

さくら

平成横浜病院広報誌

sakura

平成横浜病院
HEISEI YOKOHAMA HOSPITAL

vol.18

2019 Summer



特集

ドクターリレー特集

教えて！ドクター

第15回：帯状疱疹のお話
皮膚科 高橋 ユエ先生

■ Contents

院長ごあいさつ	02
新任医師ごあいさつ	03
連載 教えて！ドクター	04-05
PickUp	
脳卒中リハビリテーション	06-07
連載 健診のススメ	08-09
HOSPITAL NEWS	10
薬剤師のお仕事	11



院長 ごあいさつ

今年は例年より梅雨明けが遅れましたが、やはり、猛暑がやってきました。高校野球の投手でなくとも、無理をせず休息を取ることが大切です。適度な室温調節や十分な水分、塩分の補給を行うよう心がけてください。

当院は、当初95床でしたが、5年間で173床まで増床し、さらに本年度中には10床増床し183床になる予定です。内訳は、整形外科、脳卒中等の治療後にリハビリテーションを行う回復期リハビリテーション病棟97床、急性期治

疗を終え、すぐに在宅や施設へ帰ることに不安のある患者さんや、

在宅療養中から緊急入院した患者さんに対し、在宅復帰に向けてリハビリテーションを含めた治療を行なう地域包括ケア病棟50床、一般病棟36床となります。

在宅での生活に不安を抱えている患者さん、ご家族の方は多いと

■ 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。



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

私は、高校卒業まで神奈川県で過ごし、大学は宮崎医科大学を卒業しました。順天堂大学脳外科に入局後、その関連病院にて約15年間脳外科診療に従事しました。その後リハビリテーション科に転向し、ヨン科では、主に脳神経疾患を担当いたしました。前職で

このたび、平成横浜病院の回復期リハビリテーション病棟に赴任いたしました、大供孝と申します。

私は、高校卒業まで神奈川県で過ごし、大学は宮崎医科大学を卒業しました。順天堂大学脳外科に入局後、その関連病院にて約15年間脳外科診療に従事しました。その後リハビリテーション科に転向し、ヨン科では、主に脳神経疾患を担当いたしました。前職で

今後は当院の回復期リハビリテーション病棟の充実と、入院患者さんの病状回復のために役立てるよう努めてまいります。五十路に入り多少ガタがきておりますが、まだまだお使いいただけますので、お気軽にお問い合わせください。どうぞよろしくお願ひいたします。



回復期リハビリテーション病棟
専従医

大供 孝 Otomo Takashi

日本脳神経外科学会専門医、日本脳卒中学会専門医、日本リハビリテーション医学会リハビリテーション科専門医・指導医

ご自宅で
リハビリ
テーションを
受けたい方

訪問ステーションのご案内

訪問ステーションは、利用者さんが病院や介護施設ではなく、住み慣れたご自宅で療養生活を送るためにスタッフが直接ご自宅へ伺う訪問サービスのことです

訪問ステーション てとてと戸塚とは？

てとてと戸塚には看護・リハビリテーション・ケアマネジャー等の専門スタッフが常駐しているため、それぞれの立場から最適なサービスを提案することができます。利用者さんとそのご家族が、住み慣れたご自宅で安心して過ごせるよう、私たちが全力でお手伝いします。



てとてと戸塚 所長
大辻 裕樹

リハビリテーションでは機能面だけでなく、ご家族の方への介助指導等も行っています。看護処置から入浴介助まで、利用者さんに合わせ、安心してご自宅で生活できるようにお手伝いさせていただきますので、お気軽にご相談ください！

