	大澤 拓也	水上 慎一	関 / 大澤(隔週)	大澤 / 装具外来	水上 / 吾郷	—	
眼科	AM	平田 菜穂子	平田 菜穂子	山崎 陽子	平田 菜穂子	平田 菜穂子	—	
	PM	平田 菜穂子(予約)	平田 菜穂子(予約)	山崎 陽子(予約)	平田 菜穂子(予約)	平田 菜穂子(予約)	—	
歯科 口腔外科	一般外来	AM	品川 / 菅	菅 省吾	品川 / 菅	菅 省吾	品川 / 菅	担当医
		PM	菅 省吾	品川 / 菅	菅 省吾	品川 / 菅	菅 省吾	—
	口腔外科	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(予約) / 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	—	品川 隆	—	—
	インプラント外来	PM	青山 繁(予約)	青山 繁(予約)	—	—	—	—
	スポーツ歯科外来	PM	品川 隆	—	—	青山 / 山崎(第2・4)	—	—
顎関節外来	AM	—	—	—	青山 繁	青山 繁	—	
口腔ケア 摂食・嚥下外来	PM	—	—	品川 隆	—	品川 隆	—	
内視鏡	総合健診センター	AM	吉峰 / 内田 / 菅野 / 林 / 石ヶ坪 / 加地(第1,3,5)	横山 / 清水 / 天野 / 永井 / 林	小田切 / 小林 / 武田 / 菅野 / 辻	天沼 / 渡辺 / 三浦 / 佐藤 / 森岡	中野 / 小林 / 五藤 / 豊水 / 石ヶ坪	担当医
		PM	石ヶ坪 愛由美	石ヶ坪 愛由美	辻 和彦	—	森岡 研介	—
	病院	AM	—	石ヶ坪 愛由美	加地 利雄	田中 耕平	—	—
	下部内視鏡(病院)	PM	田中 / 加地 (第1・3・5)	鮫島 伸一	石田 / 石ヶ坪	田中 耕平	五藤 哲	—

※眼科外来の診療は2021年2月末日をもって終了となります。



《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、戸塚バルソ出口「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以降は運休、日祝は終日運休となります。



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

■休診 土曜午後・日曜祝日・年末年始

〒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 9:00~17:00

人間ドック 各種健診 ☎045-860-1888