てとてと戸塚

検索

くわしくは
Webサイトを
ご覧ください



訪問ステーション
看護・リハビリテーション

てとてと
戸塚

戸塚

教えて！ドクター

第15回

帯状疱疹のお話

皮膚科 医師 高橋 ユエ

帯状疱疹は誰にでも起こりうる身近な病気で、罹患者が多いにも関わらず、意外に知られていない病気です。ここ10年ほどでテレビ番組などでも見ることが多くなり、やっと知名度が上がってきたと感じています。早期治療が大事な疾患なので、もっと知名度が上がり、多くの人に正しく理解していただきたいと思います。

帯状疱疹の原因

帯状疱疹の原因是水痘（水ぼうそう）ウイルスです。多くの人は子どものころに水ぼうそうに罹りますが、治癒した時にほとんどのウイルスは排除され、終生免疫が得られます。その後、水痘ウイルスが体内に侵入すると免疫が働いて死滅させるシステムができ上がり、もう水ぼうそうに罹ることは

ありません。

ところが、すべてのウイルスが排除されず、わずかに残る場合があります。終生免疫のある体の中で唯一、神経根という

ところに免疫から隠れられる場所があり、

一部の人ではウイルスがそこに数十年住みついてしまいます。

そしてある日、宿主の免疫力が低下した時に爆発的に増殖を始め、住みついていた神經の走行に沿って症状が出現するのです。

帯状疱疹の症状



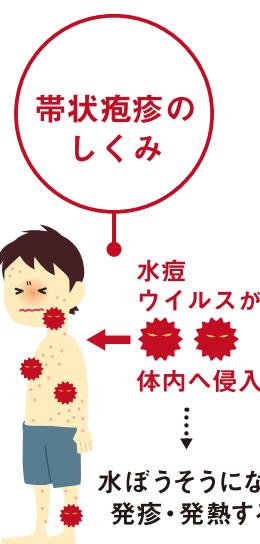
発疹は治るが
神経痛が残る場合がある



帯状疱疹を発症



水ぼうそうの
ウイルスが残ったまま
大人になる



子どもの頃に
水ぼうそうになる

から左右に分かれて走るので、帯状疱疹の症状は左右どちらか一方だけ、1～2神経領域にのみ帶状疱疹になります。

よくあります。軽いかゆみ程度の方から、狭心症（胸）、胃潰瘍（上腹部）、骨折（四肢）などを疑われる程の強い痛みが出る方まで、非常に個人差があります。

問題は、神経炎による神經の損傷がひどかつた場合に残る「帯状疱疹後神經痛」です。帯状疱疹は通常1週間の治療で治癒しますが、治癒後にも神經痛が残ります。多

卷之三

最初は小さな赤い湿疹だけですが、2割ほどの方が数年間残る強い痛みに苦しむのを防げていないのが現状です。神経痛だけでも内臓や筋肉に異常はないのですが痛みが長く続くと、ご高齢の方や鬪病中の方は、急激に体力と気力を失ってしまうこともあります。

神経炎は、患神経の走行に沿つた神経痛として現れます。皮膚炎より1週間ほど早く現れることも多く、「針で刺されるような痛み」、「ビーッと走る痛み」、「ズキンズキンとくる痛み」などと表現される方が多いです。また、やけどのようなひりひり感が出ることも

帯状疱疹の治療

神経痛の残存を少しでも軽く抑えるためには、初期からしっかりと治療をし、早くウイルスを抑え込んで神経のダメージを最小限に

また、最近では帯状疱疹の発症することが大切です。

す。帯状疱疹ワクチンが有効と認められているのは、大勢の集団に接種した場合としなかつた場合とで比較して、接種した集団で明らかに発症者が少なかつたためです。その点をご理解の上で、ワクチンの接種を判断して下さい。

を抑えるワクチンも接種することができます。50歳以上の方が対象となります。50歳以上の方は、帯状疱疹の発症率が増加しますので、50歳以上から接種の時期は65歳前後が目安となります。副反応は接種部位の腫れなどで、特殊なものはありません。疾患や内服薬によつては接種できない場合もあります。

高橋先生からのアドバイス

- ④痛みを伴う赤い湿疹が出たら皮膚科を受診しよう
 - ⑤帯状疱疹の治療は初期が大事

次回のリレー特集もお楽しみに！



PickUp

脳卒中 リハビリテーション

一人ひとりに
最適なリハビリテーションで
回復へと導く



当院では、脳卒中後の患者さんに対して
科学的根拠（日本脳卒中学会 脳卒中ガイドライン 2015）
に基づいた脳卒中リハビリテーションを提供しています。
理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)が
協力しあい、患者さんに最適なリハビリテーションを
提案します。脳卒中になって体に麻痺が残っても、
リハビリテーションで改善することができます。
今回のPickUpでは、脳卒中後の患者さんに対して行う
リハビリテーションを紹介していきます。



麻痺した手 に対する リハビリテーション

促通反復療法

脳卒中や脊髄損傷になると、脳から脊髄の神経回路がダメージを受けて手足に麻痺が生じます。促通反復療法とは、麻痺した手や足へセラピストが誘導と刺激を行い、患者さんに意図した運動を実現・反復してもらうことで、ダメージを受けた神経回路を再建・強化し、麻痺の改善を図る方法です。脳科学の研究によって脳の^{*}可塑性を促進し、効率的に機能回復を進めることができます。

*可塑性…よく使われる神経細胞の回路の処理効率を高め、使われない回路は効率を下げる。



IVES

麻痺したり動きが悪くなった筋肉に対して、運動機能を改善させるための電気刺激を送り、ものを掴む、離すなどの動きをサポートします。



立つ・歩く

ためのリハビリテーション

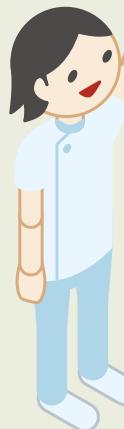
装具療法での 歩行練習

入院直後に患者さんの画像と身体機能を評価し、医師、理学療法士、義肢装具士が連携して身体にあった装具を作製し、早期に立位や歩行の練習を行います。



ロボット リハビリ テーション

病気や怪我で手や足が不自由になった人たちのリハビリテーションにロボットを活用するのがロボットリハビリテーションです。「HONDA歩行アシスト」やロボットスーツ「HAL®」を使用し、脚の振り出しや踏ん張りに必要な股関節と膝関節の曲げ伸ばしの誘導を行って、患者さんの歩行をサポートします。



回復期リハビリテーション病棟における 言語と嚥下 のための リハビリテーション

嚥下療法

嚥下造影検査や内視鏡検査を行い、その結果に基づき、食事を飲み込む練習を行います。また、患者さんに合わせた食事形態の提案や、栄養摂取経路を検討します。



言語療法

脳卒中によって脳の言語領域がダメージを受けると、話す・聞く・読む・書くことが困難になります。この機能を改善するため、発声・発語・発音の練習、言語機能の練習、言葉を引き出す練習、コミュニケーション手段の提案を行います。



未然に防ぐために受診しよう がん検診



1/2

この数字はすべての日本人が
「がん」になる
確率を示しています。

男女別 がん死亡が多い部位は？／

男性	女性
第1位 肺	第1位 大腸
第2位 胃	第2位 肺
第3位 大腸	第3位 胃

資料：国立がん研究センターがん対策情報センター
(2016年部位別がん死亡数)

人間の体では毎日多数の細胞で遺伝子変異によって無制限に増殖するようになつた自分の細胞が「がん細胞」とよばれます。がんは全死因の第1位で、3割を占めます。がんには胃がんや大腸がんなどの消化器がん、肺がん、前立腺がん、子宮がんや乳がんなど多くの種類がありますが、診断と治療の発展に伴い、早期発見することで死のリスクは軽減されています。

今までは、病気から体を守るために健康診断を受けることが大事とされていました。今まで、病気から体を守るために健康診断を受けることが大事とされています。がんの発症には遺伝や喫煙などの生活習慣病が関わっているので、ご家族にがんの患者さんがいる方や、喫煙・飲酒などをされていた方は、がん検診を含んだ人間ドックを受診されることをお勧めします。がん検診は意味がないとか、民間療法が効くとか根拠が疑わしい情報に惑わされることもあるかと思いますが、まれに例外的ながんについては、今の医学レベルで早期診断と治療が可能です。

きましたが、前記のような重大な病気の早期発見には限界があります。命に関わる病気でも、早期がんは無症状なので、簡単な血液検査・X線検査等では診断が困難なのです。一方、がん検診は自覚症状のない方に対し、がんの可能性を見つけて精密検査の必要性を判断するものです。主な検査内容は、超音波検査やCT・MRIといった画像検査、上部・下部消化管の内視鏡検査と腫瘍マーカーなどを測定する血液検査です。子宮頸がんや乳がんの健診は20歳以上の女性、その他のがん健診は40歳以上の方が対象となります。がんの発症には遺伝や喫煙などの生活習慣病が関わっているので、ご家族にがんの患者さんがいる方や、喫煙・飲酒などをされていた方は、がん検診を含んだ人間ドックを受診されることをお勧めします。がん検診は意味がないとか、民間療法が効くとか根拠が疑わしい情報に惑わされることもあるかと思いますが、まれに例外的ながんについては、今の医学レベルで早期診断と治療が可能です。

当院では健診でがんが疑われた場合、病院でがんの進行度を精密検査することができます。総合ドックではがんのみならず、命に関わる心血管病や脳神経疾患の早期診断ができますので、40歳以上の方は2年に一度受診される事をお勧めします。



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



誰でも
できちゃう
簡単健康レシピ

季節の

easy healthy Recipes
that nutritionists teach!

当院の保健指導室・管理栄養士監修！

レシピ。

作り方

下準備

- ・おくらは下茹でをしておきましょう。
- ①トマト、きゅうり、なす、みょうがを5mm角に切る。
※なすは水にさらしてあくをとる。
※トマトの汁気を除くために種をとっておく。
- ②おくらは小口切りにする。
- ③①②をボウルに入れ、白だしと塩昆布で和えて夏野菜だしを作っておく。
- ④そうめんを茹でて流水で洗い、器に盛りつける。
- ⑤そうめんの上に夏野菜だしを盛りつけ、
希釀しためんつゆをかける。
※お好みで温泉卵や薬味を添えてください。
※夏野菜だしは豆腐や蒸し鶏に載せてもおいしいです。

メニュー (1人分あたり約385kcal)



材料 (4人分)

そうめん … 4束
めんつゆ(3倍濃縮) … 80cc
めんつゆ用の水 … 240cc
しょうが … お好みの量
大葉 … お好みの量

夏野菜だし

トマト … 1個
きゅうり … 1本
なす … 1本
おくら … 10本
みょうが … 3個
白だし(昆布) … 大さじ2
塩昆布 … 大さじ1

コレがポイント！

夏野菜は水分やカリウムをたくさん含んでいるものが多く、体にこもった熱を下してくれる働きがあるため、熱中症予防にも効果的です。トマトには老化や生活習慣病の原因となる活性酸素を取り除くリコピンや、日本人に不足しがちな栄養素であるβ-カロテン(ビタミンA)が豊富に含まれています。

HOSPITAL NEWS

2019 夏

イベント・研修会のご報告

病棟患者さん対象のイベント 運動会と夏祭りを行いました！



運動会の様子



病棟の夏祭りの様子

当院のリハビリテーション室では、テーマ「一致団結 我らの青春、ここにあり～春の大運動会～」と題し3F病棟、4F病棟の患者さん、ご家族を交え、運動会を行いました。リハビリスタッフも一緒に参加し、ラジオ体操から玉入れ・輪リレー・パタゴロゲーム・ボッチャなどの競技

を行いました。歓声と笑顔がリハビリ室いっぱいに広がり、参加できないう患者さんにも運動会の雰囲気と季節感を味わってもらうことができました。競技は赤組・白組にわかれ盛り上がりましたが：結果は白組が勝ちました！

また、8月3日には病棟の患者さん対象の夏祭りを行いました。射的やもぐらたたき、わたがしなど、当院のスタッフがさまざまな屋台を準備し、患者さんに楽しんでいただきました。

※ボッチャ：ヨーロッパ生まれのバラリンピック正式種目。重度脳性麻痺者もしくは同程度の四肢重度機能障害者のために考案されたスポーツで、バラリンピックの正式種目です。

第24回・第25回・第26回 ヘルスケアセミナーのご報告



鈴木 攻 医師



細川 雄平 先生



大澤 拓也 医師

【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。
ぜひ、お誘い合わせのうえお越しください。



www.yokohamahhp.jp
045-860-1777

第24回は「肝腎要の腎」というテーマで鈴木攻医師がお話しさされました。

ことでのどのようなメリットがあるのかなど、尿もれの改善についてお話ししました。

第25回は、整形外科の大澤拓也医師による「変形性膝関節症についてかかったのでとてもよかったです」「腎臓病の怖さを知られました」など、たくさんのお声をいただきました。

第26回は、整形外科の大澤拓也医師による「人工関節置換術」というテーマで講演を行いました。術前・術後の実写映像を取り入れたセミナーは、参加されたみなさんが「膝の役割から関節のしくみまで学べて勉強になりました」「セミナーの時間があつといふ間で、とてもいい講演会でした」などの感想もいただきました。次回のヘルスケアセミナーも楽しみにしていてください。

5月18日は細川雄平先生を招き、第25回セミナー・「排泄（だす）って大切！」を行いました。骨盤底筋が弱くなると、腹圧がかかった場合、尿道をしめることができなくなり、尿がもれてしまうことがあります。排尿と体幹筋の関係や、体幹筋を鍛える

ことでのメリットがあるのかなど、尿もれの改善についてお話ししました。次回のヘルスケアセミナーも楽しみにしていてください。

薬剤師のお仕事

当院では薬剤師の活動に力を入れており、それぞれの病棟で担当の薬剤師がチーム医療に参加しています。患者さんにお薬を作つてお渡しするだけでなく、病棟で医師や看護師などの他職種と一緒に積極的に治療に参加し、薬剤師の専門性を活かしています。

入院は、必要な薬と不必要的薬の分別を行なうチャンスです。病気に対しても薬を重ねていくうちに種類が増



えてしまつたり、症状がなくなつているのに服薬を続けてしまつていることがあります。「痛みがないのに痛み止めを飲んでる」「睡眠薬が効きすぎて日中フラフラしてしまった」など、患者さん一人ひとりの状態を把握し、症状や経過に合わせて薬の見直しを行うことができます。

また、たくさんの薬を飲んでいると、どの薬が効いていて、どの薬が効いていないか判断ができなくなってしまう恐れがあります。患者さんがどんなお薬を飲んでいるか調べ、患者さんや患者さんのご家族から聞き取った情報と一緒に医師に報告します。薬剤師から提案をすること

で、患者さんがより「最適な治療を受けられるように取り組んでいます。また、お薬が飲みづらい患者さんは、どうしたら飲みやすくなるのか検討を行い、最適な改善方法を提案していくきます。

お薬について
疑問や不安がある方は、
いつでもご相談ください！



入職のご挨拶 薬剤師・瀧田 大輔

平成横浜病院に入職するまでは、グループの病院である緑成会病院で働いており、多職種によるチーム医療を積極的に実践してきました。リハビリテーション中の問題点や栄養管理の問題点、退院に向けての内服薬調整など、さまざまな視点から問題を解決してきました。薬局にいるだけではわからないことが多く、病棟で話し合うことの重要性を学びました。当院でも薬物治療の中心的な役割を担うことで、患者さんに貢献できるように頑張ります。

外来担当表(2019年4月現在)		月	火	水	木	金	土
内科	一般内科	AM 富田 真 PM 富田 真	松山 直美 松山 直美	東丸 貴信 —	武久 洋三(隔週) 松山 直美	宮下 大介 金子 雄	担当医
	消化器内科	AM 田中 耕平 PM —	— 天野 覚美	田中 耕平 小田切 千里	— —	田中 耕平 —	—
	糖尿病内科	AM 新井 正法 PM —	— 中口 裕達 14:00～	— 中口 裕達	青木 一孝 —	— —	—
	循環器内科	AM 東丸 貴信 PM —	乳井 伸夫 乳井 伸夫(第2、4週)	寺中 紗絵 堀 真規	小山 信彌 東丸 貴信 14:00～	山田 亘 郷原 正臣	—
	神経内科	AM — PM —	上村 直哉(予約制) —	— —	西山 毅彦(予約制) 菊池 英弥	— —	—
	腎臓内科	AM — PM 菊池 英弥	— 菊池 英弥	— 菊池 英弥	— —	— —	—
	慢性肝炎外来	PM —	—	—	—	中野 敦史	—
	呼吸器内科	AM — PM —	— —	— —	— —	松本 容子／清水 英治 松本 容子／清水 英治	—
	総合診療科	AM — PM 三輪 健	— 許 吉起／森岡 研介	三輪 健 —	森岡 研介 許 吉起	— —	—
外科	一般外科	AM 森岡／加地(第1,3,5) PM —	— —	富永 治 加地 利雄	— —	三輪 健 森岡 研介	担当医
	物忘れ外来	AM —	—	—	石井 映幸	—	—
	脳神経外科	PM —	—	—	石井 映幸	—	—
	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(予約制:乳がん検診)		AM —	内田 恵博	—	—	—	—
泌尿器科		AM — PM —	— —	— —	金 宇鎮 金 宇鎮	— —	—
皮膚科		AM 岩永 とも子 PM 岩永 とも子	高橋 ユ工 高橋 ユ工	高橋 ユ工 高橋 ユ工(予約制)	高橋 ユ工 高橋 ユ工	— —	—
整形外科	整形一般	AM 大澤／閑 PM 大澤(第2,4)／閑(第1,3,5)	水上／山口 水上 慎一	大澤／閑 閑／装具外来	大澤／閑 大澤 拓也	水上／吾郷 水上／吾郷	担当医
		AM — PM —	— —	— —	— —	— —	—
	リウマチ外来	AM 伊藤 勝己 PM 伊藤 勝己	伊藤 勝己 伊藤 勝己(予約)	— 伊藤 勝己	伊藤 勝己 伊藤 勝己	— —	—
		AM 中村 寿太郎 PM —	山崎 陽子 山崎 陽子(予約)	中村 寿太郎 診療はお問い合わせ下さい	中村 寿太郎 中村 寿太郎	中村 寿太郎 中村 寿太郎	—
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	担当医
	口腔外科	AM 青山 繁 PM —	青山 繁 —	青山(手術)／濱谷 智明 青山(予約)／濱谷 智明	青山 繁 青山(予約)	青山 繁 青山(予約)	担当医
	ドライマウス外来	AM —	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 —	—	—	青山／山崎(第2・4)	—	—
	頸関節外来	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(予約検査)	AM 吉峰／小串／菅野／内田／担当医 PM 田中／加地(第1,3,5)	向井／永井／横山／清水／天野 鮫島 伸一	小田切／小林／芝田／武田／加地 石田 文生	吉本／天沼／向井／三浦／田中 和田 由大	中野／向津／五藤 村木／森岡 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、戸塚パルソロ「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

■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 9:00～17:00

人間ドック ☎ 045-860-1888
各種健診